

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย

ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เหงี่ยมสุวรรณ

ครูสุจิตรา บุญธรรม



การเจริญเติบโต
ในแต่ละช่วงวัย





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายลักษณะการเจริญเติบโตตามธรรมชาติของมนุษย์
๒. สังเกตการเจริญเติบโตแต่ละช่วงวัย
๓. เห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพเพื่อการเจริญเติบโตตามธรรมชาติ





บุคคลในภาพ
มีความแตกต่างกัน
อย่างไร



ขนาดของร่างกาย

ช่วงวัย



ช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์



บุคคลในครอบครัวของนักเรียน อยู่ในช่วงวัยใดบ้าง



การเจริญเติบโต
ของมนุษย์แต่ละช่วงวัย





วัยทารก

ช่วงอายุตั้งแต่แรกเกิดถึง ๓ ปี

ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้

ต้องดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ



วัยก่อนเรียน

ช่วงอายุ ๔ - ๖ ปี

เคลื่อนไหวได้คล่องขึ้น

มีความสุข



วัยเรียน

ช่วงอายุ ๗ - ๑๒ ปี



ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง

สามารถเรียนรู้และเข้าใจสิ่งต่าง ๆ



วัยรุ่น

ช่วงอายุ ๑๓ – ๒๐ ปี

การเปลี่ยนแปลงทางเพศชัดเจน

ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน





วัยผู้ใหญ่

ช่วงอายุ ๒๑ – ๖๐ ปี



มีการเจริญเติบโตที่สมบูรณ์

มีความรับผิดชอบ



วัยชรา



ช่วงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป

สภาพร่างกายเสื่อมลง

ต้องการความรัก
ความเอาใจใส่จากลูกหลาน

มนุษย์ มีธรรมชาติของชีวิต ได้แก่ การเกิด การแก่
การเจ็บและการตาย ซึ่งทุกคนไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้



การเกิด

ทารกเป็นวัยเริ่มแรกของชีวิต



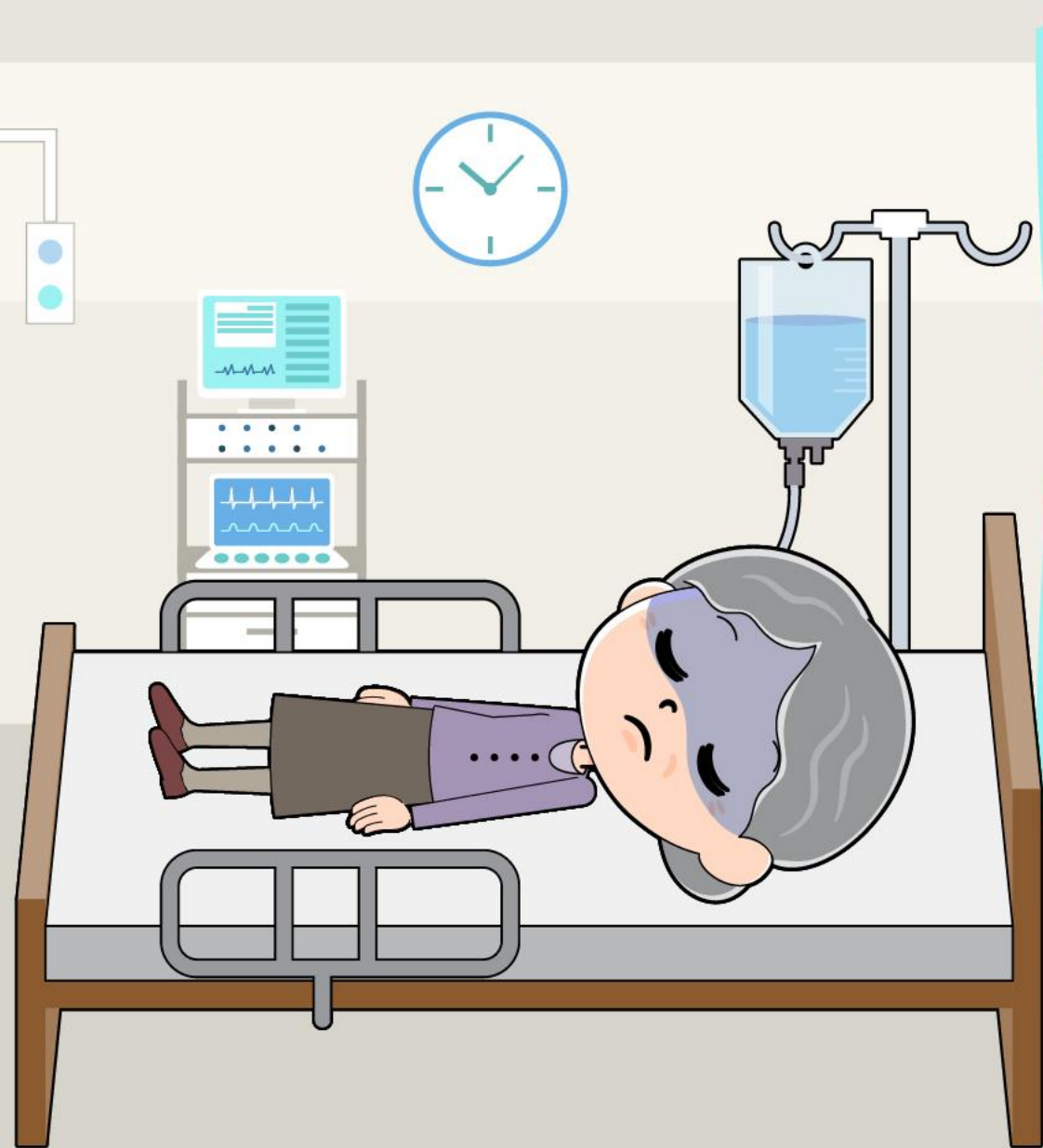
การแก่

วัยชราเป็นช่วงของการแก่



เจ็บ

การเจ็บป่วยเกิดขึ้นได้กับทุกวัย

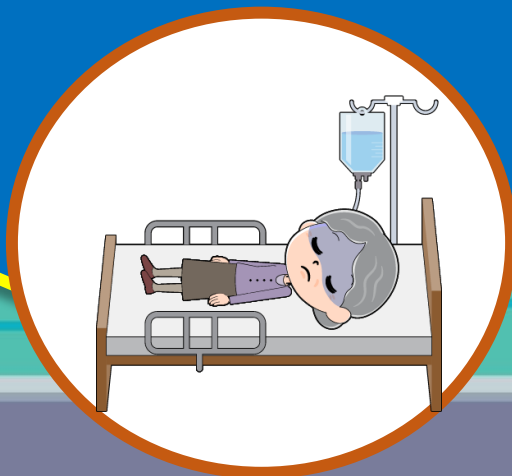


ตาย

การตายเป็นการสิ้นสุดของชีวิต
ที่เกิดขึ้นได้กับคนทุกวัย

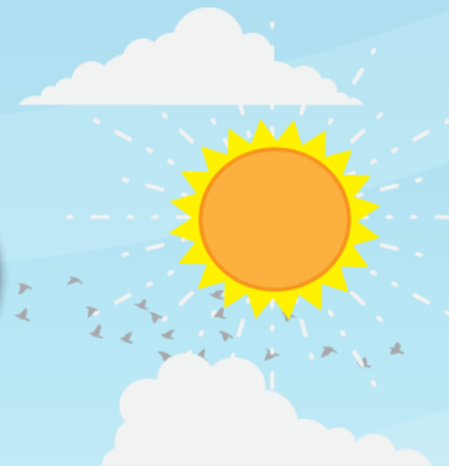


วัฏจักรของ ชีวิตมนุษย์





สุขภาพดีด้วยหลัก ๖ อ.





ออกกำลังกาย





อาหารปลอดภัย



อภัยมุข





อารมณ์แจ่มใส





โรคยา



อินามัยสิ่งแวดลอม

กิจกรรม ประจำวันนี้

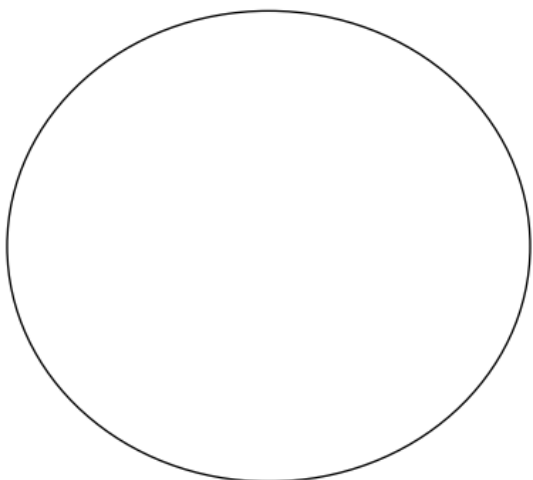


ใบงานที่ ๗ เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ร่างกายของเรา
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนช่วงวัยของชีวิตมนุษย์จากแผนภาพที่กำหนด



คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและระบายสี พร้อมระบุช่วงวัยของตนเอง



ฉันอยู่ในวัย.....

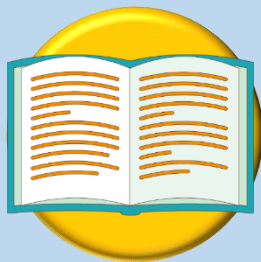
ฉันมีอายุ ปี



ใบงานที่ ๗

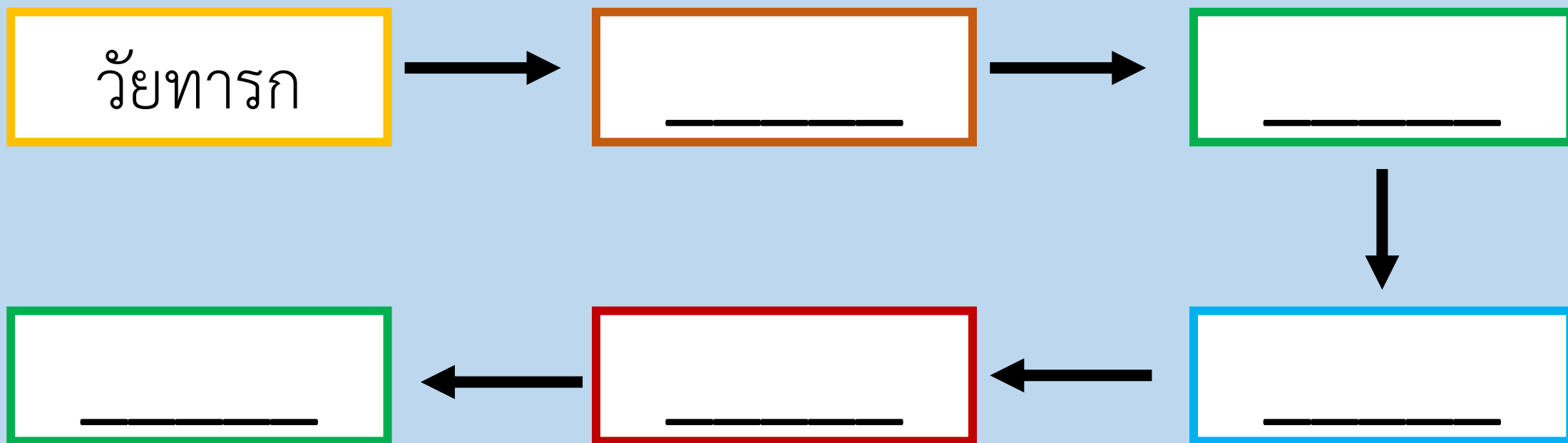
การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th



กิจกรรมประจำวันนี้

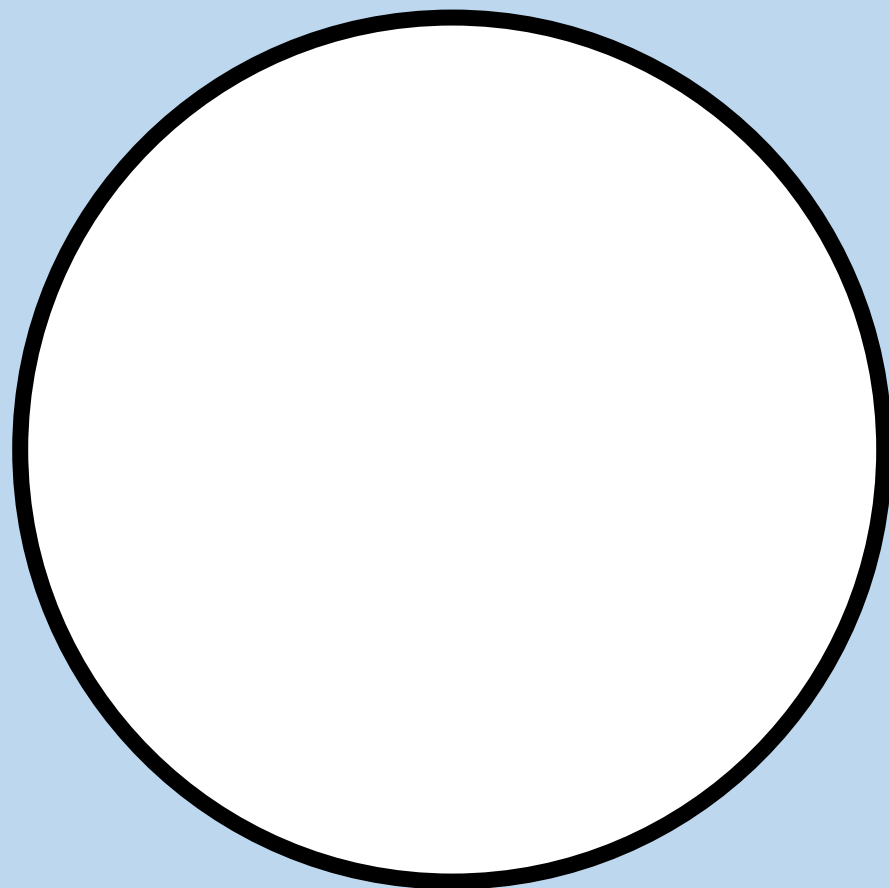
คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนช่วงวัยของชีวิตมนุษย์จากแผนภาพที่กำหนด





กิจกรรมประจำวันนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและระบายสี พร้อมระบุช่วงวัยของตนเอง



ฉันอยู่ในวัย.....

ฉันมีอายุ ปี



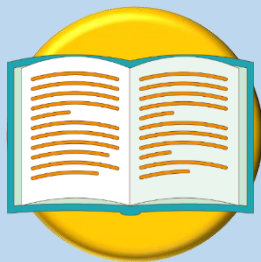
กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

๑. นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ ๗ เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
๒. นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากใบความรู้ที่ ๙ เรื่องการเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย

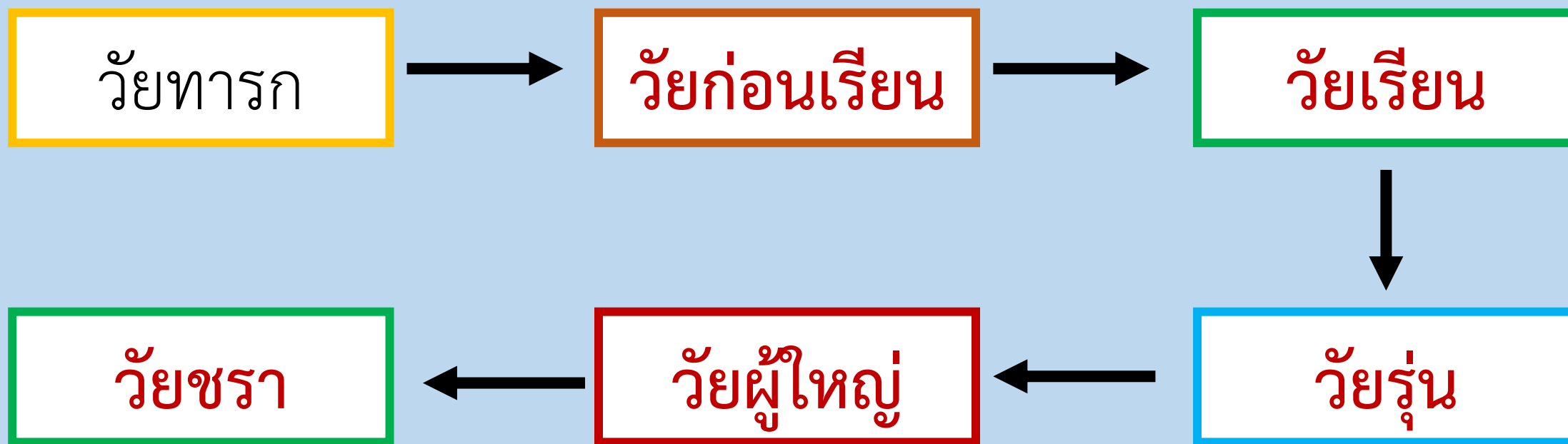
คำชี้แจงกิจกรรมครู

๑. อธิบายคำชี้แจงในการปฏิบัติกิจกรรม
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติม
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน



เฉลยใบงาน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนช่วงวัยของชีวิตมนุษย์จากแผนภาพที่กำหนด





การเจริญเติบโต
ของมนุษย์แต่ละช่วงวัย

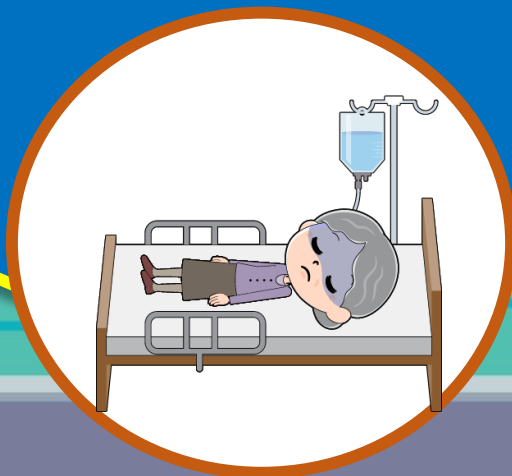




สรุปบทเรียน



วัฏจักรของ
ชีวิตมนุษย์





สรุปบทเรียน ...

การเกิด แก่ เจ็บ และตาย เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้
แต่เราสามารถดำรงชีวิตและมีความสุขได้
ด้วยการดูแลรักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจ
ให้สมบูรณ์แข็งแรง และทำสิ่งต่าง ๆ
ด้วยความไม่ประมาท





บันทึกการเรียนรู้ (Learning logs)



ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ร่างกายของเรา

คำชี้แจง

๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้ เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียน

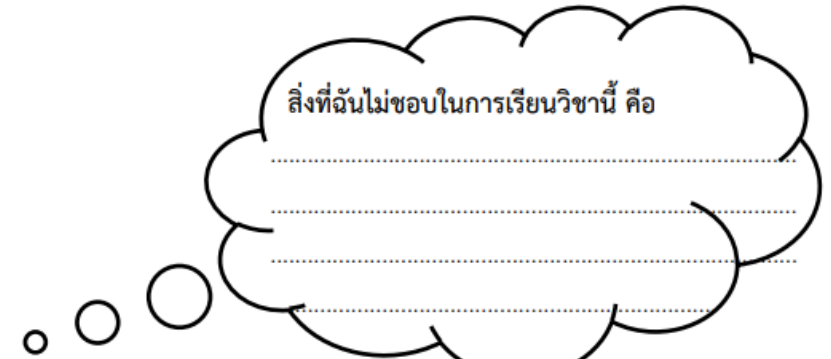
☆ ปรับปรุง ☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ก่อนข้างดี ☆☆☆☆ ดี ☆☆☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน	☆☆☆☆☆
อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	☆☆☆☆☆
อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย	☆☆☆☆☆

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....
☆☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....
☆☆☆ จำนวน.....

สรุป : วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด
ปรับปรุง พอใช้ ดี ก่อนข้างดี ดีมาก





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง สมาชิกในครอบครัว

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดบันทึก
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๑๐ เรื่อง สมาชิกในครอบครัว
- ใบงานที่ ๘ เรื่องสมาชิกในครอบครัว

