แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

รายวิชา สุขศึกษา **กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายปัสสาวะ **เรื่อง ระบบย่อยอาหาร**

ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 **เวลา 1 ชั่วโมง**

ผู้สอน นายวสันต์ อุดถาน้อย **โรงเรียนชุมชนบ้านสันกำแพง อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง**

---

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้

พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด

ป.5/1 อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

ป.5/2 อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายเกี่ยวกับหน้าที่ระบบย่อยอาหาร (K)
2. วาดภาพระบายสีอวัยวะภายในที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหาร (P)
3. เห็นความสำคัญของระบบย่อยอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ (A)

3. สาระสำคัญ

ระบบย่อยอาหาร เป็นระบบที่เปลี่ยนอาหารที่รับประทานให้เป็นสารอาหารที่ทำให้ร่างกายดูดซึมได้ง่าย ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตเหมาะสมกับวัย สุขภาพร่างกายแข็งแรงและสมบูรณ์

4. สาระการเรียนรู้

ความสำคัญของระบบย่อยอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ

- ความสำคัญของระบบย่อยอาหาร
- อวัยวะที่สำคัญในระบบย่อยอาหาร
- การทำงานของระบบย่อยอาหาร

5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการคิด
3. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน

7. คำถามสำคัญ

การอดอาหาร ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกายอย่างไร

8. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 ขั้นสังเกต รวบรวมข้อมูล (Gathering)

1. นักเรียนอ่านสถานการณ์เกี่ยวกับการรับประทานอาหาร ดังนี้

สุนิตาเป็นนักเรียนชั้น ป.5 หลังจากรับประทานอาหารแล้ว
สุนิตาชอบรับประทานขนมเค้กและนมสด

จากนั้นนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับสถานการณ์ โดยตอบคำถาม ดังนี้

- สุนิตามีพฤติกรรมอย่างไร
  (หลังรับประทานอาหารชอบรับประทานขนมเค้กและนมสด)
- อวัยวะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของสุนิตามีอะไรบ้าง
  (ปาก ฟัน หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่)
- อวัยวะเหล่านี้เกี่ยวข้องกับระบบใดของร่างกาย
  (ระบบย่อยอาหาร)

2. นักเรียนศึกษาความรู้และรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความสำคัญของระบบย่อยอาหาร อวัยวะที่สำคัญในระบบย่อยอาหาร การทำงานของระบบย่อยอาหาร จากแหล่งการเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น หนังสือเรียน อินเทอร์เน็ต

ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์และสรุปความรู้ (Processing)

3. นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร โดยตอบคำถาม ดังนี้
   - อวัยวะที่สำคัญในระบบย่อยอาหารมีอะไรบ้าง
     (ตัวอย่างคำตอบ ฟัน กระเพาะอาหาร ตับ และลำไส้เล็ก)
   - นักเรียนคิดว่าฟันมีหน้าที่อะไร
     (ตัวอย่างคำตอบ ช่วยบดเคี้ยวอาหารให้มีขนาดเล็กลง ในน้ำลายมีเอนไซม์ย่อยแป้งให้เป็นน้ำตาล)

- นักเรียนคิดว่ากระเพาะอาหารมีหน้าที่อะไร

  (ตัวอย่างคำตอบ รับอาหารจากการบดเคี้ยวของฟันและย่อยอาหารโดยกรดและเอนไซม์จากกระเพาะอาหาร)
- นักเรียนคิดว่าตับมีหน้าที่อะไร

  (ตัวอย่างคำตอบ สร้างน้ำดีส่งมายังลำไส้เล็กช่วยให้ไขมันแตกตัว)
- นักเรียนคิดว่าลำไส้เล็กมีหน้าที่อะไร

  (ตัวอย่างคำตอบ ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารและน้ำที่ผนังลำไส้เล็กเข้าสู่กระแสเลือด)
- นักเรียนคิดว่าลำไส้ใหญ่มีหน้าที่อย่างไร

  (ตัวอย่างคำตอบ ดูดซึมน้ำและเกลือแร่ออกจากกากอาหารและขับเมือกออกมาหล่อลื่นให้กากอาหารเคลื่อนที่ผ่านสู่ปลายลำไส้ใหญ่)

4. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร เป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



5. นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยตอบคำถามกระตุ้นความคิด ดังนี้

- การอดอาหาร ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกายอย่างไร

  (ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายขาดสารอาหาร เป็นโรคกระเพาะ)

ขั้นที่ 3 ขั้นปฏิบัติและสรุปความรู้หลังการปฏิบัติ (Applying and Constructing the Knowledge)

6. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4-5 คน แต่ละกลุ่มช่วยกันวาดภาพและระบายสีอวัยวะต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับระบบย่อยอาหารลงในกระดาษที่แจกให้ (ใบงานเรื่อง ระบบย่อยอาหาร)

7. นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เข้าใจเป็นความรู้ร่วมกัน ดังนี้

ระบบย่อยอาหาร เป็นระบบที่เปลี่ยนอาหารที่รับประทานให้เป็นสารอาหารที่ทำให้ร่างกายดูดซึมได้ง่าย ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตเหมาะสมกับวัย สุขภาพร่างกายแข็งแรงและสมบูรณ์

ขั้นที่ 4 ขั้นสื่อสารและนำเสนอ (Applying the Communication Skill)

8. นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอภาพวาดอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการทำงานของระบบย่อยอาหารและอธิบายความสำคัญ หน้าชั้นเรียน

9. นักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปเกี่ยวกับวิธีการทำงานให้เห็นการคิดเชิงระบบและวิธีการทำงานที่มีแบบแผน

ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินเพื่อเพิ่มคุณค่าบริการสังคมและจิตสาธารณะ (Self-Regulating)

10. นักเรียนนำความรู้เกี่ยวกับเรื่องระบบย่อยอาหารไปแนะนำให้แก่คนในครอบครัวหรือชุมชน

11. นักเรียนประเมินตนเอง โดยเขียนแสดงความรู้สึกหลังการเรียนและหลังการทำกิจกรรมในประเด็นต่อไปนี้

- สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ในวันนี้คืออะไร
- นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรมในกลุ่มมากน้อยเพียงใด
- เพื่อนนักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมกิจกรรมในกลุ่มมากน้อยเพียงใด
- นักเรียนพึงพอใจกับการเรียนในวันนี้หรือไม่ เพียงใด
- นักเรียนจะนำความรู้ที่ได้นี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมทั่วไปได้อย่างไร

จากนั้นแลกเปลี่ยนตรวจสอบขั้นตอนการทำงานทุกขั้นตอนว่าจะเพิ่มคุณค่าไปสู่สังคมเกิดประโยชน์ต่อสังคมให้มากขึ้นกว่าเดิมในขั้นตอนใดบ้าง สำหรับการทำงานในครั้งต่อไป

9. การวัดและประเมินผล

แบบประเมินกระบวนการทำงานกลุ่ม

รายการการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	4	3	2	1
กระบวนการทำงานกลุ่ม	มีการกำหนดบทบาทสมาชิกชัดเจน และมีการชี้แจงเป้าหมายการทำงาน มีการปฏิบัติงานร่วมกันอย่างร่วมมือร่วมใจพร้อมกับการประเมินเป็นระยะๆ	มีการกำหนดบทบาทสมาชิกชัดเจน มีการชี้แจงเป้าหมายอย่างชัดเจนและปฏิบัติงานร่วมกัน แต่ไม่มีการประเมินเป็นระยะๆ	มีการกำหนดบทบาทเฉพาะหัวหน้า ไม่มีการชี้แจงเป้าหมายอย่างชัดเจน ปฏิบัติงานร่วมกันไม่ครบทุกคน	ไม่มีการกำหนดบทบาทสมาชิกและไม่มีการชี้แจงเป้าหมาย สมาชิกต่างคนต่างทำงาน

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของสถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)
2. แถบประโยค
3. แหล่งการเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน

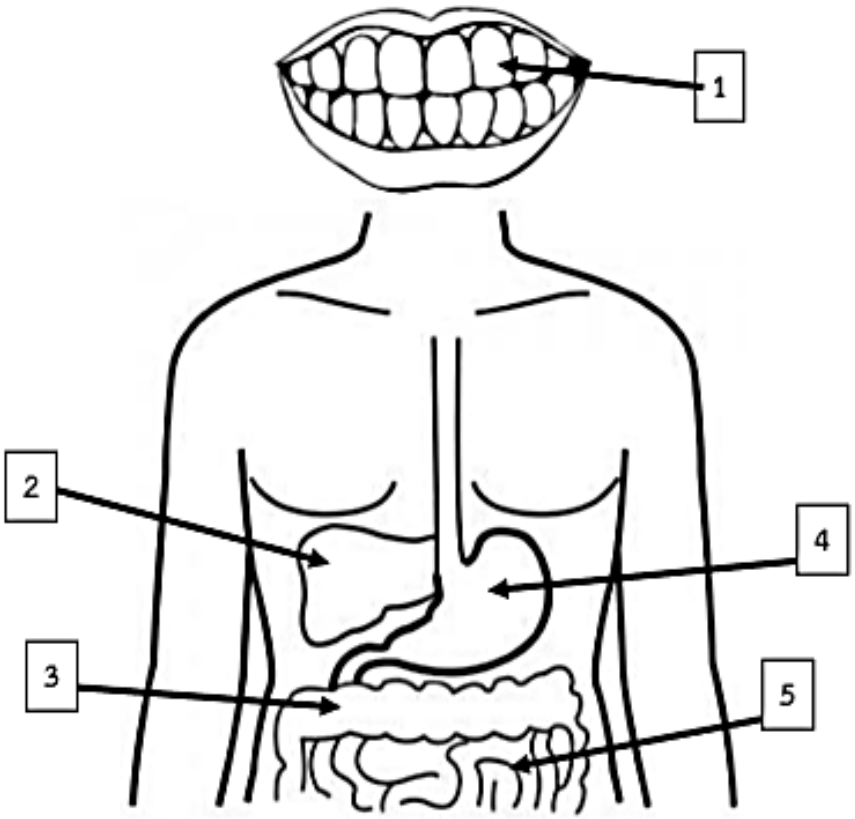
ใบงานเรื่อง ระบบย่อยอาหาร

ชื่อ_____เลขที่_____ชั้น_____

ได้_____คะแนน

คะแนนเต็ม 10 คะแนน

คำชี้แจง ให้นักเรียนดูภาพแล้วบอกชื่ออวัยวะ และหน้าที่ของอวัยวะที่ใช้ในการย่อยอาหาร พร้อมระบายสีภาพ



1. อวัยวะนี้ คือ .....

มีหน้าที่ .....

2. อวัยวะนี้ คือ .....

มีหน้าที่ .....

3. อวัยวะนี้ คือ .....

มีหน้าที่ .....

.....

4. อวัยวะนี้ คือ .....

มีหน้าที่ .....

.....

5. อวัยวะนี้ คือ .....

มีหน้าที่ .....

.....