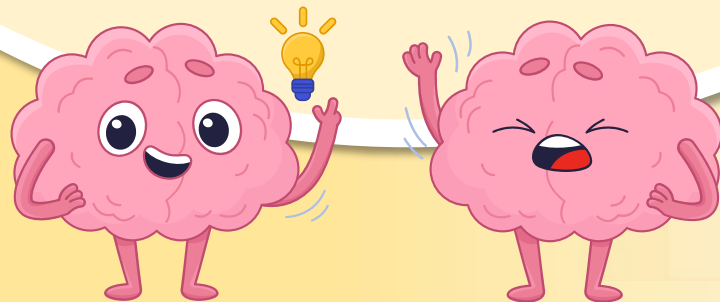


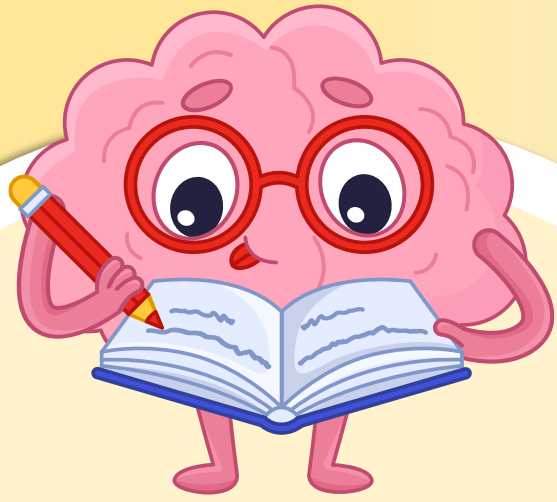
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง สมออง

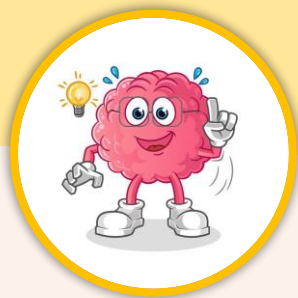
ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เจริญสุวรรณ





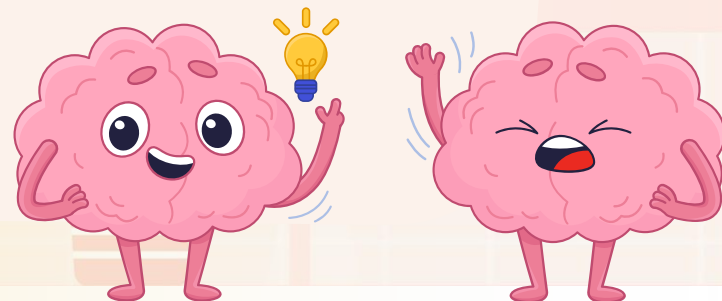
เรื่อง สมอง





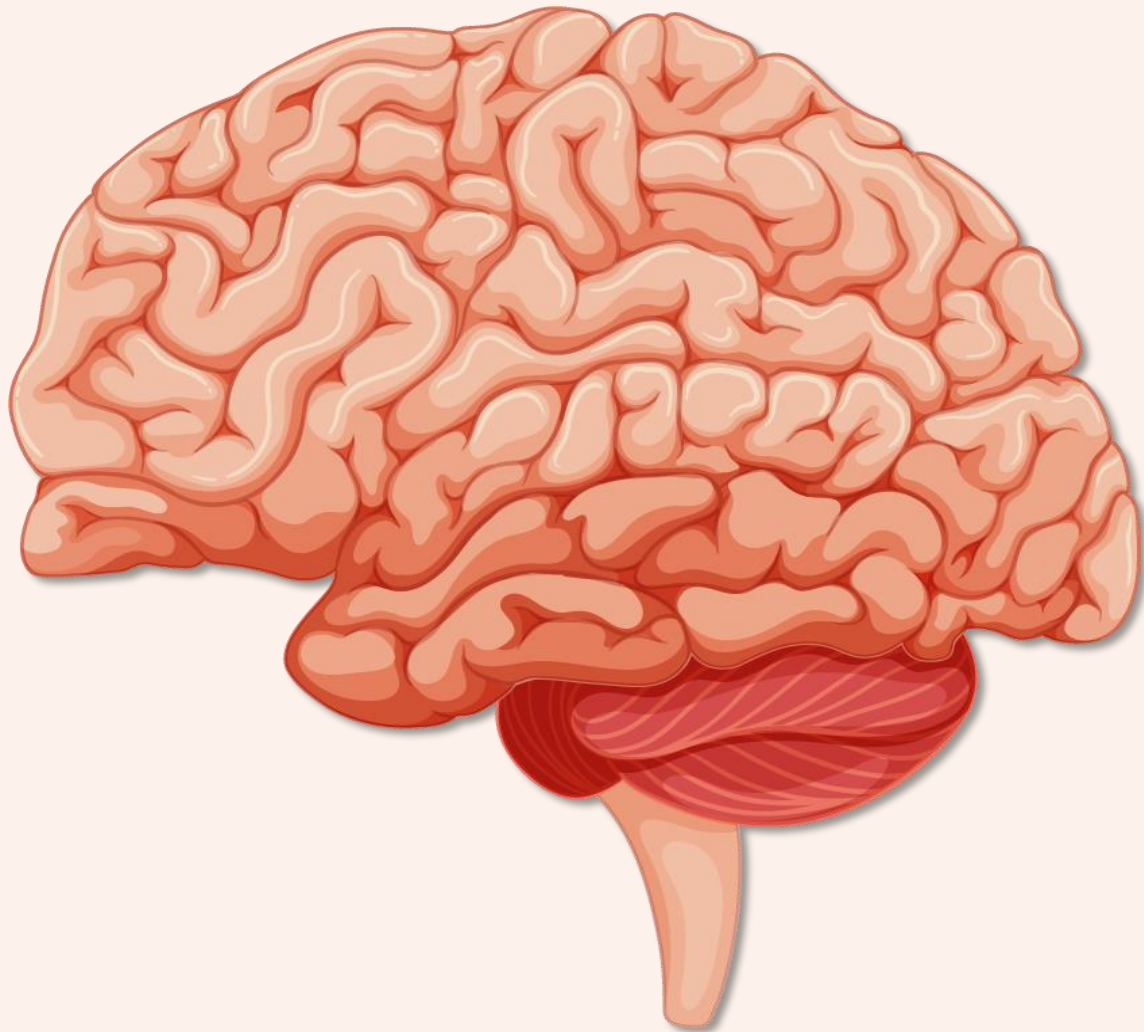
จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน
๒. อธิบายวิธีดูแลป้องกันอวัยวะภายใน
๓. บอกความสำคัญของอวัยวะภายในร่างกาย



ทบทวนความจำ





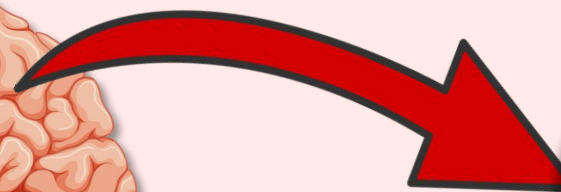
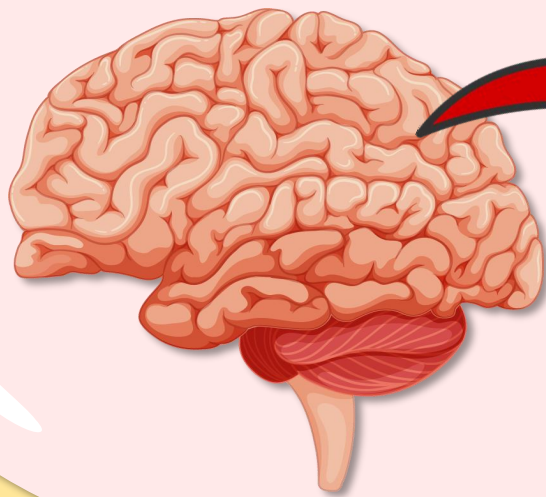
สมอง

BRAIN

สมอง

BRAIN

สมอง เป็นอวัยวะภายใน
มีลักษณะเป็นก้อน ผิวของเนื้อสมอง
จะเป็นลูกคลื่นหรือรอยหยัก



เนื้อสมอง



สมอง

BRAIN

สมองบรรจุอยู่ภายใน
กะโหลกศีรษะของเรา



สมอง

BRAIN

สมองทำหน้าที่ควบคุมการทำงานของร่างกาย
เช่น ควบคุมการเคลื่อนไหว และมีหน้าที่
ในการรับรู้ความรู้สึก อารมณ์ ความจำ ความคิด
และการเรียนรู้





นักเรียนเคยเกิดเหตุการณ์นี้
กับตนเองหรือไม่?



เหตุการณ์นี้
มีสาเหตุมาจาก
อะไรได้บ้าง?



ถ้าสมองได้รับ
การกระทบกระเทือน
จะเกิดผลอย่างไร



สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา

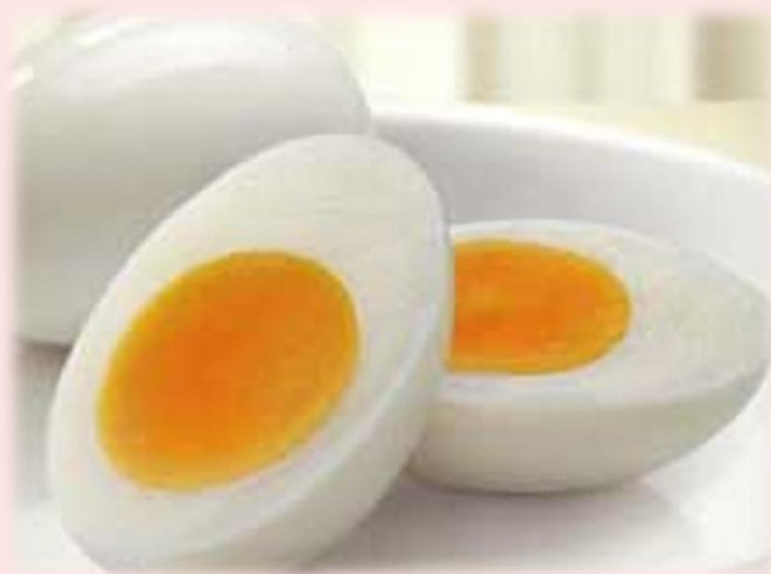


กินอาหารเข้าทุกวัน
จะช่วยบำรุงสมอง





อาหารเช้า...อาหารสมอง



สมอง

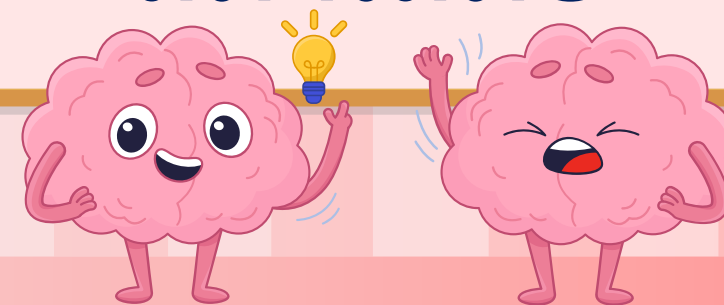
BRAIN

การดูแลรักษา



ออกกำลังกาย

สม่ำเสมอ



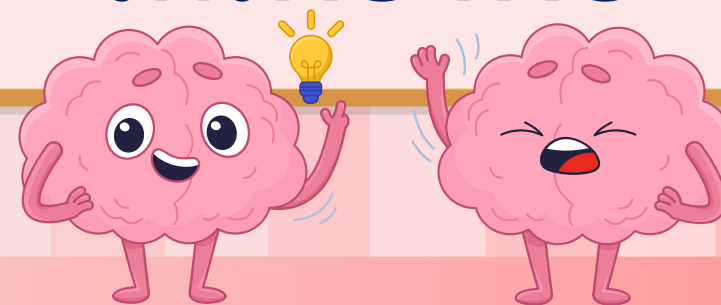
สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา



นอนหลับพักผ่อน
ให้เพียงพอ



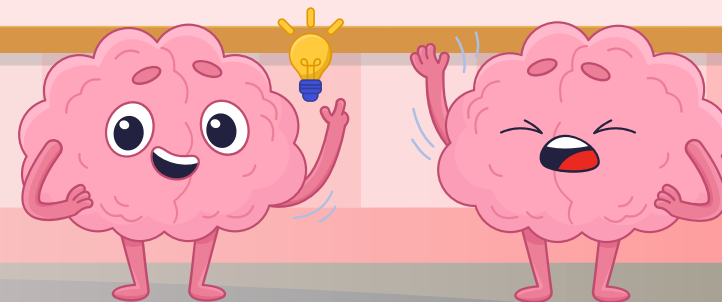
สมอง

BRAIN

การดูแลรักษา



ดื่มน้ำสะอาด
อย่างน้อยวันละ
๖-๘ แก้ว



สมอง

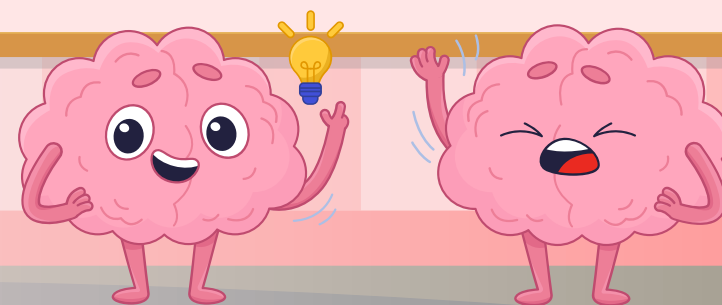
BRAIN

การดูแลรักษา



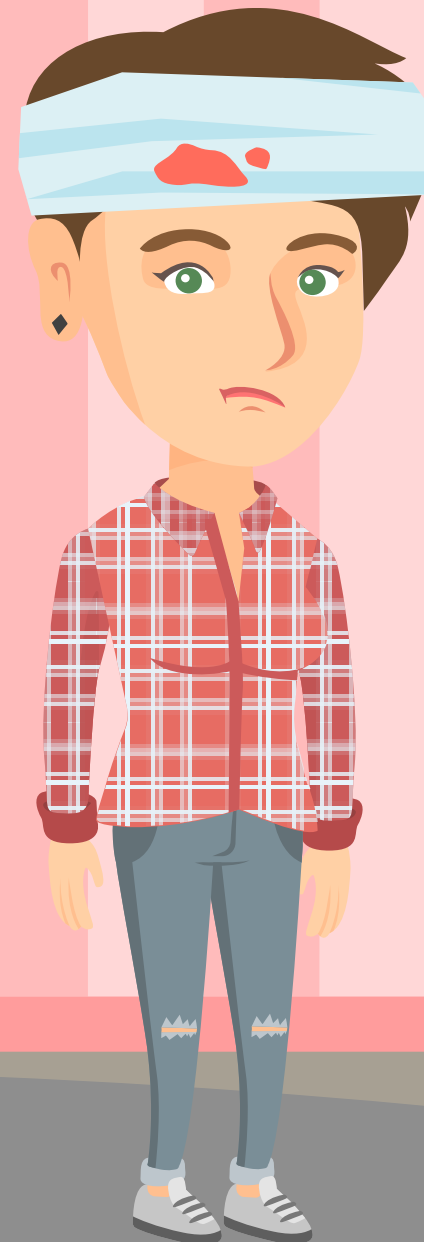
ระมัดระวัง

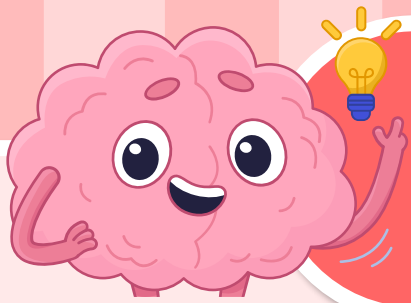
การเกิดอุบัติเหตุ





ระมัดระวังอุบัติเหตุที่
กระทบกระเทือนศีรษะ





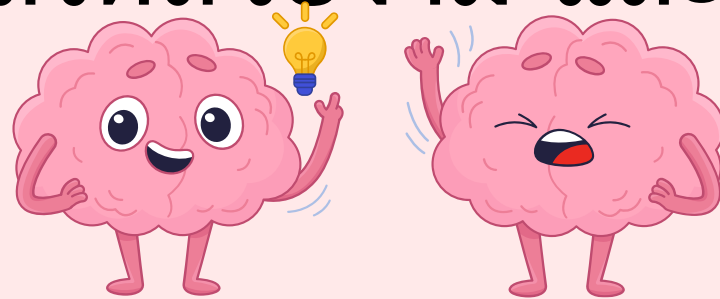
อาหารที่ช่วยบำรุงสมอง



ใบงานที่ ๒ เรื่อง อาหารเข้า อาหารสมอง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนวาดภาพอาหารเข้าที่นักเรียนรับประทาน
ในมือเข้า ระบายสีให้สวยงาม และระบุชื่อเมนูอาหาร



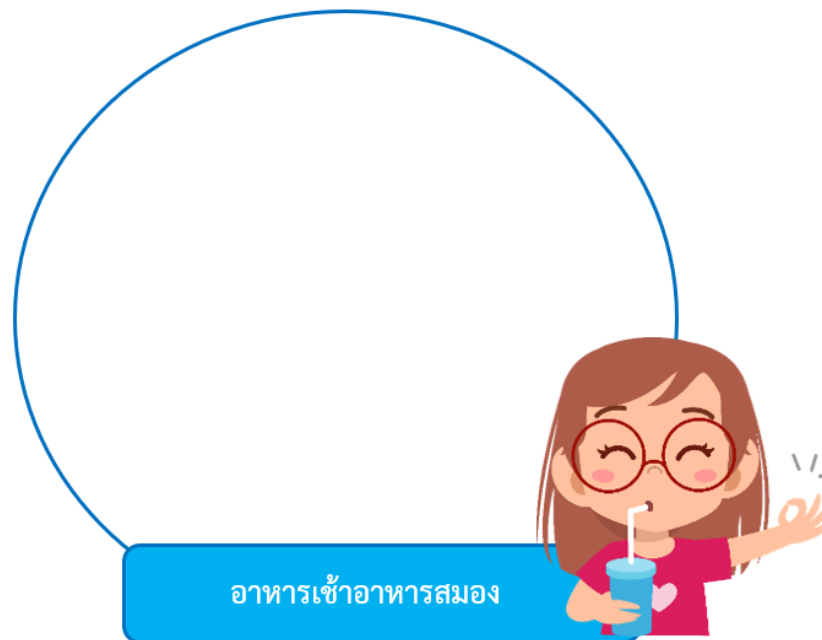
ใบงานที่ ๒ เรื่อง สมอ

(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



ใบงานที่ ๒ เรื่อง สมอ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ตัวเรา
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอ
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพอาหารเข้าที่นักเรียนรับประทานในมื้อเช้า
ระบายสีให้สวยงาม และระบุชื่อเมนูอาหาร



อาหารเข้าของฉัน คือ

ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอ

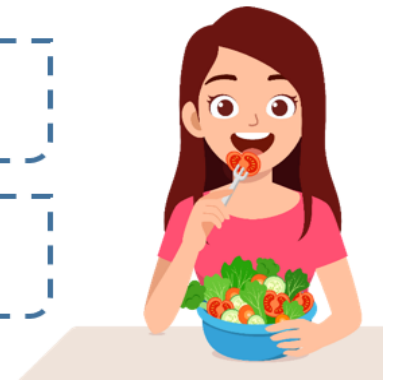


สมอเป็นอวัยวะภายใน
ที่บรรจุอยู่ในกะโหลกศีรษะ

ทำหน้าที่ควบคุมร่างกายและจิตใจ
รวมถึงการจำและการเรียนรู้

สมอเป็นอวัยวะที่สำคัญ ดังนั้น เราควรดูแลรักษาอย่างดี

- รับประทานอาหารเข้าทุกวันจะช่วยบำรุงสมอง
- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- ระมัดระวังการเกิดอุบัติเหตุ





กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

๑. นักเรียนทำใบงานที่ ๒ เรื่อง สมอ
๒. นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอ

คำชี้แจงกิจกรรมครู

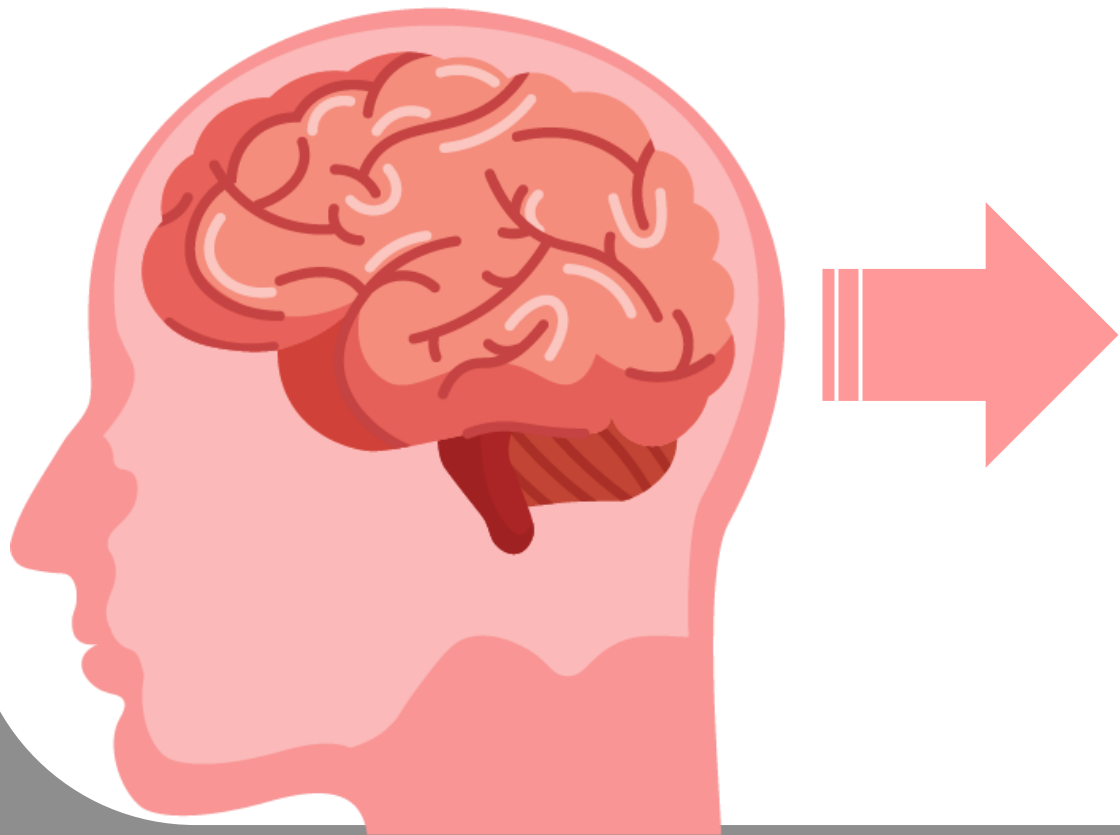
๑. อธิบายคำชี้แจงใบงาน
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง สมอ
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน



กิจกรรม บริหารสมอง



สรุปความรู้เกี่ยวกับ... สมออง



สมอองเป็นอวัยวะภายในที่บรรจุอยู่ในกะโหลกศีรษะ

ทำหน้าที่ควบคุมร่างกายและจิตใจ รวมถึงการจำและการเรียนรู้

สมอองเป็นอวัยวะที่สำคัญ ดังนั้นเราควรดูแลรักษาอย่างดี

บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง หัวใจ

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดหรือกระดาษ
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง หัวใจ
- กระดาษขนาด A4

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

