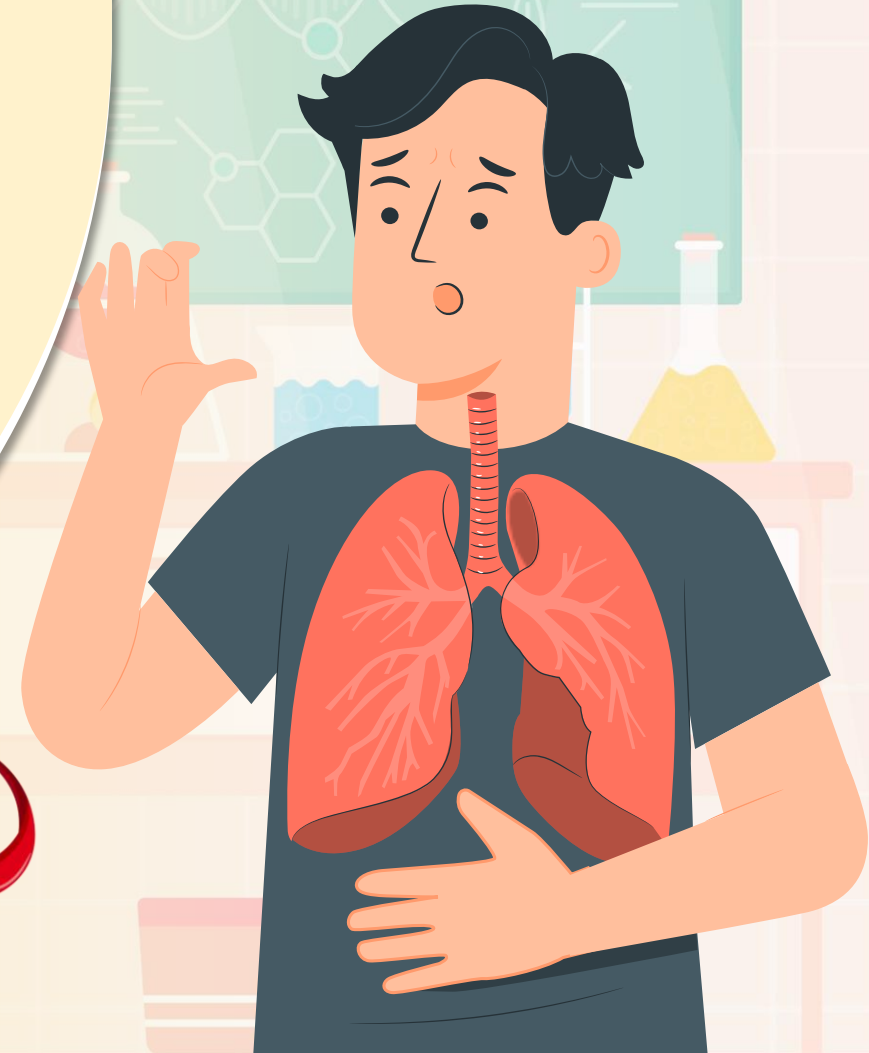


รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง ปอด

ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เจริญสุวรรณ



กิจกรรม

ฝึกหายใจผ่อนคลายอารมณ์





เมื่อนักเรียนหายใจเข้า
บริเวณช่องท้องของนักเรียน
มีลักษณะอย่างไร





เมื่อนักเรียนหายใจออก
บริเวณห้องห้องของนักเรียน
มีลักษณะอย่างไร

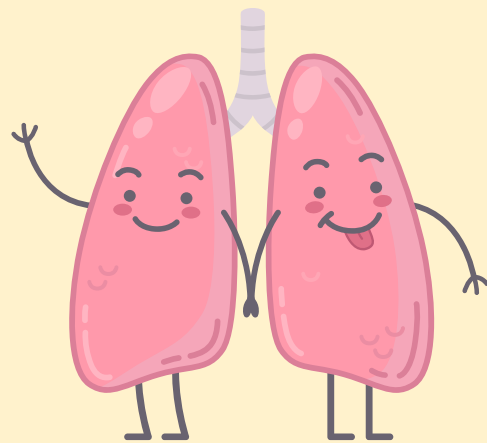




นักเรียนทราบหรือไม่ว่า
เราใช้อวัยวะใดในการหายใจ



เรื่อง ปอด





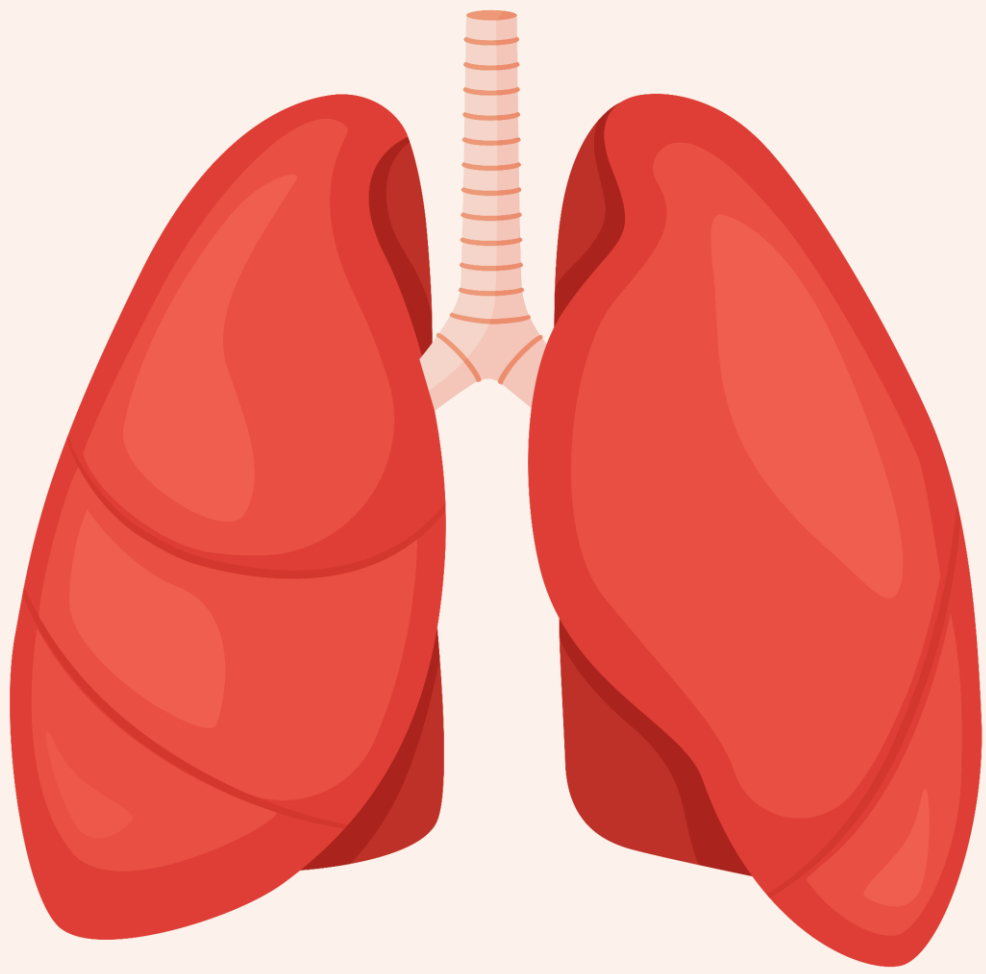
จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกลักษณะและหน้าที่ของปอด
๒. เสนอวิธีการดูแลรักษาปอด
๓. เห็นความสำคัญของปอด



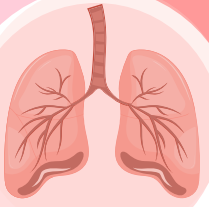
ทบทวนความจำ





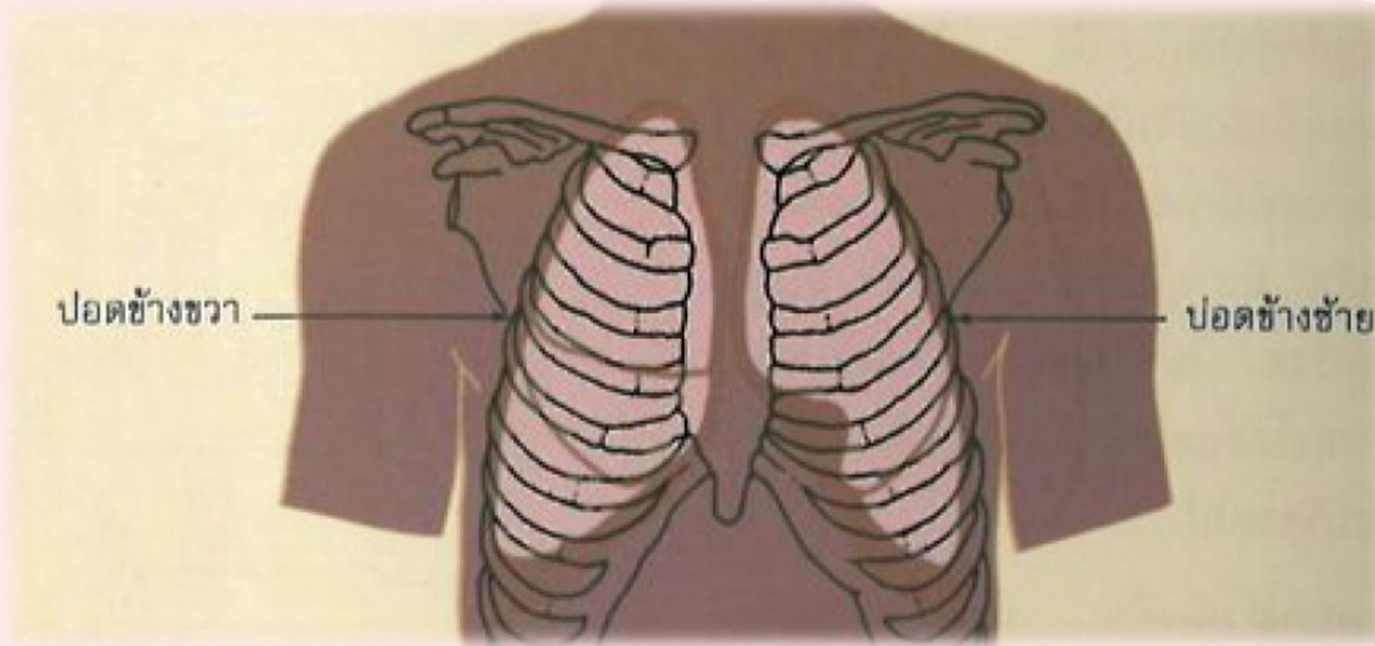
ปอด

LUNG

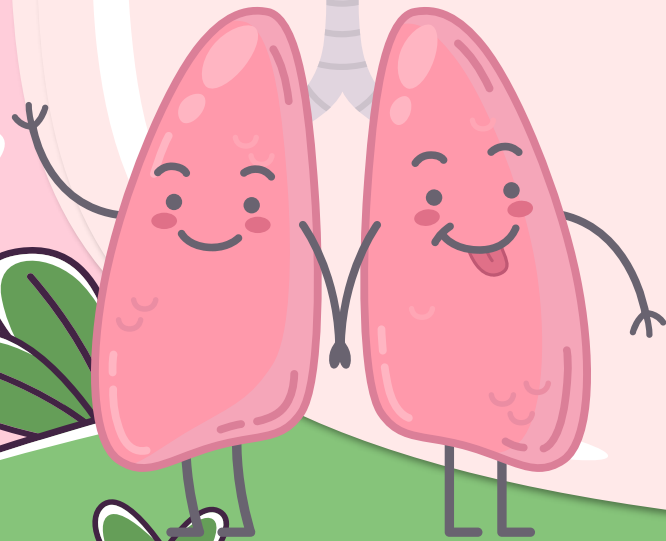


ปอด

LUNGS



ปอด เป็นอวัยวะที่อยู่
ภายในทรวงอกทั้ง ๒ ข้าง

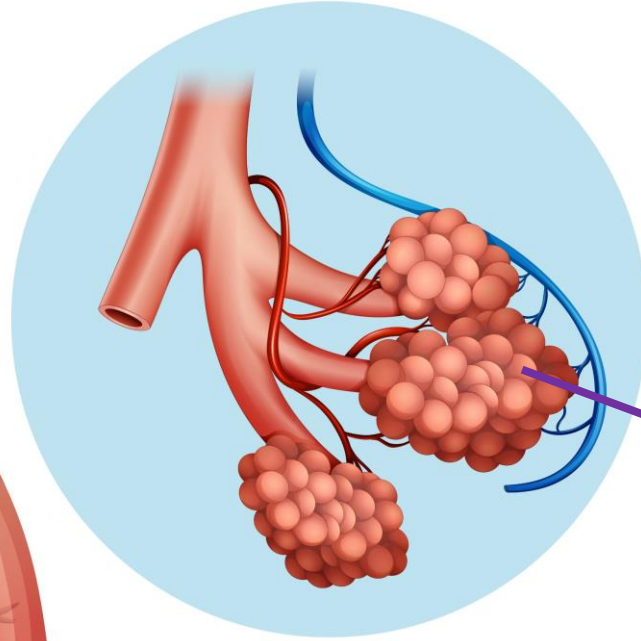
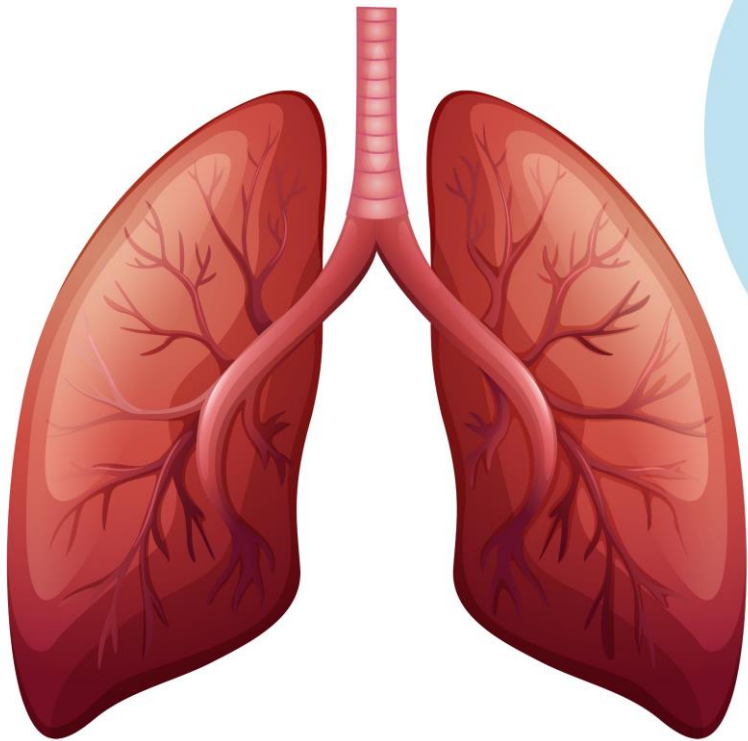




ปอด ทำหน้าที่ฟอกเลือดเสีย
ให้เป็นเลือดดี เพื่อให้หัวใจใช้สูบฉีด
ไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย



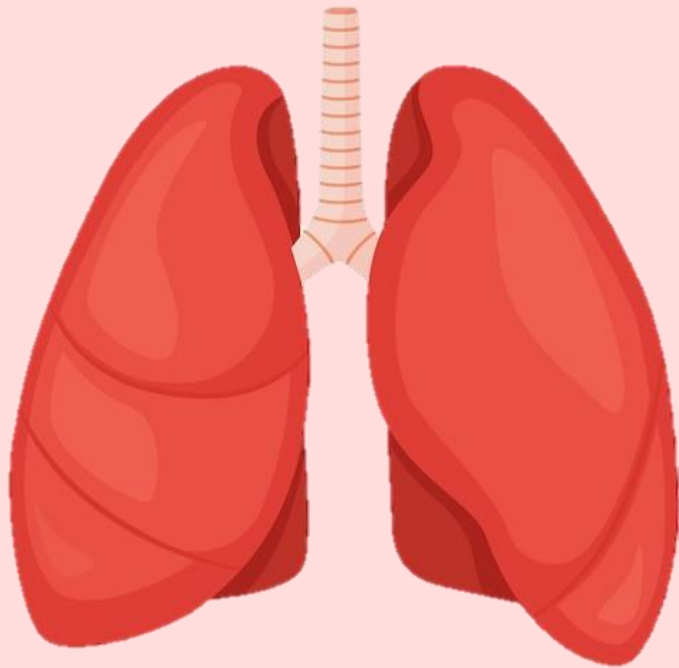
ปอด



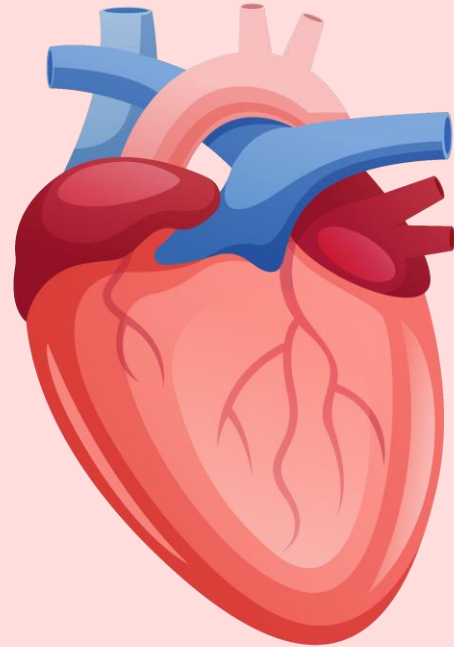
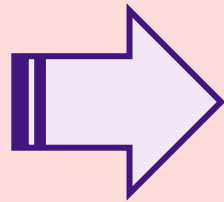
ถุงลม

ภายในปอดจะมีถุงลมเล็ก ๆ บรรจุอยู่

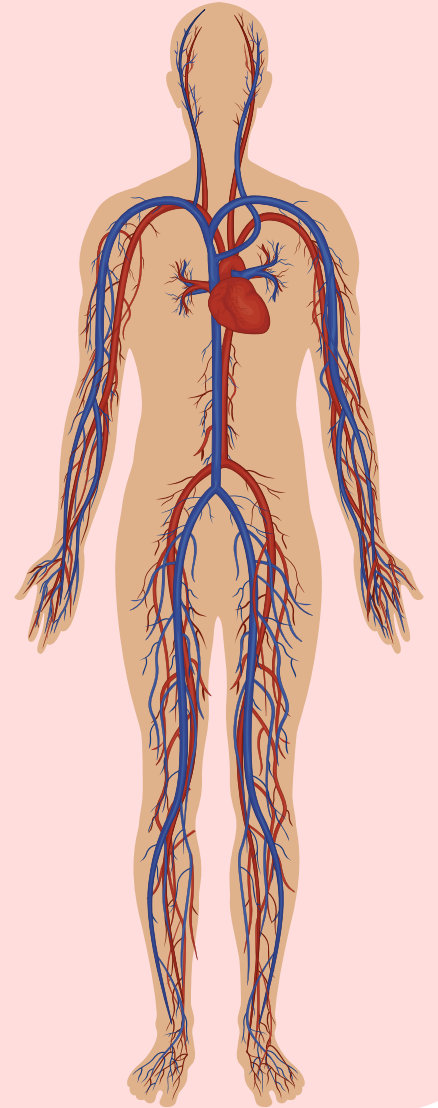
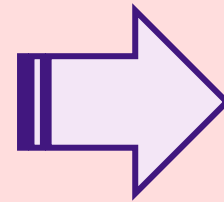
การเดินทางของเลือด



ปอด



หัวใจ





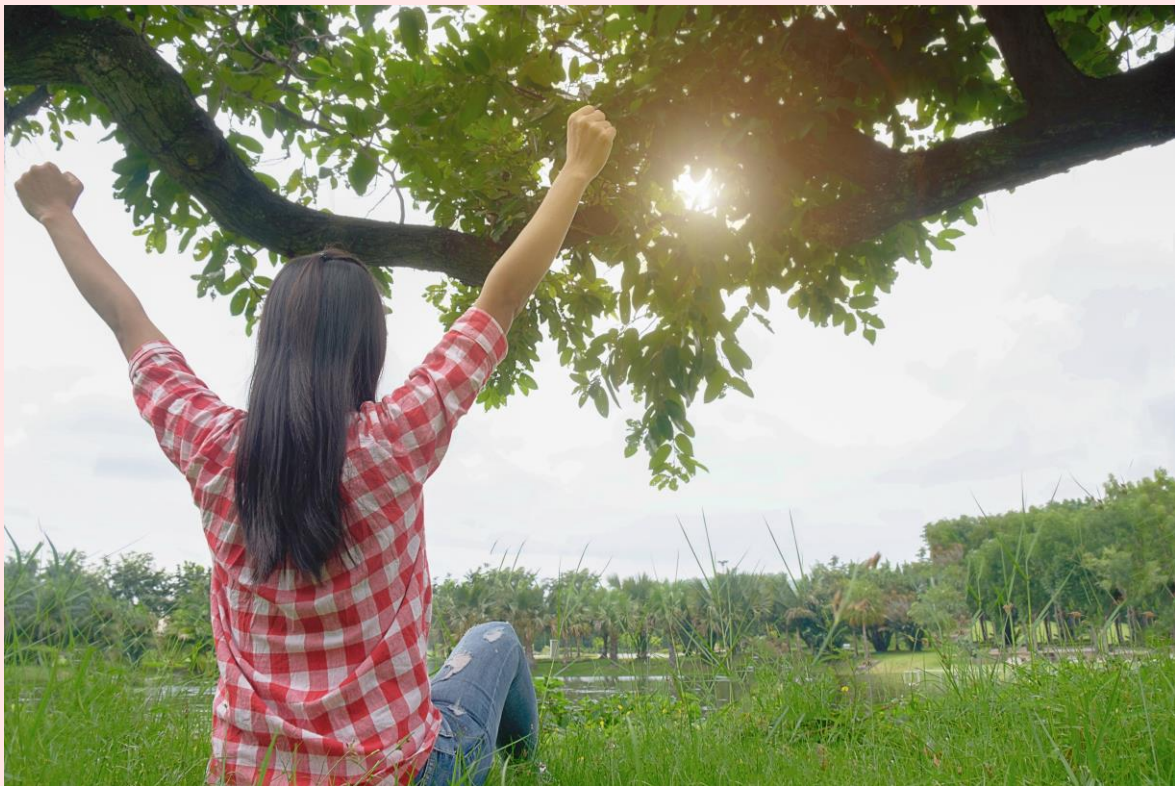
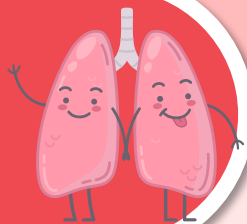


ถ้านักเรียนอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าว
มีอันตรายหรือไม่
ส่งผลกระทบต่ออวัยวะใดได้บ้าง

อันตรายใดบ้างที่อาจเกิดขึ้นกับปอด

ปอด
LUNG

การดูแลรักษา

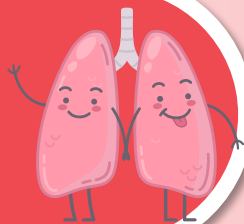


สูดอากาศบริสุทธิ์



ปอด
LUNG

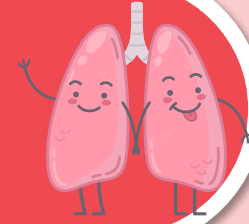
การดูแลรักษา



ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ

ปอด
LUNG

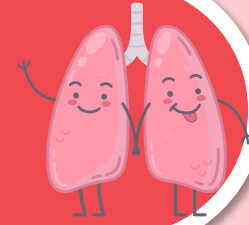
การดูแลรักษา



ไม่สูดดมสารเสพติดหรือ
สารพิษที่อันตราย

ปอด
LUNG

การดูแลรักษา



ไม่อยู่ในที่ที่มีฝุ่นละออง
หรือควันพิษมาก



การใส่หน้ากากอนามัยอย่างถูกวิธี

๑. ล้างมือให้สะอาดก่อนใส่หน้ากากอนามัย

๒. สวมหน้ากากให้คลุมทั้งจมูกและปาก โดยให้ขอบ
ที่มีลวดอยู่ด้านบนสนจมูกและรอยจีบพับคว่ำลง

๓. ดึงหน้ากากอนามัยให้กระชับกับใบหน้า



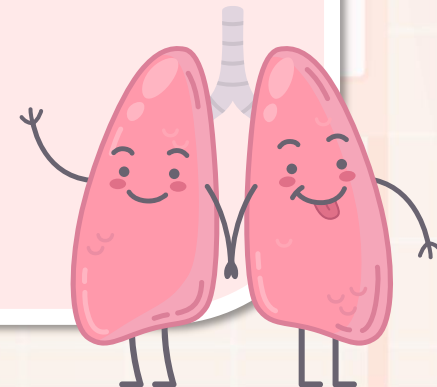


ใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด

คำชี้แจง

ตอนที่ ๑

ให้นักเรียนระบุสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการดูแลปอด
จากภาพที่ครูกำหนด พร้อมอธิบายสั้น ๆ



ใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด

ตอนที่ ๑ ให้นักเรียนระบุสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการดูแลปอดจากภาพที่ครูกำหนด พร้อมอธิบายสั้น ๆ



.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

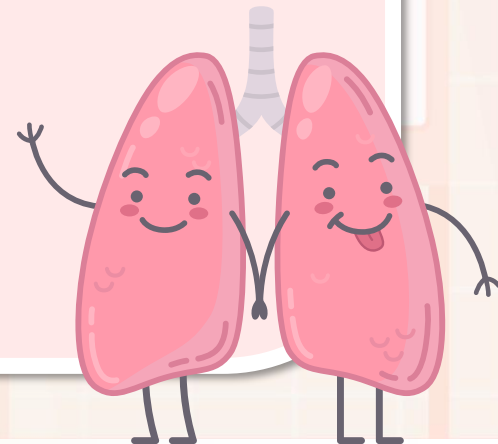
.....

ใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด

คำชี้แจง

ตอนที่ ๒

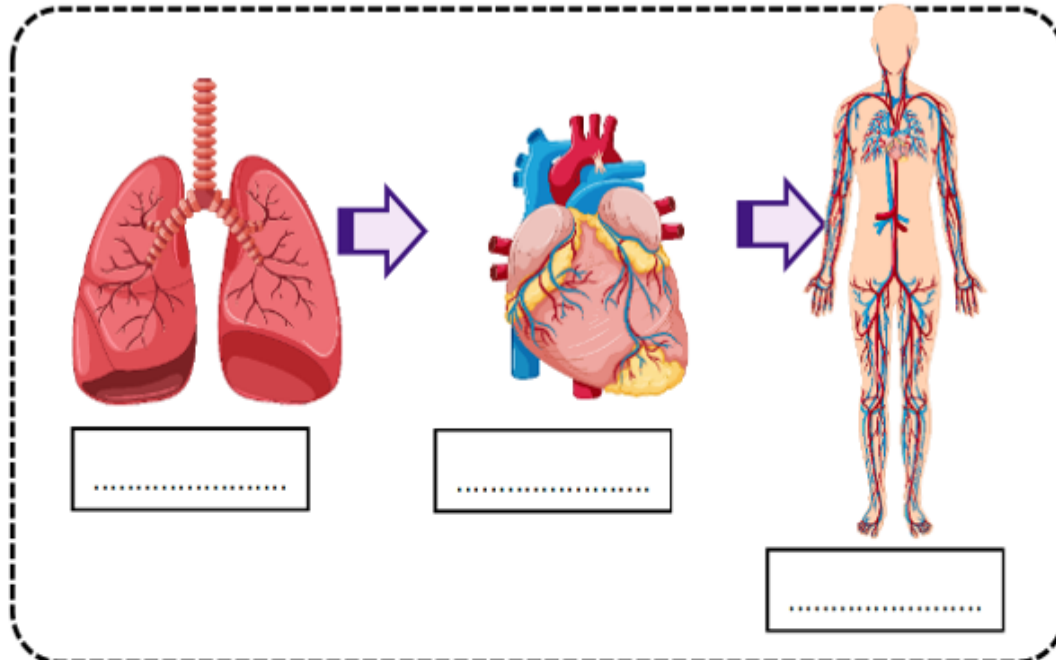
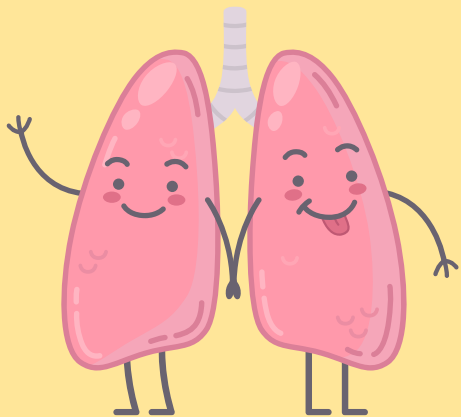
ให้นักเรียนอธิบายความสัมพันธ์ในการทำงานของ
หัวใจและปอด ตามที่นักเรียนเข้าใจ



ใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด

ตอนที่ ๒

ให้นักเรียนอธิบายความสัมพันธ์ในการทำงานของ
หัวใจและปอด ตามที่นักเรียนเข้าใจ
(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



.....

.....

.....

.....

ใบความรู้ที่ ๔ เรื่อง ปอด

ปอด เป็นอวัยวะที่อยู่
ภายในทรวงอกทั้ง ๒ ข้าง

ทำหน้าที่ฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดี
เพื่อให้หัวใจใช้สูบน้ำ
ไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย



การเดินทางของเลือด



ปอด



หัวใจ



(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

๑. นักเรียนทำใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด
๒. นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากใบความรู้ที่ ๔ เรื่อง ปอด



คำชี้แจงกิจกรรมครู

๑. อธิบายคำชี้แจงใบงาน
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๔ เรื่อง ปอด
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน

เฉลยใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด



หน้ากากอนามัย
ใช้สวมใส่เมื่อไม่สบาย
หรือไปในที่มีผู้คนมาก
เพื่อป้องกันการรับเชื้อโรค
และการแพร่กระจายเชื้อโรค

เฉลี่ยใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด

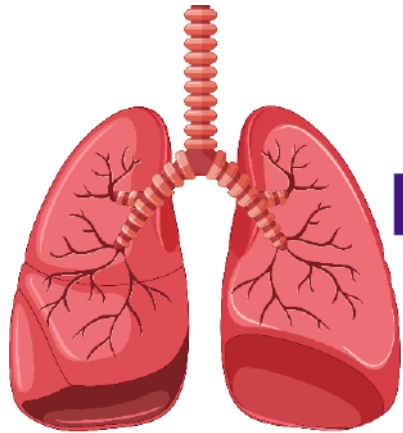


บุหรี่

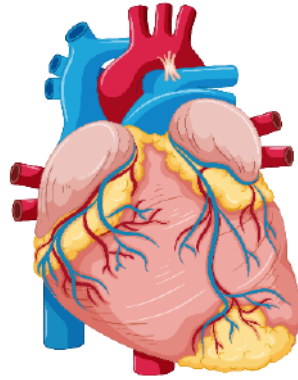
เป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยง

เพราะอาจทำให้เกิดโรคมะเร็งปอด

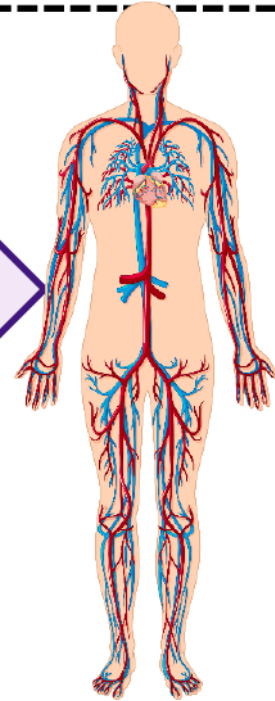
เฉลี่ยใบงานที่ ๓ เรื่อง ปอด



.....ปอด.....



.....หัวใจ.....



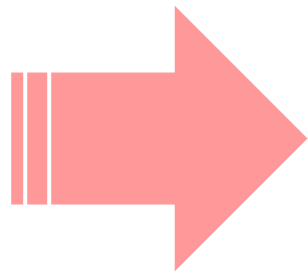
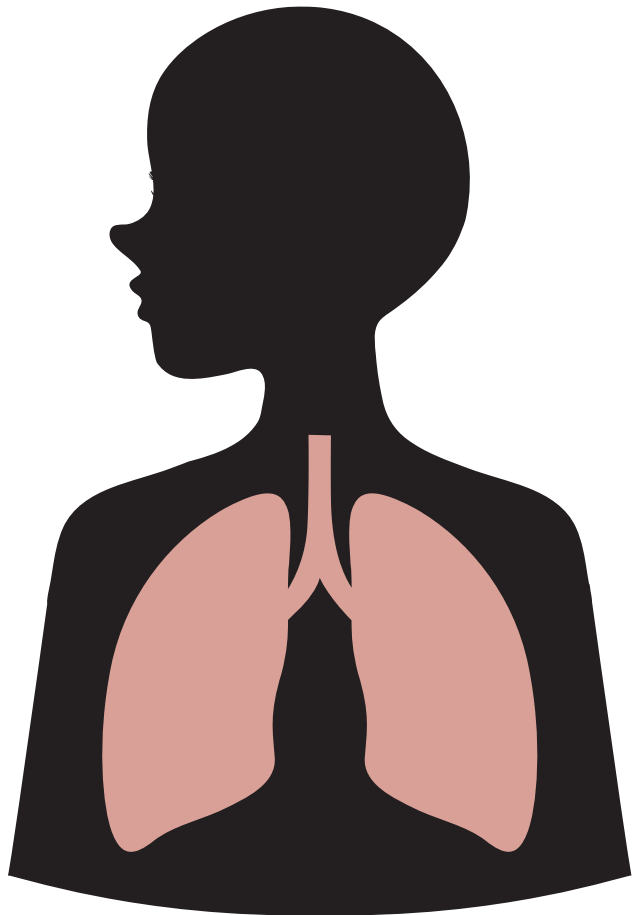
.....ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย.....

ปอดทำหน้าที่ฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดี แล้วส่งต่อให้หัวใจสูบฉีดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

หากปอดของนักเรียน
เกิดความผิดปกติ
จะมีผลต่ออวัยวะอื่น ๆ อย่างไร ?

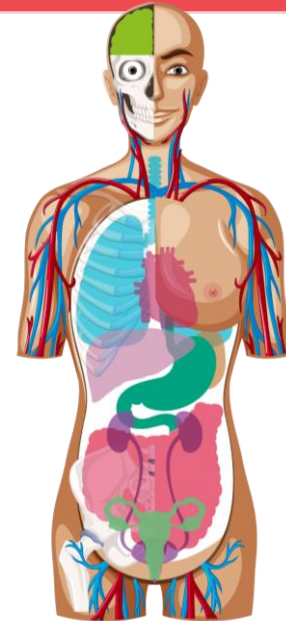
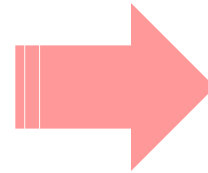
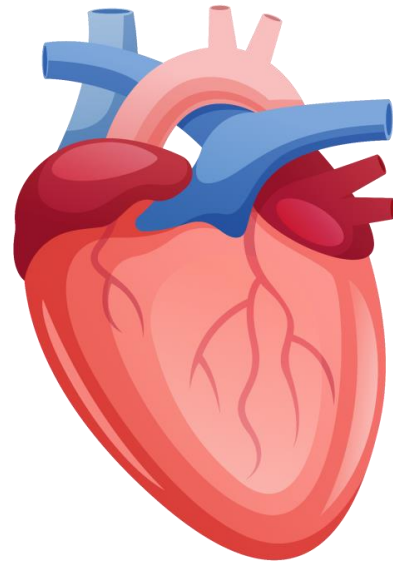
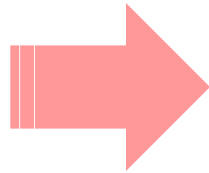
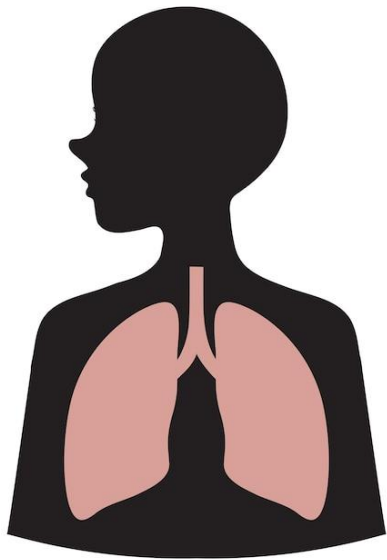


สรุปความรู้เกี่ยวกับ... ปอด



ปอด เป็นอวัยวะภายใน
ที่อยู่บริเวณทรวงอกทั้ง ๒ ข้าง

สรุปความรู้เกี่ยวกับ... ปอด



ปอด ทำหน้าที่สัมพันธ์กับหัวใจ โดยปอดจะฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดี เพื่อให้หัวใจสูบฉีดเลือดดีไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง ตับและไต

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดหรือกระดาษ
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๕ เรื่อง ตับและไต
- ใบงานที่ ๔ เรื่อง ตับและไต

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

