

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติ ข้อที่ ๘-๑๐

ครูผู้สอน ครูปฏิญญา ประจันบาน



สุขบัญญัติแห่งชาติ

ข้อที่ ๘ - ๑๐



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
๒. ปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
๓. เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐



สุขบัญญัติแห่งชาติ



สุขบัญญัติแห่งชาติ





คำถามชวนคิด

ถ้าไม่มีใครบังคับ

นักเรียนจะไปตรวจสุขภาพ

หรือไม่ ?



ข้อ ๘ ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี

การตรวจสุขภาพทำให้
ทราบการเจริญเติบโตและ
ความผิดปกติของร่างกาย

อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง





คำถามชวนคิด

นักเรียนชอบ

ออกกำลังกายหรือไม่?





คำถามชวนคิด

นักเรียนชอบ

เล่นกีฬาชนิดใด ?





คำถามชวนคิด

บ่อยครั้งแค่ไหน ?



ข้อ ๘ ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี



ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
ควรเลือกกิจกรรม
ที่เหมาะสมกับวัย

ข้อ ๙ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ

ทำกิจกรรมที่ชอบ



ข้อ ๙ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ



มองโลกในแง่บวก

ข้อ ๙ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ

เมื่อมีปัญหาหรือรู้สึกไม่สบายใจ
ควรปรึกษาผู้ปกครอง



ข้อ ๙ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ

จัดบ้านให้น่าอยู่





คำถามชวนคิด

นักเรียนเคยทิ้งขยะ
ไม่ลงถังหรือไม่?





คำถามชวนคิด

ไม่ทิ้ง ไปทิ้งถังอื่น



วางต่อข้างบน
หรือวางกองไว้
ข้าง ๆ

ข้อ ๑๐ มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

ทิ้งขยะในที่รองรับ

แยกขยะก่อนนำไปทิ้ง

ไม่ปล่อยให้ย่ำน้ำเสียลงสู่แม่น้ำลำคลอง





คำถามชวนคิด

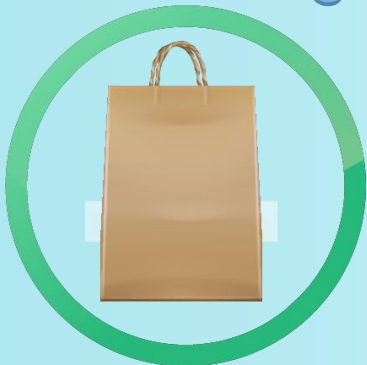
ในขณะที่นักเรียนแปร่งฟัน
นักเรียนปิดน้ำหรือไม่ ?



ข้อ ๑๐ มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

ใช้น้ำและไฟอย่างประหยัด

หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุที่ทำให้
เกิดมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม
เช่น โฟม พลาสติก



ข้อ ๑๐ มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

มีส่วนร่วมในการอนุรักษ์
สิ่งแวดล้อม



กิจกรรม

ยกธง

ลงความเห็น



กิจกรรม

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม
2. คุณครูแจกธงสีเขียวและสีแดงให้กับนักเรียน
3. ให้นักเรียนดูภาพ และยกธงลงความเห็น

ธงสีเขียว หมายความว่า ควรปฏิบัติ

ธงสีแดง หมายความว่า ไม่ควรปฏิบัติ



กิจกรรม ยกธงลงความเห็น



กิจกรรม ยกธงลงความเห็น



กิจกรรม ยกธงลงความเห็น



กิจกรรม ยกธงลงความเห็น



กิจกรรม ยกธงลงความเห็น



ใบงานที่ ๗ เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต ใส่ใจอีกซีกนอกรในการเลือกรับสื่อ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนบอกแนวทางการปฏิบัติตนที่ดีตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ พร้อมวาด
ภาพประกอบพร้อมอธิบาย

--	---

คำชี้แจง : ให้นักเรียนบอกแนวทางการปฏิบัติตนที่ดีตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๙ พร้อมวาด
ภาพประกอบพร้อมอธิบาย

--	---

คำชี้แจง : ให้นักเรียนบอกแนวทางการปฏิบัติตนที่ดีตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๑๐ พร้อมวาด
ภาพประกอบพร้อมอธิบาย

--	---

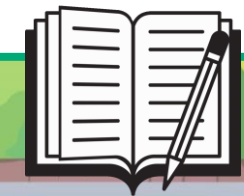
ชื่อ - สกุล.....
ชั้น.....เลขที่.....

ใบงานที่ ๗

เรื่อง สุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐

1. ให้นักเรียนบอกแนวทางการปฏิบัติตน
ที่ดีตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
พร้อมวาดภาพประกอบพร้อมอธิบาย

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th



คำชี้แจงในการทำกิจกรรมนักเรียน

๑. ให้นักเรียนบอกแนวทางการปฏิบัติตน
ที่ดีตามสุขบัญญัติแห่งชาติข้อที่ ๘ - ๑๐
พร้อมวาดภาพประกอบพร้อมอธิบาย

คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

๑. ให้คุณครูอธิบายขั้นตอนการทำ
กิจกรรมอย่างละเอียดอีกครั้ง
๒. ให้คำแนะนำและควบคุมดูแล
นักเรียนตลอดการทำกิจกรรม





สรุปบทเรียน



สุขบัญญัติแห่งชาติ



สุขบัญญัติแห่งชาติ

ข้อ ๘

สุขบัญญัติแห่งชาติ

ข้อ ๙

สุขบัญญัติแห่งชาติ

ข้อ ๑๐



บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง

ข่าวสารสร้างเสริมสุขภาพ





สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานที่ ๘

เรื่อง ข่าวสารสร้างเสริมสุขภาพ

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

