

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๓๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง การบาดเจ็บจากการเล่น

ครูผู้สอน

ครูสุจิตรา

ครูภัทรวรรณ

บุญธรรม

เหมี่ยมสุวรรณ



การบาดเจ็บจากการเล่น



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกสาเหตุและบาดแผลที่เกิดจากการบาดเจ็บจากการเล่น
๒. ปฐมพยาบาลบาดแผลที่เกิดจากการบาดเจ็บจากการเล่น
๓. เห็นความสำคัญของวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง



คำถาม

บาดแผลที่เกิดจากการบาดเจ็บ
จากการเล่นมีอะไรบ้าง

บาดเจ็บที่เกิดจากการเล่น

๑

บาดเจ็บถลอก

๒

บาดเจ็บฟกช้ำ

๓

เลือดกำเดาไหล



การปฐมพยาบาล

บาดแผลถลอก

วิธีการปฐมพยาบาล**บาดแผลถลอก**

ล้างบริเวณบาดแผล
ด้วยน้ำเกลือหรือ
น้ำสะอาด



วิธีการปฐมพยาบาล**บาดแผลถลอก**

ซับแผลให้แห้งแล้วนำ
สำลีชุบแอลกอฮอล์
เช็ดรอบบาดแผล



วิธีการปฐมพยาบาล**บาดแผลถลอก**

ทายาใส่แผลสด
(โพวิโดน-ไอโอดีน)



วิธีการปฐมพยาบาล**บาดแผลถลอก**

ปิดบาดแผลด้วยผ้าก๊อซ
เพื่อป้องกันสิ่งสกปรก





การปฐมพยาบาล

บาดเจ็บฟกช้ำ

วิธีการปฐมพยาบาล**บาดแผลฟกช้ำ**

ทำความสะอาดบริเวณ
บาดแผลด้วยน้ำสะอาด



วิธีการปฐมพยาบาล**บาดเจ็บฟกช้ำ**

ประคบเย็นโดยใช้เจลเย็นหรือน้ำแข็งห่อผ้าประคบบริเวณที่บวม ครั้งละ ๕-๑๐ นาที ประมาณ ๔๘ ชั่วโมง



วิธีการปฐมพยาบาล**บาดเจ็บฟกช้ำ**

หลังจาก ๔๘ ชั่วโมง ให้ประคบ
ร้อนโดยใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นประคบ
บริเวณที่บาดเจ็บ



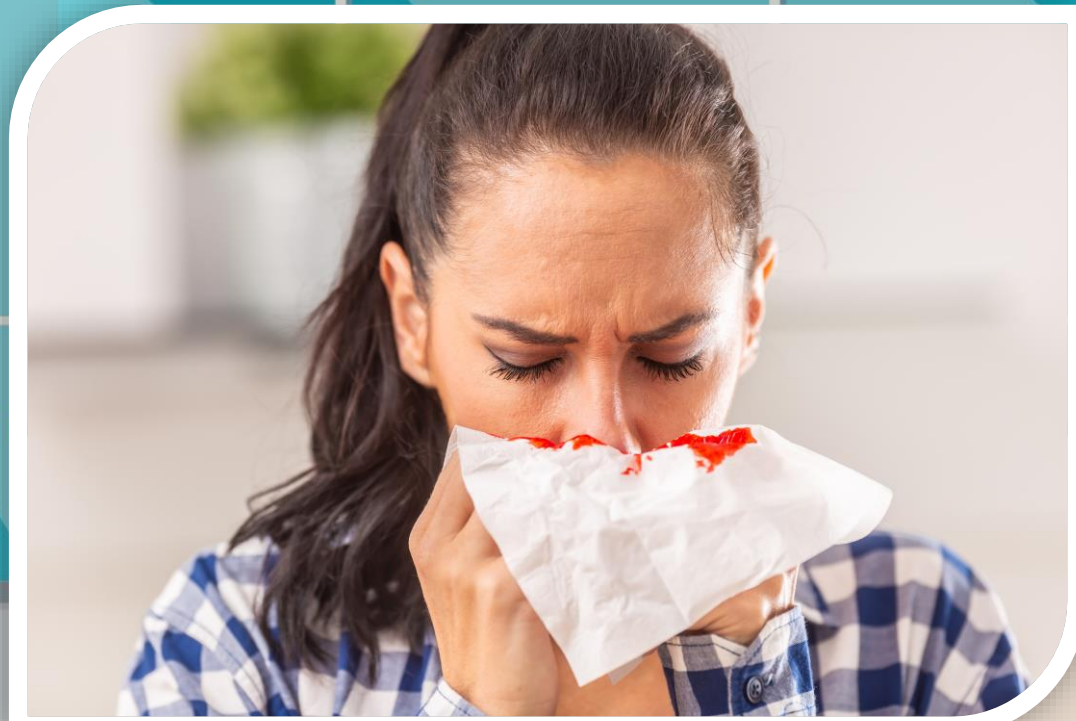


การปฐมพยาบาล

เมื่อเลือดกำเดาไหล

วิธีการปฐมพยาบาลเลือดกำเดาไหล

ใช้กระดาษทิชชูหรือ
ผ้าที่สะอาดซับเลือด



วิธีการปฐมพยาบาลเลือดกำเดาไหล

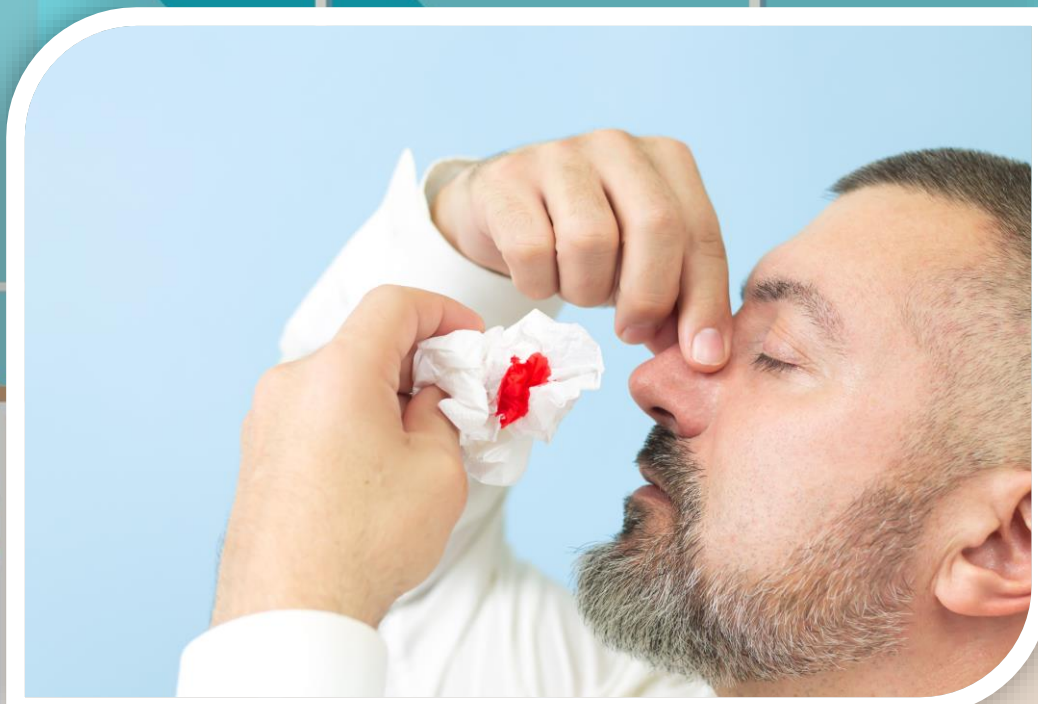
ใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้
บีบจมูกแล้วก้มหน้า
จนกว่าเลือดจะหยุดไหล



วิธีการปฐมพยาบาลเลือดกำเดาไหล

ห้ามงัดหน้าเด็ดขาด

เพราะจะทำให้เลือดไหลลง
คอจนเกิดอาการสำลักได้



กิจกรรมประจำวันนี้

ใบงานที่ ๑๖

เรื่อง การบาดเจ็บจากการเล่น



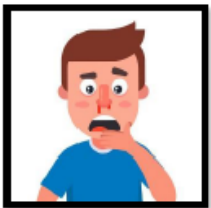
คำชี้แจง

ให้นักเรียนนำตัวอักษรหน้าข้อความ
มาใส่ลงในช่องว่างให้สัมพันธ์กับภาพ



ใบงานที่ ๑๖ เรื่อง การบาดเจ็บจากการเล่น
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง ร่างกายปลอดภัยจิตใจมีสุข
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง การบาดเจ็บจากการเล่น
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัส พ๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง ให้นักเรียนนำตัวอักษรหน้าข้อความมาใส่ลงในช่องว่างให้สัมพันธ์กับภาพ

☐

ก. พันผ้าสะอาดเพื่อห้ามเลือด

☐

ข. ใช้น้ำแข็งประคบ

☐

ค. นั่งก้มหน้า เอามือบีบจมูก

☐

ง. ใช้น้ำสะอาดล้างสิ่งสกปรกจากบาดแผล

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่

ตัวอย่างใบงาน

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th





ชื่อ : _____ สกุล : _____ ชั้น _____ เลขที่ _____
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ หน่วยการเรียนรู้ย่อยที่ - เรื่อง ร่างกายปลอดภัยจิตใจมีสุข

คำชี้แจง ๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้เพื่อประเมินการเรียนรู้ของ
 นักเรียน ตามระดับการประเมินต่อไปนี้

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

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
๑. ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน	☆☆☆☆☆
๒. ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในโรงเรียน	☆☆☆☆☆
๓. ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในการเดินทาง	☆☆☆☆☆
๔. แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ	☆☆☆☆☆
๕. แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	☆☆☆☆☆

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....

☆☆ จำนวน..... ☆☆☆☆ จำนวน.....

☆☆☆ จำนวน.....

๓. วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ความมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ก่อนข้างดี ดี ดีมาก

๔. กาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ ที่นักเรียนวางแผนจะทำเพื่อพัฒนาการเรียนในครั้งต่อไป (เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ)

- ☐ ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน
- ☐ ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในโรงเรียน
- ☐ ฝึกปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในการเดินทาง
- ☐ แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น
- ☐ แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ

ตัวอย่าง แบบประเมินตนเอง

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th





แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning log)

ชั้น ป.๓-๔ ปลายภาค

ชื่อ.....สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ประจำ : ☐ กลางภาค ☐ ปลายภาค ☐ หน่วยการเรียนรู้ที่.....



สิ่งที่ฉันชอบในการเรียนวิชานี้ คือ

.....
.....
.....



สิ่งที่ฉันไม่ชอบในการเรียนวิชานี้ คือ

.....
.....
.....



สิ่งที่ฉันจะทำให้ดีขึ้น คือ

.....
.....
.....

ตัวอย่าง แบบบันทึกการเรียนรู้

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th



บทบาทนักเรียน

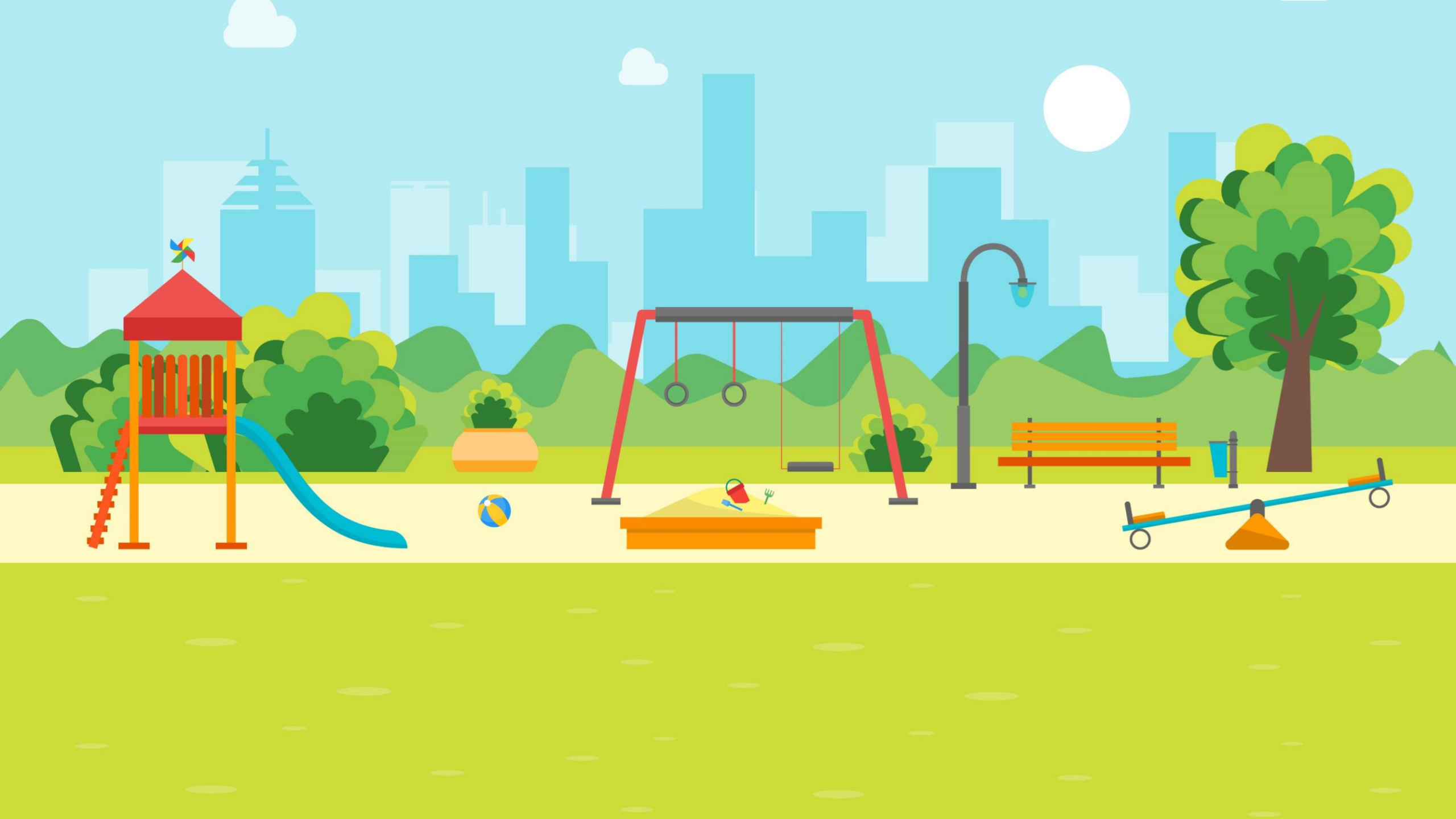
๑. นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
๒. นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเรียบร้อย



บทบาทครูปลายทาง

๑. ครูชี้แจงการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
๒. ให้คำแนะนำหรือเพิ่มเติมเนื้อหาแก่นักเรียน
๓. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม





จบการเรียนรู้ภาคเรียนที่ ๒

