

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

เรื่อง สารเสพติดให้โทษ (๓)

ครูผู้สอน ครูสุจิตรา บุญธรรม



เรื่อง

สารเสพติดให้โทษ (๓)

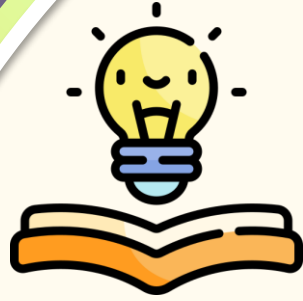




จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. วิเคราะห์ผลเสียและวิธีป้องกันตนเองจากพิษภัยของสุรา
๒. ป้องกันตนเองจากโทษของสุรา
๓. เห็นความสำคัญของการป้องกันตนเองจากโทษของสุรา





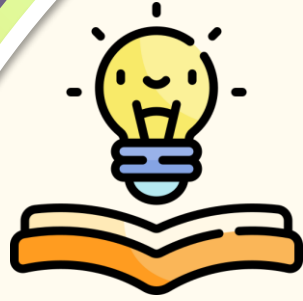
คำถามชวนคิด

เหล่ากับสุรา
แตกต่างกันอย่างไร



สุรา คืออะไร

สุรา เป็นเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม ได้จากการแปรรูปจากพืชจำพวกแป้งและน้ำตาล เช่น อ้อย ข้าว ข้าวโพด มันสำปะหลัง ออกฤทธิ์กดประสาท มีการเสพติดทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งเบียร์และสุราเป็นเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ มีคุณค่าทางอาหารต่ำ แต่มีแคลอรีสูง



คำถามชวนคิด

ผู้ที่ดื่มสุราจะมีลักษณะอาการ
เป็นอย่างไร



ลักษณะอาการของผู้ที่ดื่มสุรา



ส่งผลกระทบต่อสมองและระบบประสาท
มีอาการมึนเมา ง่วงนอน ไม่มีสติ
ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้

ลักษณะอาการของผู้ที่ดื่มสุรา



ทำให้การเต้นและการบีบตัวของหัวใจไม่ปกติ
หัวใจเต้นเร็วขึ้น หลอดเลือดขยายตัว
โดยเฉพาะบริเวณใบหน้าและลำตัว

ลักษณะอาการของผู้ที่ดื่มสุรา



ร่างกายซูบผอมเพราะกระเพาะ
อาหารดูดซึมสารอาหารได้น้อย

โทษและพิษภัยของสุรา



โทษและพิษภัยของสุรา

ALCOHOL ADDICTION



เป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่าง ๆ
เช่น โรคตับแข็ง โรคมะเร็งตับ
โรคพิษสุราเรื้อรัง และแผล
ในกระเพาะอาหาร

โทษและพิษภัยของสุรา



ทำให้สุขภาพเสื่อมโทรม
ส่งผลต่อการทำงานของ
ระบบประสาทส่วนกลาง

โทษและพิษภัยของสุรา



เป็นสาเหตุของการเกิด
อุบัติเหตุบนท้องถนน

โทษและพิษภัยของสุรา



เกิดปัญหาในครอบครัว
และสังคม เช่น การทะเลาะ
วิวาท อาชญากรรม



คำถามชวนคิด

โทษและพิษภัยของสุรา
ส่งผลต่อใครบ้าง





คำชี้แจง

ให้นักเรียนสรุปโทษและพิษภัยของสุรา
ที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม
ลงในกระดาษที่ครูแจกให้



บทบาทหน้าที่นักเรียนปลายทาง



นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
และลงมือปฏิบัติกิจกรรมไปพร้อมกัน

บทบาทหน้าที่ครูปลายทาง

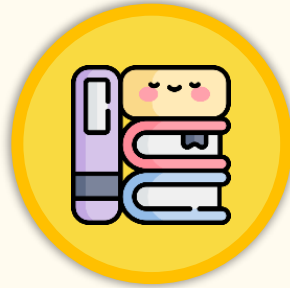


ครูชี้แจงการทำกิจกรรม รวมทั้งดูแล
ช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม



สรุปบทเรียนประจำวันนี้

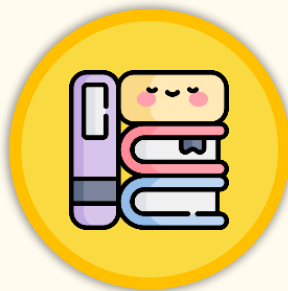
สุรา คือ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม เป็นสารเสพติดที่ไม่ผิดกฎหมายแต่ก็ก่อให้เกิดโทษและพิษภัยทั้งตนเอง ครอบครัว บุคคลรอบข้าง และสังคม จึงไม่ควรเข้าไปเกี่ยวข้องกับเพื่อสุขภาพที่ดีของตนเองและส่วนรวม ดังนั้นจึงควรป้องกันตนเองจากโทษและพิษภัยของสุรา



บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง วัยใสห่างไกลสารเสพติด





สิ่งที่ต้องเตรียม

๑. แบบประเมินตนเอง
๒. แบบบันทึกการเรียนรู้



สามารถดาวน์โหลดได้ที่
www.dltv.ac.th

