

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่
วันที่ เดือน พ.ศ.

★ บ. ๑.๑ / พ. ๑.๓-๐๑

ใบความรู้ เรื่องการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย



เราใช้ส่วนของร่างกายหลายส่วนร่วมกัน ในการทำกิจกรรมหนึ่ง ๆ แต่บางคนนอกจากใช้ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ทำหน้าที่ตามปกติแล้วยังทำหน้าที่แทนส่วนที่หายไป เพื่อหาเลี้ยงตนเองและครอบครัว เช่น ใช้ปากทั้งกินอาหารและวาดรูปแทนมือที่หายไป

ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายทุกส่วน มีความสำคัญ เราควรดูแลรักษาแต่ละส่วนของร่างกายอย่างถูกต้อง สะอาดและปลอดภัยอยู่เสมอ เพื่อให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายสามารถทำหน้าที่ได้ตามปกติ เช่น



รักษาความสะอาดของฟันและช่องปากโดยการแปรงฟัน



รักษาความสะอาดของผิวหนังโดยการอาบน้ำล้างมือ



สวมหมวกนิรภัยเมื่อขี่รถจักรยานหรือรถจักรยานยนต์ เพื่อให้ร่างกายปลอดภัยเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่
วันที่ เดือน พ.ศ.



ป. ๑.๑ / พ. ๑.๓-๐๑



ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ในที่ที่มีแสงสว่างเพียงพอ และไม่ใช่ติดต่อกันเป็นเวลานานเพื่อดูแลรักษาตาให้ปลอดภัยจากแสงจ้า

ไม่เล่นไม้ขีดไฟ ไฟแช็ค หรือจ๊อบของร้อน เพื่อให้ร่างกายปลอดภัยจากความร้อน



ไม่เล่นปลั๊กไฟ เพื่อให้ร่างกายปลอดภัยจากไฟฟ้า

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

วันที่ เดือน พ.ศ.



บ. ๑.๑ / พ. ๑.๓-๐๑

ใบงาน ๐๑ : การดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

บันทึกผลการทำกิจกรรม



๑. แปรงฟัน



๒. ล้างมือ



๓. สวมหมวกนิรภัย
เมื่อขี่รถจักรยานยนต์



๔. ใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่
ในที่ที่มีแสงสว่างเพียงพอ



๕. ไม่เล่นไม้ขีดไฟ
หรือไฟแช็ค



๖. ไม่เล่นปลั๊กไฟ

เขียนหมายเลขของรูปที่เลือกลงในช่องว่างให้ถูกต้อง
การดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

- ถูกต้อง ได้แก่ หมายเลข _____
- สะอาด ได้แก่ หมายเลข _____
- ปลอดภัย ได้แก่ หมายเลข _____