

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



บ. ๑.๑ / พ. ๑.๒ - ๐๑

กิจกรรมที่ ๑ เรามีการเจริญเติบโตอย่างไร

จุดประสงค์

สังเกตและวัดการเจริญเติบโตของตนเอง

วัสดุ-อุปกรณ์

๑. สมุดสุขภาพประจำตัวของนักเรียน
๒. เครื่องชั่งน้ำหนัก
๓. ที่วัดส่วนสูง



วิธีทำ

๑. ดูค่าน้ำหนักและความสูงของตนเองเมื่อ ๖ เดือนที่ผ่านมา ในสมุดสุขภาพประจำตัวและบันทึกผล
๒. ชั่งน้ำหนักและวัดความสูงของตนเองในปัจจุบัน และบันทึกผล
๓. เขียนแผนภูมิแท่งแสดงน้ำหนักและความสูงของตนเอง

