

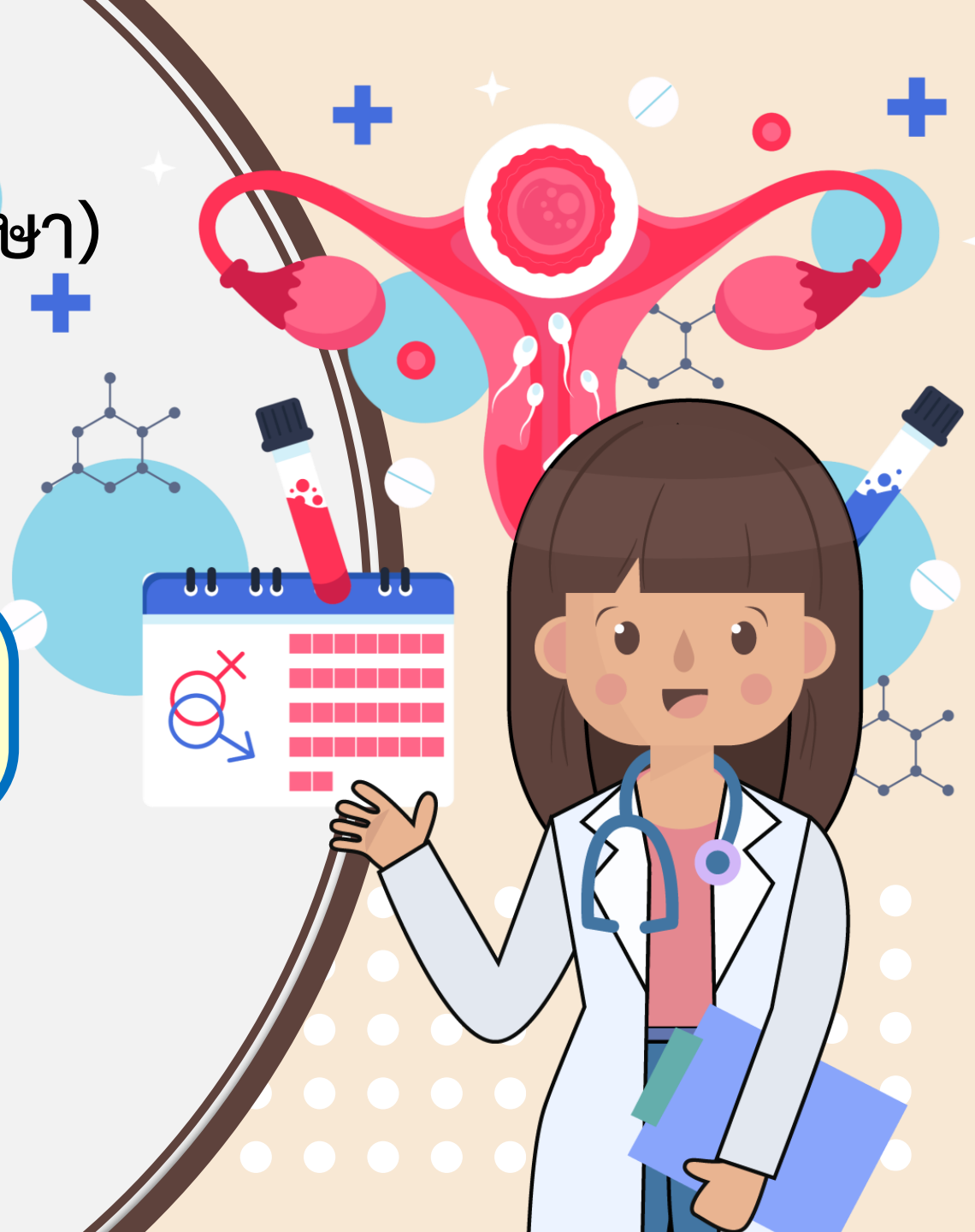
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๖๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

เรื่อง **วิธีดูแลระบบสืบพันธุ์**

ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เห่งยมสุวรรณ





ภาพ โรคกลากเกลื้อน จาก โรคกลากเกลื้อน (Ringworm) : อาการ สาเหตุ การรักษา  
โดย คมสวัสดิ์ อุดมปลั่ง <https://cth.co.th/ringworm/>



ภาพ สั่งคัง จาก สั่งคัง Jock Itch (Tinea Cruris) : ยา การรักษา ประเภท  
โดย แพทย์หญิงวิกานดา รัตน์พันธุ์ <https://bupa.co.th/jock-itch-0146/>





ภาพ เชื้อราในช่องคลอด จาก High Resolution Images: Candida Oesophagitis  
โดย <http://www.gastrolab.net/pa-214.htm>



ภาพ ชิฟิลิส จาก หมอห้วง ชิฟิลิส กลับมาระบาด กราฟพุ่งกระฉูด เหตุผู้ป่วยไม่รู้ตัว ม.ปลาย มหาลัย เพียบ! สุรินทร์ก็ด้วย!  
โดย <https://surin108.net/หมอห้วง-ชิฟิลิส-กลับมาระ/>



# คำถาม

นักเรียนคิดว่าอาการเหล่านี้  
เกิดจากสาเหตุใด



# กลาก เกือบในร่มผ้า



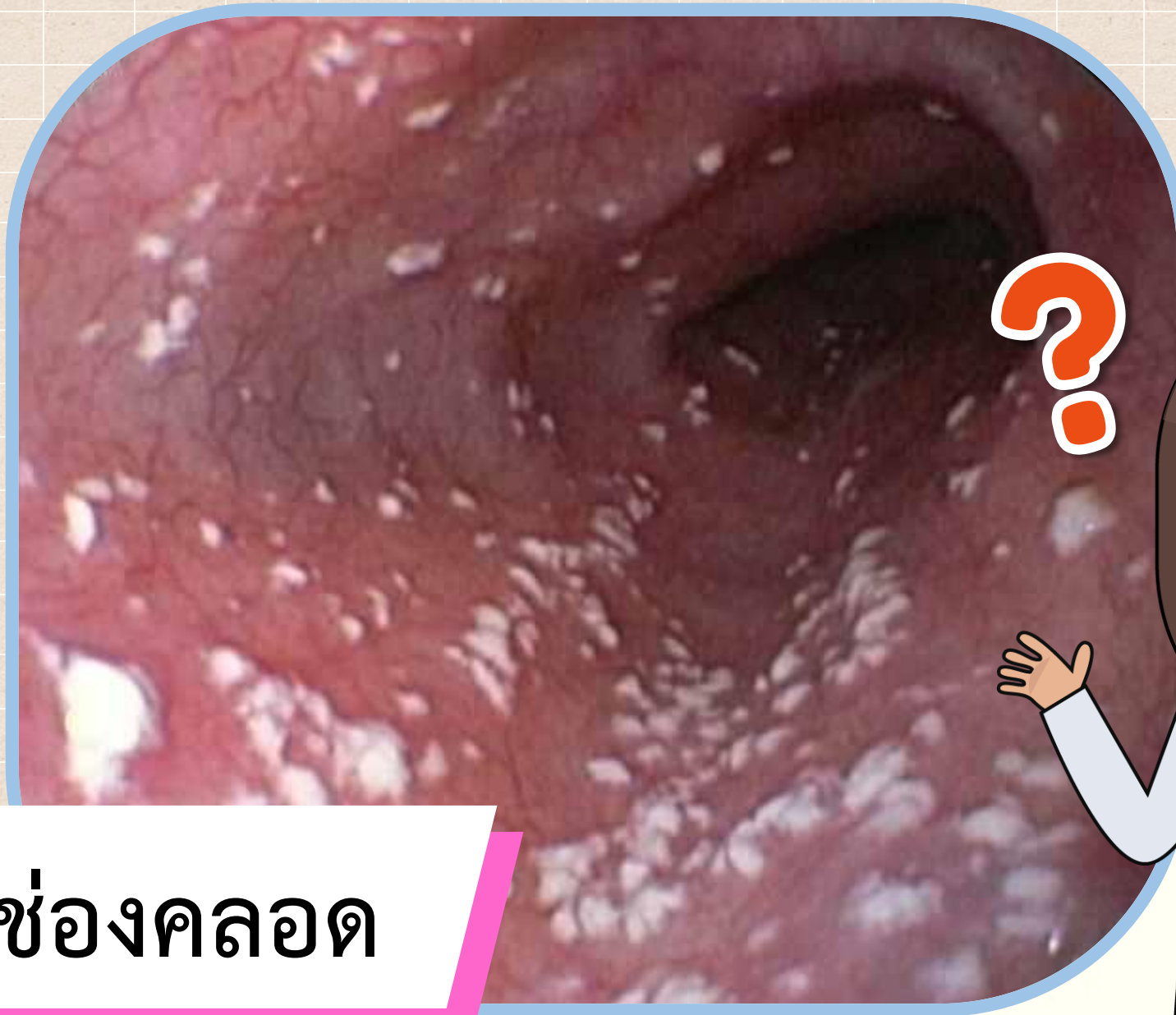
ภาพ โรคกลากเกือบ จาก โรคกลากเกือบ (Ringworm) : อาการ สาเหตุ การรักษา  
โดย คมสวัสดิ์ อุดมปลั่ง <https://cth.co.th/ringworm/>

# สังคัง



ภาพ สังคัง จาก สังคัง Jock Itch (Tinea Cruris) : ยา การรักษา ประเภท  
โดย แพทย์หญิงวิภาดา รัตนพันธุ์ <https://bupa.co.th/jock-itch-0146/>





# เชื้อราในช่องคลอด



ภาพ เชื้อราในช่องคลอด จาก High Resolution Images: Candida Oesophagitis  
โดย <http://www.gastrolab.net/pa-214.htm>



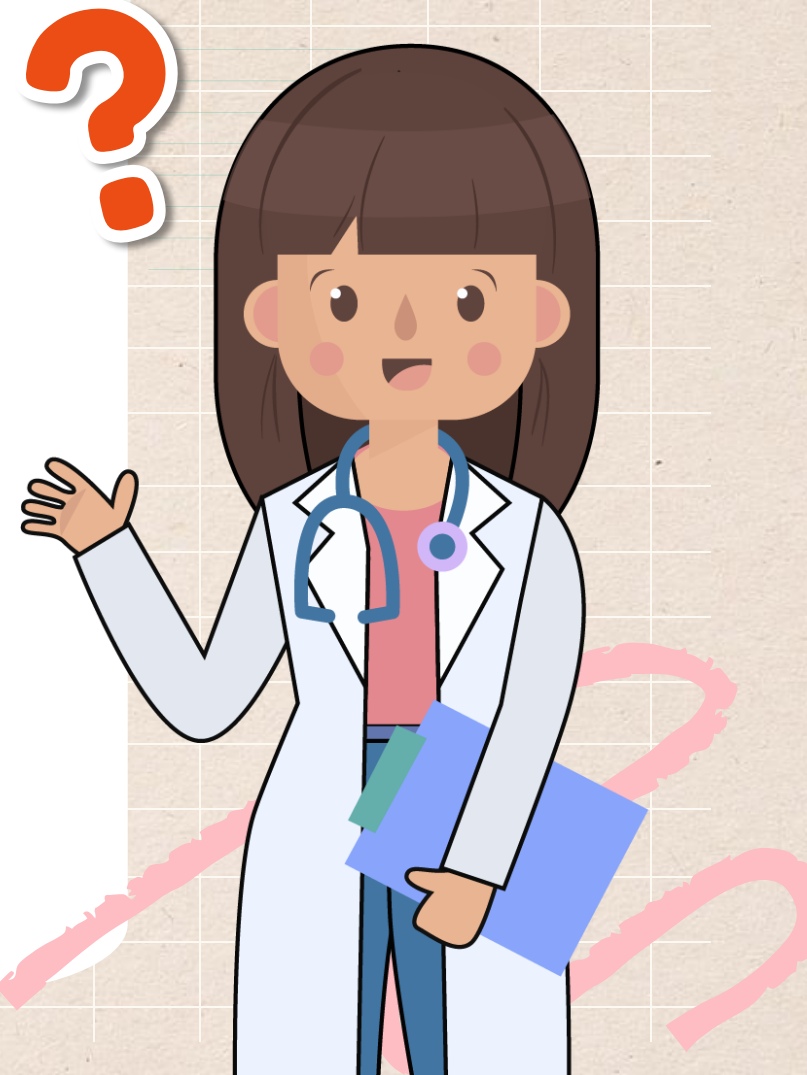
# ซิฟิลิส

ภาพ ซิฟิลิส จาก หมอห้วง ซิฟิลิส กลับมาระบาด กราฟพุ่งกระฉูด เหตุผู้ป่วยไม่รู้ตัว ม.ปลาย มหาลัย เพียบ! สุรินทร์ก็ด้วย!  
โดย <https://surin108.net/หมอห้วง-ซิฟิลิส-กลับมาระ/>



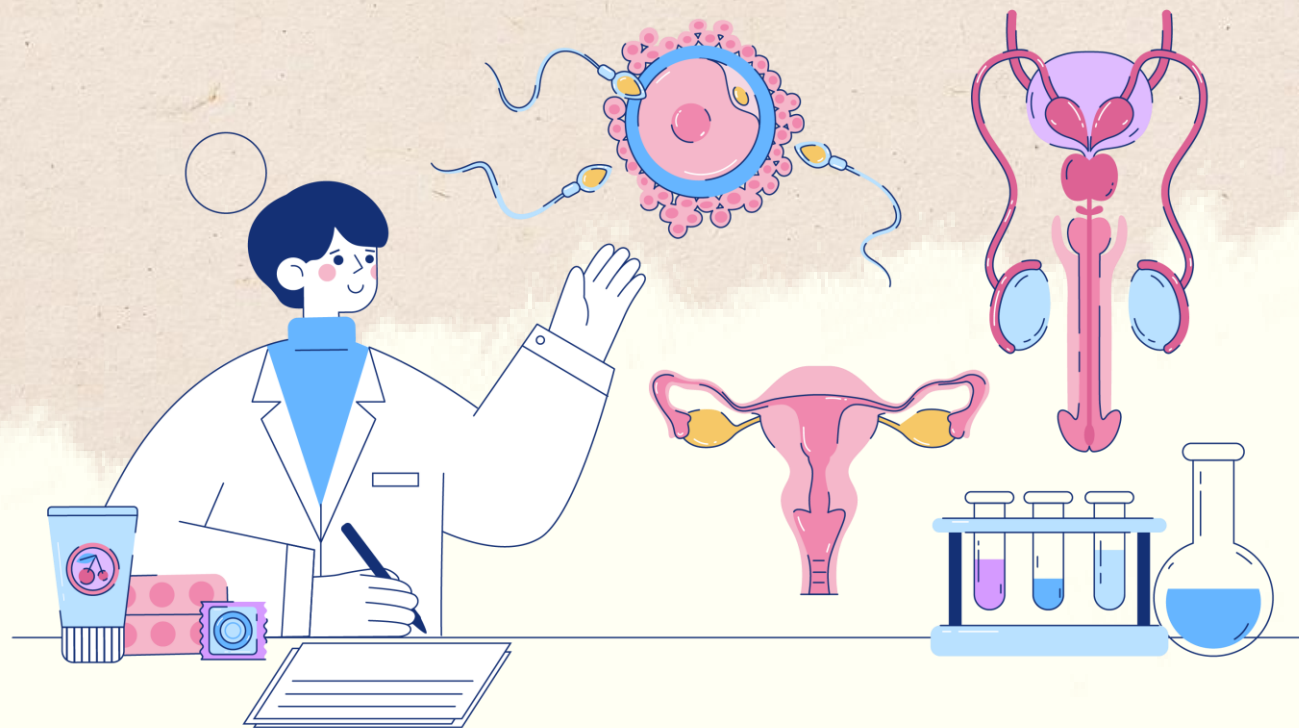
# คำถาม

หากนักเรียนไม่ต้องการ  
ให้เกิดอาการดังกล่าว  
นักเรียนควรทำอย่างไร



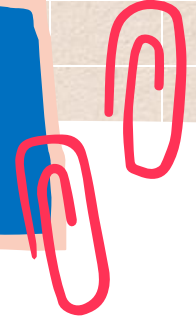


# วิธีดูแลระบบสืบพันธุ์

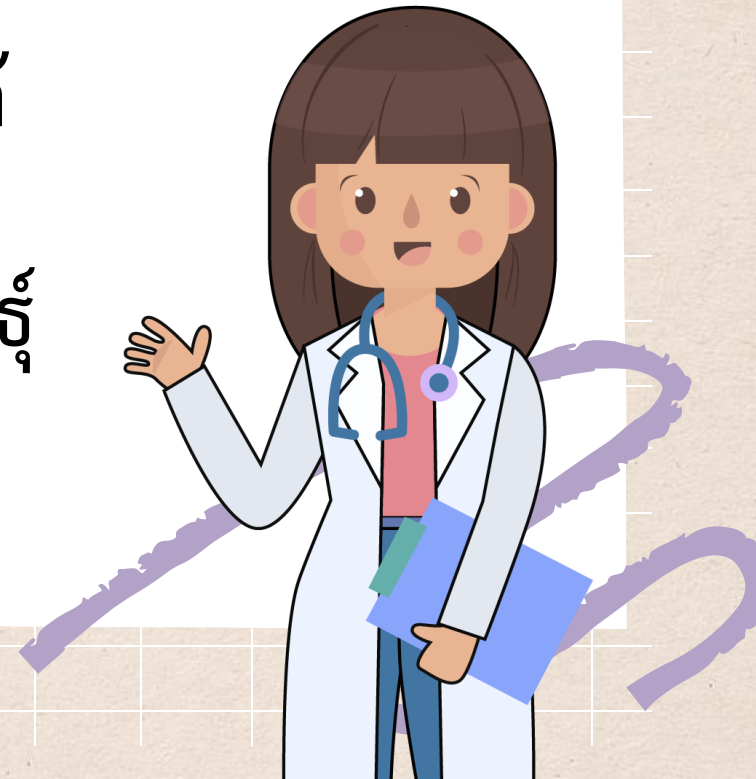




# จุดประสงค์การเรียนรู้



๑. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ให้ทำงานตามปกติได้
๒. ดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ให้ทำงานตามปกติได้
๓. เห็นประโยชน์ของการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์





วิธีดูแลรักษา

ระบบสืบพันธุ์

ให้ถูกต้อง





รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง



อาบน้ำทำความสะอาด  
อวัยวะเพศ  
แล้วซับให้แห้ง

# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

## วิธีทำความสะอาดอวัยวะเพศ

**อวัยวะเพศชาย** : ทำความสะอาดด้วย  
น้ำสะอาด หรือน้ำสบู่อ่อน ไม่ควรขัดถู  
ด้วยความรุนแรง เพราะอาจเกิดการระคายเคือง



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

## วิธีทำความสะอาดอวัยวะเพศ

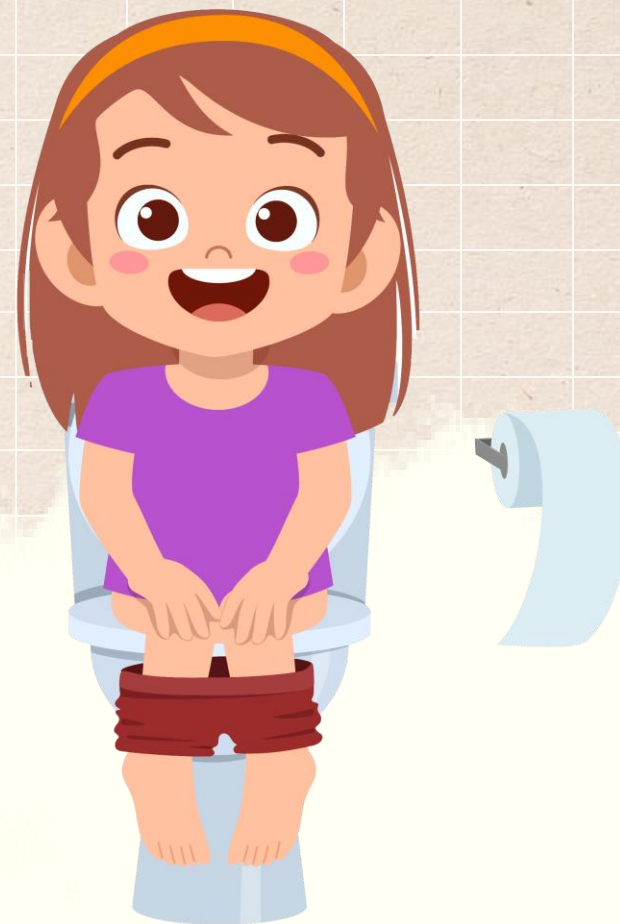
**อวัยวะเพศหญิง** : ทำความสะอาดด้วย  
น้ำสะอาด หรือน้ำสบู่อ่อน ไม่ควรสวนล้าง  
เข้าไปในบริเวณช่องคลอด





# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

หลังขับถ่ายเพศหญิง  
ควรทำความสะอาดจาก  
ข้างหน้าไปข้างหลัง



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

สวมใส่ชุดชั้นในและ  
กางเกงในที่แห้งสนิท  
และไม่รัดแน่นจนเกินไป



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

การสวมใส่ชุดชั้นในหรือกางเกงในที่ไม่แห้งสนิท  
หรือ รัดแน่นจนเกินไป

๑. เกิดกลิ่นเหม็นอับ
๒. เกิดเชื้อรา หรือแบคทีเรีย
๓. เกิดการเสียดสี หรือกดทับบริเวณผิวหนัง





# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

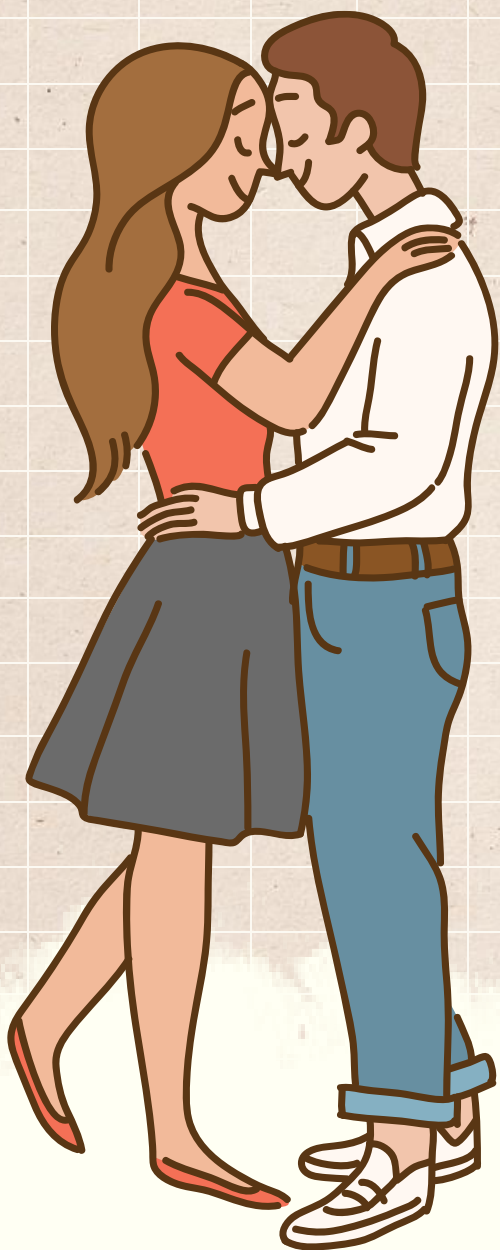
สังเกตความผิดปกติที่อาจ  
เกิดขึ้นกับอวัยวะเพศ  
หากพบรีบแจ้งผู้ปกครองทันที



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

ระวังอย่าให้อวัยวะเพศ  
ถูกกระทบกระแทก





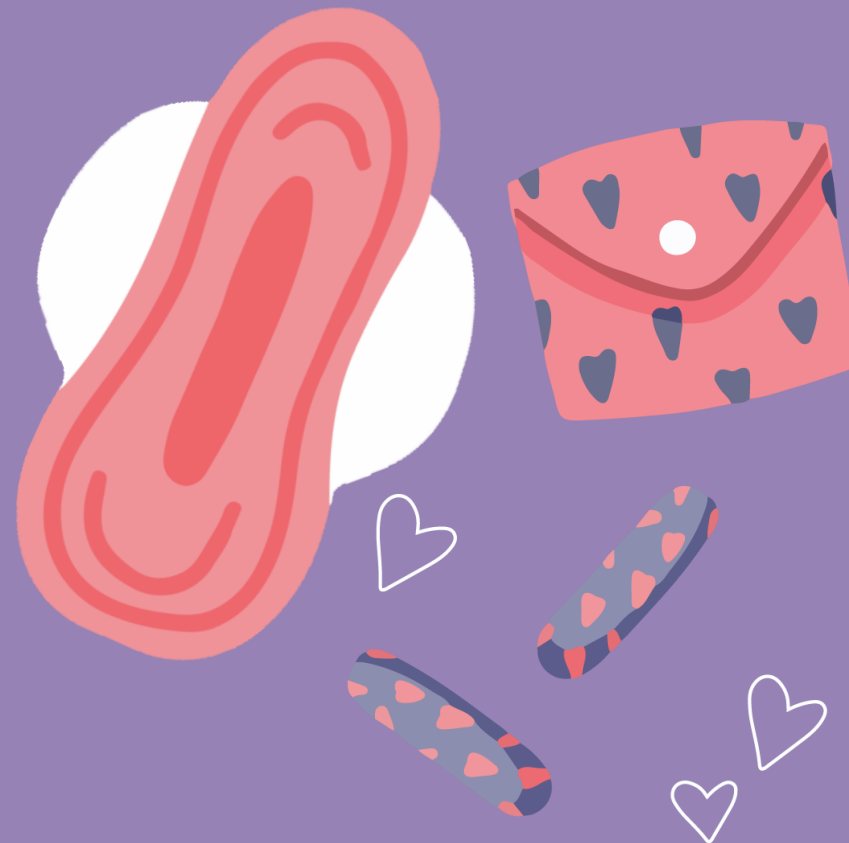
รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

ไม่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร  
เพราะเสี่ยงต่อการติดโรค



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

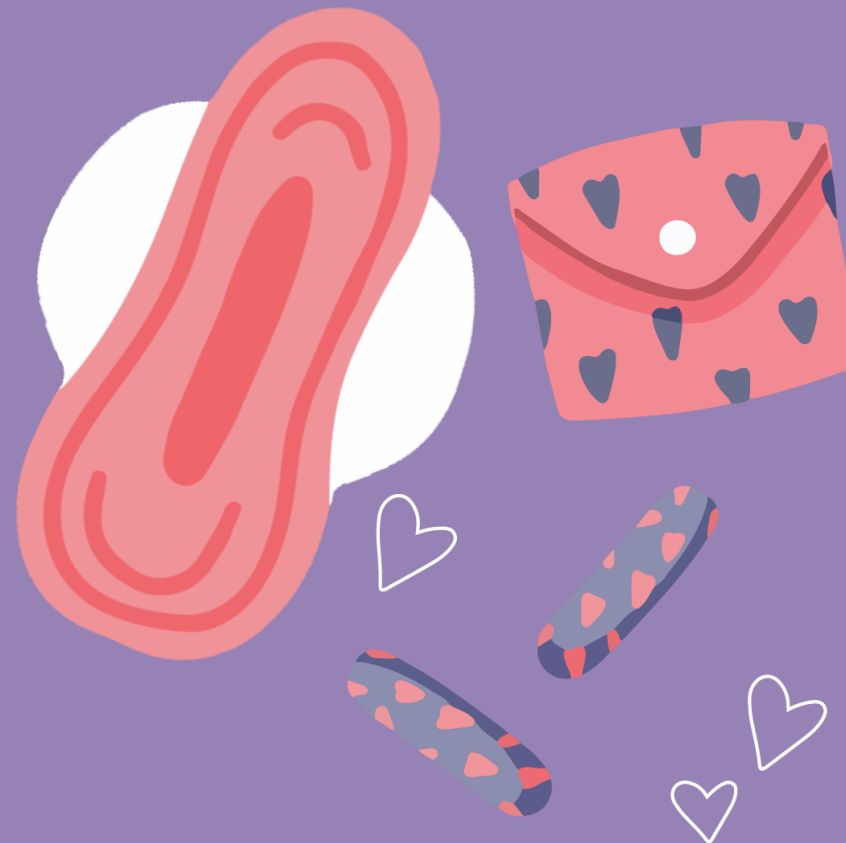
เพศหญิง หากมีรอบเดือน  
ควรเปลี่ยนผ้าอนามัย  
ทุก ๓ - ๔ ชั่วโมง  
และห่อให้มิดชิดก่อนทิ้งถังขยะ



# รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

## วิธีการห่อผ้าอนามัยก่อนทิ้ง

๑. ใช้ถุงพลาสติกที่มากับผ้าอนามัย
๒. ห่อกระดาษใช้แล้ว

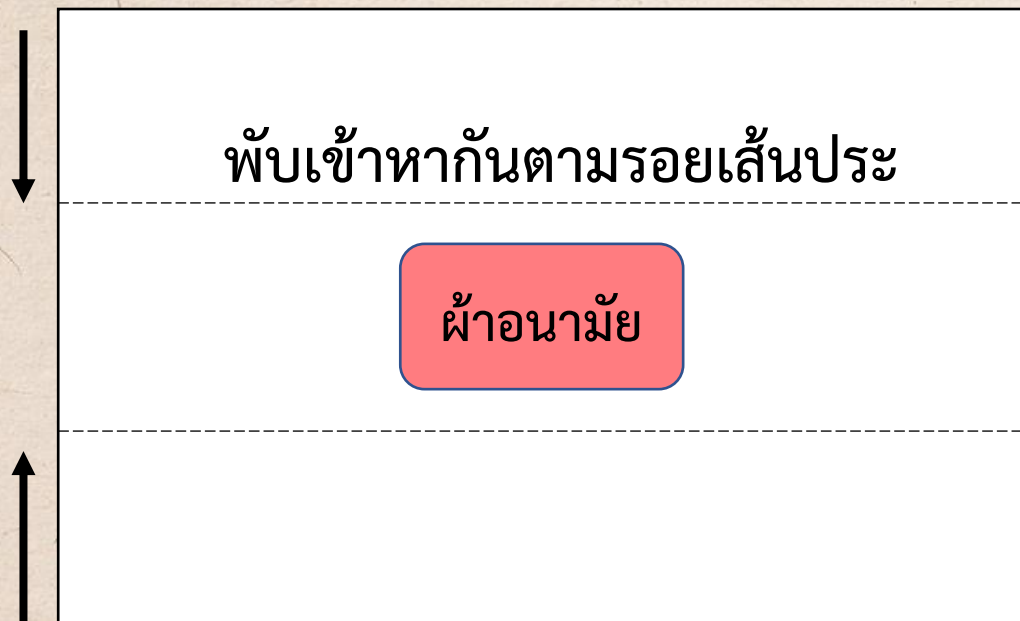


# วิธีการห่อผ้าอนามัยก่อนทิ้ง

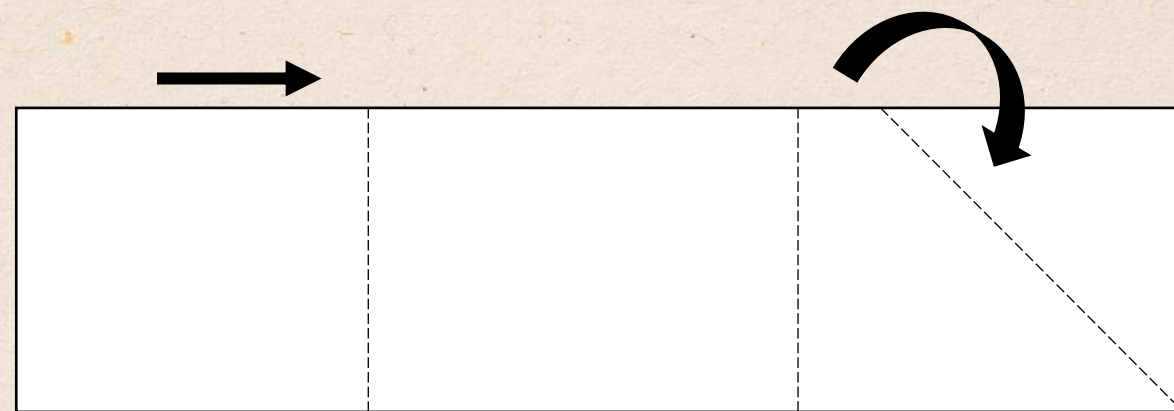
แบบใช้กระดาษที่ใช้แล้ว



๑



๒



พับตามรอยประ

พับ ๑ ด้าน  
ให้เป็นมุมแหลม

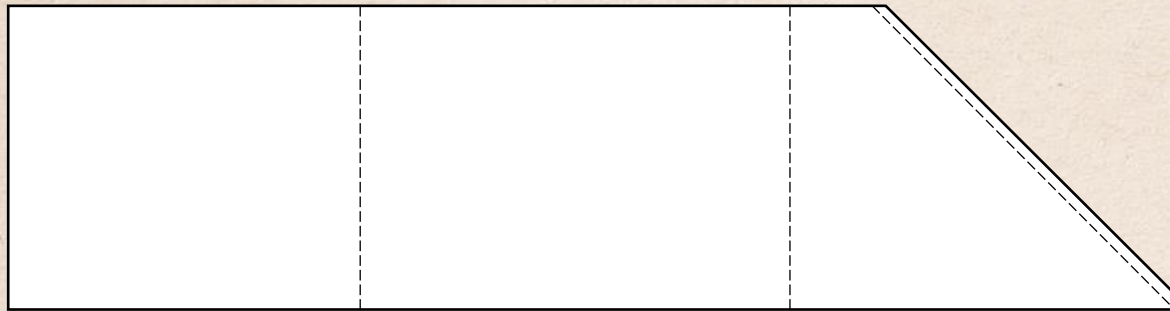


# วิธีการห่อผ้าอนามัยก่อนทิ้ง

แบบใช้กระดาษที่ใช้แล้ว



๓



สอดมุมแหลมเข้ากับอีกด้านที่เป็นช่องว่าง

๔



กดตรงรอยพับให้เรียบร้อย  
สำรวจว่าห่อมิดชิดก่อนทิ้งลงถังขยะ

รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

สาริตวิธีการห่อผ้าอนามัยก่อนทิ้ง

แบบใช้กระดาษที่ใช้แล้ว







รู้วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ให้ถูกต้อง

สาริตวิธีการห่อผ้าอนามัยก่อนทิ้ง

แบบใช้กระดาษที่ใช้แล้ว



# กิจกรรม **จริง**หรือไม่ **ใช่**หรือ**มั่ว**

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเลือกคำตอบ  
จากความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับระบบสืบพันธุ์  
ตามความคิดเห็นหรือประสบการณ์  
ของนักเรียน



**รอบเดือน** คือ เลือดเสียที่ออกมา  
จากร่างกายของเพศหญิง

จริง

ไม่จริง



**ฝันเปียก** คือ อาการผิดปกติ

ของเพศชาย

จริง

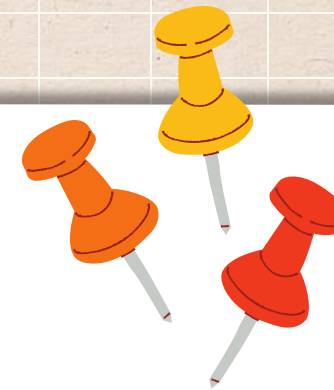
ไม่จริง

การมีเพศสัมพันธ์เร็ว  
แสดงว่าโตเป็นผู้ใหญ่เร็วกว่าเพื่อนคนอื่น

จริง

ไม่จริง

# กิจกรรมประจำวันนี้





ใบงานที่ ๔ เรื่อง วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ร่างกายของฉันททำงานอย่างไร  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์  
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๖๑๐๑  
ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทำแผนผังความคิดในเรื่องของวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ให้เหมาะสม  
กับเพศของตนเอง และตกแต่งให้สวยงาม

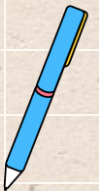


# ใบงานที่ ๔



## เรื่อง วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์

ให้นักเรียนทำแผนผัง  
ความคิด เรื่อง วิธีการดูแลรักษา  
ระบบสืบพันธุ์ให้เหมาะสมกับเพศ  
ของตนเอง



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

## คำชี้แจง

### คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

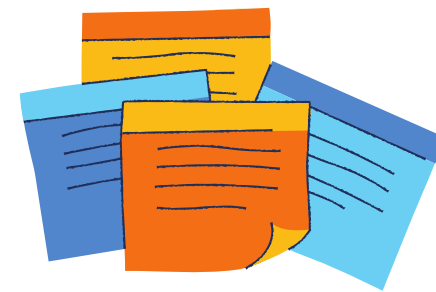
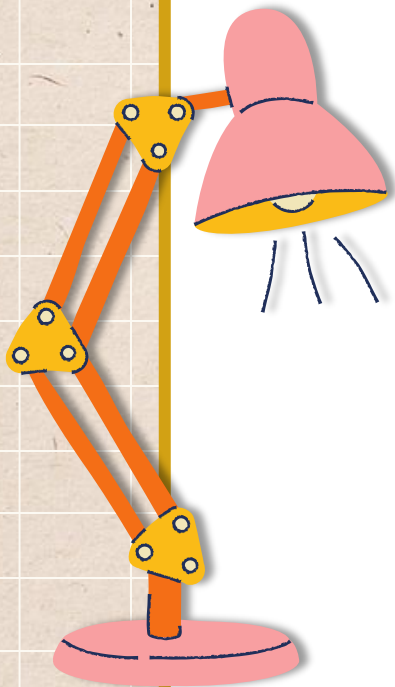
- นักเรียนลงมือปฏิบัติใบงานที่ ๔ เรื่อง วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์

## คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

๑. อธิบายคำชี้แจงในการปฏิบัติกิจกรรม
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติม
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรม  
ของนักเรียนในห้องเรียน



# สรุปบทเรียน





# วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์



อาบน้ำทำความสะอาดอวัยวะเพศ  
แล้วซับให้แห้ง



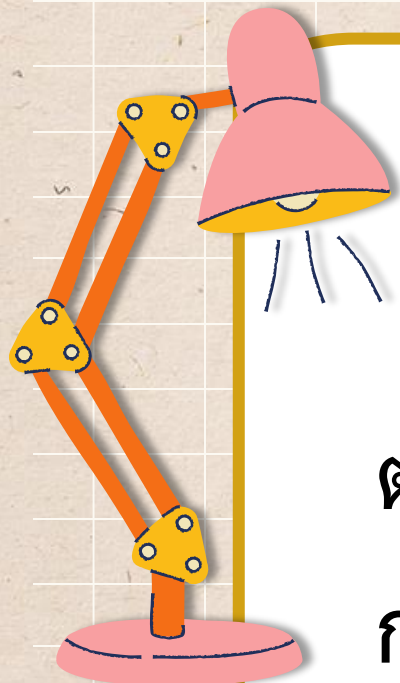
ระวังอย่าให้อวัยวะเพศ  
ถูกกระทบกระแทก



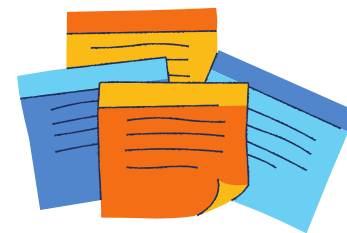
สวมใส่ชุดชั้นในหรือกางเกงใน  
ที่แห้งสนิท และไม่รัดแน่นจนเกินไป

สังเกตความผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นกับอวัยวะเพศ  
หากพบรีบแจ้งผู้ปกครองทันที



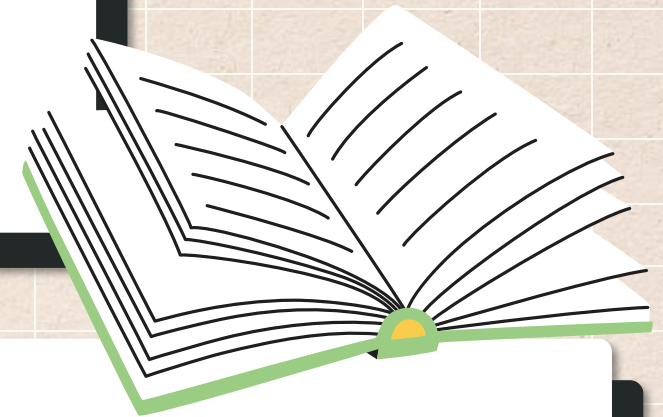


ระบบสืบพันธุ์มีความสำคัญอย่างมาก  
ต่อร่างกาย หลายคนยังมีความเชื่อและ  
การปฏิบัติตนที่ไม่ถูกต้องต่อการดูแลรักษาระบบ  
สืบพันธุ์ ดังนั้นเราควรรู้วิธีดูแลระบบสืบพันธุ์ให้  
สามารถทำงานได้อย่างปกติ



บทเรียนครั้งต่อไป

# องค์ประกอบของ ระบบไหลเวียนโลหิต



สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานที่ ๕ เรื่อง องค์ประกอบของระบบไหลเวียนโลหิต

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

