

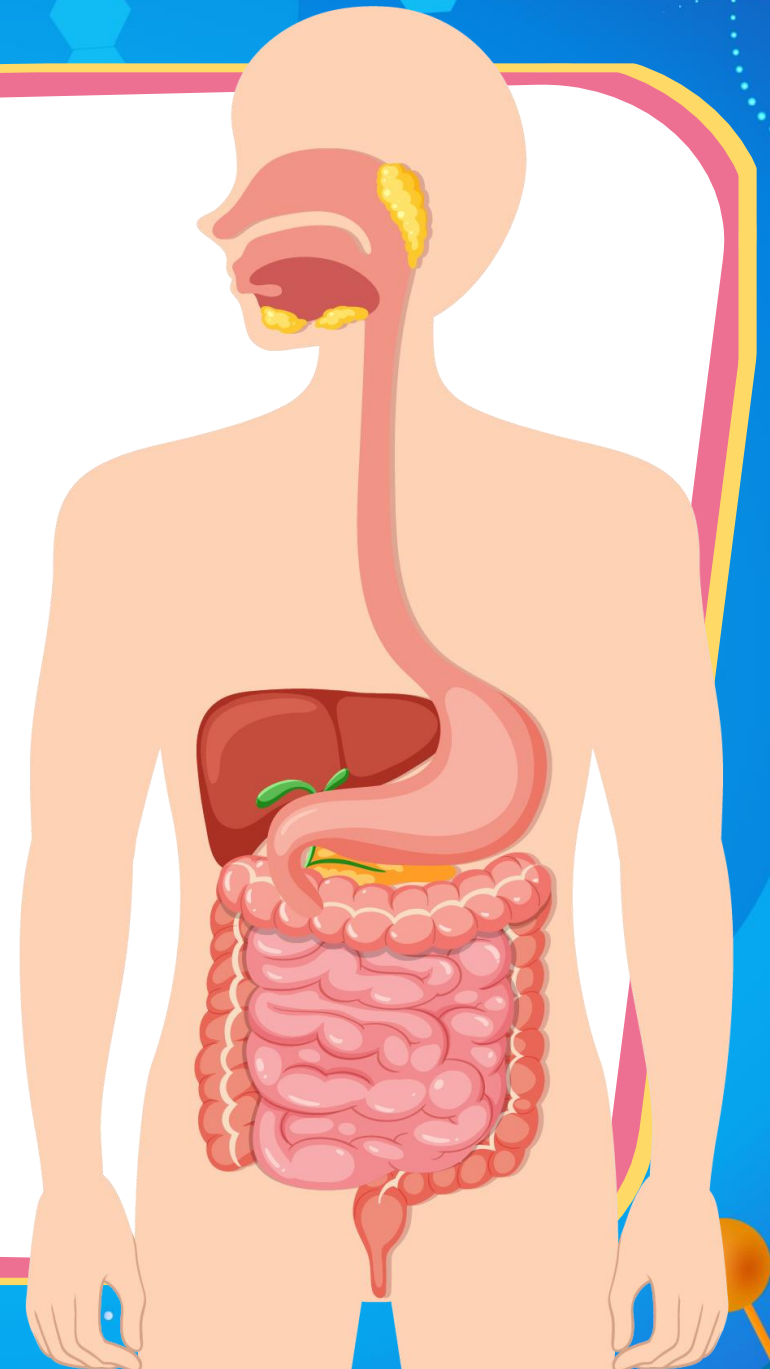
รายวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

รหัสวิชา ว16101

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

การดูแลรักษาอวัยวะในระบบ
ย่อยอาหารทำได้อย่างไร (2)

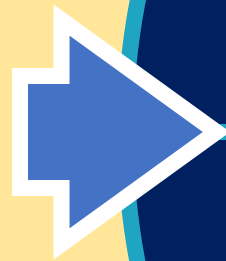
ครูผู้สอน ครูวิวัฒน์ ศรีเมฆ



บันทึกผลการทำกิจกรรม

โรคหรืออาการผิดปกติ ที่เกี่ยวข้องกับระบบ ย่อยอาหาร	ลักษณะอาการ	สาเหตุ	อวัยวะที่เกี่ยวข้อง	ผลกระทบ
1.	การสืบค้นข้อมูล เพิ่มเติม	การสืบค้นข้อมูล เพิ่มเติม	การสืบค้นข้อมูล เพิ่มเติม	การสืบค้นข้อมูล เพิ่มเติม

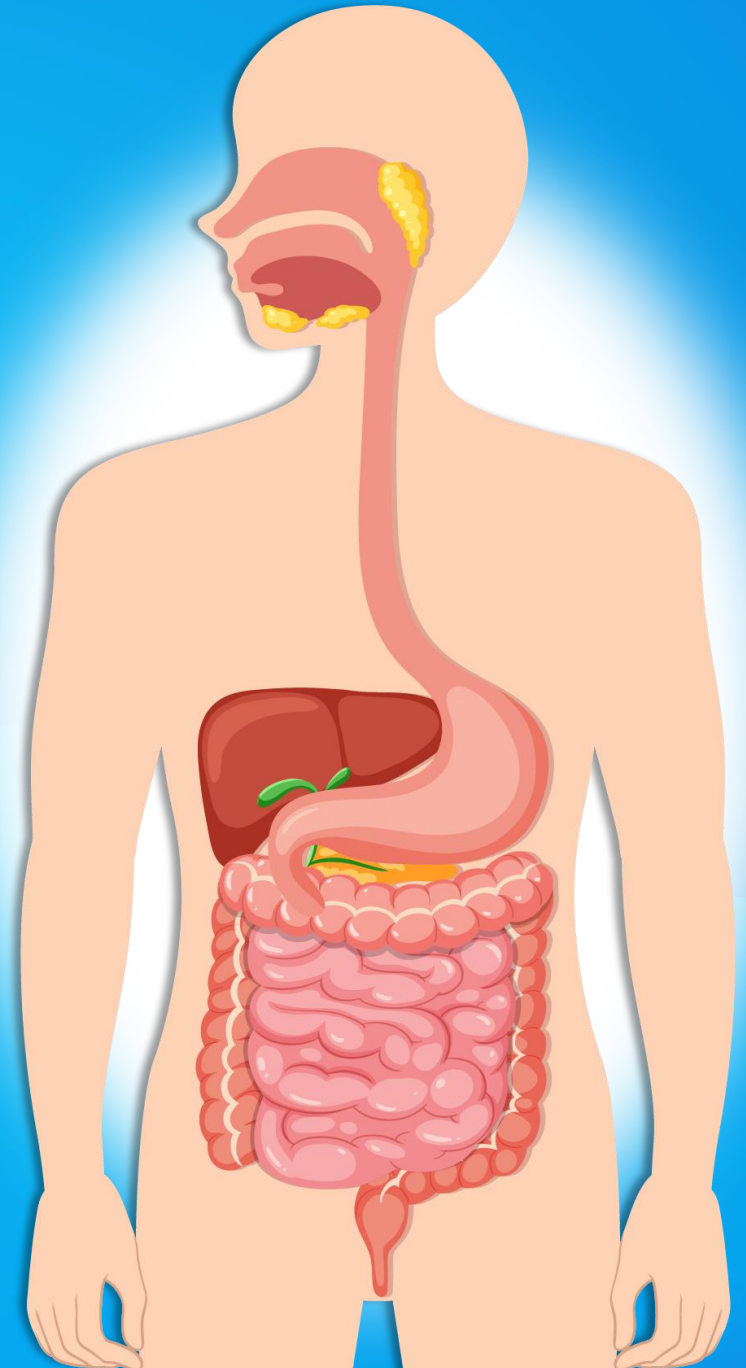
1. ฟันผุ
2. อาหารเป็นพิษ
3. กรดไหลย้อน
4. ตับแข็ง
5. ท้องผูก
6. ท้องอืด
7. ท้องเสีย
8. ภาวะแพ้อาหารอักเสบ



กิจกรรมที่ 2

การดูแลรักษาอวัยวะในระบบ

ย่อยอาหารทำได้อย่างไร



จุดประสงค์ของกิจกรรม

1. บอกแนวทางการดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหารให้ทำงานปกติ
2. ลงความเห็นจากข้อมูลเกี่ยวกับการดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร



ใบงาน เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร

หน้า 41-43

41

2. แนวทางการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เป็นโรคหรือมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับ

ระบบย่อยอาหาร

โรคหรืออาการผิดปกติที่ต้องการแก้ไขหรือป้องกัน คือ

.....

แนวทางที่สมเหตุสมผลและเป็นไปได้ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

42

คำถามหลังจากทำกิจกรรม

1. โรคหรืออาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหารมีสาเหตุจากอะไร ยกตัวอย่าง 1

ตัวอย่าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. จากกิจกรรมนี้ สรุปได้ว่าอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



แบบฝึกหัด เรื่อง ระบบย่อยอาหาร

หน้า 45-47

45

แบบฝึกหัด เรื่อง ระบบย่อยอาหาร

ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

พิจารณาสถานการณ์และตอบคำถามข้อ 1-3

“นักเรียนคนหนึ่งได้รับประทานอาหารกลางวันเนื่องจากจะรีบไปเล่น โดยรับประทานข้าวและริบเดียว เคี้ยวแค่ 5-6 ครั้ง แล้วกลืน เมื่อรับประทานเสร็จก็รีบวิ่งไปเล่นโดยไม่ได้นั่งพัก แต่เมื่อเล่นผ่านไปไม่กี่นาทีก็เริ่มมีอาการท้องอืด โดยรู้สึกปวดท้อง และอึดอัดเหมือนมีลมอยู่ในท้อง”

1. เด็กคนนี้มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

2. อาการท้องอืดของเด็กคนนี้น่าจะเกิดจากสาเหตุใด และส่งผลกระทบต่อการทำงานของอวัยวะใด

.....
.....
.....
.....

46

3. ถ้ามีคนแนะนำให้เด็กคนนี้รับประทานอาหารต่ำเล็กลง และเคี้ยวให้นานขึ้น นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

อ่านสถานการณ์ และตอบคำถามข้อ 4

“ผู้หญิงอายุ 50 ปี คนหนึ่ง ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคนิ่วในถุงน้ำดี โดยพบนิ่วจำนวนมากในถุงน้ำดี และหากไม่ได้รับการรักษาจะอันตรายถึงชีวิตได้ คนใช้คนนี้จึงเข้ารับการรักษาโดยการตัดถุงน้ำดีออก และต้องควบคุมการรับประทานอาหาร”



รูป นิ่วที่ผ่าตัดออกมาจากถุงน้ำดี

4. ถ้านักเรียนเป็นลูกของผู้หญิงคนนี้และอยากที่มีลักษณะอย่างไร เพราะเหตุใด

.....
.....
.....
.....





วิธีทำกิจกรรม

3. แต่ละกลุ่มร่วมกันประเมินสาเหตุและผลกระทบที่เกิดขึ้น และตัดสินใจเลือกโรคหรืออาการที่ต้องการหาแนวทางการแก้ไขหรือป้องกันเพื่อไม่ให้คนที่เคยเป็นกลับมาเป็นโรคหรือมีอาการนั้นอีก หรือเพื่อนำเสนอให้คนที่ยังไม่เคยเป็นได้ป้องกันไม่ให้เป็นโรคหรือมีอาการนั้น บันทึกผล



วิธีทำกิจกรรม

4. ร่วมกันระดมความคิดหาแนวทางการป้องกันไม่ให้เป็นโรคหรือมีอาการนั้นอีก จากนั้นประเมินและเลือกแนวทางที่สมเหตุสมผลหรือมีความเป็นไปได้ บันทึกรายละเอียดของวิธีการ และนำเสนอ



วิธีทำกิจกรรม

5. ร่วมกันอภิปรายเพื่อลงข้อสรุปเกี่ยวกับความสำคัญ
ของระบบย่อยอาหาร และแนวทางการดูแลรักษา
อวัยวะในระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติ



แนวทางการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เป็นโรค
หรือมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร

โรคหรืออาการผิดปกติที่ต้องการแก้ไขหรือป้องกัน คือ

นักเรียนบันทึกตามผลการทำกิจกรรมของตนเอง
เช่น กรดไหลย้อน



แนวทางการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เป็นโรค
หรือมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร

แนวทางที่สมเหตุสมผลและเป็นไปได้ คือ

รับประทานอาหารเสร็จแล้วไม่นอนทันที
ลดการทานอาหารมัน การทานอาหารให้พอดี



แนวทางการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เป็นโรค
หรือมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร

เหตุผล

เนื่องจากการรับประทานอาหารเสร็จแล้วนอนทันที
การทานอาหารมัน ๆ การทานอาหารมากเกินไป
เป็นสาเหตุของการเป็นโรคกรดไหลย้อน



คำชี้แจงในการทำกิจกรรมนักเรียน

1. หาแนวทางการป้องกันไม่ให้เป็นโรค หรือมีอาการตามที่เลือกอย่าง สมเหตุสมผล
2. ลงข้อสรุปเกี่ยวกับความสำคัญของ ระบบย่อยอาหาร และแนวทางการ ดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร ให้ทำงานเป็นปกติ

คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

1. เดินดูนักเรียนทำกิจกรรมหากพบ ปัญหาให้แนะนำ และช่วยเหลือ นักเรียนตามความเหมาะสม
2. เปิดโอกาสให้นักเรียนนำเสนอข้อมูล



นำเสนอข้อมูล



แนวทางการแก้ไขหรือป้องกันไม่ให้เป็นโรค
หรือมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร

- โรคหรืออาการผิดปกติที่ต้องการแก้ไขหรือป้องกัน
- แนวทางที่สมเหตุสมผลและเป็นไปได้
- เหตุผล

คำถามหลังจากทำกิจกรรม





คำถามหลังจากทำกิจกรรม

1. โรคหรืออาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร มีสาเหตุจากอะไร ยกตัวอย่าง 1 ตัวอย่าง



คำถามหลังจากทำกิจกรรม

2. แนวทางการปฏิบัติตนเพื่อดูแลระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติไม่เป็นโรคหรือมีอาการในข้อ 1 ทำได้อย่างไรบ้าง ยกตัวอย่าง



คำถามหลังจากทำกิจกรรม

3. จากกิจกรรมนี้ สรุปได้ว่าอย่างไร

A large, empty rounded rectangular box with a blue border, intended for the student's response to the question.

คำชี้แจงในการทำกิจกรรมนักเรียน

- ตอบคำถามหลังจากทำกิจกรรม ลงในใบกิจกรรม หน้า 42-43

คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

- ให้ความช่วยเหลือหากนักเรียนมีปัญหา พร้อมทั้งให้คำแนะนำในการตอบคำถาม



เฉลย

คำถามหลังจากทำกิจกรรม





คำถามหลังจากทำกิจกรรม

1. โรคหรืออาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร มีสาเหตุจากอะไร ยกตัวอย่าง 1 ตัวอย่าง

การเป็นกรดไหลย้อน มีสาเหตุจาก การรับประทานอาหารเสร็จแล้ว นอนทันที การทานอาหารมันๆ การทานเยอะเกินไป เป็นสาเหตุ ของการเป็นโรคกรดไหลย้อน



คำถามหลังจากทำกิจกรรม

2. แนวทางการปฏิบัติตนเพื่อดูแลระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติไม่เป็นโรคหรือมีอาการในข้อ 1 ทำได้อย่างไรบ้าง ยกตัวอย่าง

**รับประทานอาหารเสร็จแล้วไม่นอนทันที
ลดการทานอาหารมันๆ การทานอาหารให้พอดี**

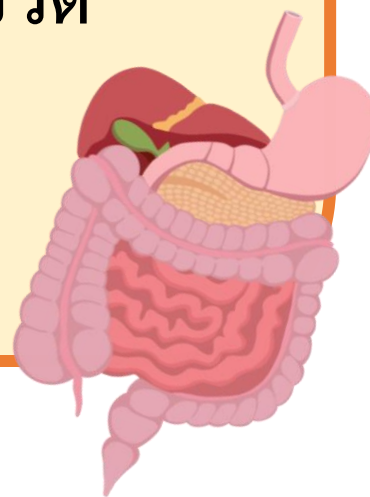


สรุปผลการทำกิจกรรม

การเป็นโรคหรือมีอาการ
ผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับ
ระบบย่อยอาหาร ส่วน
ใหญ่เกิดจากพฤติกรรม
การรับประทานอาหารที่
ไม่เหมาะสม

ซึ่ง

จะส่งผลต่อการทำงาน
ของอวัยวะในระบบ
ย่อยอาหารและการ
ดำเนินชีวิต



จึงควร



ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
รับประทานอาหารให้
เหมาะสมเพื่อให้
อวัยวะในระบบย่อย
อาหารทำงานเป็นปกติ

การบ้าน แบบฝึกหัด เรื่อง ระบบย่อยอาหาร

หน้า 45-47

45

แบบฝึกหัด เรื่อง ระบบย่อยอาหาร

ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

พิจารณาสถานการณ์และตอบคำถามข้อ 1-3

“นักเรียนคนหนึ่งรับประทานอาหารกลางวันเนื่องจากจะรีบไปเล่น โดยรับประทานข้าวและ ribs เคี้ยวแค่ 5-6 ครั้ง แล้วกลืน เมื่อรับประทานเสร็จก็รีบวิ่งไปเล่นโดยไม่ได้นั่งพัก แต่เมื่อเล่นผ่านไปไม่กี่นาทีก็เริ่มมีอาการท้องอืด โดยรู้สึกปวดท้อง และอึดอัดเหมือนมีลมอยู่ในท้อง”

1. เด็กคนนี้มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่เหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

2. อาการท้องอืดของเด็กคนนี้น่าจะเกิดจากสาเหตุใด และส่งผลกระทบต่อการทำงานของอวัยวะใด

.....
.....
.....

46

3. ถ้ามีคนแนะนำให้เด็กคนนี้รับประทานอาหารต่ำเล็กลง และเคี้ยวให้นานขึ้น นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

อ่านสถานการณ์ และตอบคำถามข้อ 4

“ผู้หญิงอายุ 50 ปี คนหนึ่ง ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคนิ่วในถุงน้ำดี โดยพบนิ่วจำนวนมากในถุงน้ำดี และหากไม่ได้รับการรักษาจะอันตรายถึงชีวิตได้ คนใช้คนนี้จึงเข้ารับการรักษาโดยการตัดถุงน้ำดีออก และต้องควบคุมการรับประทานอาหาร”

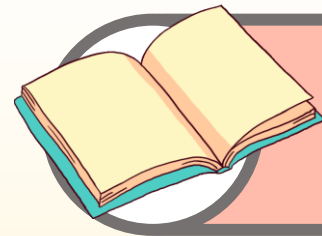


รูป นิ่วที่ผ่าตัดออกมาจากถุงน้ำดี

4. ถ้านักเรียนเป็นลูกของผู้หญิงคนนี้และอยากที่มีลักษณะอย่างไร เพราะเหตุใด

.....
.....
.....
.....

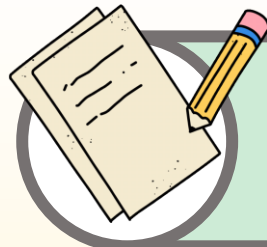




บทเรียนครั้งต่อไป

D. I. Y. My Lunch Box

ชุดอาหารกลางวันของเรา (1)



สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงาน เรื่อง D. I. Y. My Lunch Box
ชุดอาหารกลางวันของเรา



สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th