

# รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เรื่อง ความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ  
การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์

ครูวนิดา เรืองอยู่





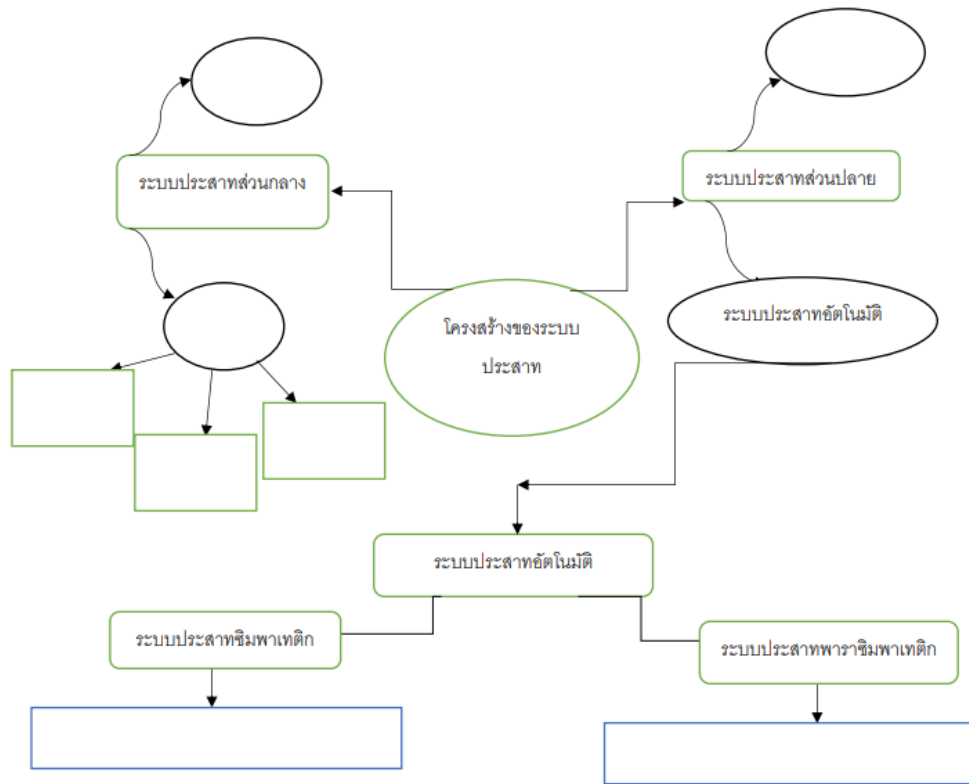
ความสำคัญของระบบประสาท  
ที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโต  
และพัฒนาการของวัยรุ่น





# ใบงานที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่องโครงสร้างการทำงานของระบบประสาท และสรุปความคิดลงใน  
แผนภาพความคิดในใบงาน



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

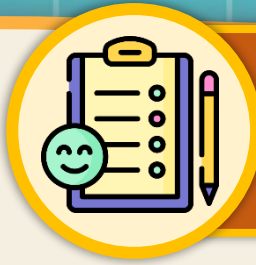


# ทบทวนบทเรียน

## เรื่อง

# โครงสร้างและหน้าที่ของระบบประสาท



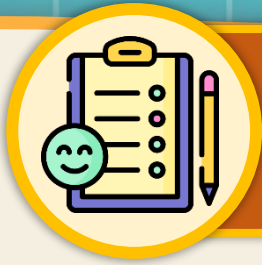


## จุดประสงค์การเรียนรู้

### ด้านความรู้

นักเรียนสามารถอธิบายความสำคัญของระบบประสาท  
ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น



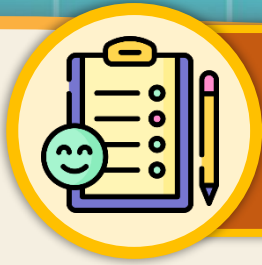


## จุดประสงค์การเรียนรู้

### ด้านทักษะกระบวนการ

นักเรียนสามารถวิเคราะห์และนำเสนอความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น





## จุดประสงค์การเรียนรู้

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. นักเรียนไม่เรียนรู้
๒. นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการทำงาน





## คำถามชวนคิด

นักเรียนคิดว่าคนในภาพมีความรู้สึกอย่างไร เพราะเหตุใด



กินอย่างไรให้

“สมอง”

สมอง

โลดแล่น แจ่มใส



ระบบประสาทเป็นระบบอวัยวะ  
ในร่างกายที่สำคัญต่อสุขภาพ  
การเจริญเติบโต และพัฒนาการ  
ของวัยรุ่น







# ความสำคัญ ของระบบประสาท



ระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ

ระบบประสาทที่มีผลต่อการเจริญเติบโต  
ของร่างกาย

ระบบประสาทที่มีผลต่อพัฒนาการ



ระบบประสาท  
เป็นระบบอวัยวะ  
ในร่างกายที่สำคัญต่อ  
สุขภาพ การเจริญเติบโต  
และพัฒนาการของวัยรุ่น



## ระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ

- ควบคุมการทำงานของอวัยวะภายในร่างกายให้ทำงานได้อย่างเต็มที่
- ควบคุมสภาวะแวดล้อมภายในร่างกายให้อยู่ในสภาวะสมดุล
- ช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระร่างกายที่เหมาะสม





# ระบบประสาทที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย

ระบบประสาทมีหน้าที่สำคัญในการคิดวิเคราะห์ เพื่อหารูปแบบในการดำรงชีวิตที่เหมาะสมต่อตนเอง เช่น การเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย





## ระบบประสาทที่มีผลต่อพัฒนาการ

พัฒนาการ  
ที่เหมาะสมกับวัย

พัฒนาการด้านความคิด  
สติปัญญา และจริยธรรม  
ที่เหมาะสม

การควบคุม  
พฤติกรรม



# กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๕ คน

๒. ตัวแทนกลุ่มจับสลากเลือกหัวข้อเรื่องและภาพที่เกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับหัวข้อเรื่องของกลุ่มตนเอง

๓. ครูแจก

- กระดาษฟลิปชาร์ต      - ปากกาเมจิก      - กาวติดกระดาษ

โดยให้นักเรียนนำภาพที่เลือกมาติดลงในกระดาษฟลิปชาร์ต พร้อมเขียนสรุปความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อวัยรุ่นุ่นตามหัวข้อของกลุ่มนักเรียน



## ความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อวัยรุ่น

๑. ระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ
๒. ระบบประสาทที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย
๓. ระบบประสาทที่มีผลต่อพัฒนาการ



# ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง ความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อสุขภาพ  
การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ [www.dltv.ac.th](http://www.dltv.ac.th)





An illustration of a classroom. At the top, there are four rectangular light fixtures. In the center, a round clock shows a time around 10:10. Below the clock is a large green chalkboard with a wooden frame. On the chalkboard, there is Thai text. At the bottom of the chalkboard, there are some books and a small white object. In the foreground, two cartoon children are smiling and waving. The girl on the left has brown hair in pigtails and is wearing a red shirt. The boy on the right has brown hair and is wearing a yellow shirt.

ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ  
แลกเปลี่ยนเรียนรู้



# สรุปบทเรียน

## ความสำคัญของระบบประสาทที่มีผลต่อวัยรุ่น



ที่มาภาพ <https://www.foryoursweetheart.org>



ที่มาภาพ <https://www.honestdocs.co/5-food-group-and-its-benefit>



# การดูแลรักษาระบบประสาท



# บทเรียนครึ่งต่อไป

เรื่อง

วิธีดูแลรักษาระบบประสาทให้ทำงานตามปกติ

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ [www.dltv.ac.th](http://www.dltv.ac.th)

รายวิชาสุขศึกษา  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

