

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1

หน่วยที่ 1 เรื่อง อวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญ

จำนวน 5 ชั่วโมง

แผนที่ 3 เรื่อง อวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญ : กระเพาะอาหาร ลำไส้

จำนวน 1 ชั่วโมง

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด

มฐ.พ 1.1 ป.2/1 อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน

มฐ.พ 1.1 ป.2/2 อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน

จุดประสงค์การเรียนรู้ตัวชี้วัด

1. อธิบายลักษณะหน้าที่ และวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน: กระเพาะอาหาร ลำไส้ (K)
2. เขียนแผนภาพลักษณะหน้าที่และวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน: กระเพาะอาหาร ลำไส้ (P)
3. เห็นความสำคัญของอวัยวะภายใน : กระเพาะอาหาร ลำไส้ (A)

สาระสำคัญ

กระเพาะอาหาร และลำไส้ เป็นอวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญมีลักษณะ หน้าที่ และวิธีดูแลรักษาที่แตกต่างกัน

สาระการเรียนรู้

ความรู้

อวัยวะภายใน

1. กระเพาะอาหาร

2. ลำไส้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การจำแนก การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน

ความเข้าใจที่คงทน (Enduring Understanding)

นักเรียนสามารถสรุปได้ว่า กระเพาะอาหารและลำไส้ เป็นอวัยวะในร่างกายที่สำคัญที่มีลักษณะ หน้าที่ และวิธีดูแลรักษาที่แตกต่างกัน จึงควรดูแลรักษาอย่างถูกวิธี เพื่อให้ทำงานอย่างเป็นปกติ

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐานร่องรอยแสดงความรู้)

- ใบงานที่ 1 เรื่อง อวัยวะในร่างกายที่สำคัญ

คำถามท้าทาย

- ถ้าคนเราเกิดมาต้องมีอวัยวะภายในได้เพียง 1 อวัยวะ นักเรียนจะเลือกมีอวัยวะอะไร เพราะเหตุใด

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนดูภาพอวัยวะภายใน จากนั้น ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนความรู้เกี่ยวกับหน้าที่ที่สำคัญของอวัยวะภายใน สมอง หัวใจ ปอด ตับ และไต จาก **สื่อดิจิทัลเสริมการเรียนรู้** **สอน 8 กลุ่มสาระจากทรูปลูกปัญญา** โดยครูชี้ภาพอวัยวะภายในเหล่านี้ ทีละอวัยวะ แล้วใช้คำถามดังนี้

ครูชี้ที่ สมอง

- ภาพนี้คืออวัยวะอะไร (สมอง)
- มีหน้าที่สำคัญอย่างไร (ควบคุมการทำงานของร่างกาย, ทำงานเกี่ยวข้องกับการรับรู้

ความรู้สึทั้งหมด)

ครูชี้ที่ หัวใจ

- ภาพนี้คืออวัยวะอะไร (หัวใจ)
- มีหน้าที่สำคัญอย่างไร (สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย)

ครูชี้ที่ ปอด

- ภาพนี้คืออวัยวะอะไร (ปอด)
- มีหน้าที่สำคัญอย่างไร (ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการหายใจ, ฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดี)

ครูชี้ที่ ตับ

- ภาพนี้คืออวัยวะอะไร (ตับ)

- มีหน้าที่สำคัญอย่างไร (สร้างน้ำดีเพื่อใช้ในการย่อยอาหาร, สร้างความร้อนให้ร่างกาย, เก็บสำรองอาหารและสะสมวิตามิน)

ครูชี้ที่ไต

- ภาพนี้คืออวัยวะอะไร (ไต)

- มีหน้าที่สำคัญอย่างไร (กรองของเสียออกจากเลือดและขับออกมาพร้อมกับน้ำในรูปของปัสสาวะ, ดูดซึมอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย)

2. ครูชี้ที่อวัยวะ กระเพาะอาหารและลำไส้ ที่ละอวัยวะ แล้วให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ อวัยวะ กระเพาะอาหารและ ลำไส้ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- อวัยวะใดในภาพที่นักเรียนยังไม่ได้เรียนรู้ (กระเพาะอาหารและลำไส้)

ครูชี้ที่กระเพาะอาหาร

- ในภาพคืออวัยวะอะไร (กระเพาะอาหาร)

- มีลักษณะอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ คล้ายถุงกล้ามเนื้อ มีส่วนปลายงอ)

อวัยวะดังกล่าวอยู่ส่วนใดของร่างกาย (ตัวอย่างคำตอบ อยู่ในช่องท้อง)

ครูอธิบายเกี่ยวกับ หน้าที่และวิธดูแลรักษา กระเพาะอาหาร ดังนี้

กระเพาะอาหาร มีลักษณะเป็นถุงกล้ามเนื้อ มีส่วนปลายงอ มีความเหนียวและยืดตัวได้ หน้าที่สำคัญของกระเพาะอาหาร

1) รับอาหารที่เคี้ยวจากฟันและทำการย่อยอาหารกับน้ำย่อย

2) ดูดซึมน้ำและสารอาหารไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย

การดูแลรักษา

1) รับประทานอาหารให้ตรงเวลา

2) เคี้ยวอาหารให้ละเอียด

3) ไม่รับประทานอาหารรสจัด

4) ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ

ครูชี้ที่ลำไส้

- ในภาพคืออวัยวะอะไร (ลำไส้)

- มีลักษณะอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ เป็นท่อยาวกลงขดไปมา)

- อวัยวะดังกล่าวอยู่ส่วนใดของร่างกาย (ตัวอย่างคำตอบ อยู่ภายในช่องท้อง)

ครูอธิบายเกี่ยวกับ หน้าที่และวิธดูแลรักษา ลำไส้ ดังนี้

ลำไส้ มีลำไส้เล็ก และลำไส้ใหญ่

ลำไส้เล็ก เป็นลำไส้ที่มีความยาวมากขดกันอยู่ภายในช่องท้อง

หน้าที่สำคัญ ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารกลับเข้าสู่ร่างกาย

ลำไส้ใหญ่ เป็นลำไส้ที่มีขนาดใหญ่อยู่ต่อจากลำไส้เล็ก

หน้าที่สำคัญ

1) ลำไส้ใหญ่ไม่มีการย่อยอาหารแต่จะทำหน้าที่ดูดซึมน้ำและแร่ธาตุจากกากอาหารที่มาจากลำไส้เล็ก

2) ขับถ่ายกากอาหารออกมาเป็นอุจจาระผ่านทางทวารหนัก

การดูแลรักษา

1) รับประทานอาหารที่ย่อยง่าย เช่น ผัก ผลไม้ เนื้อปลา และดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 – 10 แก้ว

2) เลือกรับประทานอาหารให้ละเอียด โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์

3) ออกกำลังกายเป็นประจำ

4) นอนหลับพักผ่อนให้เป็นเวลา และเพียงพอับความต้องการของร่างกาย

5) มีอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส

3. ให้นักเรียนทายปัญหา ใช่ หรือ ไม่ใช่ โดยครูใช้คำถามต่อไปนี้

1) สมอมีหน้าที่ควบคุมการทำงานของร่างกายใช่หรือไม่ (ใช่)

2) หัวใจทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการหายใจใช่หรือไม่ (ไม่ใช่)

3) หัวใจมีหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายใช่หรือไม่ (ใช่)

4) ปอดมีหน้าที่ฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดีใช่หรือไม่ (ไม่ใช่)

5) ไตมีหน้าที่สร้างความร้อนให้แก่ร่างกายใช่หรือไม่ (ไม่ใช่)

6) ตับมีหน้าที่เก็บสำรองอาหารและสะสมวิตามินใช่หรือไม่ (ใช่)

7) กระเพาะอาหารมีหน้าที่ดูดซึมน้ำและสารอาหารไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย

ใช่หรือไม่ (ใช่)

8. ลำไส้เล็กมีหน้าที่ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารกลับเข้าสู่ร่างกายใช่หรือไม่ (ใช่)

9. ลำไส้ใหญ่มีหน้าที่ขับถ่ายกากอาหารออกมาเป็นอุจจาระผ่านทางทวารหนัก

ใช่หรือไม่ (ใช่)

4. ให้นักเรียนเล่นเกม ถังคือใคร โดยมีวิธีการเล่น ดังนี้

นักเรียนแบ่งกลุ่ม ออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน แต่ละกลุ่มตั้งชื่อกลุ่มของตนเอง ครูบันทึกชื่อกลุ่มลงบนกระดาน เรียงตามลำดับที่

ครูแจกบัตรคำ ให้นักเรียนกลุ่มละ 1 ชุด ดังนี้

กระเพาะอาหาร

ลำไส้

ลำไส้เล็ก

ลำไส้ใหญ่

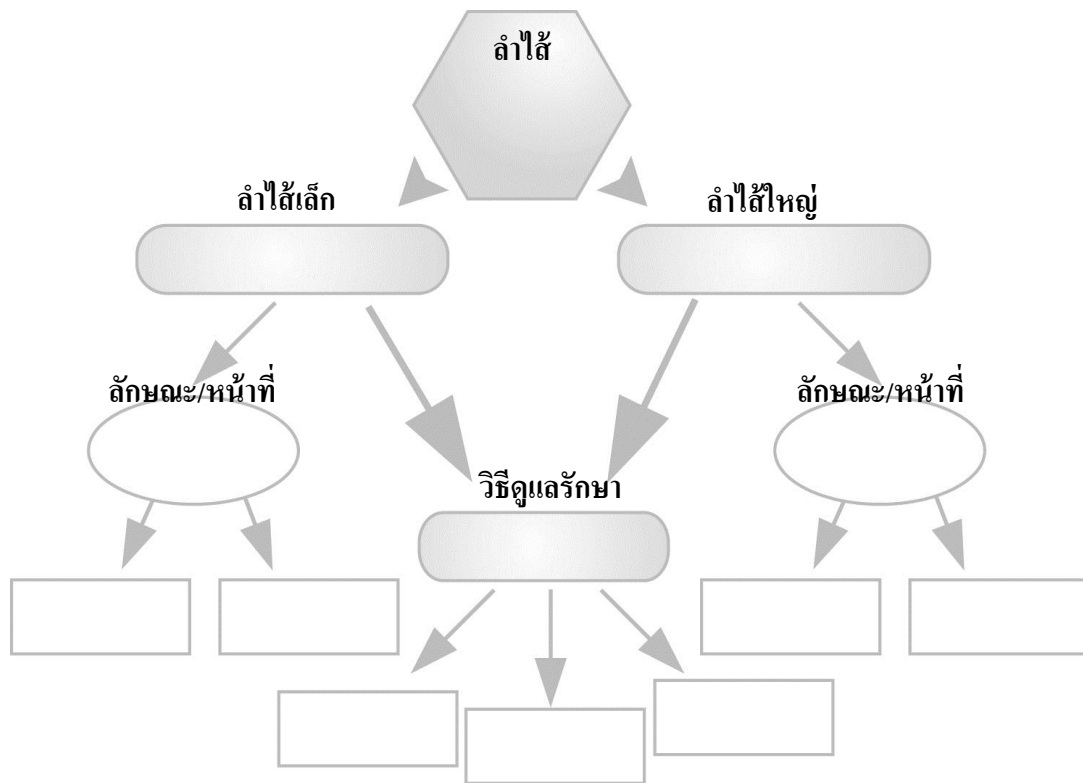
ครูอ่านข้อความต่อไปนี้ ทีละประโยค

- 1) ฉันมีความยาวมากขดกันอยู่ภายในช่องท้อง
- 2) ฉันมีขนาดใหญ่อยู่ต่อจากลำไส้เล็ก
- 3) ฉันมีลักษณะเป็นถุงกล้ำเนื้อ มีส่วนปลายงอ
- 4) ฉันมีความเหนียวและยืดตัวได้
- 5) ฉันมีหน้าที่ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารกลับเข้าสู่ร่างกาย
- 6) ฉันมีหน้าที่รับอาหารที่เคี้ยวจากฟันและทำการย่อยอาหารกับน้ำย่อย
- 7) ฉันทำหน้าที่ดูดซึมน้ำและแร่ธาตุจากกากอาหารที่มาจากลำไส้เล็ก
- 8) ฉันทำหน้าที่ดูดซึมน้ำและสารอาหารไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
- 9) ฉันทำหน้าที่ขับถ่ายกากอาหารออกมาทางอุจจาระผ่านทางทวารหนัก
- 10) ฉันไม่ชอบอาหารรสจัด
- 11) ฉันจะทำงานได้เป็นปกติถ้ารับประทานอาหารให้ตรงเวลา
- 12) ฉันชอบอาหารที่ย่อยง่าย
- 13) ฉันจะทำงานได้ดีถ้าได้รับน้ำดื่มสะอาดวันละ 8 – 10 แก้ว
- 14) การออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยให้ฉันทำงานได้เป็นปกติ
- 15) การเคี้ยวอาหารให้ละเอียดจะช่วยให้ฉันทำงานหนักน้อยลง
- 16) ฉันชอบคนที่รับประทานอาหารตรงเวลา

เมื่อครูอ่านข้อความจบทีละประโยค ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันพิจารณาว่าประโยคนั้นกล่าวถึงอวัยวะ กระเพาะอาหาร หรือ ลำไส้ ถ้าคิดว่าเป็นอวัยวะกระเพาะอาหาร ให้ยกบัตรคำ กระเพาะอาหาร ขึ้น ถ้าคิดว่าเป็นอวัยวะลำไส้ ให้ยกบัตรคำ ลำไส้ ขึ้น และถ้าคิดว่าเป็นลำไส้เล็ก หรือลำไส้ใหญ่ก็ให้ยกบัตรคำนั้นขึ้น ครูบันทึกคะแนนให้กลุ่มที่ตอบถูกต้องบนกระดาน เมื่อทบทวนทุกประโยค กลุ่มใดได้คะแนนมากที่สุด เป็นกลุ่มที่ชนะ

5. ครูเขียนแผนภาพบนกระดาน ดังตัวอย่าง





ให้ผู้แทนนักเรียนอ่านข้อความ ดังนี้

- ทำการย่อยอาหารกับน้ำย่อย
- ดูดซึมน้ำและแร่ธาตุจากกากอาหารที่มาจากลำไส้เล็ก
- ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารกลับเข้าสู่ร่างกาย
- รับประทานอาหารให้ตรงเวลา
- รับประทานอาหารที่ย่อยง่าย
- ดูดซึมน้ำและสารอาหารไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
- ขับถ่ายกากอาหารออกมาเป็นอุจจาระผ่านทางทวารหนัก
- เคี้ยวอาหารให้ละเอียด
- ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 – 10 แก้ว
- ไม่รับประทานอาหารรสจัด
- ทำจิตใจให้ร่าเริงอยู่เสมอ
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- ออกกำลังกายเป็นประจำ

- อารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส

จากนั้นให้นักเรียนพิจารณาข้อความที่อ่านว่าเกี่ยวข้องกับอวัยวะ กระเพาะอาหาร หรือลำไส้ จากนั้นนำข้อความไปสรุปเป็นแผนภาพความคิด บนกระดานที่ครูเขียนไว้

6. ครูถามนักเรียนที่ละคนเกี่ยวกับวิธีดูแลรักษากระเพาะอาหารและลำไส้ของตนเองในแต่ละวันโดยครูใช้คำถาม ดังนี้

ในแต่ละวันนักเรียนได้ดูแลรักษากระเพาะอาหาร (ลำไส้) อย่างไรบ้าง (ตัวอย่างคำตอบ ดูแลรักษากระเพาะอาหาร โดยการรับประทานอาหารให้ตรงเวลา เคี้ยวอาหารให้ละเอียด ไม่รับประทานอาหารรสจัด ทำจิตใจให้ร่าเริงอยู่เสมอ ดูแลรักษาลำไส้ โดยการรับประทานอาหารที่ย่อยง่าย ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 – 10 แก้ว ออกกำลังกายเป็นประจำ มีอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส)

7. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ หน้าท้องและวิธีดูแลรักษากระเพาะอาหารและลำไส้ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

กระเพาะอาหารและลำไส้ มีหน้าที่ต่างกันอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ กระเพาะอาหารทำหน้าที่ย่อยอาหารกับน้ำย่อย ดูดซึมน้ำและสารอาหารไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย ลำไส้ ทำหน้าที่ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารกลับเข้าสู่ร่างกาย)

ถ้าเราดูแลรักษากระเพาะอาหารและลำไส้ อย่างถูกวิธีแล้วจะเป็นอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ กระเพาะอาหาร และลำไส้ ทำงานได้เป็นปกติ)

8. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ กระเพาะอาหารและลำไส้เป็นอวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญ ที่มีลักษณะหน้าที่และวิธีดูแลรักษาที่แตกต่างกัน จึงควรดูแลรักษาอย่างถูกวิธี เพื่อให้ทำงานอย่างเป็นปกติ

9. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้าคนเราเกิดมาต้องมีอวัยวะภายในได้เพียง 1 อวัยวะ นักเรียนจะเลือกมีอวัยวะอะไร เพราะเหตุใด

10. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 1 เรื่องอวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญ

การจัดบรรยากาศเชิงบวก

ครูกล่าวชื่นชมนักเรียนที่แสดงความคิดเห็นได้ชัดเจนและแตกต่างจากเพื่อน

สื่อการเรียนรู้

1. ภาพอวัยวะภายใน

2. เกมฉันคือใคร
3. บัตรคำ
4. ใบงานที่ 1
5. สื่อดิจิทัลเสริมการเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระจากทรูปลูกปัญญา

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

1. วิธีการวัดและประเมินผล

- 1.1 สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- 1.2 สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- 1.3 ตรวจใบงานที่ 1

2. เครื่องมือ

- 2.1 แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- 2.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

3. เกณฑ์การประเมิน

3.1 การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ 2 รายการถือว่า ผ่าน
ผ่าน 1 รายการถือว่า ไม่ผ่าน

3.2 การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน 9-10	ระดับ ดีมาก
คะแนน 7-8	ระดับ ดี
คะแนน 5-6	ระดับ พอใช้
คะแนน 0-4	ระดับ ควรปรับปรุง

กิจกรรมเสนอแนะ

ให้นักเรียนร่วมกันจัดป้ายนิเทศเรื่อง อวัยวะในร่างกายที่สำคัญในชั้นเรียน โดยใช้ภาพจากสื่อดิจิทัลเสริมการเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระจากทรูปลูกปัญญา และช่วยกันตกแต่งให้สวยงาม

การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)

การประเมินใบงานนี้ ให้ผู้สอนพิจารณาจากเกณฑ์การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)
เรื่อง อวัยวะภายในร่างกายที่สำคัญ

เกณฑ์การ ประเมิน	ระดับคะแนน			
	4 (10 คะแนน)	3 (9 คะแนน)	2 (7 – 8 คะแนน)	1 (5 – 6 คะแนน)
วาดภาพอวัยวะ ภายในร่างกายที่ สำคัญ ระบุ หน้าที่และวิธี ดูแลรักษา	วาดภาพอวัยวะ ภายในร่างกายที่ สำคัญ ระบุหน้าที่ และวิธีดูแลรักษา ได้สัมพันธ์กับ หัวข้อที่กำหนด และแตกต่างจาก ที่ครูยกตัวอย่าง และสามารถให้ คำแนะนำกับ ผู้อื่นได้	วาดภาพอวัยวะ ภายในร่างกายที่ สำคัญ ระบุหน้าที่ และวิธีดูแลรักษา ได้สัมพันธ์กับ หัวข้อที่กำหนด และแตกต่างจาก ที่ครูยกตัวอย่าง	วาดภาพอวัยวะ ภายในร่างกายที่ สำคัญ ระบุหน้าที่ และวิธีดูแลรักษา ได้สัมพันธ์กับ หัวข้อที่กำหนด โดยดัดแปลงจาก ที่ครูยกตัวอย่าง	วาดภาพอวัยวะ ภายในร่างกายที่ สำคัญ ระบุหน้าที่ และวิธีดูแลรักษา โดยอาศัยจากที่ ครูยกตัวอย่าง และต้องได้รับ คำแนะนำจาก เพื่อน

ลงชื่อ _____ (ผู้บริหารสถานศึกษา)
(นายสมบัติ สาคำ_)

____/____/____

บันทึกหลังการสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

ปัญหา / อุปสรรค

แนวทางแก้ไข

ลงชื่อ _____ (ผู้บันทึก)

(นายอนันต์ศักดิ์ นางข้าวชัย)

____/____/____

