

ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การเขียนสรุปความรู้  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง เราม่าบ้านทีก  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การสรุปความรู้เรื่องพาราลิมปิกเกมส์  
รายวิชาภาษาไทย รหัสวิชา ท๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

## การเขียนสรุปความรู้

### การเขียนสรุปความรู้

เป็นการสรุปเรื่องราวจากการอ่านหนังสือ หรือจากการฟังการชมสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และเป็นความรู้ที่ควรจดจำ หากไม่จดหรือเขียนสรุปอาจลืมได้

การเขียนสรุปความรู้โดยใช้สำนวนภาษาของผู้เขียน จะช่วยในการเรียนรู้วิชาต่าง ๆ ช่วยเตือนความจำ และใช้ในการทบทวนความรู้

### วิธีการเขียนสรุปความรู้

๑. อ่านเรื่อง หรือข้อความอย่างรอบคอบ
๒. ชีตเส้นใต้ข้อความที่เป็นสาระสำคัญที่เป็นความรู้ มีหลักในการชีตเส้นใต้ ดังนี้
  - ๒.๑ สังเกตชื่อเรื่องที่อ่าน คือเรื่องอะไร
  - ๒.๒ ตั้งคำถาม “ใคร ทำอะไร ที่ไหน อย่างไร ผลเป็นอย่างไร”
  - ๒.๓ สาระสำคัญที่เป็นความรู้ คืออะไร
๓. นำข้อความที่ชีตเส้นใต้ มารวมข้อความอย่างย่อ ๆ ไม่ต้องเขียนรายละเอียด
๔. เรียบเรียงข้อความให้ได้ความสมบูรณ์ ด้วยสำนวนภาษาของตนเอง
๕. เขียนสรุปความรู้อย่างเป็นระเบียบ ด้วยลายมือสวยงาม
๖. บอกที่มาของความรู้ นั้น เช่น
  - มาจากหนังสือเรื่องใด ใครแต่ง
  - จากการดู หรือชมสถานที่ใด เมื่อใด (บอกวัน เดือน ปี ที่บันทึก)



## ตัวอย่าง การเขียนสรุปความรู้จากการอ่านหนังสือ

### เรื่อง นกนางนวล

นกนางนวล เป็นนกที่ อยู่ตามชายทะเล เป็นนกที่ท่องเที่ยวมาในฤดูหนาว นกนางนวล มีสีขาวนวลทั้งตัว หรือสีเทาอ่อน ราวปลายเดือนกุมภาพันธ์หรือมีนาคม ขนที่หัวและหน้าผากจะเปลี่ยนเป็นสีดำแกมน้ำตาล ในฤดูร้อน ราวเดือนเมษายนมัน จะบินกลับไปวางไข่ในทิเบต แล้วบินกลับมาเมืองไทยอีก ในฤดูหนาว ราวเดือนพฤศจิกายน ช่วงเวลานั้นสีดำที่หัวก็จะเปลี่ยนเป็นสีขาวอีก

อาหารของนกนางนวลส่วนมากเป็นปลา มันมีเท้าคล้ายเป็ด ขนมีน้ำมันมาก คล้ายขนเป็ด ลอยน้ำและว่ายน้ำได้ มัก หากินตามริมฝั่งทะเลเป็นฝูง ๆ แลบนม่น้ำ เจ้าพระยาก็มี มันจะบินโฉบไปโฉบมา จับปลาเล็กปลาน้อยเป็นอาหาร

(จากเรื่อง สัตว์สวยปางาม ในหนังสือแบบเรียนภาษาไทย เล่ม ๑ ของกระทรวงศึกษาธิการ)

นกนางนวลอยู่ตามชายทะเล

มีสีขาวนวลทั้งตัว

ในฤดูร้อนจะบินกลับไปวางไข่ในทิเบต แล้วบินกลับมาเมืองไทยในฤดูหนาว หากินตามริมฝั่งทะเลเป็นฝูง ๆ จับปลาเล็กปลาน้อยเป็นอาหาร

### สรุปความรู้จากการอ่าน เรื่อง นกนางนวล

นกนางนวลอยู่ตามชายทะเล มีสีขาวนวลทั้งตัว ฤดูร้อนมันจะบินกลับไปวางไข่ในทิเบต และบินกลับมาเมืองไทยในฤดูหนาว มันหากินตามริมฝั่งทะเลเป็นฝูง ๆ จับปลาเป็นอาหาร

จากเรื่อง สัตว์สวยปางาม ในหนังสือแบบเรียนภาษาไทย เล่ม ๑ ของกระทรวงศึกษาธิการ



บทอ่าน เรื่อง การวิ่งเพื่อสุขภาพ  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง เราม่าบ้านที่ก  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การเขียนสรุปความรู้  
รายวิชาภาษาไทย รหัสวิชา ท๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

## การวิ่งเพื่อสุขภาพ

การวิ่งเป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง ที่ได้รับความนิยมมาก ปัจจุบันมีการพูดถึงการวิ่งเพื่อสุขภาพกันมาก เพราะการวิ่งเป็นการช่วยให้โลหิตไหลเวียนดีขึ้น ทำให้หัวใจและหลอดเลือดแข็งแรงขึ้น รูปร่างและทรวดทรงก็สวยงามดีขึ้น การวิ่งยังช่วยให้จิตใจและอารมณ์แจ่มใส อย่างไรก็ตามการวิ่งทำให้ร่างกายเสียเหงื่อ ฉะนั้นผู้วิ่งควรดื่มน้ำก่อนวิ่ง ระหว่างวิ่ง และหลังการวิ่ง เพื่อทดแทนการเสียน้ำจากร่างกาย น้ำดื่มควรเป็นน้ำเย็นไม่ควรดื่มน้ำที่ผสมน้ำตาล สำหรับผู้ไม่เคยวิ่งมาก่อน ไม่ควรวิ่งอย่างหักโหม ควรวิ่งอย่างเหยาะ ๆ ช้า ๆ ประมาณห้านาที่สลับกับการเดินเร็ว ๆ ห้านาที่มิฉะนั้นจะเกิดตามกล้ามเนื้อการปวดเมื่อย

(จากหนังสือ คู่มือวิ่งเพื่อสุขภาพ ผู้เขียน นายแพทย์ กฤษดา บานชื่น)