ใบงานที่ ๑ เรื่อง กิจกรรมตลาดนัดเพื่อสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง วัยรุ่นกับโภชนาการเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตลาดนัดเพื่อสุขภาพ โดยกำหนดให้นักเรียนมีเงินทั้งหมด ๒๕๐ บาท ให้นักเรียนเลือกซื้ออาหารโดยจัดอาหารให้ครบอย่างน้อย ๓ มื้อหลัก คือ มื้อเช้า มื้อกลางวัน หรือมื้อเย็น โดยอาจเพิ่มอาหารว่างได้

มื้อเช้า

๑.....ราคา.....บาท

๒.....ราคา.....บาท

๓.....ราคา.....บาท

เหตุผลในการเลือกอาหาร

๑.....

๒.....

๓.....

มื้อกลางวัน

๑.....ราคา.....บาท

๒.....ราคา.....บาท

๓.....ราคา.....บาท

เหตุผลในการเลือกอาหาร

๑.....

๒.....

๓.....

มื้อเย็น

๑.....ราคา.....บาท

๒.....ราคา.....บาท

๓.....ราคา.....บาท

เหตุผลในการเลือกอาหาร

๑.....

๒.....

๓.....

มื้อว่าง

๑.....ราคา.....บาท

๒.....ราคา.....บาท

๓.....ราคา.....บาท

เหตุผลในการเลือกอาหาร

๑.....

๒.....

๓.....

ใบงานที่ ๑ เรื่อง กิจกรรมตลาดนัดเพื่อสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง วัยรุ่นกับโภชนาการเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจงให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตลาดนัดเพื่อสุขภาพ โดยกำหนดให้นักเรียนมีเงินทั้งหมด ๒๕๐ บาท ให้นักเรียนเลือกซื้ออาหารโดยจัดอาหารให้ครบอย่างน้อย ๓ มื้อหลัก คือ มื้อเช้า มื้อกลางวัน หรือมื้อเย็น โดยอาจเพิ่มอาหารว่างได้

รวมใช้เงิน (จาก ๒๕๐ บาท)

.....

การเลือกรับประทานอาหารควรคำนึงสิ่งใดบ้าง

.....

.....

.....

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