

# รายวิชา การงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๑๔๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง มารยาทในการรับประทานอาหาร

ครูผู้สอน ครูวิทยา ปัญญาเย็น



# จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายมารยาทในการรับประทานอาหารได้
๒. ฝึกมารยาทในการรับประทานอาหารได้อย่างถูกต้อง
๓. เห็นคุณค่าการมีมารยาทในสังคม



# จุดประกายความคิด



คนละ ๑ ข้อ



นักเรียนเคยปฏิบัติ  
มารยาทอย่างไรบ้าง  
ขณะรับประทานอาหาร

# ทบทวน

## มารยาท

ระเบียบแบบแผนที่ควรประพฤติ  
หรือควรละเว้นในส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น  
รวมทั้งชุมชน หรือคนหมู่มาก



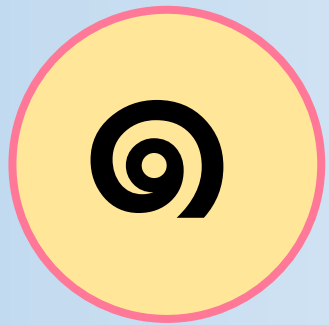
เรื่อง

# มารยาทในการรับประทานอาหาร



การรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น  
เป็นสิ่งที่ทุกคนพึงกระทำ  
และปฏิบัติอย่างถูกต้อง





ใช้ช้อนกลางตักอาหาร  
ในสำรับทุกครั้ง



๒

ไม่เคี้ยวอาหารเลียงตั้ง

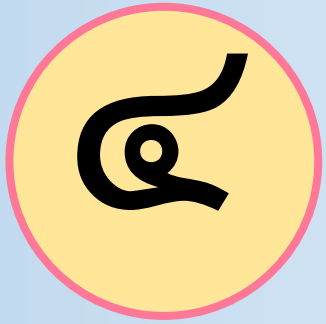




๓

ไม่พูดคุยขณะที่มี  
อาหารอยู่เต็มปาก





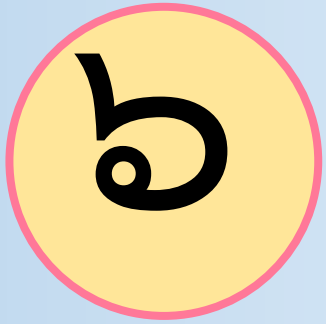
ตักอาหารรับประทานพอดีคำ  
ไม่ตักคำใหญ่เกินไป





ขณะรับประทานอาหาร  
ควรระมัดระวังไม่ให้  
ช้อนส้อมกระทบกัน





ควรใช้ช้อนกลางตักอาหาร  
ให้ผู้อื่นบ้าง หรือเลื่อน  
จานอาหารให้เพื่อแสดง  
ความมีน้ำใจ



๗

ใช้ผ้าเช็ดหน้าหรือใช้มือ  
ปิดปากทุกครั้งเมื่อไอหรือ  
จามขณะเคี้ยวอาหาร





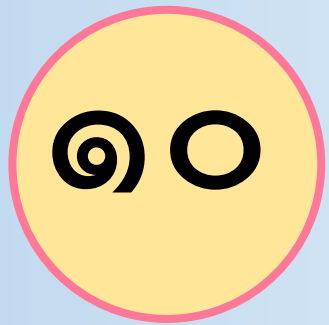
การดื่มน้ำ ควรดื่มอย่างช้า ๆ  
ดื่มน้ำแบบไม่มีเสียงและควรมีการ  
เว้นระยะบ้าง ไม่ควรดื่มรวดเดียวหมด  
และไม่ดื่มขณะที่ยังมีอาหารอยู่ในปาก





ไม่พูดคุยล้อเล่นในขณะที่  
เคี้ยวอาหาร เพราะอาจ  
ทำให้สำลักอาหารได้





เมื่อรับประทานอาหารอิ่มแล้ว  
ควรรวบรวมช้อนล้อมเข้าด้วยกัน







# ชั้นปฏิบัติกิจกรรม



## บทบาทของครูปลายทาง

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม
๒. ให้คำปรึกษาในการแสดงบทบาทสมมติ / ใบบงานที่ ๒

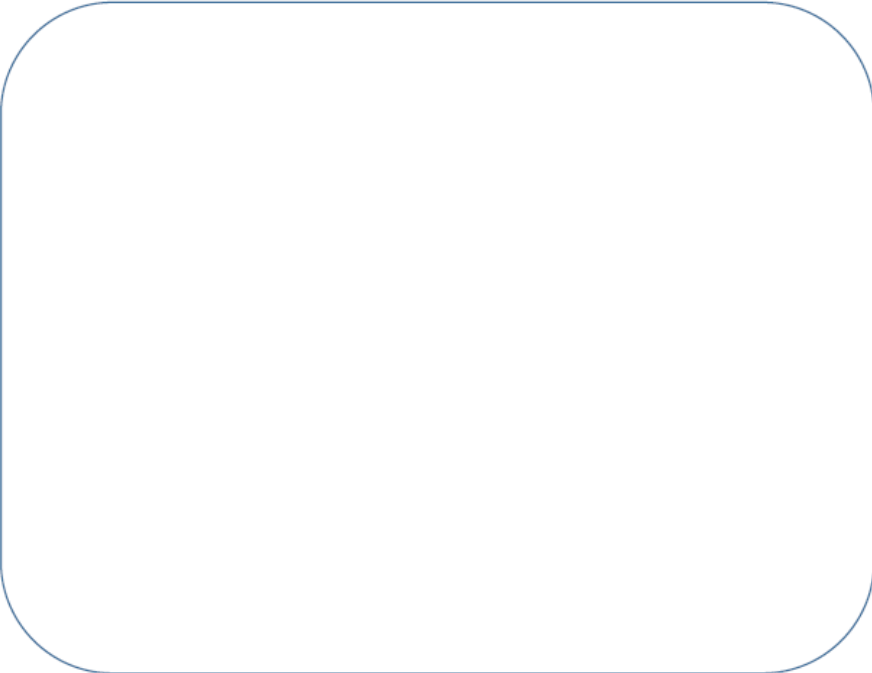
## บทบาทของนักเรียน

๑. แบ่งกลุ่ม ตามความเหมาะสม
๒. นักเรียนแสดงบทบาทสมมติ / ใบบงานที่ ๒



ใบงานที่ ๒ เรื่อง มารยาทในการรับประทานอาหาร  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง เด็กดีมีมารยาท  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง มารยาทในการรับประทานอาหาร  
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง๔๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔  
ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดรูปภาพจำลองสถานการณ์มารยาทในการรับประทานอาหาร พร้อมตอบคำถาม



- ☺ สถานที่ในภาพคือที่ใด.....
- ☺ บุคคลในภาพมีใครบ้าง.....
- ☺ พฤติกรรมที่ควรปฏิบัติกับบุคคลในภาพมีอะไรบ้าง.....
- ☺ ถ้าไม่ปฏิบัติจะส่งผลการรับประทานอาหารอย่างไรบ้าง.....



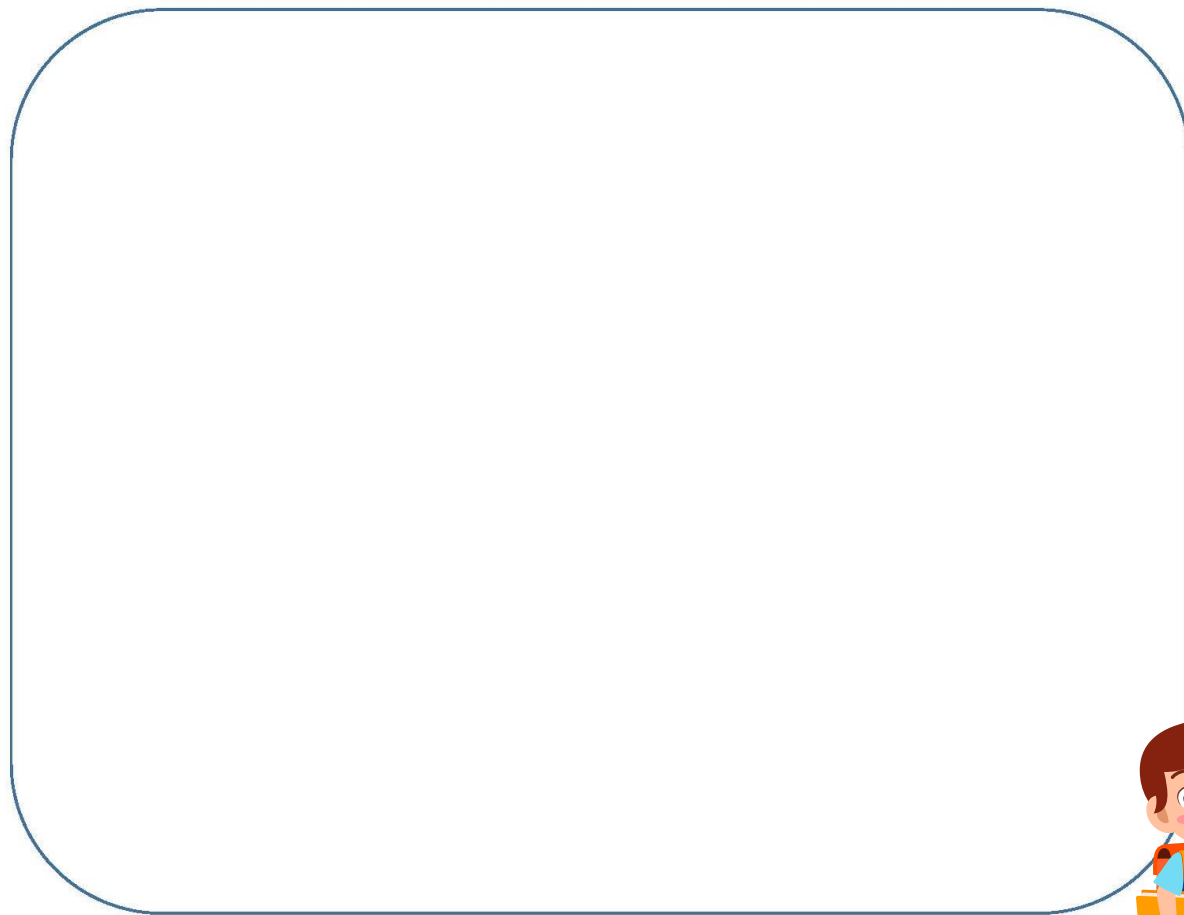
## ใบงานที่ ๒

# มารยาทในการรับประทานอาหาร





คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดรูปภาพจำลองสถานการณ์มารยาทในการรับประทานอาหาร พร้อมตอบคำถาม





## ใบงานที่ ๒ มารยาทในการรับประทานอาหาร

- สถานที่ในภาพคือที่ใด.....
- บุคคลในภาพมีใครบ้าง.....
- พฤติกรรมที่ควรปฏิบัติกับบุคคลในภาพมีอะไรบ้าง.....
- ถ้าไม่ปฏิบัติจะส่งผลต่อการรับประทานอาหารอย่างไร.....



# สรุป

การรักษามารยาทในการรับประทานอาหาร  
ร่วมกับผู้อื่น เป็นสิ่งที่ทุกคนพึงกระทำ  
และปฏิบัติอย่างถูกต้อง



# บทเรียนครั้งต่อไป

มารยาทในการใช้ห้องเรียน

สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานที่ ๓

เรื่อง...มารยาทในการใช้ห้องเรียนร่วมกับผู้อื่น

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

