

ใบงาน เรื่อง บันทึกการดูแลรักษาระบบประสาธ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ระบบประสาธและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อวัยรุ่น
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การดูแลรักษาระบบประสาธให้ทำงานตามปกติ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ และเขียนบันทึกกิจกรรมที่เป็นการรักษาระบบประสาธ ลงในใบงานนี้ โดยบันทึกอย่างน้อย ๕ กิจกรรม ตามตัวอย่าง

บันทึกการดูแลรักษาระบบประสาธ

ลำดับ กิจกรรม	กิจกรรมที่ทำ	ประโยชน์ที่เกิดกับระบบ ประสาธ	กิจกรรมที่ทำก่อให้เกิด ผลเสียต่อระบบประสาธ

ตัวอย่างการบันทึก

ลำดับ กิจกรรม	กิจกรรมที่ทำ	ประโยชน์ที่เกิดกับระบบ ประสาธ	กิจกรรมที่ทำก่อให้เกิด ผลเสียต่อระบบประสาธ
๑	รับประทานข้าวกล้อง ผักเครื่อง ในใส่ขิง และนม ๑ กล่อง	ได้รับวิตามินบี ๑ ช่วยให้ ระบบประสาธบริเวณแกน ขา และศีรษะทำงานได้เป็น ปกติ ช่วยป้องกันโรคเหน็บ ชา	กิจกรรมการเล่นเกมด้วย โทรศัพท์มือถือเป็น เวลานานๆ
๒		