

รายวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

รหัสวิชา ว16101

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (5)

ครูผู้สอน ครูวิวัฒน์ ศรีเมฆ

ครูธิดารัตน์ เมฆหมอก



ระบบย่อยอาหาร (5)





จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

ตับแข็ง

ไข้หวัด

อีสุกอีใส

กรดไหลย้อน





จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

تبءء



กรءءءءء



จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

ใช้เลือดออก

ตับอ่อนอักเสบ

เลือดออกใน
ทางเดินอาหาร

ถุงลมโป่งพอง





จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

ตับอ่อนอักเสบ



เลือดออกใน
ทางเดินอาหาร



จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

ถุงน้ำดีอักเสบ

มะเร็งลำไส้ใหญ่

ไมเกรน

มะเร็งมดลูก





จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

ถุงน้ำดีอักเสบ



มะเร็งลำไส้ใหญ่



จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

วันโรคปอด

นิ้วในถุงน้ำดี

รดสีดวงทวาร

ไซนัสอักเสบ





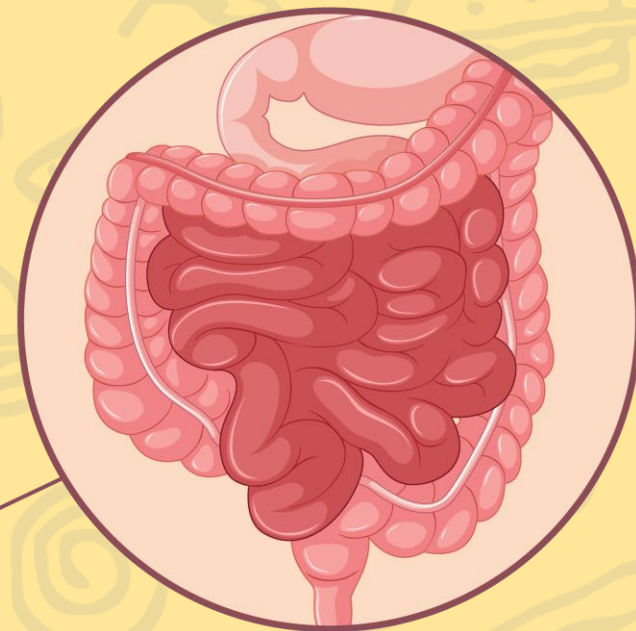
จริงหรือมั่ว ชัวร์หรือไม่

นิ้วในถุงน้ำดี



รดสีดวงทวาร

กิจกรรมที่ 3 การดูแลรักษา อวัยวะในระบบย่อยอาหาร ทำได้อย่างไร

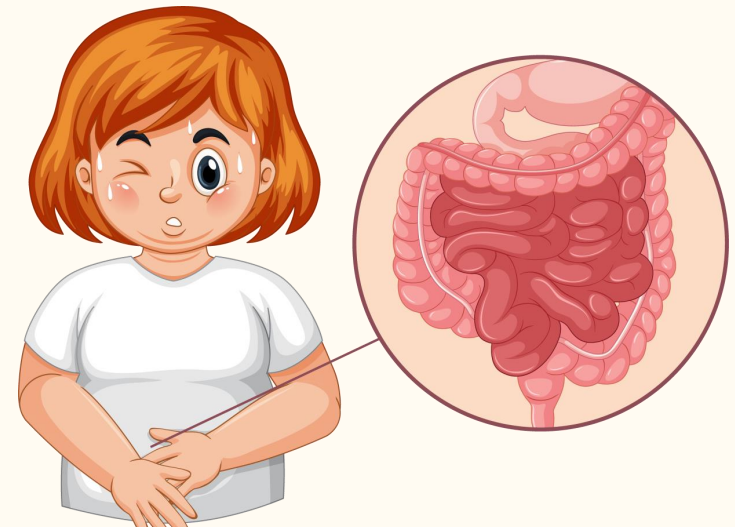


จุดประสงค์การเรียนรู้

รวบรวมข้อมูล และบอกแนวทางการดูแล

รักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร

ให้ทำงานปกติ



เกมคู่ไหนใช้เลย



ชื่อโรค

ลักษณะอาการ/สาเหตุ/แนวทางการป้องกัน



กรดไหลย้อน

A

1

ยืนนาน นั่งนาน อุจจาระเป็นเวลานาน

นิ่วในถุงน้ำดี

B

2

ทานอาหารที่มีไขมันและคอเลสเตอรอลมาก

ตับแข็ง

C

3

แสบร้อนกลางหน้าอก

ริดสีดวงทวาร

D

4

ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

ชื่อโรค

ลักษณะอาการ/สาเหตุ/แนวทางการป้องกัน



มะเร็งลำไส้ใหญ่

E

5

นั่งในถุ่งน้ำดีไปอุดตันทางออกถุ่งน้ำดี

ตับอ่อนอักเสบ

F

6

รับประทานอาหารประเภท ปิ้งย่าง หมักดอง

ถุ่งน้ำดีอักเสบ

G

7

ปวดบริเวณกลางหน้าท้องรุนแรงและเฉียบพลัน

เลือดออกในทางเดินอาหาร

H

8

ไม่ทานอาหารที่ก่อให้เกิดกรดในกระเพาะอาหาร

ชื่อโรค

ลักษณะอาการ/สาเหตุ/แนวทางการป้องกัน



กรดไหลย้อน

A

1

ยืนนาน นั่งนาน อุจจาระเป็นเวลานาน

นิ่วในถุงน้ำดี

B

2

ทานอาหารที่มีไขมันและคอเลสเตอรอลมาก

ตับแข็ง

C

3

แสงร้อนกลางหน้าอก

ริดสีดวงทวาร

D

4

ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

ชื่อโรค

ลักษณะอาการ/สาเหตุ/แนวทางการป้องกัน



มะเร็งลำไส้ใหญ่

E

5

นั่งในถุ่งน้ำดีไปอุดตันทางออกถุ่งน้ำดี

ตับอ่อนอักเสบ

F

6

รับประทานอาหารประเภท ปิ้งย่าง หมักดอง

ถุ่งน้ำดีอักเสบ

G

7

ปวดบริเวณกลางหน้าท้องรุนแรงและเฉียบพลัน

เลือดออกในทางเดินอาหาร

H

8

ไม่ทานอาหารที่ก่อให้เกิดกรดในกระเพาะอาหาร

วิธีทำกิจกรรม

ร่วมกันอภิปรายและสรุปแนวทางการดูแลรักษา
อวัยวะในระบบย่อยอาหารให้ทำงานปกติ



ใบงาน 03

การดูแลรักษาอวัยวะ ในระบบย่อยอาหาร

หน้า 48

ชื่อ-สกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

วันที่ _____ เดือน _____ พ.ศ. _____



บ. ๑.๒ / พ.๒-๐๓

แนวทางการดูแลรักษาระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติ ได้แก่

คำถามหลังจากทำกิจกรรม

๑. โรคหรืออาการที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหารมีสาเหตุจากอะไรบ้าง ยกตัวอย่าง

๒. เราควรปฏิบัติตนเพื่อดูแลรักษาระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติในแนวทางใด เป็นอันดับแรก

๓. จากกิจกรรมนี้ สรุปได้ว่าอย่างไร

แนวทางการดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร

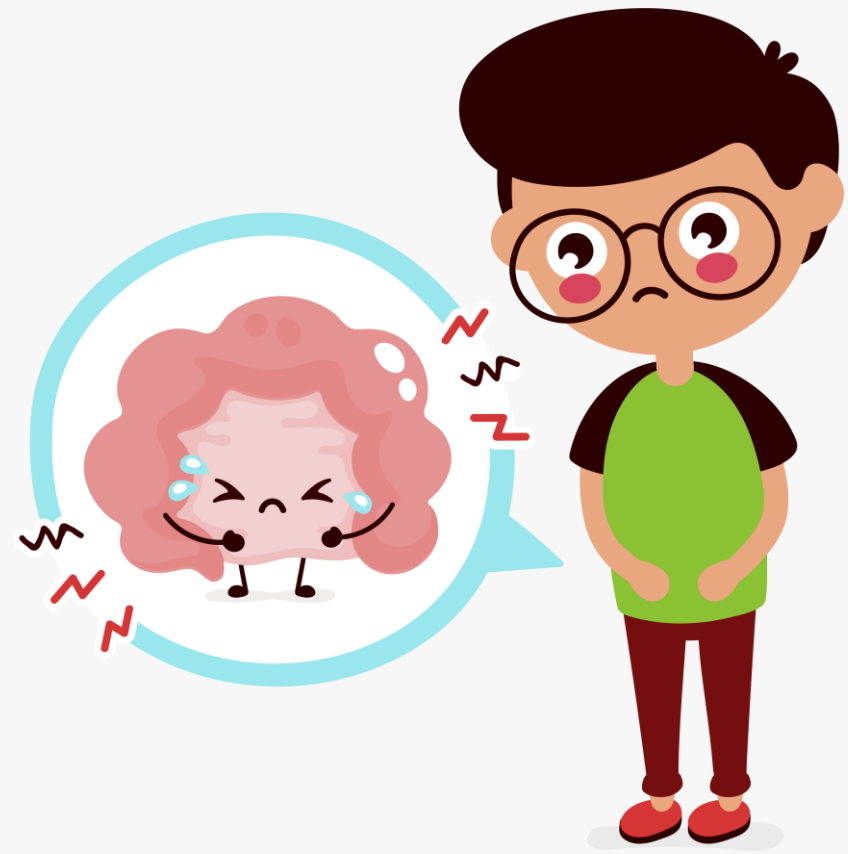
1.

2.

3.

4.

5.





คำชี้แจงในการทำ
กิจกรรมนักเรียน

อภิปรายและสรุป
แนวทางการดูแลรักษาอวัยวะ
ในระบบย่อยอาหาร



คำชี้แจงบทบาท
ครูปลายทาง

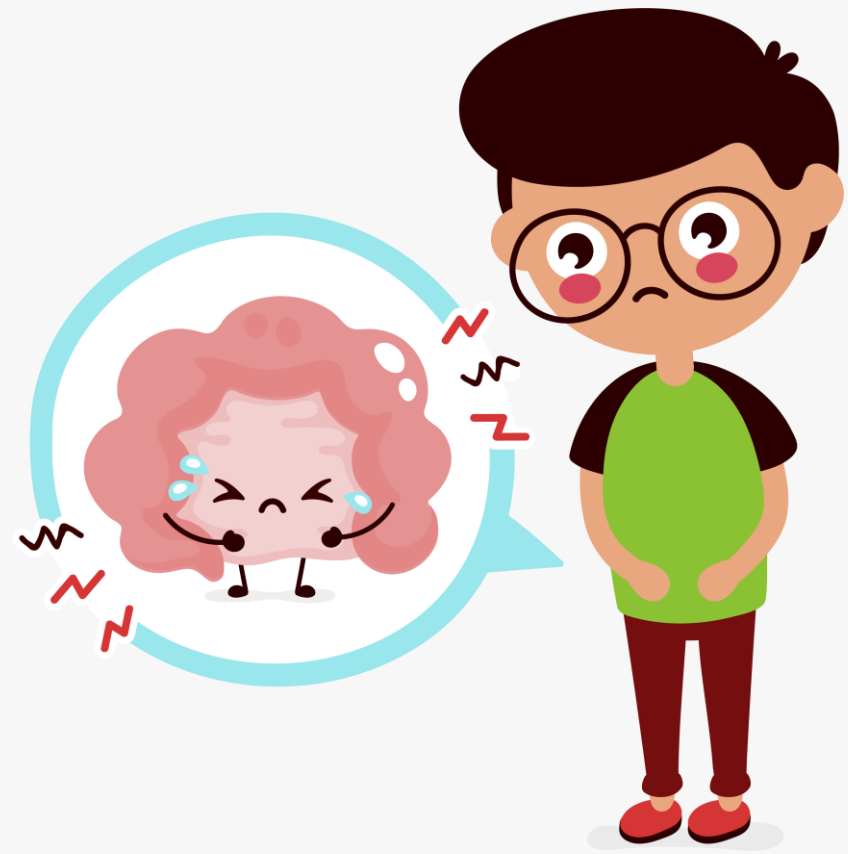
1. แจกใบงานให้แก่นักเรียน
2. ให้ความช่วยเหลือขณะที่
นักเรียนทำกิจกรรมและ
ตรวจสอบความถูกต้อง

ผลการอภิปราย



แนวทางการดูแลรักษาอวัยวะในระบบย่อยอาหาร

1. หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด แอลกอฮอล์ กาแฟ
2. ลดความเครียด
3. รับประทานอาหารให้พอดี
4. รับประทานอาหารตรงเวลา
5. ปรับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร



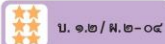
แบบฝึกหัด



ใบงาน 04 : แบบฝึกหัดเรื่อง ระบบย่อยอาหาร

หน้า 49-50

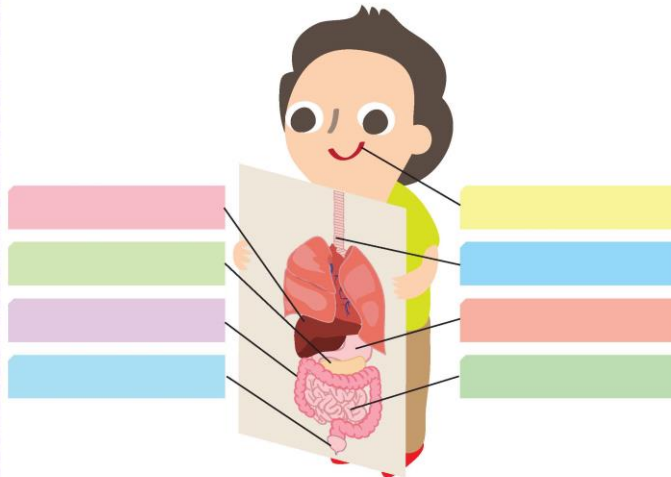
ชื่อ-สกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____
วันที่ _____ เดือน _____ พ.ศ. _____



ใบงาน ๐๔ : แบบฝึกหัด เรื่องระบบย่อยอาหาร

ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

๑. อวัยวะในระบบย่อยอาหารมีอาหารอะไรบ้าง (เขียนชื่ออวัยวะในช่องว่าง)



๒. การย่อยอาหารเริ่มต้นที่อวัยวะใดและสิ้นสุดที่อวัยวะใด

ชื่อ-สกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____
วันที่ _____ เดือน _____ พ.ศ. _____



๓. สารอาหารทุกประเภทต้องผ่านการย่อยหรือไม่ อย่างไร

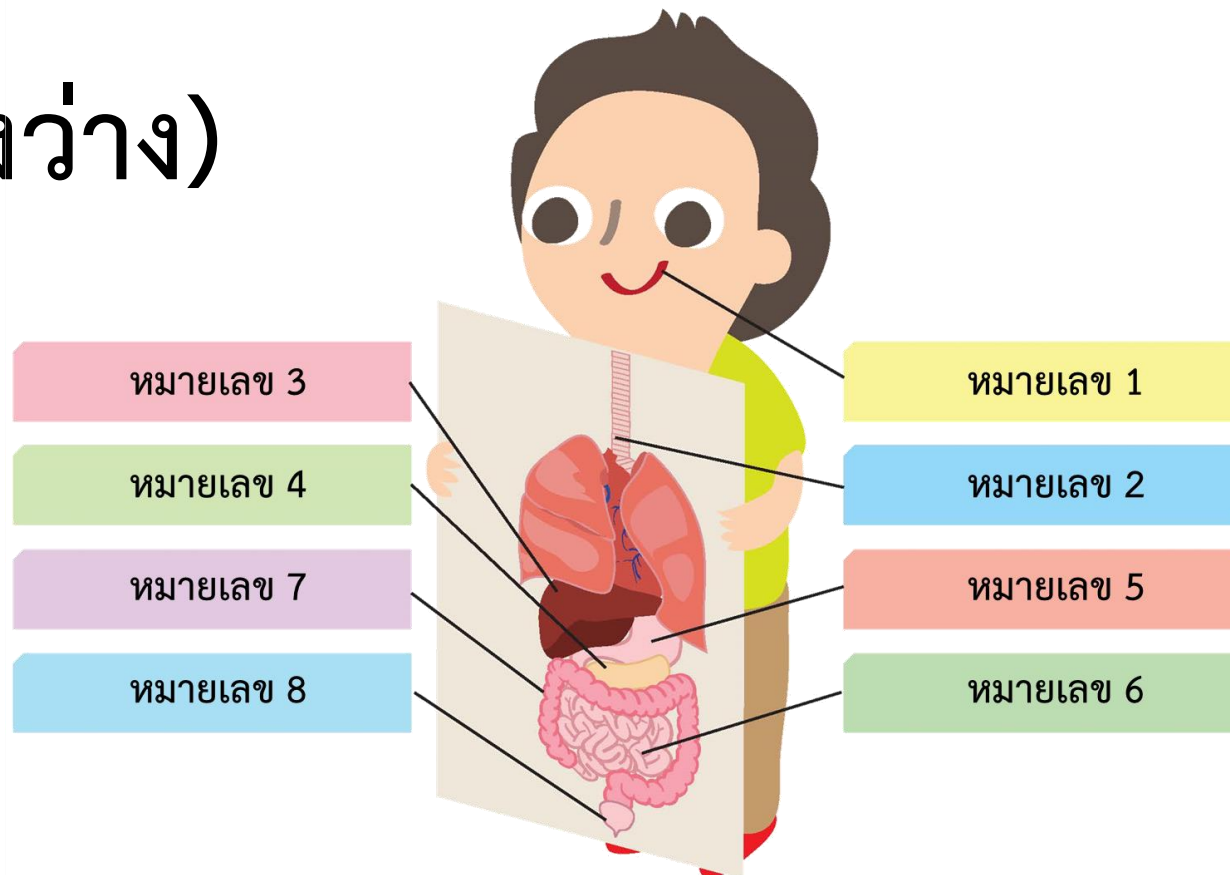
๔. การรับประทานเนื้อหมูหรือเนื้อวัวมากเกินไปจะมีผลต่อการทำงานของอวัยวะในระบบย่อยอาหารหรือไม่ อย่างไร

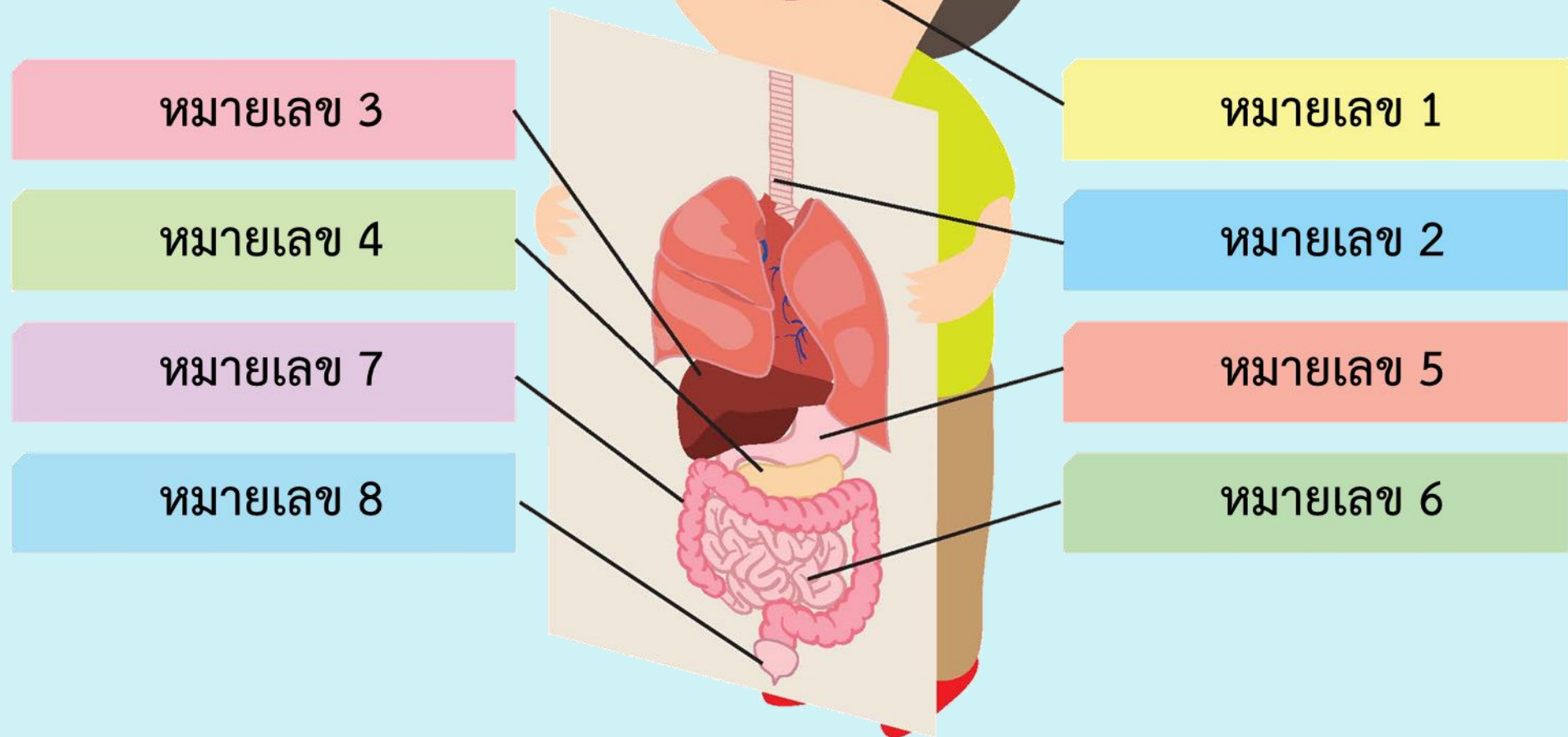




คำถามหลังทำกิจกรรม

1. อวัยวะในระบบย่อยอาหารมีอะไรบ้าง
(เขียนชื่ออวัยวะในช่องว่าง)







คำถามหลังทำกิจกรรม

2. การย่อยอาหารเริ่มต้นที่อวัยวะใดและสิ้นสุดที่อวัยวะใด
3. สารอาหารทุกประเภทต้องผ่านการย่อยหรือไม่อย่างไร



คำถามหลังทำกิจกรรม

4. การรับประทานเนื้อหมูหรือเนื้อวัวมากเกินไป
จะมีผลต่อการทำงานของอวัยวะ
ในระบบย่อยอาหารหรือไม่ อย่างไร



คำชี้แจงในการทำ
กิจกรรมนักเรียน

ทำใบงาน 04 : แบบฝึกหัด
เรื่อง ระบบย่อยอาหาร



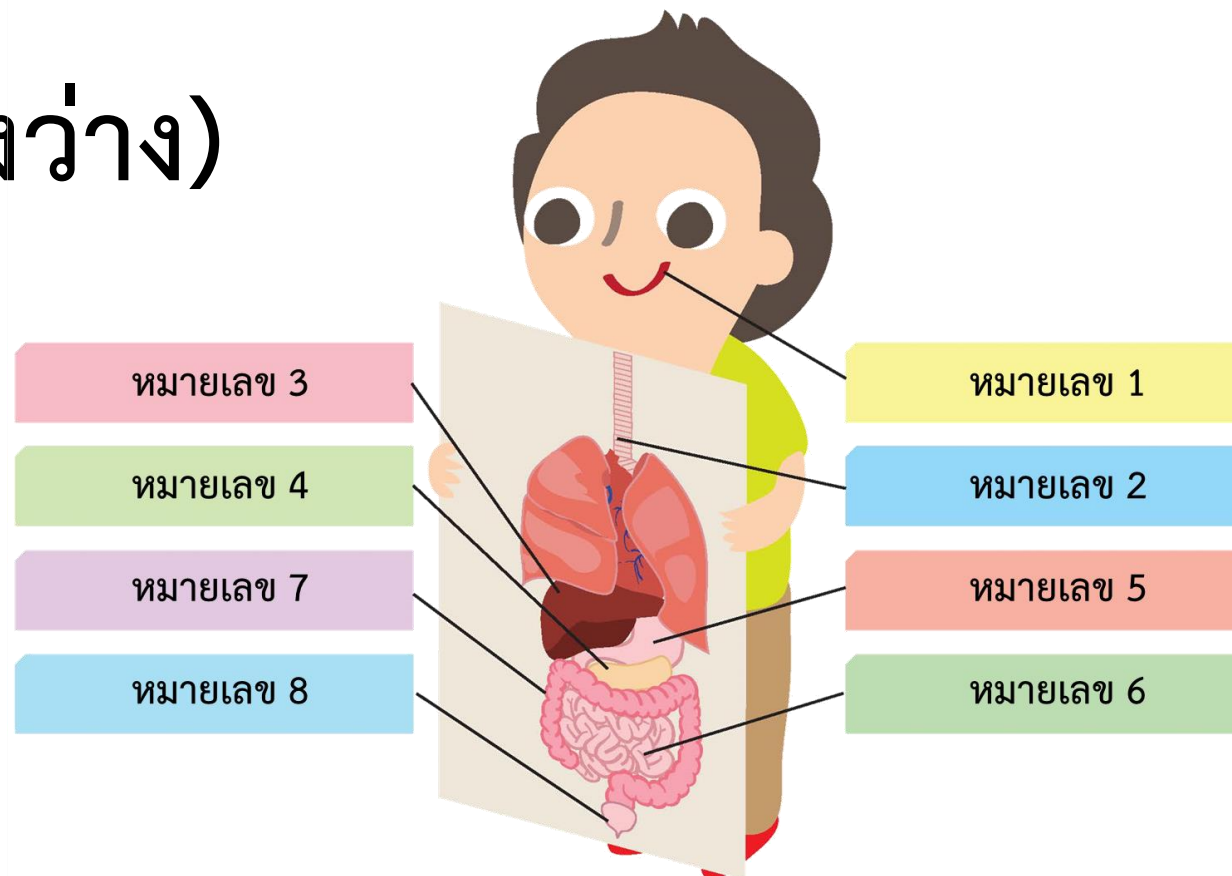
คำชี้แจงบทบาท
ครูปลายทาง

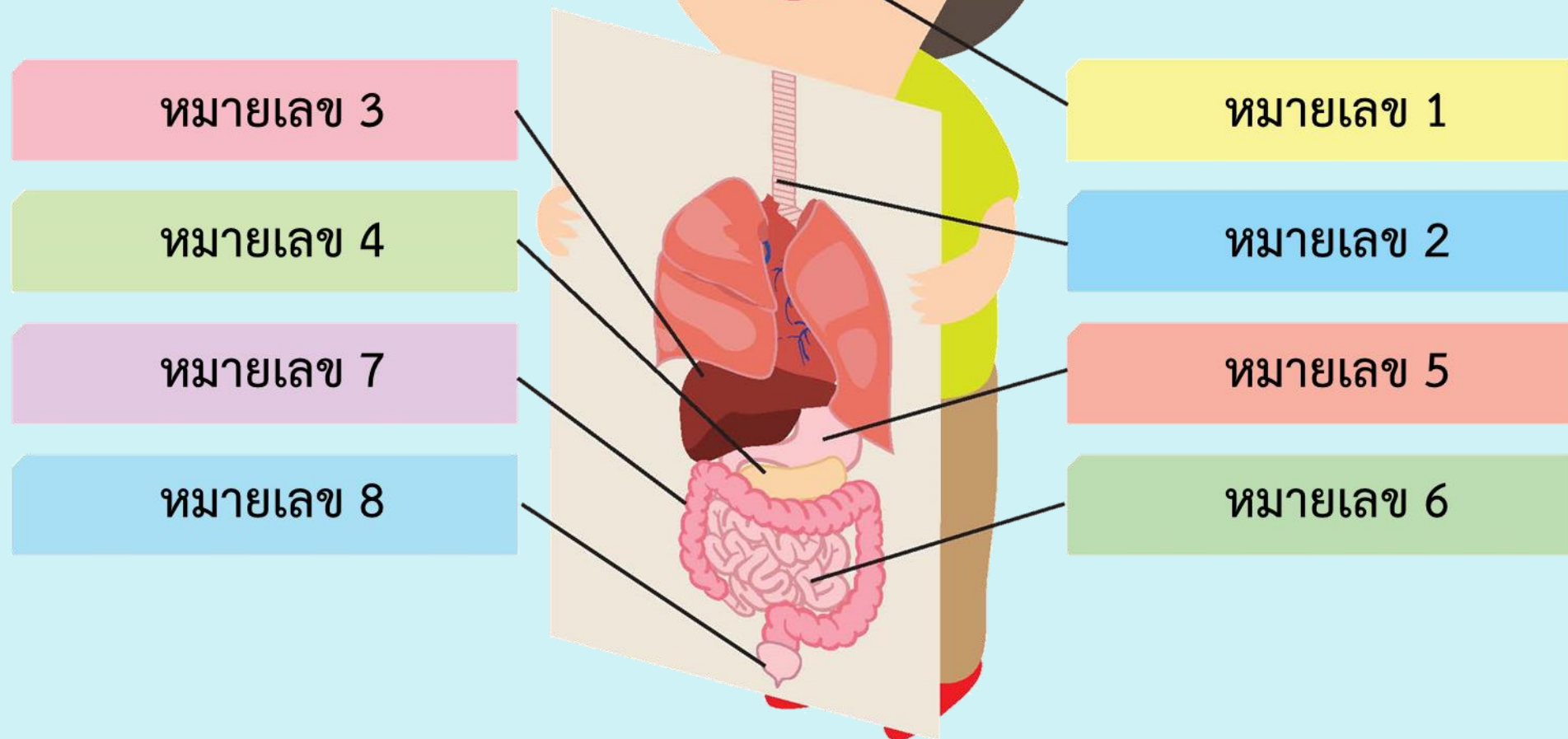
ดูแลความเรียบร้อย
ในห้องเรียน ขณะที่
นักเรียนทำกิจกรรม



คำถามหลังทำกิจกรรม

1. อวัยวะในระบบย่อยอาหารมีอะไรบ้าง
(เขียนชื่ออวัยวะในช่องว่าง)







คำถามหลังทำกิจกรรม

2. การย่อยอาหารเริ่มต้นที่อวัยวะใดและ
สิ้นสุดที่อวัยวะใด



คำถามหลังทำกิจกรรม

3. สารอาหารทุกประเภทต้องผ่านการย่อยหรือไม่
อย่างไร



คำถามหลังทำกิจกรรม

4. การรับประทานเนื้อหมูหรือเนื้อวัวมากเกินไป
จะมีผลต่อการทำงานของอวัยวะ
ในระบบย่อยอาหารหรือไม่ อย่างไร

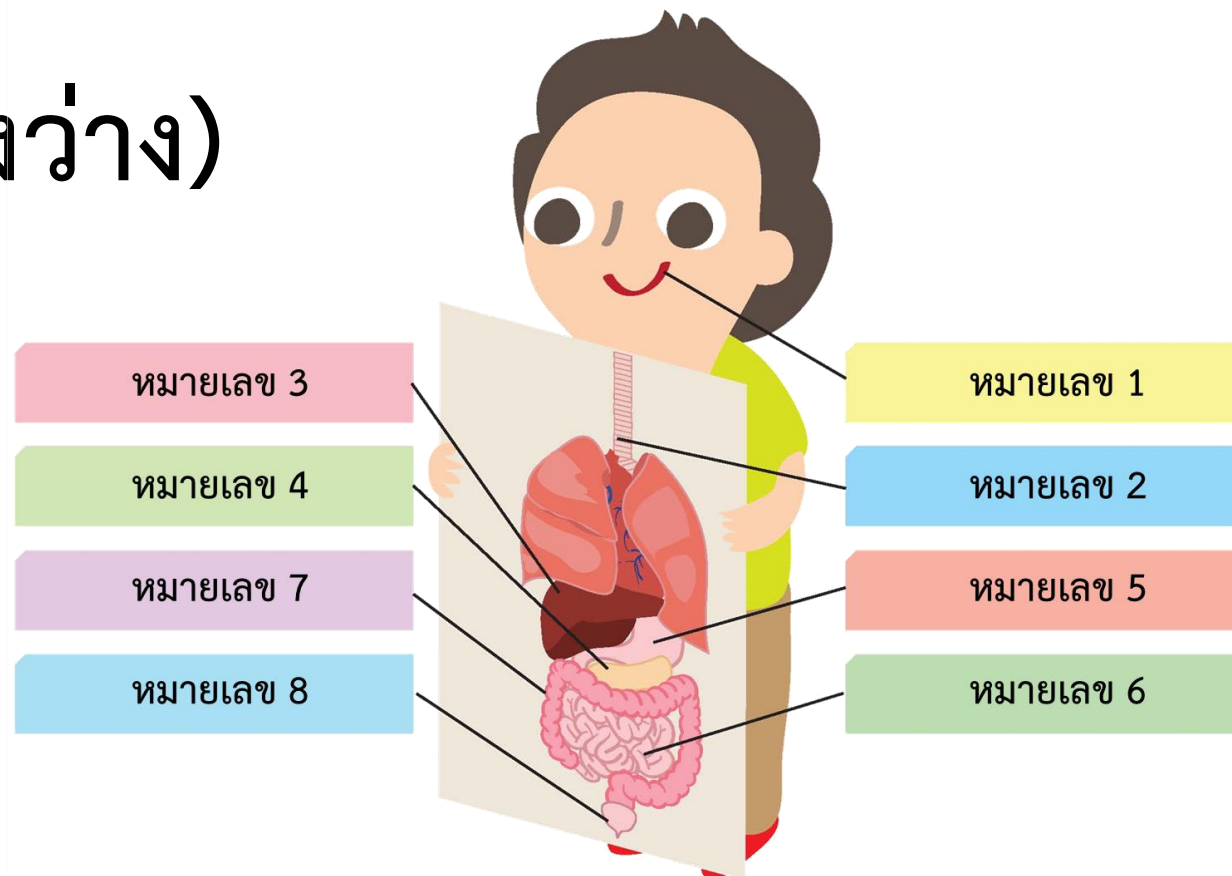
เฉลย แบบฝึกหัด

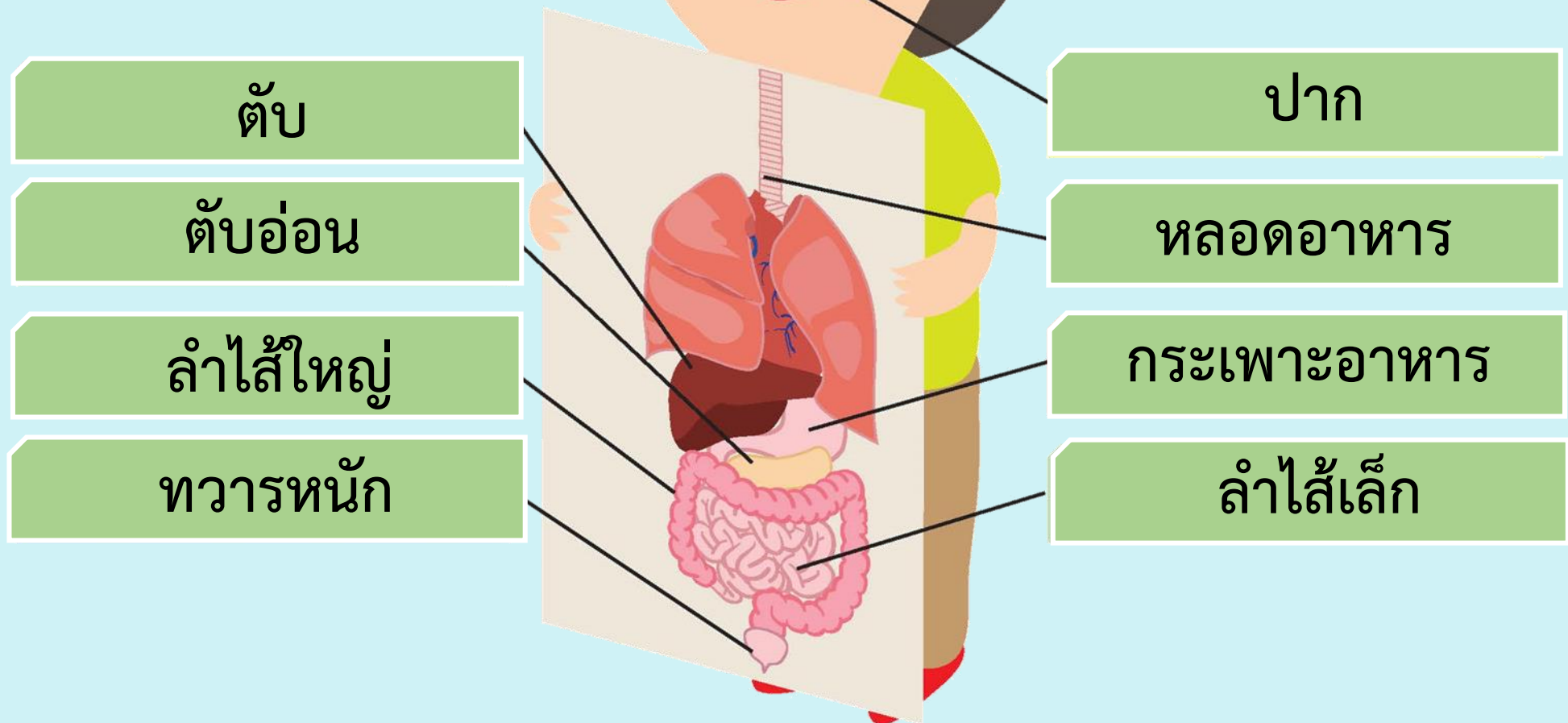




คำถามหลังทำกิจกรรม

1. อวัยวะในระบบย่อยอาหารมีอะไรบ้าง
(เขียนชื่ออวัยวะในช่องว่าง)







คำถามหลังทำกิจกรรม

2. การย่อยอาหารเริ่มต้นที่อวัยวะใดและ
สิ้นสุดที่อวัยวะใด

เริ่มต้น

ปาก

สิ้นสุด

ลำไส้เล็ก



คำถามหลังทำกิจกรรม

3. สารอาหารทุกประเภทต้องผ่านการย่อยหรือไม่
อย่างไร

ไม่ต้อง

โดยวิตามิน เกลือแร่ และน้ำ สามารถดูดซึมได้เลย



คำถามหลังทำกิจกรรม

4. การรับประทานเนื้อหมูหรือเนื้อวัวมากเกินไป
จะมีผลต่อการทำงานของอวัยวะ
ในระบบย่อยอาหารหรือไม่ อย่างไร

มีผล

ทำให้อวัยวะในระบบย่อยอาหารทำงานหนัก



สรุปผลการทำกิจกรรม

เราควรดูแลรักษาอวัยวะ
ในระบบย่อยอาหาร
ให้ทำงานเป็นปกติ
เพื่อไม่ให้เกิดโรคหรือ
อาการที่เกี่ยวข้องกับ
ระบบย่อยอาหาร

เช่น โรคกระเพาะอาหารอักเสบ
โรคกรดไหลย้อน ปวดท้อง
ท้องอืด



โดยเราทำได้หลายวิธี

เช่น รับประทานอาหารที่สะอาด หลีกเลียง
อาหารรสจัด รับประทานอาหารให้มีปริมาณ
พอเหมาะและตรงเวลา ลดความเครียด



บทเรียนครั้งต่อไป

การหีบออกและการร่อน (1)





สิ่งที่ต้องเตรียม

1. ข้าวเปลือก
2. ครกและสาก
3. กระตังหรือถาด
4. ตะแกรง
5. ใบงาน 01 การแยกสารเนื้อผสม
ที่เป็นของแข็งออกจากกัน