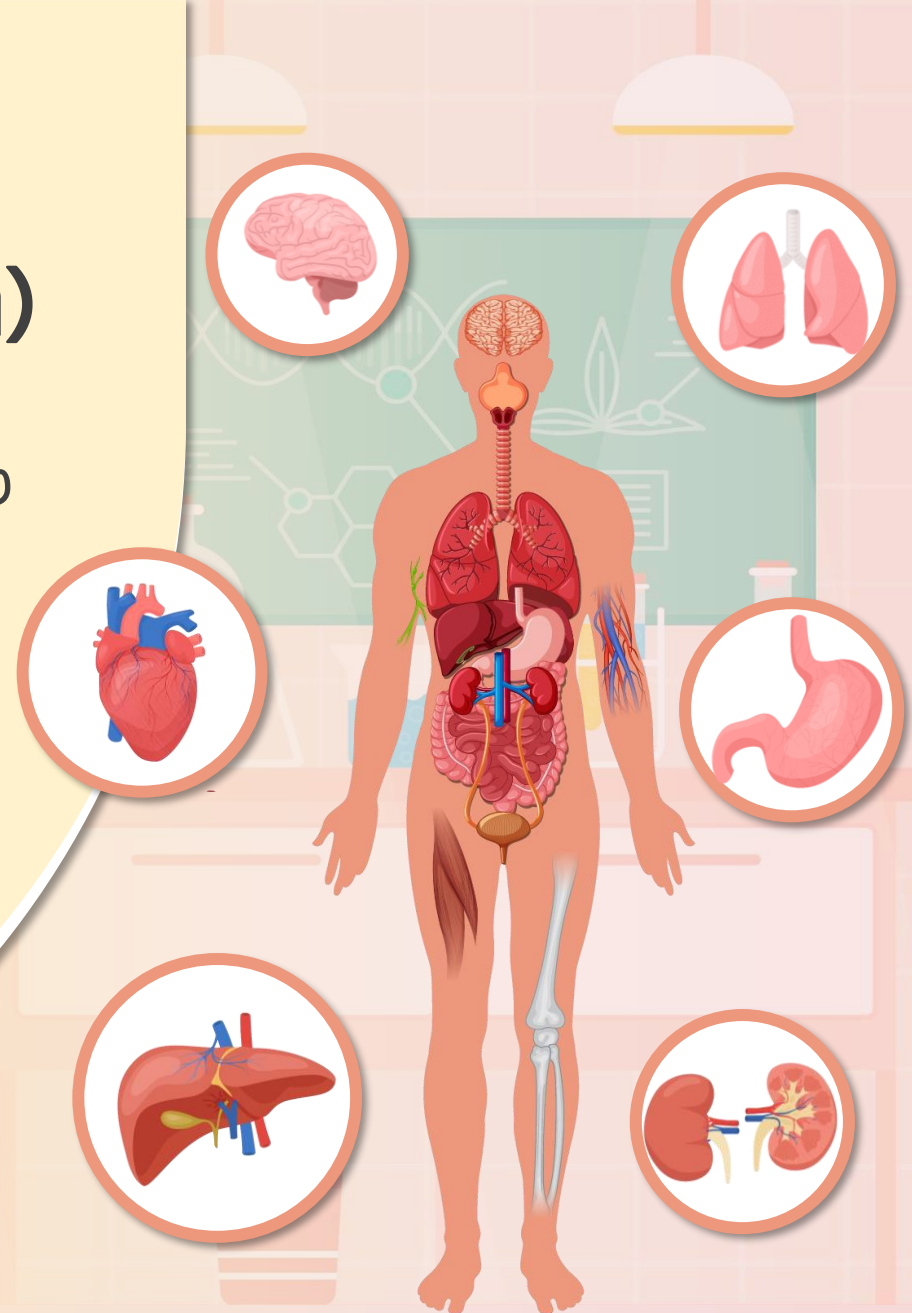


รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

เรื่อง ตัวเรา

ครูผู้สอน ครูภัทรวรรณ เหงี่ยมสุวรรณ



อวัยวะในร่างกายมนุษย์
แบ่งออกเป็นกี่ประเภท ?



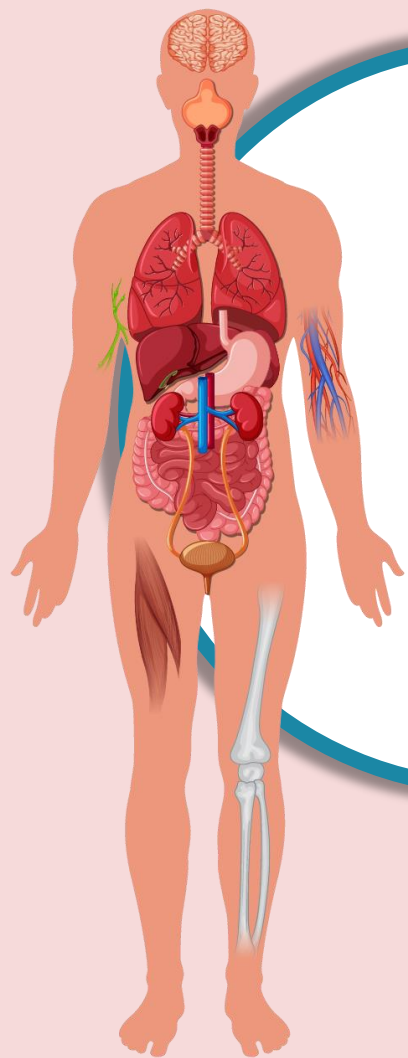
นักเรียนสามารถแบ่งประเภท
ของอวัยวะได้อย่างไร ?



อวัยวะภายนอก



อวัยวะภายใน

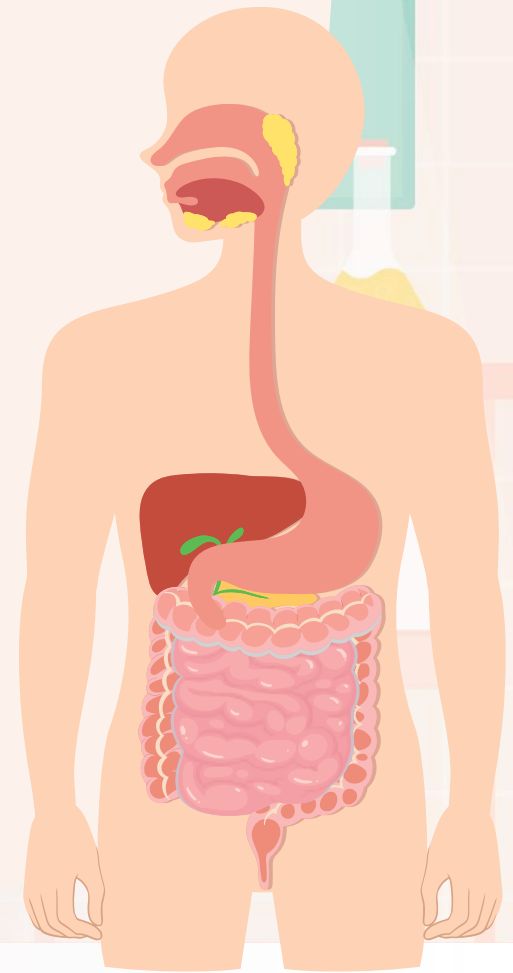


ทบทวน อวัยวะภายใน



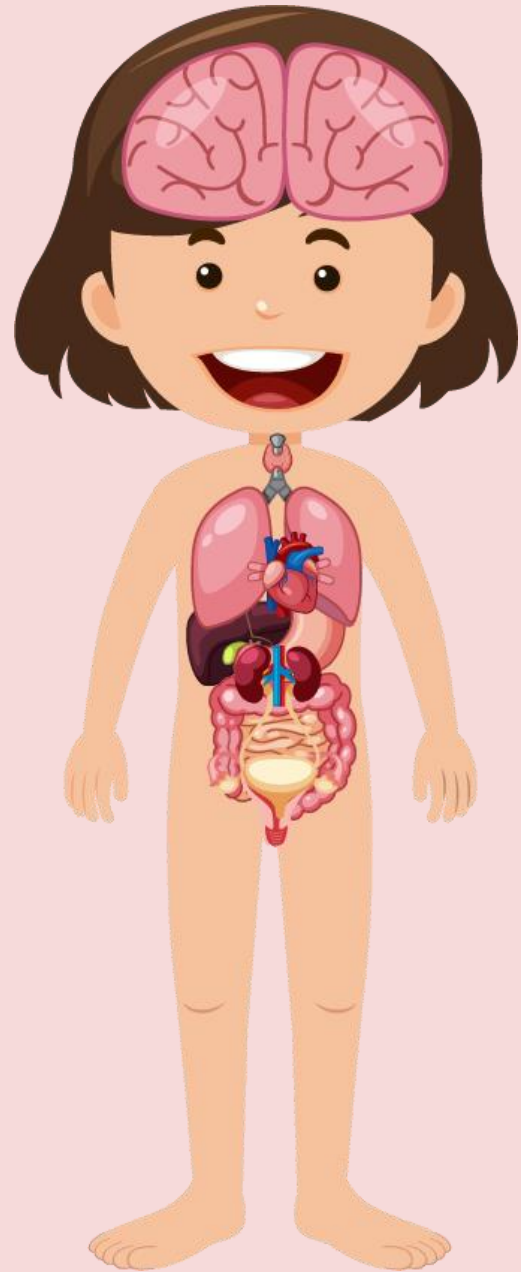
จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกลักษณะหน้าที่และแนวทางการดูแลรักษาอวัยวะภายใน
๒. เสนอแนวทางการดูแลรักษาอวัยวะภายใน
๓. เห็นความสำคัญของอวัยวะภายใน



นักเรียนคิดว่า
อวัยวะภายนอก หรือ อวัยวะภายใน
มีความสำคัญมากกว่ากัน ?



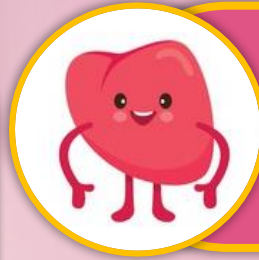
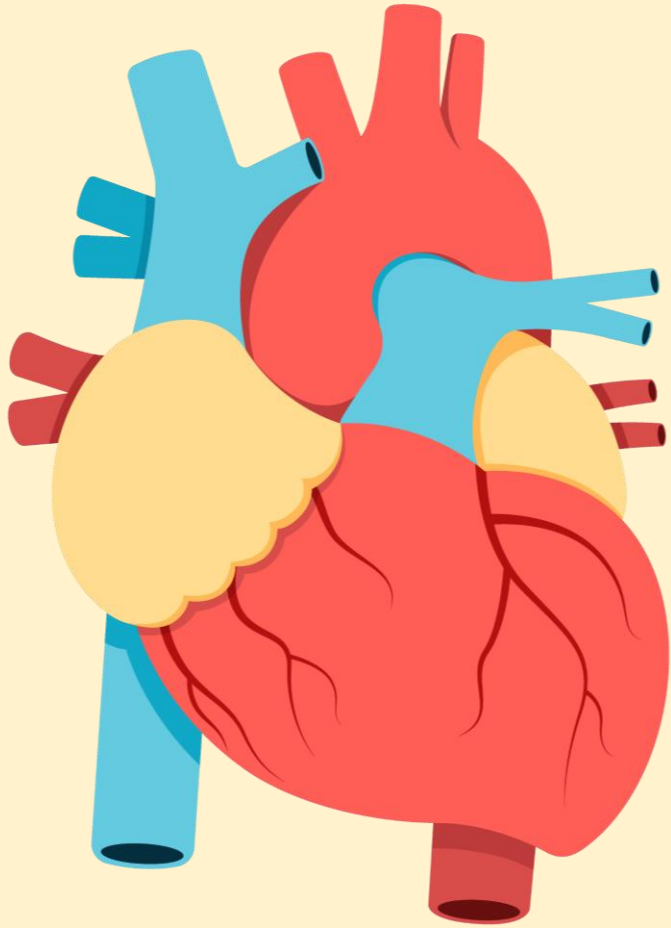


อวัยวะภายในและอวัยวะภายนอก
ทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ
เพื่อให้ร่างกายของเรามีชีวิต
และทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้



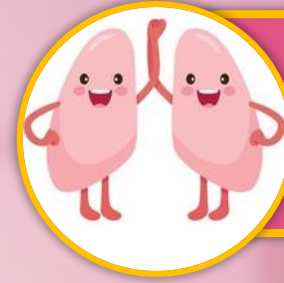
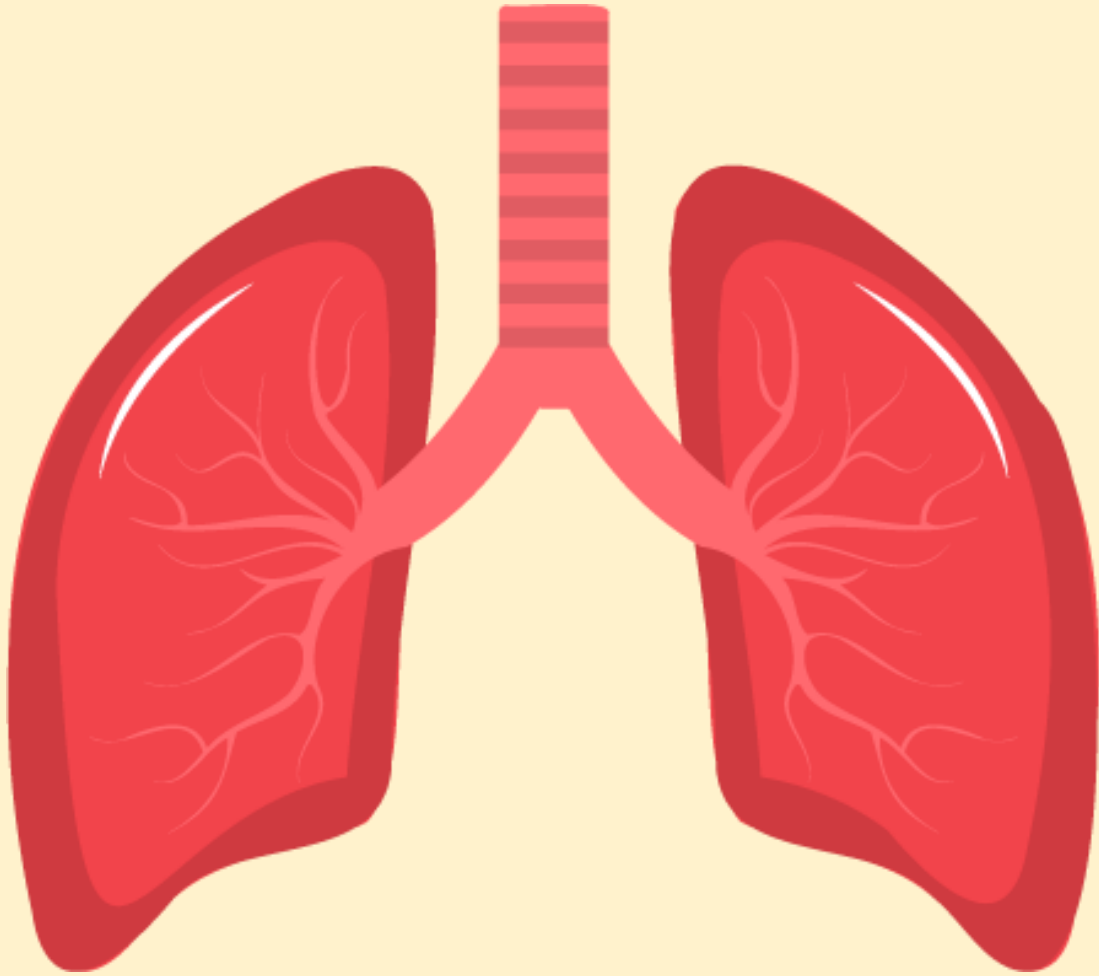
สมอง

ควบคุมการทำงานของร่างกาย
เช่น ควบคุมการเคลื่อนไหว
และมีหน้าที่ในการรับรู้ความรู้สึก
อารมณ์ ความจำ ความคิด
และการเรียนรู้



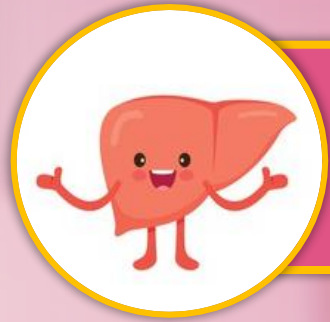
หัวใจ

หัวใจ มีหน้าที่สูบฉีดเลือด
ไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ
ของร่างกาย

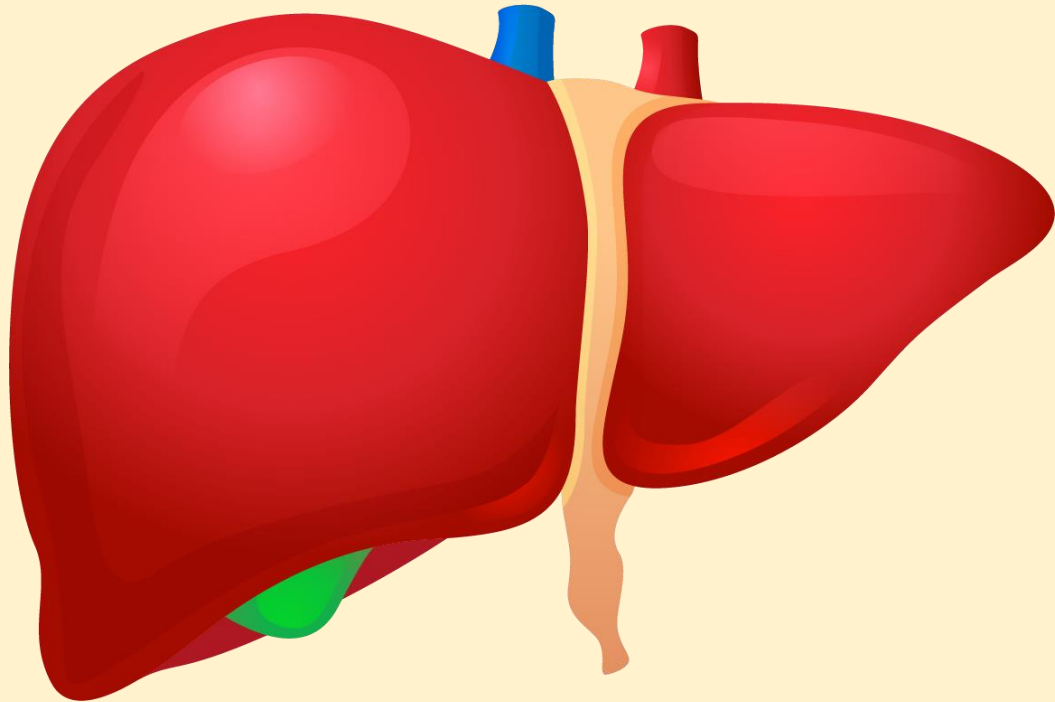


ปอด

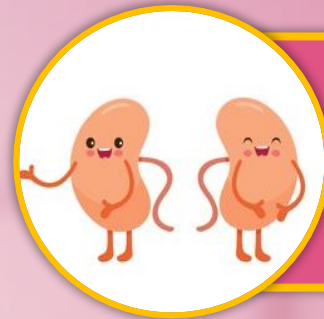
ทำหน้าที่ฟอกเลือดเสียให้เป็น
เลือดดี เพื่อให้หัวใจใช้สูบฉีด
ไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย



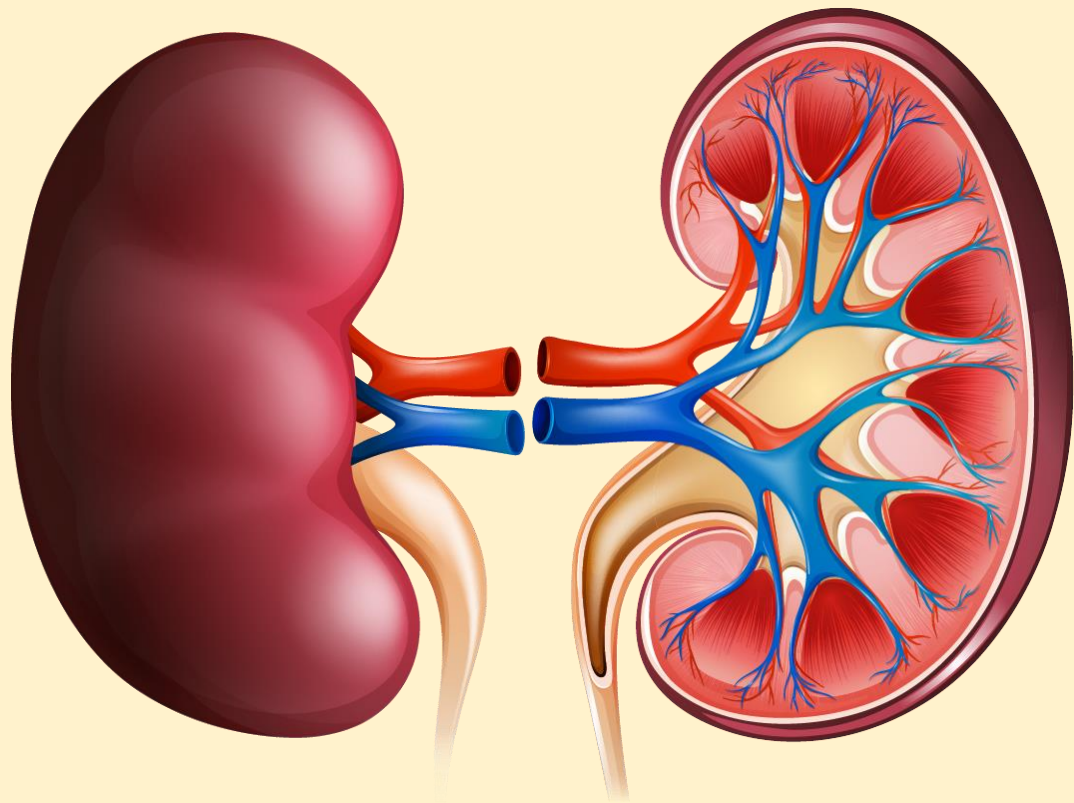
ตับ



สร้างน้ำดี ซึ่งมีความสำคัญ
ในการย่อยอาหาร และ
กำจัดสารพิษที่สะสมอยู่ในร่างกาย
และเป็นแหล่งสะสมแร่ธาตุ
วิตามินต่าง ๆ



ไต



ทำหน้าที่กรองของเสีย
ออกจากเลือดและขับออกมา
ในรูปของปัสสาวะ

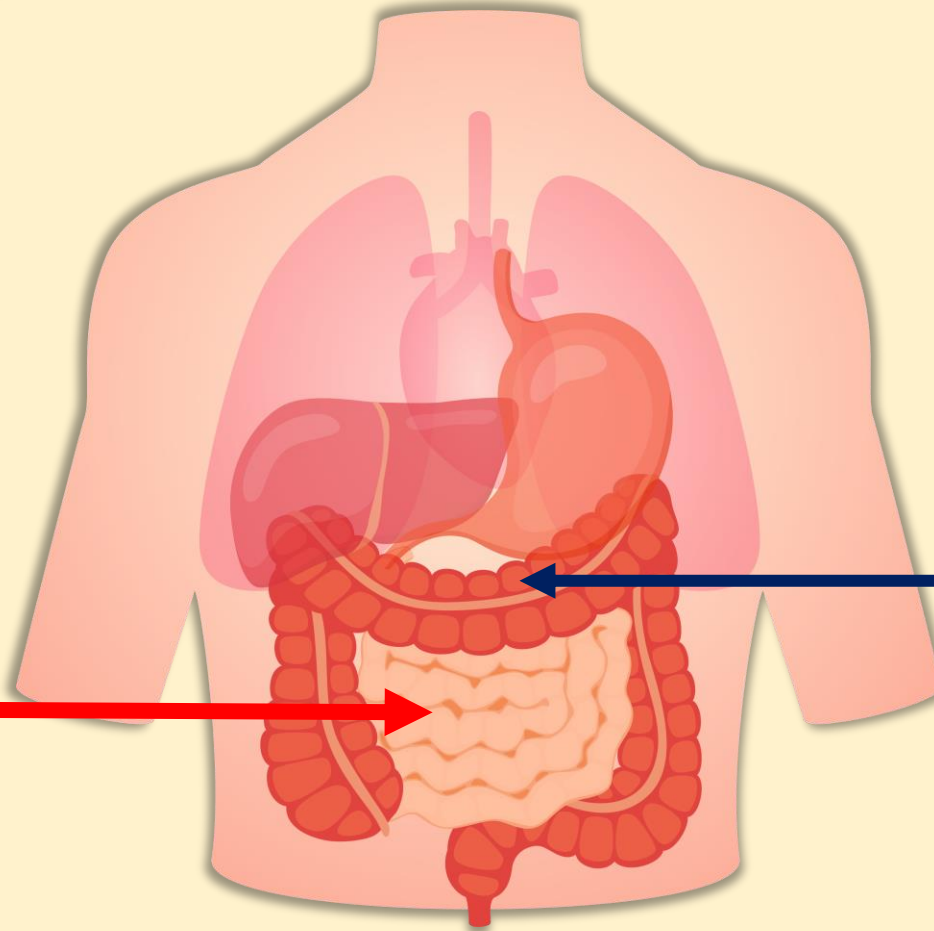


กระเพาะอาหาร

ทำหน้าที่เป็นที่พักอาหาร
และย่อยอาหารให้เล็กลง



ลำไส้



ลำไส้เล็ก

ลำไส้ใหญ่



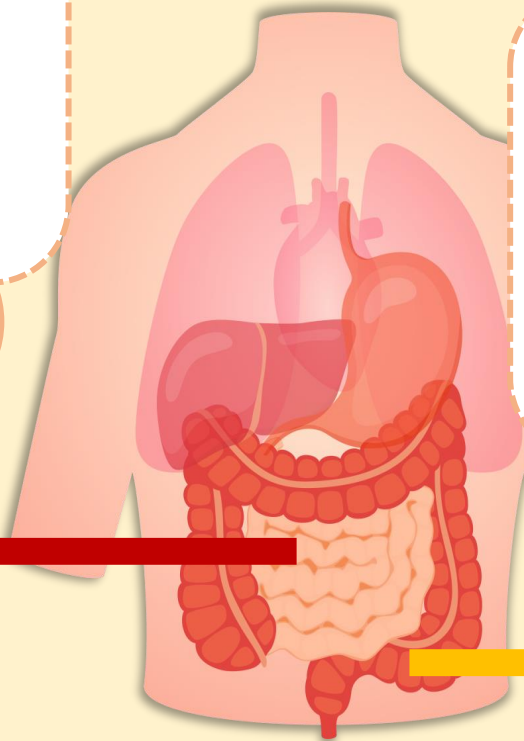
ลำไส้

ทำหน้าที่ย่อยอาหารและ
ดูดซึมสารอาหาร

ลำไส้เล็ก

ทำหน้าที่ดูดน้ำและเกลือแร่
และขับถ่ายอุจจาระ

ลำไส้ใหญ่



กิจกรรม Who am I !

ฉันคือใคร



ฉันทมี ๒ ข้าง ข้างซ้ายและข้างขวา
ทำหน้าที่ฟอกเลือดและทำงานร่วมกับจมูก



ปอด



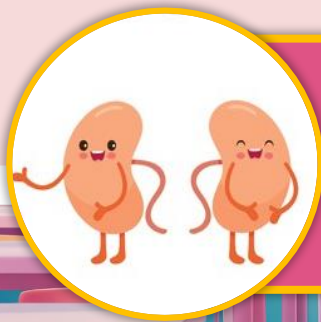
ฉันทึเป็นฤงกั้มเนื้ ออยู่บริเวณช่องท้อง
ทำหน้าทึ่พักและย้่อยอาหาร



กระเพาะอาหาร



หน้าตาของฉันทึ่ย้ายกับเมล็ดถั่วแดง
ทำหน้าทีกรองของเสียออกมาทางปัสสาวะ



ไต



ฉันทอยู่ส่วนบนสุดของร่างกาย
ทำหน้าที่ควบคุมการทำงานของอวัยวะทุกส่วน



สมอง



ฉันมีขนาดยาว ๆ ขดไปมาในช่องท้อง
ดูดซึมน้ำและขับถ่ายกากอาหาร



ลำไส้ใหญ่



ฉันทันเป็นอวัยวะในช่องท้องส่วนบน
ผลิตน้ำดีไว้ช่วยในระบบย่อยอาหาร
สะสมวิตามินให้แก่ร่างกาย และขับสารพิษ



ตับ



นักเรียนมีวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน

ให้ทำงานอย่างปกติ

อย่างไรบ้าง ?



วิธีดูแลรักษาอวัยวะภายในให้ทำงานได้อย่างปกติ

รับประทานอาหาร
ที่มีประโยชน์



ดื่มน้ำสะอาด



นอนหลับพักผ่อน
อย่างเพียงพอ



วิธีดูแลรักษาอวัยวะภายในให้ทำงานได้อย่างปกติ

ระมัดระวัง
การเกิดอุบัติเหตุ

ออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ

ขับถ่ายให้เป็นเวลา





กิจกรรมประจำวันนี้

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำสมุดภาพอวัยวะภายในร่างกาย โดยนำภาพอวัยวะในมาติดลงสมุด (หรือวาดภาพ) พร้อมทั้งระบุชื่อและหน้าที่ของอวัยวะภายในเหล่านั้น



กิจกรรมของปลายทางในวันนี้

คำชี้แจงกิจกรรมนักเรียน

๑. นักเรียนทำสมุดภาพอวัยวะภายในร่างกาย
๒. นักเรียนสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากใบความรู้ที่ ๘ เรื่อง ตัวเรา

คำชี้แจงกิจกรรมครู

๑. อธิบายคำชี้แจงในการปฏิบัติกิจกรรม
๒. เสนอแนวทางหรือตัวอย่างเพิ่มเติม
๓. ควบคุมดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนในห้องเรียน

ใบความรู้ที่ ๘

เรื่อง ตัวเรา

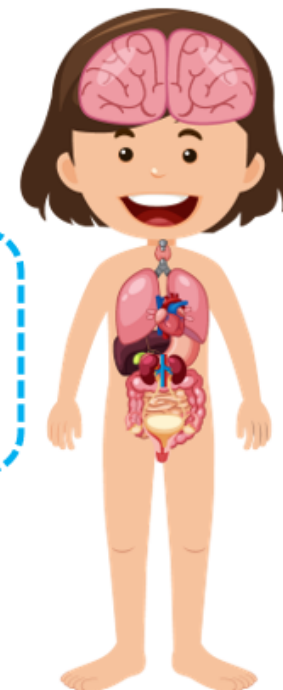


(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



อวัยวะภายในและอวัยวะภายนอก
ทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ
ทำให้ร่างกายของเรามีชีวิต

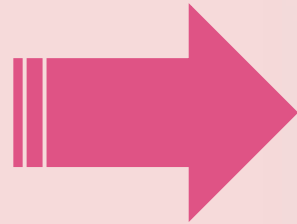
การดูแลรักษาสุขภาพ
เป็นเรื่องที่ควรให้ความสำคัญ
เพื่อให้อวัยวะของร่างกายทำงานได้อย่างเป็นปกติ



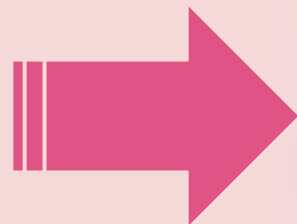
เพราะเหตุใดทั้งอวัยวะภายนอกและ
อวัยวะภายใน จึงมีความสำคัญ
ต่อการดำรงชีวิต



สรุปความรู้เกี่ยวกับ...ร่างกายของเรา



อวัยวะภายในและอวัยวะภายนอก
ทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบ
ทำให้ร่างกายของเรามีชีวิต



การดูแลรักษาสุขภาพเป็นเรื่องที่
ควรให้ความสำคัญ เพื่อให้อวัยวะ
ของร่างกายทำงานได้อย่างเป็นปกติ

บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย

สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดบันทึก
- อุปกรณ์เครื่องเขียน
- ใบความรู้ที่ ๙ เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
- ใบงานที่ ๗ เรื่อง การเจริญเติบโตในแต่ละช่วงวัย
- แบบประเมินตนเองและแบบบันทึกการเรียนรู้

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

