**สัปดาห์ที่ 2**

**สื่อการเรียนเพื่อส่งเสริมการรู้หนังสือ**

สภาพที่ 3 สุขภาพอนามัย

สาระที่ 1 การออกกำลังเพื่อสุขภาพ



การออกกำลังกายเป็นการส่งเสริมสุขภาพช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง ควรออกกำลังกายทุกวัน

**คำหลัก**

ออกกำลังกาย สุขภาพ ร่างกาย แข็งแรง

**ประเด็นชวนคิด**

ครูบอกประโยชน์ของการออกกำลังกาย

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้อง**

|  |  |
| --- | --- |
| ออกกำลังกาย | ............................... |
| สุขภาพ | ............................... |
| ร่างกาย | ............................... |
| แข็งแรง | ............................... |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนอ่านตัวเลขไทยและตัวเลขอารบิค 1-50**

**๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ ๑๑ …. ๕๐**

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 …. 50

สาระที่ 2 กีฬาเป็นยาวิเศษ



การเล่นกีฬาเป็นการออกกำลังกายที่ทำให้ร่างกายของเราแข็งแรง มีสุขภาพดี และรู้จักใช้เวลา ว่างให้เป็นประโยชน์ “กีฬาเป็นยาวิเศษ”เช่น การเล่นฟุตบอล ตะกร้อ วอลเล่ย์บอล และเปตอง

**คำหลัก**

ฟุตบอล ตะกร้อ วอลเล่ย์บอล เปตอง

**ประเด็นชวนคิด**

ให้ผู้เรียนบอกกีฬาที่ตัวเองชื่นชอบ

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้อง**

ฟุตบอล ตะกร้อ วอลเล่ย์บอล เปตอง

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ฟุตบอล | ……………… | ……………… | ……………… |
| ตะกร้อ | ……………… | ……………… | ……………… |
| วอลเล่ย์บอล | ……………… | ……………… | ……………… |
| เปตอง | ……………… | ……………… | ……………… |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนบอกตัวเลขหลักหน่วยและหลักสิบต่อไปนี้**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1) | 45 เลข 5 อยู่ในหลัก | ...................... |
| 2) | 32 เลข 3 อยู่ในหลัก | ...................... |

สาระที่ 3 การละเล่นพื้นเมือง







การกระโดดเชือก การตีวงล้อ รถถีบ หมากเก็บ เป็นการละเล่นพื้นเมืองที่แสดงตามประเพณี วัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่นเพื่อให้เกิดความสนุกสนานรื่นเริง

**คำหลัก**

กระโดดเชือก ตีวงล้อ รถถีบ หมากเก็บ ประเพณี วัฒนธรรม

**ประเด็นชวนคิด**

ในท้องถิ่นของผู้เรียนมีการละเล่นอะไรบ้าง

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ได้อย่างถูกต้อง**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| กระโดดเชือก | ตีวงล้อ | รถถีบ | หมากเก็บ | ประเพณี | วัฒนธรรม |
| กระโดดเชือก | ……………… | ……………… | ……………… |  |  |
| ตีวงล้อ | ……………… | ……………… | ……………… |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| รถถีบ | ……………… | ……………… | ……………… |
| หมากเก็บ | ……………… | ……………… | ……………… |
| ประเพณี | ……………… | ……………… | ……………… |
| วัฒนธรรม | ……………… | ……………… | ……………… |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร**์

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนบอกตัวเลขหลักหน่วยและหลักสิบต่อไปนี้**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1) | 83 | เลข | 8 | อยู่ในหลัก | .............. |
| 2) | 32 | เลข | 3 | อยู่ในหลัก | .............. |
| 3) | 98 | เลข | 8 | อยู่ในหลัก | .............. |
| 4) | 523 เลข 5 อยู่ในหลัก | | | | .............. |
| 5) | 453 เลข 4 อยู่ในหลัก | | | | .............. |

สาระที่ 4 พักผ่อนหย่อนใจ



การพักผ่อนที่ดีที่สุดคือ การนอนหลับให้เพียงพอ อย่าทำงานหนักจนไม่มีเวลาพักผ่อน บางคน พักผ่อนด้วยการ ฟังเพลง ดูหนัง ร้องเพลง ปลูกต้นไม้ เล่นกีฬา สิ่งเหล่านี้ทำให้เราคลายเครียดได้ ทำแล้วรู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน จะทำเรามีความสุขกาย สบายใจ

**คำหลัก**

พักผ่อน นอนหลับ ฟังเพลง ดูหนัง ปลูกต้นไม้ เล่นกีฬา

**ประเด็นชวนคิด**

ผู้เรียนมีวิธีการพักผ่อนหย่อนใจด้วยวิธีการใดบ้างหลังจากเลิกงาน

**ทักษะภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ฝึกอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ ลงในช่องว่างข้างล่างนี้**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| พักผ่อน |  | นอนหลับ ฟังเพลง | ดูหนัง ปลูกต้นไม้ เล่นกีฬา |
| พักผ่อน |  | .............................................. | ................................................ |
| นอนหลับ |  | .............................................. | ................................................ |
| ฟังเพลง | . | ............................................. | ................................................ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ดูหนัง | .............................................. | ................................................ |
| ปลูกต้นไม้ | .............................................. | ................................................ |
| เล่นกีฬา | .............................................. | ................................................ |

**ทักษะคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้เติมคำในช่องว่างให้ถูกต้อง**

1. นายสมชาย ไปตลาดซื้อเนื้อหมู 8 ขีด ราคาขีดละ 4 บาท และเครื่องใน 2 ขีด ราคา ขีดละ 6 บาท ดังนั้นนายสมชายจ่ายเงินค่าซื้อเนื้อหมูเป็นเงิน....................บาท

2. นางสมหญิง ซื้อไข่ไก่ 10 ฟอง นำไปทำเป็นอาหารจำนวน 3 ฟอง จะเหลือไข่ไก่

...................ฟอง

สาระที่ 5 ยารักษาโรค



ยารักษาโรค เป็นยาที่ใช้รักษาอาการเจ็บป่วยที่ต้องใช้ตามคำแนะนำของแพทย์สั่ง ปัจจุบันมีการนำเอาสมุนไพรมาใช้ในการรักษาโรค เช่น ขมิ้น ฟ้าทะลายโจร ไพล ดีปรี **คำหลัก**

ยารักษาโรค อาการ เจ็บป่วย แพทย์ สมุนไพร

**ประเด็นชวนคิด**

ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างวิธีการใช้ยารักษาโรคเบื้องต้น

**ทักษะภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ฝึกอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ ลงในช่องว่างข้างล่างนี้** ยารักษาโรค อาการ เจ็บป่วย แพทย์ สมุนไพร ยารักษาโรค .............................. ……………………………… …………………………..

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| อาการ | .............................. | ……………………………… | ………………………….. |
| เจ็บป่วย | .............................. | ……………………………… | ………………………….. |
| แพทย์ | .............................. | ……………………………… | ………………………….. |
| สมุนไพร | .............................. | ……………………………… | ………………………….. |

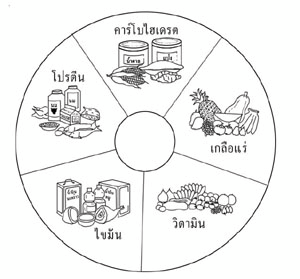
**ทักษะคณิตศาสตร์**

นายแก้วซื้อยาสามัญประจำบ้าน 2 ชุด ราคาชุดละ 24 บาท รวมเป็นเงิน จำนวน.................................บาท

นายคำซื้อยาสามัญประจำบ้านมาขาย ชุดละ 12 บาท ขายไป 3 ชุด นายคำได้เงิน จำนวน.................................บาท

สาระที่ 5 อาหารหลัก 5 หมู่

อาหารหลัก 5 หมู่ มี คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่ เราควร รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ เพื่อทำให้ร่างกายของเราแข็งแรง



**คำหลัก**

คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่

**ประเด็นชวนคิด**

ครูอธิบายประโยชน์ของอาหารหลัก 5 หมู่

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง** ให้ฝึกอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ ลงในช่องว่างข้างล่างนี้

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| คาร์โบไฮเดรต | โปรตีน ไขมัน | วิตามิน เกลือแร่ |  |
| คาร์โบไฮเดรต | …………………… | …………………… | …………………… |
| โปรตีน | …………………… | …………………… | …………………… |
| ไขมัน | …………………… | …………………… | …………………… |
| วิตามิน | …………………… | …………………… | …………………… |
| เกลือแร่ | …………………… | …………………… | …………………… |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์ คำสั่ง ให้ผู้เรียน**

1. ฝึกบวกเลข

1.1 ลุงมี ปลูกข้าวโพดได้จำนวน 2,500 กิโลกรัม ปลูกถั่วลิสงได้จำนวน 960

กิโลกรัม รวมลุงมีปลูกข้าวโพดและปลูกถั่วลิสงได้...........................กิโลกรัม

1.2 ป้าบุญ มีเงินอยู่ 1,578 บาท ทำอาหารขายได้เงินมาอีก 2,500 บาท รวมป้าบุญมีเงินทั้งหมด...........................บาท

1.3 528 + 234 =

1.4 407 + 512 =

1.5 647 + 315 =

สาระที่ 6 ผักปลอดสารพิษ



การปลูกผักปลอดสารพิษ เป็นการปลูกตามธรรมชาติไม่ใช้สารเคมี ไม่ใช้ยาฆ่าแมลง ไม่ทำลาย สิ่งแวดล้อม เพื่อรักษาสุขภาพ เราควรปลูกผักสวนครัวไว้รับประทาน

**คำหลัก**

ผักปลอดสารพิษ ธรรมชาติ สารเคมี ยาฆ่าแมลง สิ่งแวดล้อม

**ประเด็นชวนคิด**

ให้ผู้เรียนอธิบายการปลูกผักปลอดสารพิษ

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง** ให้ฝึกอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ ลงในช่องว่างข้างล่างนี้

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ผักปลอดสารพิษ  ผักปลอดสารพิษ | ธรรมชาติ  …………………… | สารเคมี ยาฆ่าแมลง  …………………… | สิ่งแวดล้อม  …………………… |
| ธรรมชาติ | …………………… | …………………… | …………………… |
| สารเคมี | …………………… | …………………… | …………………… |
| ยาฆ่าแมลง | …………………… | …………………… | …………………… |
| สิ่งแวดล้อม | …………………… | …………………… | …………………… |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนฝึกทักษะการบวกเลข**

1) จันทร์ดีมีเงินในกระเป๋าอยู่ 42 บาท ขายขิงได้เงินเพิ่มอีก 23 บาท รวมเป็นเงิน..............................บาท

2) ชัยพรซื้อสมุนไพรไว้รดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ คือ ดอกคำฝอย จำนวน 40 บาทและ ฟ้าทะลายโจร จำนวน 9 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด............................บาท

3) แก้วตาปลูกพริกขายได้เงิน 15 บาท และขายผักคะน้า ได้เงิน 23 บาท แก้วตาได้เงินทั้งสิ้น...............................บาท

สาระที่ 7 บัตรสุขภาพ





บัตรสุขภาพเป็นบัตร ที่ใช้รับรองสิทธิในการเข้ารับบริการสาธารณสุขจากโรงพยาบาล สถานี อนามัย และสถานพยาบาลต่างๆ ในยามเจ็บป่วย

**คำหลัก**

บัตรสุขภาพ สาธารณสุข โรงพยาบาล สถานีอนามัย สถานพยาบาล

**ประเด็นชวนคิด**

ครูและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายวิธีการใช้บัตรประกันสุขภาพ

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ฝึกอ่านและเขียนคำที่กำหนดให้ ลงในช่องว่างข้างล่างนี้**

บัตรสุขภาพ สาธารณสุข โรงพยาบาล สถานีอนามัย สถานพยาบาล

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| บัตรสุขภาพ | …………………… | …………………… | …………………… |
| สาธารณสุข | …………………… | …………………… | …………………… |
| โรงพยาบาล | …………………… | …………………… | …………………… |
| สถานีอนามัย | …………………… | …………………… | …………………… |
| สถานพยาบาล | …………………… | …………………… | …………………… |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนฝึกทักษะการบวกและการลบ**

1) ทองดีมีเงิน 100 บาท เสียค่ารถโดยสาร 48 บาท ค่าอาหาร 15 บาท ทองดีจะมีเงินเหลือ......................บาท

2) มีผู้ป่วยที่เป็นเพศชาย 24 คน เพศหญิง 17 คน รวมแล้วมีผู้ป่วย....................คน

สภาพที่ 4 โรคติดต่อใกล้ตัว

สาระที่ 1 เอดส์ป้องกันได้



ควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์เพื่อเป็นการป้องกันการติดเชื้อเอดส์

**คำหลัก**

เอดส์ เพศสัมพันธ์ ถุงยางอนามัย ป้องกัน ติดเชื้อ

**ประเด็นชวนคิด**

1. ครูให้ความรู้เรื่องโรคเอดส์

2. ครูและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายการป้องกันโรคเอดส์

**ทักษะวิชาภาษาไทย คำสั่ง**

1. ให้ครูผู้สอนอ่านคำตามที่กำหนดให้ 2 – 3 ครั้ง แล้วให้ผู้เรียนทุกคนอ่านพร้อม ๆ กัน ครูอธิบายความหมายของคำ

เอดส์ เพศสัมพันธ์ ถุงยางอนามัย ป้องกัน ติดเชื้อ

2. ให้นักศึกษาฝึกอ่านพร้อมกันตามตัวอย่างที่กำหนด สะอาด สะดวก สบาย

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ปลอดภัย | ป้องกัน | ปลอดเชื้อ |
| เอดส์ | อเนก | อนาคต |
| วัยเด็ก | วัยรุ่น | วัยผู้ใหญ่ |

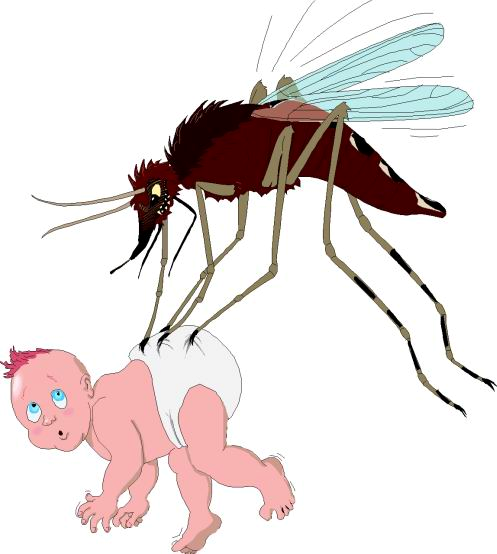
**ทักษะทางคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนเติมตัวเลข ในช่องว่างให้ถูกต้อง**

1. จากสถิติผู้ติดเชื้อเอดส์ มี เพศชาย จำนวน 200 คน เพศหญิง จำนวน 75 คน รวมเป็น จำนวน……………………คน

2. จากสถิติผู้ติดเชื้อเอดส์ พบว่าผู้ที่ป่วยที่เสียชีวิตจากโรคเอดส์ จำนวน 65 คน เพศชาย 30 คน ที่เหลือ เพศหญิง จำนวน………..คน

สาระที่ 2 ภัยร้ายยุงลาย



ยุงลายเป็นพาหะนำโรคไข้เลือดออก ระวังอย่าให้ยุงกัดตอนกลางวัน เวลานอนให้นอนในมุ้ง เราจะต้องกำจัดแหล่งเพาะพันธ์ยุงลายที่มีน้ำขังอยู่ในบริเวณบ้าน เช่น ถาดขารองตู้กับข้าว กระถางต้นไม้ โอ่งน้ำ ยางรถยนต์

**คำหลัก**

ยุงลาย ไข้เลือดออก ถาดขารองตู้กับข้าว กระถางต้นไม้ โอ่งน้ำ ยางรถยนต์

**ประเด็นชวนคิด**

1. ครูให้ความรู้เรื่องโรคไข้เลือดออก

2. ให้ผู้เรียนกำจัดแหล่งเพาะพันธ์ยุงลายในบริเวณบ้าน

**ทักษะทางวิชาภาษาไทย คำสั่ง**

**1.ให้ฝึกเขียนและอ่านคำที่กำหนดให้**

อ่านว่า ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย ยุงลาย

ยุง : .......................................ยุง..................................................ยุง.....................................

ลาย : ....................................ลาย................................................ลาย.........................

**2.ให้เลือกคำต่อไปนี้ เขียนลงในช่องว่างให้ได้ใจความถูกต้อง**

ทำลาย พาหะ พันธ์ เชื้อโรค

น้ำสกปรกเป็นแหล่งเพาะ…………….ยุง และยุงเป็น……………นำ…………….. เราควร……………….แหล่งเพาะพันธ์ยุง



**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนตอบคำถามดังต่อไปนี้**

1. ครูแจก ทรายอะเบทให้ผู้เรียน จำนวน 25 ถุง อสม.แจกเพิ่มอีก จำนวน 50 ถุง รวมเป็น จำนวน……………….ถุง

2. จงเรียงลำดับจากจำนวนมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด

10 15 23 20 19 16 22 12 17

………………………………………………….…………………………………………………………………………

………………………………………………….…………………………………………………………………………

**สาระที่ 3 พิชิตไข้หวัดนก**



ไข้หวัดนกเป็นโรคที่เกิดจาก การแพร่เชื้อไวรัสในสัตว์ปีก เราควรทำความสะอาดบริเวณ ที่อยู่อาศัยของสัตว์ปีก และขอคำแนะนำจากปศุสัตว์ เมื่อพบอาการป่วยของสัตว์และวิธีการ ทำลายซากสัตว์ปีกที่ตาย

**คำหลัก**

ไข้หวัดนก ไวรัส สัตว์ปีก แพร่เชื้อ ขอคำแนะ ปศุสัตว์

**ประเด็นชวนคิด**

ให้ผู้เรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการป้องกันไข้หวัดนก

**ทักษะวิชาภาษาไทย**

**คำสั่ง ให้ฝึกอ่าน และเขียนคำดังต่อไปนี้**

เขา…….. เตา……. เหา…….. เรา……… กำ …….. ตำ …….. รำ……… ทำ ……… ใจ …….. ใส …….. ใย …….. ใด………

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ไย …….. | ไป…….. | ไฟ…….. | ไร……… |
| เขือ…….. | เรือ……. | เสือ……. | เตือ…….. |
| ตือ……… | ขือ…….. | รือ……... | สือ……... |

**ทักษะวิชาคณิตศาสตร์**

**คำสั่ง ให้ผู้เรียนทำแบบฝึกหัดดังต่อไปนี้**

1. ฉันมีเสื้อ 14 ตัว กางเกง 13 ตัว ฉันมีเสื้อและกางเกงรวมกัน………ตัว

2. พ่อฉันซื้อแก้วมา 9 ใบ เป็นแก้วขนาดใหญ่ 3 ใบ ที่เหลือเป็นแก้วขนาดเล็กจำนวน……..ใบ

3. แม่ไปตลาด เก็บเงินได้ 500 บาท ให้ลูก 100 บาท ซื้อกระเป๋า 1 ใบราคา 150 บาท กินข้าว

50 บาท ดังนั้นแม่จะเหลือเงินเก็บ………………..บาท

4. นายดำ เลี้ยงไก่ 50 ตัว เลี้ยงเป็ด 125 ตัว เลี้ยงนก 20 ตัว รวม เลี้ยง ไก่ เป็ด นก จำนวน………ตัว