

ใบความรู้ที่ ๘ เรื่อง การเลือกใช้เสื้อผ้าที่เหมาะสมกับรูปร่างและวัย
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง เสื้อผ้าของหนู
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง การเลือกใช้เสื้อผ้าที่เหมาะสมกับรูปร่างและวัย
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

การเลือกใช้เสื้อผ้าที่เหมาะสมกับรูปร่างและวัยบุคลิกภาพของตนเอง ดังนี้

- ๑) วัยเด็ก เสื้อผ้าในวัยเด็ก ควรเป็นเสื้อผ้าที่มีสีสดใส รูปแบบ น่ารัก ไม่รุ่มร่าม เมื่อสวมใส่แล้วสามารถถอดออกได้ง่าย ไม่คับหรือหลวมจนเกินไป
- ๒) วัยรุ่น เสื้อผ้าของวัยรุ่น ควรเป็นเสื้อผ้าที่มีสีสดใสหรือสีอ่อนๆ แบบของเสื้อผ้าจะเป็นไปตามความนิยมของแต่ละบุคคล เช่น บางคนชอบแต่งตัวแบบน่ารัก ควรสวมกระโปรงและเสื้อสีหวานๆ เรียบร้อย บางคนแต่งกายแบบแคล่วคล่อง ว่องไว สะดวกต่อการทำงาน ควรสวมใส่กางเกง และเสื้อที่สุภาพ เป็นต้น แต่ควรเลือกแบบที่สุภาพและไม่รัดรูป หรือเน้นรูปร่างของผู้สวมใส่มากเกินไป
- ๓) วัยผู้ใหญ่ เสื้อผ้าของวัยนี้มักนิยมสวมใส่เสื้อผ้าที่มีสีสุภาพ เรียบร้อย เพื่อให้ดูสง่างาม เหมาะสมกับวัยและบุคลิกภาพของตนเอง ที่สวมใส่อยู่กับบ้าน ควรเป็นเสื้อผ้าที่สวมใส่สบาย มีการดูแลรักษาง่ายไม่ยุ่งยาก แต่เสื้อผ้าที่ใช้สำหรับไปเที่ยว ควรเป็นเสื้อผ้าที่คล่องตัวทะมัดทะแมง
- ๔) วัยชรา ควรเลือกเสื้อผ้าที่มีสีสันไม่ฉูดฉาดสุภาพเรียบร้อยมองดูสง่างาม

การเลือกเสื้อผ้าให้เหมาะกับรูปร่างและวัย

การเลือกใส่เสื้อผ้าให้เหมาะกับรูปร่างและวัยเป็นสิ่งสำคัญ เพราะรูปร่างของคนเราย่อมแตกต่างกัน บางคนอาจมีรูปร่างผอม บางคนอาจมีรูปร่างอ้วน และมีอายุ วัยต่างกัน ดังนั้นเราควรเลือกสวมใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสมกับรูปร่างของตนเอง เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดี

การเลือกเสื้อผ้าให้เหมาะสมกับรูปร่างของผู้สวมใส่ มีวิธีเลือกดังนี้

๑. คนที่มีรูปร่างผอม ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่หลวมเล็กน้อย มีสีอ่อนๆ เช่น ฟ้าย่อ น เหลืองอ่อน ชมพู เป็นต้น เพราะจะทำให้ดูตัวใหญ่ขึ้น ถ้าเสื้อผ้ามีลวดลาย ควรเลือกสวมใส่ผ้าลายดอกไม้ใหญ่หรือลายเส้นตามขวาง เพื่อให้ดูอ้วนขึ้น

๒. คนที่มีรูปร่างอ้วน ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่พอดีตัว มีสีเข้ม ๆ เช่น น้ำเงิน น้ำตาล ฟ้ายเข้ม เพราะจะทำให้ดูตัวเล็กลง ถ้าเสื้อผ้ามีลวดลายควรเลือกสวมใส่เสื้อผ้าลายดอกไม้เล็ก ๆ หรือมีลายเส้นแนวตรง เพื่อทำให้ดูผอม และสูงขึ้น

การเลือกเสื้อผ้าให้เหมาะกับวัย ควรพิจารณา ดังนี้

๑. วัยเด็ก ควรเลือกเสื้อผ้าที่มีเนื้อผ้านุ่ม สวมใส่สบาย ทนทาน ดูแลรักษาง่าย เพราะเด็กยังไม่มีควมระมัดระวังเพียงพอ แบบของเสื้อผ้าควรเป็นแบบที่สวมใส่ง่าย ถอดง่าย ควรมีสีอ่อน ๆ เช่น สีเขียวอ่อน สีเหลืองอ่อน สีส้มอ่อน หรืออาจมีลวดลายการ์ตูนเป็นสีสดใส

๒. วัยรุ่น ควรเลือกเสื้อผ้าที่มีสีสดใส เช่น สีฟ้า สีเขียว สีแดง สีส้ม สีเหลือง รูปแบบเหมาะสมกับโอกาสและสถานที่ที่จะไป

๓. วัยผู้ใหญ่ ควรเลือกเสื้อผ้าที่มีสีสัน และรูปแบบสุภาพ เรียบร้อย มองดูสง่างามเหมาะสมกับโอกาสและสถานที่ที่จะไป