

**ใบความรู้ที่ ๕ เรื่อง หนังสือดีมีประโยชน์**  
**หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง แสนสุขใจ ภาษาไทยของเรา**  
**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง หนังสือดีมีประโยชน์ (๑)**  
**รายวิชาภาษาไทย รหัสวิชา ท๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓**

การอ่าน คือ การรับรู้ความหมายจากถ้อยคำที่ตีพิมพ์อยู่ในสิ่งพิมพ์หรือในหนังสือ เป็นการรับรู้ที่ผู้เขียนคิดอะไรและพูดอะไร โดยเริ่มต้นทำความเข้าใจถ้อยคำแต่ละคำ เข้าใจวลีเข้าใจประโยค ซึ่งรวมอยู่ในย่อหน้า เข้าใจแต่ละย่อหน้า ซึ่งรวมเป็นเรื่องราวเดียวกัน

### **หลักการเลือกหนังสือ**

การเลือกหนังสือ ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ของการอ่าน และต้องสัมพันธ์กับการเลือกใช้น้ำหนัก หรือวัสดุในห้องสมุด ได้แก่

๑. การอ่านเพื่อความรู้ เช่น ตำราวิชาการ หนังสือเรียน ความรู้ในสาระการเรียนรู้
๒. การอ่านเพื่อความบันเทิงใจ เช่น นวนิยาย การ์ตูน เรื่องสั้น
๓. การอ่านเพื่อเป็นกำลังใจเสริมสร้างปัญญา เช่น หนังสือจิตวิทยา หนังสือธรรมะ
๔. การอ่านเพื่อใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การทำอาหาร การทำงานอดิเรก

### **หนังสือที่ดี ควรมีลักษณะ ดังนี้**

๑. เลือกหนังสือที่มีสาระเรื่องราวตรงกับความต้องการ หรือวัตถุประสงค์ในการอ่าน
๒. เนื้อหาถูกต้อง มาจากแหล่งอ้างอิงที่เชื่อถือได้ได้แก่

๒.๑ เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่าดี

๒.๒ มีการตรวจสอบหรือวิพากษ์วิจารณ์อย่างกว้างขวางว่าดี

๒.๓ ได้รับรางวัลสำคัญ ๆ ในการประกวดขององค์กรที่มีคุณภาพ

๒.๔ เขียนโดยนักเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับของแวดวงนักอ่าน

๒.๕ มีคุณค่าดีพร้อมทุกด้าน ได้แก่ เนื้อหา ความคิด ทางภาษา รูปแบบการ

นำเสนอ

๒.๖ ได้รับการยอมรับให้ศึกษาสืบทอดกันมาทุกยุคทุกสมัย

๒.๗ เนื้อหาไม่โน้มนำไปในทางเสื่อม หรือสร้างความแตกแยกทางสังคม

วัฒนธรรม

### การเตรียมพร้อมเพื่อการอ่าน

๑. สถานที่เหมาะกับการอ่าน ควรมีความเงียบสงบ มีอุณหภูมิและแสงสว่างที่เหมาะสมโต๊ะที่มีความสูงพอเหมาะและเก้าอี้ที่นั่งสบายไม่นุ่มหรือแข็งจนเกินไป

๒. จัดท่าทางในการอ่าน ตำแหน่งของหนังสือควรอยู่ห่างประมาณ ๓๕-๔๕ เซนติเมตรหน้าหนังสือต้องตรงอยู่กลางสายตา ควรนั่งหลังตรงไม่ควรนอนอ่าน ทั้งนี้เพื่อให้สมองได้รับเลือดไปหล่อเลี้ยงอย่างเต็มที่ที่จะทำให้เกิดการตื่นตัวต่อการรับรู้จดจำ และอ่านได้นาน

๓. จัดอุปกรณ์ช่วยในการอ่าน เช่น กระจดาชสำหรับบันทึกดินสอ ปากกา ดินสอสี

๔. จัดเวลาที่เหมาะสม หากต้องการทบทวนบทเรียน ควรอ่านในช่วงที่ไม่ดีกมาก เนื่องจากร่างกายยังไม่อ่อนล้าเกินไปนัก หรืออ่านในตอนเช้า ๕.๐๐-๖.๓๐ น. หลังจากที

ร่างกายได้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพอ อ่านแต่ละครั้งไม่ควรเกิน ๓๐ – ๕๐ นาทีและให้  
เปลี่ยนแปลงอิริยาบถสัก ๑๐ นาที ก่อนลงมืออ่านต่อไป

๕. เตรียมตนเอง ได้แก่ ทำจิตใจให้แจ่มใส มุ่งมั่น ตั้งใจ และมีสมาธิในการอ่าน  
นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ มีสุขภาพสายตาที่ดีแบ่งเวลาให้ถูกต้อง และมีวินัยในชีวิต  
โดยใช้เวลาแต่ละวันฝึกอ่านหนังสือ และพยายามฝึกทักษะใหม่ๆ ในการอ่าน เช่น ทักษะ  
การอ่านเร็วอย่างเข้าใจ เป็นต้น

