



ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ **Active Learning**
เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชาการ (พว.)



พัฒนาโครงงาน
และการสร้าง
นวัตกรรม



การงานอาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่

2

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ชื่อ _____

ระดับชั้น _____

สงวนลิขสิทธิ์ © บริษัท พัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด
สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)



ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ **Active Learning** เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์



การงานอาชีพ

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ชั้นประถมศึกษาปีที่

2

สงวนลิขสิทธิ์
บริษัท พัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด
พ.ศ. 2568

สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)
1256/9 ถนนนครไชยศรี แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300
โทร: 0-2243-8000 (อัตโนมัติ 15 สาย), 0-2241-8999
แฟกซ์ : ทุกหมายเลข, แฟกซ์อัตโนมัติ : 0-2241-4131, 0-2243-7666

คำนำ

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ การงานอาชีพ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ของสถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จัดทำขึ้นเพื่อพัฒนาผู้เรียน ให้บรรลุมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

การจัดทำชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) ได้นำแนวคิดสำคัญที่สอดคล้องกับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 มาเป็นฐานในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนี้

การจัดการเรียนรู้แบบ Active Learning ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ได้พัฒนาสมรรถนะ และทักษะทุกด้าน ทั้งความสามารถในการคิด การแก้ปัญหา ทักษะการปฏิบัติ และสร้างชิ้นงาน การสร้างความรู้ และการสร้างเจตคติ ค่านิยมที่ถูกต้องดีงามในการดำเนินชีวิต

การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ได้ด้วยตนเอง โดยใช้คำถามผ่านกระบวนการคิดขั้นพื้นฐาน และการคิดขั้นสูง ซึ่งในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เล่มนี้ ใช้กระบวนการคิดขั้นสูงเชิงระบบ GPAS 5 Steps ที่กระตุ้นการทำงานของสมอง ตามหลัก Brain Based Learning เพื่อหล่อหลอมการคิดทุกมิติให้ผู้เรียน

การใช้ผังกราฟิก (Graphic Organizers) หรือแผนภาพความคิด เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล และจัดระบบความคิดที่หลากหลายรูปแบบ

การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ กระตุ้นให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ตามความถนัดและความสนใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดนี้สอดคล้องกับแนวทาง Backward Design ทำให้ผู้เรียนสร้างความรู้จากประสบการณ์ ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เกิดเป็นความรู้ที่แท้จริง สามารถพัฒนาตนเองตามความแตกต่างของแต่ละบุคคลได้เต็มศักยภาพ

สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)



สัญลักษณ์แสดงแนวคิด

และจุดเน้นในชุดกิจกรรมการเรียนรู้

Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์

Active Learning



กิจกรรมประเมินผลตัวชี้วัด



กิจกรรมพัฒนาทักษะศตวรรษที่ 21



กิจกรรมพัฒนาการคิดวิเคราะห์



กิจกรรมพัฒนาการคิดแก้ปัญหา



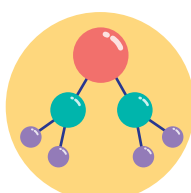
กิจกรรมพัฒนาการคิด
อย่างมีวิจารณญาณ



กิจกรรมพัฒนาการคิดสร้างสรรค์



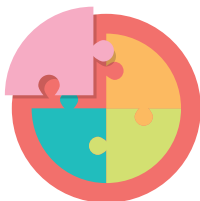
Graphic Organizers



ใบงาน/ชิ้นงาน



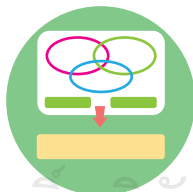
กิจกรรมบูรณาการ



โครงงานสู่นวัตกรรม



กิจกรรมพัฒนาการดำเนินชีวิต
ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง



กิจกรรมพัฒนาการคิดประเมินค่า เพิ่มค่านิยม
และคุณลักษณะอันพึงประสงค์



สารบัญ

หน้า

หน่วยการเรียนรู้ที่

1 งานบ้าน

6

กิจกรรมที่ 1 บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในบ้านและ
ประโยชน์ของการทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือ
ตนเองและครอบครัว

11

กิจกรรมที่ 2 การกวาดบ้าน

23

กิจกรรมที่ 3 การล้างอุปกรณ์เครื่องใช้
ในการรับประทานอาหาร

37

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัย
เพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

44

หน่วยการเรียนรู้ที่

2 เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

46

กิจกรรม การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า
แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัย
เพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

49

55

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 การจัดเตรียมผักและผลไม้ 57

กิจกรรมที่ 1 การล้างผักและผลไม้ 63

กิจกรรมที่ 2 การจัดเตรียมผักและผลไม้ 73

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัย
เพื่อประเมินผลตัวชี้วัด 81

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 งานเกษตร 83

กิจกรรมที่ 1 การเพาะเมล็ด 89

กิจกรรมที่ 2 การดูแลแปลงเพาะกล้า 99

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัย
เพื่อประเมินผลตัวชี้วัด 104

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 งานประดิษฐ์ 106

กิจกรรม การประดิษฐ์ของเล่นและของใช้ส่วนตัว 125

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัย
เพื่อประเมินผลตัวชี้วัด 134

ตารางสรุปการประเมินผลตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง
ตามมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 136



งานบ้าน

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- บอกวิธีการและประโยชน์การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว (ง 1.1 ป.2/1)
- ทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัวอย่างปลอดภัย (ง 1.1 ป.2/3)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานอย่างเหมาะสมกับงานและประหยัด (ง 1.1 ป.2/2)



แผนผังสาระการเรียนรู้





1. บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในบ้าน

บ้านเป็นสถานที่พักอาศัยที่มีสมาชิกในบ้านอาศัยอยู่
เพื่อนอนหลับพักผ่อน และทำกิจกรรมต่าง ๆ



แต่ละครอบครัวอาจมีจำนวนสมาชิกแตกต่างกัน
โดยทั่วไปครอบครัวประกอบด้วย พ่อ แม่ และลูก (อาจมีหลายคน)
เรียกว่า ครอบครัวเดี่ยว บางครอบครัวมีปู่ ย่า ตา ยาย หรือลุง ป้า น้า
อา อาศัยอยู่ด้วยกันเป็นครอบครัวขนาดใหญ่ เรียกว่า ครอบครัวขยาย
สมาชิกในบ้านแต่ละคนมีบทบาทและหน้าที่แตกต่างกัน

บทบาท หมายถึง การทำหน้าที่ที่กำหนดไว้

หน้าที่ หมายถึง สิ่งที่ต้องทำด้วยความรับผิดชอบ

ถ้าสมาชิกทุกคนในบ้านทำตามบทบาทและหน้าที่ของตนเอง
จะทำให้บ้านน่าอยู่ และสมาชิกในบ้านมีความสุข





สมาชิกในบ้านแต่ละคนมีบทบาท และหน้าที่แตกต่างกัน ดังตัวอย่าง

พ่อ แม่ ผู้ปกครอง

- ▶ อบรมสั่งสอน เลี้ยงดูลูก และดูแลทุกคนในบ้าน
- ▶ ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของลูก
- ▶ ทำงานหารายได้
- ▶ ประกอบอาหาร
- ▶ ล้างรถยนต์
- ▶ ซ่อมแซมเสื้อผ้า
- ▶ ซ่อมแซมสิ่งของเครื่องใช้
- ▶ ปลูกรักษาต้นไม้ ตัดหญ้า รดน้ำต้นไม้

พี่สาว พี่ชาย

- ▶ ตั้งใจเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อ แม่ ผู้ปกครอง และครู
- ▶ ซักเสื้อผ้า รีดเสื้อผ้า
- ▶ เช็ดกระจก
- ▶ ล้างจาน ล้างแก้วน้ำ และอุปกรณ์เครื่องครัว

ตัวเรา

- ▶ ช่วยเหลือตนเองในการอาบน้ำ แต่งตัว หยิบจับของใช้ส่วนตัว รับประทานอาหาร
- ▶ จัดเก็บของเล่น ของใช้ อุปกรณ์การเรียน
- ▶ กวาดบ้าน
- ▶ กรอกน้ำดื่มใส่ภาชนะ
- ▶ จัดโต๊ะอาหาร
- ▶ ล้างจานและแก้วน้ำ
- ▶ ตั้งใจเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อ แม่ ผู้ปกครอง และครู

ญาติผู้ใหญ่ในบ้าน

เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา

- ▶ ดูแลสมาชิกในครอบครัว
- ▶ อบรม เลี้ยงดูลูกหลาน และทำหน้าที่เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกหลาน



2. ประโยชน์ของการทำงานบ้าน เพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว

2.1 งานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเอง

งานภายในบ้านที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน
ที่นักเรียนสามารถดูแลช่วยเหลือตนเองได้ เช่น การจัดเก็บของเล่น
การจัดเก็บอุปกรณ์การเรียน การจัดเก็บเสื้อผ้า การจัดเก็บรองเท้า



การจัดเก็บของเล่น



การจัดเก็บอุปกรณ์การเรียน



2.2 งานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว

งานภายในบ้านที่เกี่ยวกับการดูแลรักษาบ้าน บริเวณบ้าน และเครื่องใช้ในบ้านให้สะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย รวมถึงการอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตประจำวันให้แก่สมาชิกในครอบครัว เช่น การปัด กวาด เช็ดถู การช่วยประกอบอาหาร การกรอกน้ำดื่มใส่ ภาชนะ การจัดโต๊ะอาหาร การซักเสื้อผ้า การล้างภาชนะ



การปัด กวาด เช็ดถูบ้าน



การประกอบอาหาร

ประโยชน์ของงานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว





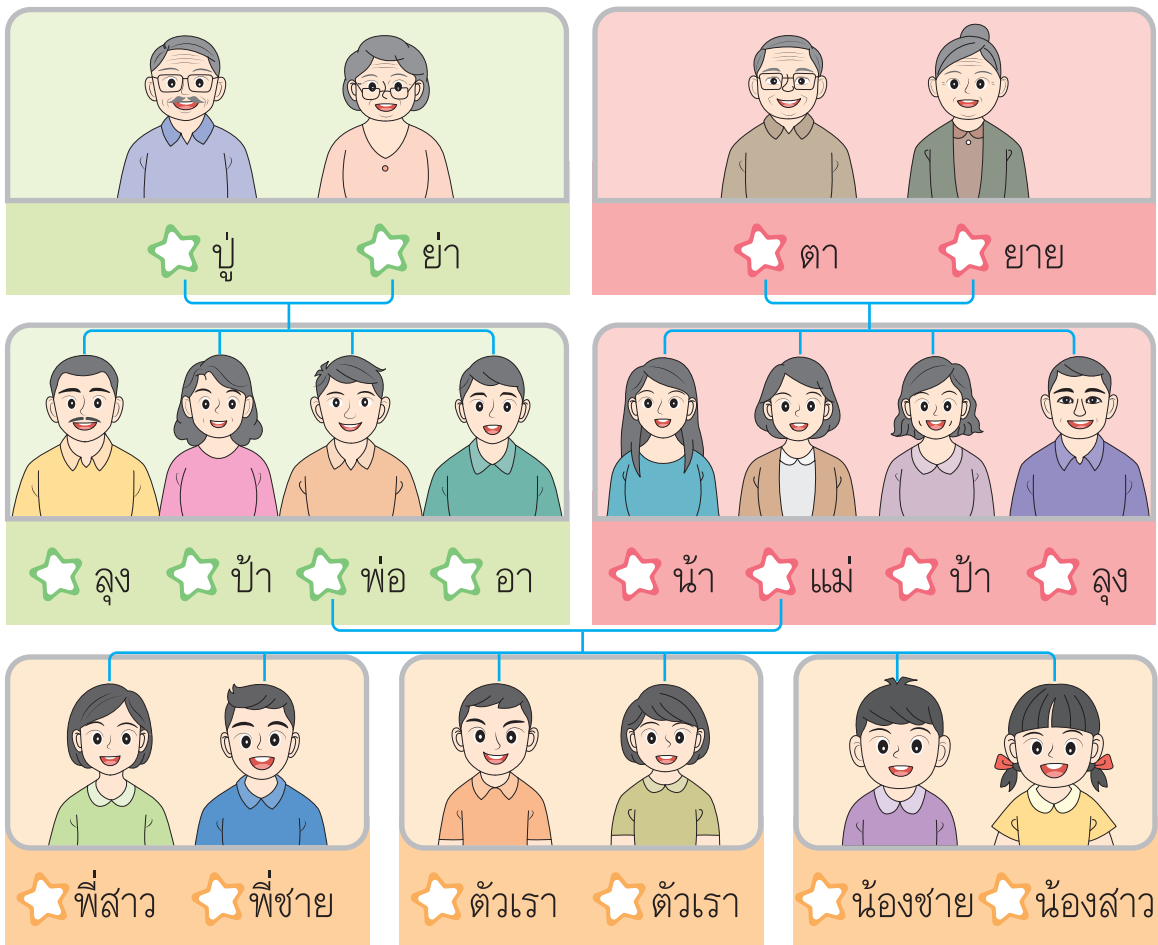
กิจกรรมที่



บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในบ้าน
และประโยชน์ของการทำงานบ้าน
เพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว

1. สมาชิกในบ้านของนักเรียนมีใครบ้าง เขียนเครื่องหมาย ✓
ลงใน ☆ ได้ภาพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

แผนภาพสมาชิกในครอบครัว



ในบ้านของเรามีสมาชิกทั้งหมด _____ คน



2. นักเรียนสำรวจบทบาทและการปฏิบัติหน้าที่ของสมาชิกในบ้าน แล้วบันทึกลงในกิจกรรม ดังนี้

2.1 สมาชิกในบ้านของนักเรียนมีใครบ้างและทำหน้าที่อะไร
นักเรียนนำตัวอักษรหน้าข้อความที่กำหนดเขียนลงในตาราง
จากนั้นเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าข้อความการปฏิบัติ
หน้าที่

บทบาทและหน้าที่

ก. ซักรีดเสื้อผ้า

จ. ซ่อมแซมเสื้อผ้า

ข. ตั้งใจเรียน

ช. ดูแลต้นไม้และบริเวณบ้าน

ค. ซ่อมแซมบ้านและเครื่องใช้

ซ. อบรมสั่งสอนลูกหลาน

ง. ทำงานหารายได้มาใช้จ่าย
ในครอบครัว

ฌ. ประกอบอาหาร

ญ. ล้างจาน

ฉ. กวาดบ้าน

สมาชิกในบ้าน	หน้าที่	การปฏิบัติหน้าที่
1. _____	_____	☆ ปฏิบัติ ☆ ไม่ปฏิบัติ
2. _____	_____	☆ ปฏิบัติ ☆ ไม่ปฏิบัติ
3. _____	_____	☆ ปฏิบัติ ☆ ไม่ปฏิบัติ
4. _____	_____	☆ ปฏิบัติ ☆ ไม่ปฏิบัติ

2.2 ถ้าสมาชิกทุกคนในบ้านปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่ของตนเองจะส่งผลดีอย่างไร เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าคำตอบที่ถูกต้อง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)



☆ บ้านสะอาดเรียบร้อย น่าอยู่

☆ สิ่งของกระจัดกระจาย ไม่เป็นระเบียบ

☆ เสื้อผ้าสะอาด

☆ มีรายได้มาใช้จ่ายในครอบครัว

☆ ทุกคนในบ้านมีความสุข

☆ บ้านรัก มีสัตว์นำโรคมาอาศัย

3. นักเรียนเรียนรู้เรื่อง บทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในบ้าน แล้วร่วมกันสรุปความเข้าใจ โดยเขียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้อง

สมาชิกในบ้านแต่ละคนมีบทบาทและหน้าที่แตกต่างกัน/ไม่แตกต่างกัน
บทบาท หมายถึง การทำหน้าที่ที่กำหนดไว้

หน้าที่ หมายถึง สิ่งที่ต้องทำด้วยความรัก/รับผิดชอบ ถ้าทุกคน/
บางคนในบ้าน ปฏิบัติตาม/ไม่ปฏิบัติตามบทบาทและหน้าที่ของตนเอง
บ้านจะน่าอยู่และทุกคนในบ้านมีรายได้/มีความสุข

4. นักเรียนสำรวจการทำงานบ้านของตนเอง โดยตอบคำถาม ดังนี้

4.1 เลือกระบายสีลงใน ☆ หน้าข้อความที่นักเรียนเคยทำ

- | | | |
|-----------------------|------------------------|------------------|
| ☆ พับเก็บเสื้อผ้า | ☆ จัดเก็บของเล่น | ☆ จัดเก็บรองเท้า |
| ☆ กรอกน้ำดื่มใส่ภาชนะ | ☆ จัดเก็บกระเป๋าเดินสอ | ☆ กวาดบ้าน |
| ☆ จัดกระเป๋านักเรียน | ☆ จัดโต๊ะอาหาร | ☆ ล้างจาน |
| ☆ จัดเก็บหนังสือเรียน | ☆ จัดเก็บถ้วยชาม | ☆ ซักเสื้อผ้า |

4.2 นักเรียนจำแนกงานบ้านที่เคยทำลงในช่องว่าง



งานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเอง

งานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว

4.3 นักเรียนระบายสีแดงลงใน ☁ ที่เป็นความหมายของงานบ้าน เพื่อช่วยเหลือตนเอง และระบายสีฟ้าลงใน ☁ ที่เป็นความหมายของงานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว



งานภายในบ้านที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน
ที่นักเรียนดูแลช่วยเหลือตนเองได้

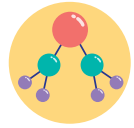


งานภายในบ้านที่เกี่ยวกับการดูแลรักษาบ้าน บริเวณบ้าน
และเครื่องใช้ในบ้านให้สะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย



งานภายในบ้านที่เกี่ยวกับการดูแลรักษาเครื่องมือ
และวัสดุ อุปกรณ์งานช่าง

5. นักเรียนยกตัวอย่างการทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว จากนั้นวิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นว่าถ้าปฏิบัติและไม่ปฏิบัติจะส่งผลอย่างไร โดยตอบคำถามลงในแผนภาพความคิด



การทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว

เช่น _____

ถ้าปฏิบัติ

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

ถ้าไม่ปฏิบัติ

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

6. นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าคำตอบที่เป็นประโยชน์ ของงานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)



งานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเอง

- ☆ ทำให้เป็นคนมีระเบียบวินัย รักษาความสะอาด
- ☆ เกิดความภาคภูมิใจ
- ☆ สร้างนิสัยรู้จักพึ่งพาตนเอง
- ☆ ช่วยแบ่งเบาภาระผู้ปกครอง

งานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว

- ☆ สร้างนิสัยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
- ☆ เกิดความภาคภูมิใจ
- ☆ บ้านสะอาด เป็นระเบียบ เรียบร้อย
- ☆ สมาชิกในครอบครัวรักใคร่ สามัคคีกัน

7. นักเรียนวางแผนและลงมือทำงานบ้าน เพื่อช่วยเหลือตนเองหรือทำงานบ้าน เพื่อช่วยเหลือครอบครัว อย่างน้อย 3 อย่าง แล้วประเมินตนเองลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป 2/1
ง 1.1 ป 2/2
ง 1.1 ป 2/3



แบบบันทึกการทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือตนเอง หรือการทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัว

ชื่อ _____ นามสกุล _____ ชั้น _____

งานบ้านเพื่อช่วยเหลือ ตนเองหรือทำงานบ้าน เพื่อช่วยเหลือครอบครัว	ระดับการปฏิบัติ			ความคิดเห็น เพิ่มเติม
	ดีมาก	พอใช้	ควร ปรับปรุง	
	☆	☆	☆	
	☆	☆	☆	
	☆	☆	☆	
	☆	☆	☆	
	☆	☆	☆	

ประโยชน์ที่เกิดขึ้น



ต่อตนเอง _____



ต่อครอบครัว _____



3. การกวาดบ้าน

การกวาดบ้าน เป็นงานที่ทำให้พื้นบ้านสะอาดปราศจากฝุ่นละออง และเศษผง ไม่เป็นที่อยู่อาศัยของมด หนู และแมลงต่าง ๆ

พื้นบ้านของแต่ละบ้านอาจจะแตกต่างกัน เช่น พื้นไม้ พื้นกระเบื้อง พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ ซึ่งวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดพื้นแต่ละประเภทก็แตกต่างกันด้วย จึงต้องเลือกใช้ให้เหมาะสม เพื่อให้ใช้งานได้นาน ไม่ชำรุดเสียหาย



3.1 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการกวาดบ้าน มีดังนี้

วัสดุ อุปกรณ์	วิธีใช้	การดูแลรักษาและจัดเก็บ
1) ไม้กวาดดอกหญ้า 	ใช้กวาดพื้นไม้ พื้นกระเบื้องและ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ	เคาะฝุ่นละอองหรือเศษผงออก ให้หมด จากนั้นนำไปแขวนไว้ ที่ตะปูแขวนหรือเก็บไว้ในที่ เหมาะสม โดยให้ด้ามไม้กวาด ตั้งบนพื้น
2) ไม้กวาด ทางมะพร้าว 	ใช้กวาดพื้นปูนซีเมนต์ ขัดหยาบ	เคาะเศษผงออกให้หมด จากนั้น นำไปแขวนไว้ในที่แขวนหรือ วางไว้ในที่ที่เหมาะสม โดยให้ ด้ามไม้กวาดตั้งบนพื้น
3) ที่ตักผง 	ใช้ตักฝุ่นละอองหรือ เศษผงที่กวาดรวมกัน ไปทิ้งในถังขยะ	ล้างให้สะอาด คว่ำไว้ให้แห้ง จากนั้นนำมาแขวนหรือตั้งไว้ในที่ มุมห้อง
4) ถังขยะ 	ใช้รองรับขยะประเภท ต่าง ๆ ภายในบ้าน โดยรองถังขยะด้วย ถุงขยะพับกดพอดีกับถัง ถ้าเป็นขยะในครัวที่มี เศษอาหารให้มัดถุง	เมื่อขยะเต็มถึงให้นำขยะไปทิ้ง ในที่ที่ชุมชนจัดไว้ให้ จากนั้น ล้างถังขยะให้สะอาด คว่ำให้แห้ง แล้วจึงนำมาใช้อีกครั้ง
5) เครื่องดูดฝุ่น 	ใช้ขจัดฝุ่นละออง แทนไม้กวาด ไม่ปิดชนไก่อ่างอย่างดี และมีประสิทธิภาพ	หลังการใช้งาน ทำความสะอาด ตรวจอุปกรณ์ ม้วนสายไฟฟ้าให้ เรียบร้อยแล้วเก็บในที่แห้ง ไม่ชื้น และห่างไกลจากมือเด็กเล็ก

3.2 วิธีการกวาดบ้าน

1) การกวาดพื้นไม้ พื้นกระเบื้อง และพื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ ภายในบ้าน มีขั้นตอน ดังนี้



ขั้นตอนที่ 1 ใช้ไม้กวาดดอกหญ้ากวาดฝุ่นผง โดยเริ่มจากมุมห้องหรือใต้โต๊ะก่อน



ขั้นตอนที่ 2 กวาดฝุ่นผงไปทางเดียวกัน แล้วรวมให้เป็นกองเดียว ถ้าเป็นพื้นไม้ให้กวาดตามแนวยาวของไม้ โดยกวาดไปทางเดียวกัน

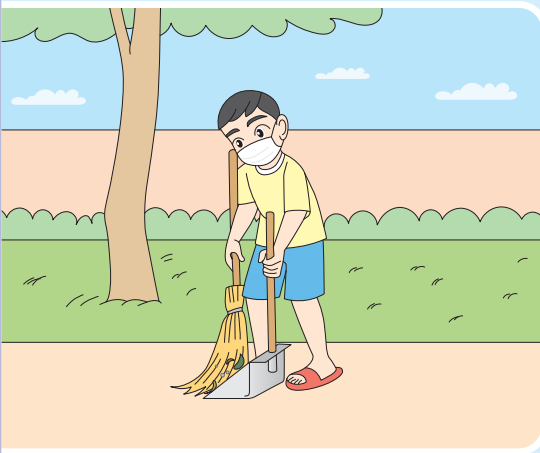


ขั้นตอนที่ 3 กวาดกองฝุ่นผงใส่ใน ที่ตักผง แล้วนำไปทิ้งลงในถังขยะ

2) การกวาดพื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบภายนอกบ้านมีขั้นตอน ดังนี้



ขั้นตอนที่ 1 กวาดฝุ่นผงและใบไม้บน
พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบด้วยไม้กวาด
ทางมะพร้าวไปทางเดียวกัน โดยกวาด
รวมให้เป็นกองเดียว



ขั้นตอนที่ 2 ใช้ไม้กวาดทางมะพร้าว
กวาดฝุ่นผงและใบไม้ที่กองรวมกัน
ใส่ในที่ตักผงแล้วนำไปทิ้งในถังขยะ



3) วิธีทำความสะอาดด้วยเครื่องดูดฝุ่น มีขั้นตอน ดังนี้



ขั้นตอนที่ 1

ก่อนเริ่มใช้เครื่องดูดฝุ่น ควรปิดฝุ่นที่ติดอยู่ตามเครื่องเรือน เพื่อให้สามารถกำจัดฝุ่นบนพื้นได้ ภายในครั้งเดียว



ขั้นตอนที่ 2

ขยับเก้าอี้หรือของใช้ภายใน บ้าน เพื่อดูดฝุ่นได้ทั่วถึง



ขั้นตอนที่ 3

เคลื่อนหัวดูดฝุ่นไปด้านหน้า และด้านหลังอย่างช้าๆ ไม่ควรเร่งรีบ จะช่วยขจัดฝุ่นผงที่อยู่ระหว่าง ร่องพื้นหรือระหว่างเส้นใยของพรม



ขั้นตอนที่ 4

เมื่อเห็นว่าฝุ่นเริ่มเต็มถุงหรือ กล่องเก็บฝุ่น ควรเทฝุ่นทิ้ง เพื่อให้ เครื่องดูดฝุ่นได้ดี

3.3 ประโยชน์ของการกวาดบ้าน





กิจกรรมที่



การกวาดบ้าน

- นักเรียนสังเกตวิธีการกวาดบ้านตามชนิดของพื้น แล้วตอบคำถาม โดยนำข้อความที่กำหนดเขียนลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

ไม้กวาดดอกหญ้า

ไม้กวาดทางมะพร้าว

กองเดียว

ถึงขยะ

เส้นใยของพรม

มุมห้อง

ทางเดียวกัน

ฝุ่นผงและใบไม้

ถุงหรือกล่องเก็บฝุ่น

ที่ตักผง

เครื่องเรือน

นำไปทิ้ง

ใต้โต๊ะ

ร่องพื้น

เก้าอี้

ด้านหน้าและด้านหลัง

ดูดฝุ่น

1.1 วิธีการกวาดบ้านตามชนิดของพื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ



ขั้นตอนที่ 1

ใช้ _____ กวาดฝุ่นผง โดยเริ่มจาก _____ หรือ _____ ก่อน



ขั้นตอนที่ 2

กวาดฝุ่นผงไป _____ และกวาดให้รวมเป็น _____



ขั้นตอนที่ 3

กวาดกองฝุ่นผงใส่ใน _____ แล้วนำไปทิ้งลงใน _____

- จากภาพขั้นตอนการกวาดบ้าน ตอบคำถามต่อไปนี้
โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



1) ใช้วัสดุ อุปกรณ์อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|------------------|---------------------|
| ☆ ไม้กวาดดอกหญ้า | ☆ ไม้กวาดทางมะพร้าว |
| ☆ ที่ตักผง | ☆ ถังขยะ |
| ☆ เครื่องดูดฝุ่น | |

2) พื้นบ้านเป็นแบบใด

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |

3) วิธีการกวาดบ้านแบบนี้ใช้กับพื้นบ้านแบบใดบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

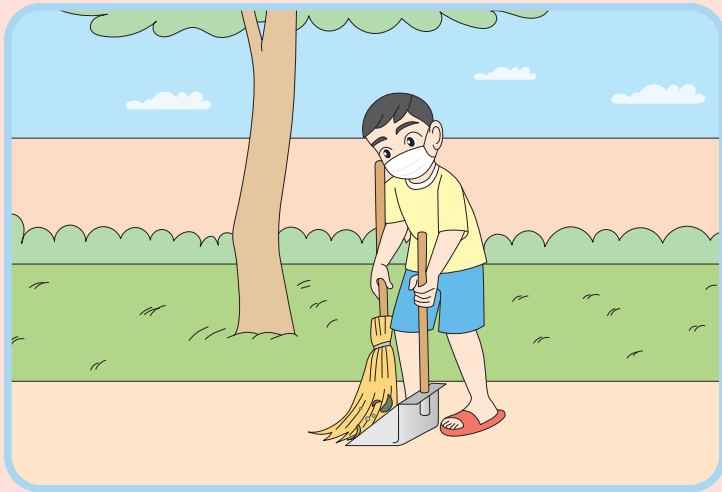
- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |
- เพราะอะไร _____

1.2 วิธีการกวาดบ้านตามชนิดของพื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ



ขั้นตอนที่ 1

กวาดฝุ่นผงและใบไม้ด้วย _____ ไปทางเดียวกัน
โดยกวาดรวมให้เป็นกองเดียว



ขั้นตอนที่ 2

ใช้ไม้กวาดทางมะพร้าวกวาด _____ ที่กองรวมกัน
ใส่ในที่ตักผง แล้ว _____ ในถังขยะ

- จากภาพขั้นตอนการกวาดบ้าน ตอบคำถามต่อไปนี้
โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



1) ใช้วัสดุ อุปกรณ์อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|------------------|---------------------|
| ☆ ไม้กวาดดอกหญ้า | ☆ ไม้กวาดทางมะพร้าว |
| ☆ ที่ตักผง | ☆ ถังขยะ |
| ☆ เครื่องดูดฝุ่น | |

2) พื้นบ้านเป็นแบบใด

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |

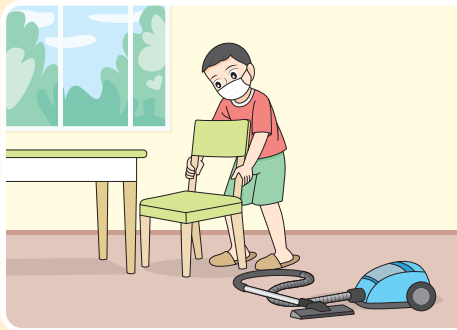
3) วิธีการกวาดบ้านแบบนี้ใช้กับพื้นบ้านแบบใดบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |
- เพราะอะไร _____

1.3 วิธีทำความสะอาดบ้านด้วยเครื่องดูดฝุ่น



ขั้นตอนที่ 1 ก่อนเริ่มใช้เครื่องดูดฝุ่น ควรปิดฝุ่น
ที่ติดอยู่ตาม _____ เพื่อให้สามารถ
กำจัดฝุ่นบนพื้นได้ภายในครั้งเดียว



ขั้นตอนที่ 2 ขยับ _____ หรือ
ของใช้ภายในบ้าน เพื่อ _____
ได้ทั่วถึง



ขั้นตอนที่ 3 เคลื่อนหัวดูดฝุ่นไป _____
_____ อย่างช้า ๆ ไม่ควรเร่งรีบ จะช่วยขจัด
ฝุ่นผงที่อยู่ระหว่าง _____ หรือ _____



ขั้นตอนที่ 4 เมื่อเห็นว่าฝุ่นเริ่มเต็ม _____
_____ ควรเทฝุ่นทิ้ง เพื่อให้เครื่องดูดฝุ่น
ได้ดี

- จากภาพขั้นตอนการทำความสะอาดบ้านด้วยเครื่องดูดฝุ่น
ตอบคำถามต่อไปนี้ โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



1) ใช้วัสดุ อุปกรณ์อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|------------------|---------------------|
| ☆ ไม้กวาดดอกหญ้า | ☆ ไม้กวาดทางมะพร้าว |
| ☆ ที่ตักผง | ☆ ถังขยะ |
| ☆ เครื่องดูดฝุ่น | |

2) พื้นบ้านเป็นแบบใด

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |

3) วิธีการทำความสะอาดบ้านแบบนี้ใช้กับพื้นบ้านแบบใดบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| ☆ พื้นไม้ | ☆ พื้นกระเบื้อง |
| ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ | ☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ |
- เพราะอะไร _____

2. นักเรียนสรุปความคิดรวบยอดเกี่ยวกับขั้นตอน
การกวาดบ้านได้อย่างไร



ขั้นตอนที่ 1 _____
ขั้นตอนที่ 2 _____
ขั้นตอนที่ 3 _____

3. นักเรียนอ่านสถานการณ์ที่กำหนด แล้วเลือก 1 สถานการณ์ เพื่อวางแผนเลือกวัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการกวาดบ้านที่ ถูกต้องเหมาะสม แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



น้ำต้องการกวาดไปไม้หน้าบ้าน
ที่เป็นพื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ

สถานการณ์ที่ 1

อ้อมต้องการกวาดฝุ่นผงในห้องนอน
ที่เป็นพื้นกระเบื้อง

สถานการณ์ที่ 2

3.1 นักเรียนเลือกสถานการณ์ของใคร ☆ น้ำ ☆ อ้อม

3.2 พื้นบ้านเป็นแบบใด

☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ

☆ พื้นไม้

☆ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ

☆ พื้นกระเบื้อง

3.3 ใช้วัสดุ อุปกรณ์อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ ไม้กวาดดอกหญ้า

☆ ไม้กวาดทางมะพร้าว

☆ ที่ตักผง

☆ ถังขยะ

3.4 มีวิธีการและขั้นตอนอย่างไรบ้าง

(เขียนตัวเลข 1-3 ลงใน ☆ ตามลำดับขั้นตอนที่ถูกต้อง)

☆ กวาดไปทางเดียวกัน รวมเป็นกองเดียว

☆ เริ่มกวาดจากด้านในสุดก่อน

☆ กวาดใส่ที่ตักผง แล้วทิ้งลงในถังขยะ

4. นักเรียนวิเคราะห์ประโยชน์ของการกวาดบ้าน
แล้วเขียนสรุปข้อมูลลงในแผนภาพความคิด



ประโยชน์ของ
การกวาดบ้าน



5. นักเรียนแบ่งกลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันสาธิต
วิธีการกวาดบ้าน โดยเลือกพื้นที่บริเวณ
ต่าง ๆ ในโรงเรียนเพื่อทำการสาธิต
แล้วตอบคำถามลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป 2/1
ง 1.1 ป 2/2
ง 1.1 ป 2/3



แบบบันทึกการกวาดบ้าน

1) พื้นที่เลือกกวาดเป็นพื้น



พื้นไม้



พื้นกระเบื้อง

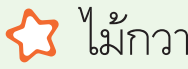


พื้นปูนซีเมนต์ขัดเรียบ



พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ

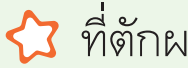
2) อุปกรณ์ที่ใช้ในการกวาดพื้น



ไม้กวาดดอกหญ้า



ไม้กวาดทางมะพร้าว



ที่ตักผง



ถังขยะ

3) ขั้นตอนการปฏิบัติ

4) ผลที่เกิดขึ้น

5) การดูแลรักษาและจัดเก็บอุปกรณ์ที่ใช้ในการกวาดพื้น



6. นักเรียนสรุปความเข้าใจเรื่อง การกวาดบ้าน โดยเขียน
เครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าข้อความที่ถูกต้อง

6.1 การเลือกวัสดุ อุปกรณ์ในการกวาดบ้านให้เหมาะสม
ควรคำนึงถึงสิ่งใดเป็นสำคัญ

- ☆ ลักษณะพื้นบ้าน
- ☆ ราคาแพง
- ☆ ราคาถูก

6.2 การกวาดบ้านมีประโยชน์อย่างไรบ้าง
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☆ พื้นบ้านสะอาด
- ☆ มีเพื่อนบ้านเพิ่มมากขึ้น
- ☆ เดินสบายเท้า สุขภาพดี
- ☆ บ้านไม่เป็นที่อยู่อาศัยของหนู มด และแมลงต่าง ๆ
- ☆ บ้านแข็งแรงทนทานขึ้น





4. การล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหาร

การรับประทานอาหารเช้าแต่ละมื้อ จะต้องใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารเช้า เช่น จาน ชาม ถ้วย แก้วน้ำ ช้อนส้อม เมื่อรับประทานอาหารเช้าทุกครั้งควรล้างทำความสะอาดแล้วเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อย

4.1 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารเช้า ได้แก่



แผ่นใยขัดพร้อมฟองน้ำ



ผ้าสะอาดสำหรับเช็ดจาน



น้ำยาล้างจาน



ถ้วยใส่น้ำยาล้างจาน



กะละมังใบใหญ่

4.2 การล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อม มีขั้นตอน ดังนี้

- 1) ใช้ช้อนกวาดเศษอาหารออกจากจาน ชาม ถ้วย ลงในถังขยะ



- 2) ล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อมในน้ำสะอาด 1 ครั้ง



- 3) ผสมน้ำยาล้างจานกับน้ำสะอาดในถ้วย กรณีที่มีจานชามถ้วยมากๆ ให้ผสมน้ำยาล้างจานลงในอ่างล้างจานหรือกะละมัง



- 4) ใช้ฟองน้ำหรือแผ่นใยขัดชุบน้ำยาล้างจานแล้วขัดถูจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อม ทั้งภายในและภายนอก ด้านหน้าและด้านหลัง



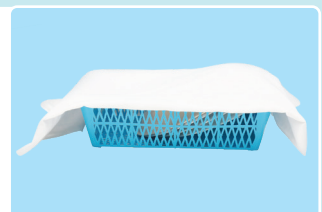
- 5) ล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อมในน้ำสะอาด 2-3 ครั้ง จนหมดฟองและไม่เลี่ยน



- 6) ผึ่งหรือเช็ดจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อมให้แห้ง



- 7) เก็บจาน ชาม ถ้วยเข้าตู้ หรือวางในตะกร้าโปร่ง มีผ้าหรือฝาปิด ช้อนส้อมเก็บในที่เก็บหรือกล่องที่มีฝาปิด



4.3 การล้างแก้วน้ำ

แก้วน้ำควรแยกล้างต่างหากจากจาน ชาม เพื่อให้แก้วน้ำสะอาด ใส ไม่มีกลิ่นคาว และไม่มีคราบอาหารติด การล้างแก้วน้ำมีขั้นตอน ดังนี้

1) ล้างแก้วน้ำด้วยน้ำสะอาด 1 ครั้ง



2) ผสมน้ำยาล้างจานกับน้ำสะอาดในถ้วย อ่างล้างจาน หรือกะละมัง



3) ใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาล้างจานถูภายในแก้วน้ำ ภายนอกแก้วน้ำ และขอบแก้วน้ำ



4) ล้างแก้วน้ำในน้ำสะอาด 2-3 ครั้ง



5) คว่ำแก้วน้ำในที่คว่ำแก้ว หรือนำไปผึ่งจนแห้ง

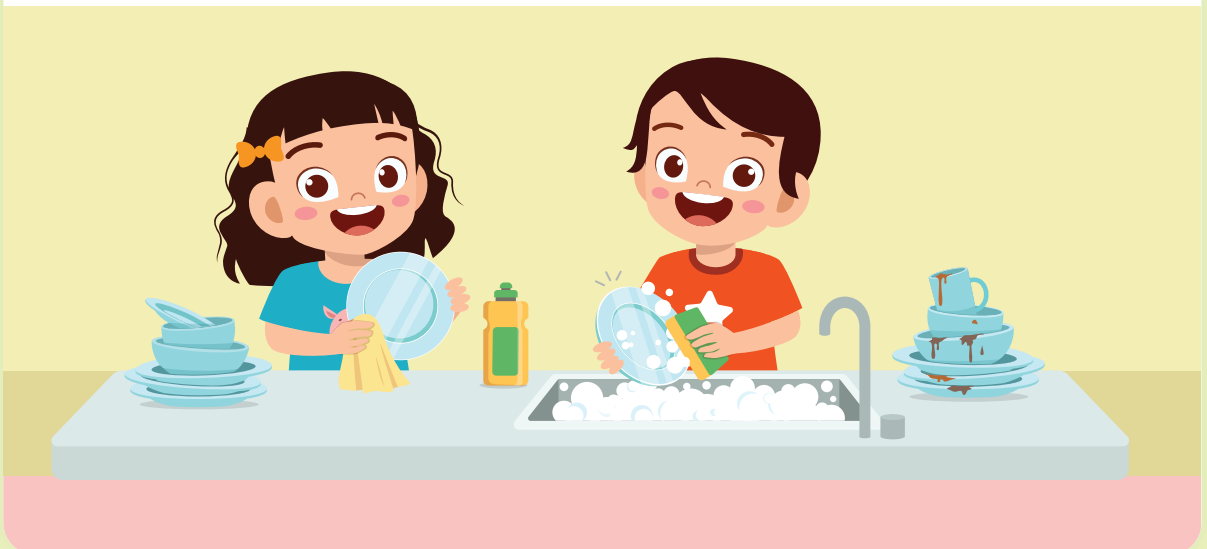


6) เก็บแก้วน้ำที่แห้งแล้วไว้ในตู้หรือตะกร้าโปร่ง แล้วใช้ผ้าขาวบางคลุมไว้



4.4 ประโยชน์ของการล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ ในการรับประทานอาหารอย่างถูกวิธี มีดังนี้

- 1) อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารสะอาดปราศจากเชื้อโรค ทำให้ปลอดภัยเมื่อนำมาใช้งาน
- 2) ประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างทำความสะอาด
- 3) อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารใช้งานได้นาน ไม่ชำรุด ไม่แตกหักเสียหาย มีความสะอาด





กิจกรรมที่



การล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ ในการรับประทานอาหาร

1. นักเรียนโยงเส้นจับคู่ภาพกับวิธีการล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อม ให้สัมพันธ์กัน แล้วตอบคำถาม



ขั้นตอนที่ 1

ล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อม
ในน้ำสะอาด 1 ครั้ง



ขั้นตอนที่ 2

ใช้ช้อนกวาดเศษอาหารออกจาก
จาน ชาม ถ้วย ลงในถังขยะ



ขั้นตอนที่ 3

ใช้ฟองน้ำหรือแผ่นใยขัดชุบน้ำยา
ล้างจานแล้วขัดถูจาน ชาม ถ้วย
และช้อนส้อม ทั้งภายในและ
ภายนอก ด้านหน้าและด้านหลัง



ขั้นตอนที่ 4

ผสมน้ำยาล้างจานกับน้ำสะอาด
ในถ้วยกรณีที่มิมีจานชามถ้วยมากๆ
ให้ผสมน้ำยาล้างจานลงใน
อ่างล้างจานหรือกะละมัง



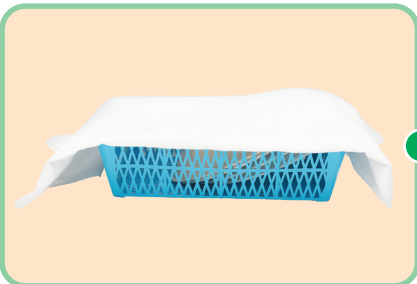
ขั้นตอนที่ 5

เก็บจาน ชาม ถ้วยเข้าตู้ หรือวางใน
ตะกร้าโปร่ง มีผ้าหรือฝาปิด
ซ้อนล้อมเก็บในที่เก็บหรือกล่อง
ที่มีฝาปิด



ขั้นตอนที่ 6

ผึ่งหรือเช็ดจาน ชาม ถ้วย และ
ซ้อนล้อมให้แห้ง



ขั้นตอนที่ 7

ล้างจาน ชาม ถ้วย และซ้อนล้อม
ในน้ำสะอาด 2-3 ครั้ง จนหมดฟอง
และไม่ลื่น

วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างจาน ชาม ถ้วย และซ้อนล้อม
มีอะไรบ้าง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ กะละมัง

☆ แผ่นใยขัด

☆ ถ้วยใส่น้ำยาล้างจาน

☆ น้ำยาล้างจาน

☆ ผงซักฟอก

☆ ผ้าสะอาด

2. นักเรียนโยนเส้นจับคู่ภาพกับวิธีการล้างแก้วน้ำให้สัมพันธ์กัน แล้วตอบคำถาม



ขั้นตอนที่ 1

- ผสมน้ำยาล้างจานกับน้ำสะอาดในถ้วย อ่างล้างจาน หรือกะละมัง



ขั้นตอนที่ 2

- ล้างแก้วน้ำด้วยน้ำสะอาด 1 ครั้ง



ขั้นตอนที่ 3

- ล้างแก้วน้ำในน้ำสะอาด 2-3 ครั้ง



ขั้นตอนที่ 4

- ใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาล้างจานถูภายในแก้วน้ำ ภายนอกแก้วน้ำ และขอบแก้วน้ำ



ขั้นตอนที่ 5

- เก็บแก้วน้ำที่แห้งแล้วไว้ในตู้หรือตะกร้าโปร่ง แล้วใช้ผ้าขาวบางคลุมไว้



ขั้นตอนที่ 6

- ค่ำแก้วน้ำในที่ค่ำแก้วหรือนำไปผึ่งจนแห้ง

วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างแก้วน้ำมีอะไรบ้าง
เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|-----------------------|----------------|
| ☆ กะละมัง | ☆ ฟองน้ำ |
| ☆ ถ้วยใส่น้ำยาล้างจาน | ☆ น้ำยาล้างจาน |
| ☆ ผงซักฟอก | ☆ ผ้าสะอาด |

3. นักเรียนอ่านสถานการณ์ที่กำหนด แล้วเลือก 1 สถานการณ์ เพื่อวางแผนเลือกวัสดุ อุปกรณ์ และวิธีการล้างทำความสะอาด ที่ถูกต้องเหมาะสม แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



ออยต้องการล้างจาน ชาม และช้อนส้อม หลังรับประทานอาหารข้าวมันไก่อิ่มแล้ว

สถานการณ์ที่ 1

เมย์ต้องการล้างทำความสะอาด แก้วน้ำหลังดื่มนมหมด

สถานการณ์ที่ 2

3.1 นักเรียนเลือกสถานการณ์ของใคร

☆ ออย

☆ เมย์

3.2 หลังใช้งาน อุปกรณ์เครื่องใช้มีสภาพเป็นอย่างไร

☆ สะอาด

☆ สกปรก

3.3 การล้างเครื่องใช้ต้องใช้วัสดุ อุปกรณ์อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ แผ่นใยขัด

☆ ฟองน้ำ

☆ ผ้าสะอาด

☆ กะละมัง

☆ น้ำยาล้างจาน

☆ ถ้วยใส่น้ำยาล้างจาน

3.4 มีวิธีการและขั้นตอนอย่างไรบ้าง

(เขียนตัวเลข 1-6 ลงใน ☆ ตามลำดับขั้นตอนที่ถูกต้อง)

☆ ล้างแก้วน้ำด้วยน้ำสะอาด 1 ครั้ง

☆ ล้างแก้วน้ำในน้ำสะอาด 2-3 ครั้ง

☆ ใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาล้างจานถูภายในแก้วน้ำ ภายนอกแก้วน้ำ และ ขอบแก้วน้ำ

☆ คว่ำแก้วน้ำในที่คว่ำแก้ว หรือนำไปผึ่งจนแห้ง

☆ เก็บแก้วน้ำที่แห้งแล้วไว้ในตู้หรือตะกร้าโปร่ง แล้วใช้ผ้าขาวบาง คลุมไว้

☆ ผสมน้ำยาล้างจานกับน้ำสะอาดในถ้วย อ่างล้างจานหรือกะละมัง

4. นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันล้างอุปกรณ์เครื่องใช้
ในการรับประทานอาหาร แล้วบันทึกผลลงใน
แบบบันทึก โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



ง 1.1 ป 2/1
ง 1.1 ป 2/2
ง 1.1 ป 2/3



แบบบันทึกการล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหาร

4.1 การล้างจาน ชาม ถ้วย และช้อนส้อม

1) ผลงานของนักเรียนเป็นอย่างไร



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

2) นักเรียนใช้วัสดุ อุปกรณ์ในการทำงานได้ถูกวิธีหรือไม่



ถูกวิธี



ไม่ถูกวิธี

4.2 การล้างแก้วน้ำ

1) ผลงานของนักเรียนเป็นอย่างไร



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

2) นักเรียนใช้วัสดุ อุปกรณ์ในการทำงานได้ถูกวิธีหรือไม่



ถูกวิธี



ไม่ถูกวิธี

4.3 นักเรียนรู้สึกอย่างไรหลังปฏิบัติงานเสร็จ



ภาคภูมิใจ



เฉย ๆ



เบื่อหน่าย

5. นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าคำตอบที่เป็นประโยชน์ของการล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) 

☆ อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารสะอาด ปราศจากเชื้อโรค จึงปลอดภัยเมื่อนำมาใช้งาน

☆ อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารมีความแข็งแรง ทนทานขึ้น

☆ อุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหารใช้งานได้นาน ไม่ชำรุด ไม่แตกหักเสียหาย

☆ ประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้าง ทำความสะอาด



โครงการสู่นวัตกรรม

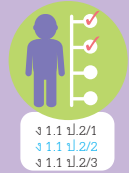
• น่ายาล้างจานมหัศจรรย์

นักเรียนแบ่งกลุ่ม ร่วมกันค้นคว้าวิธีการน่ายาล้างจานมาใช้ประโยชน์อื่นนอกเหนือจากการล้างจาน ซาม แก้วน้ำ จากแหล่งการเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น หนังสือในห้องสมุด หนังสือพิมพ์ เว็บไซต์ แล้วทดลองปฏิบัติตาม เมื่อประสบความสำเร็จให้เผยแพร่ความรู้แก่ผู้อื่น โดยรายงานหน้าชั้นเรียนหรือจัดป้ายนิเทศ

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

นักเรียนใช้ดินสอระบายลงใน ○ หน้าคำตอบ
ที่ถูกต้องให้เต็มวง

ได้ ☐ คะแนน
คะแนนเต็ม 10 คะแนน



1. ข้อใดเป็นงานบ้านเพื่อช่วยเหลือครอบครัวทั้งหมด
 - ① การจัดเก็บของเล่น การกวาดบ้าน
 - ② การจัดเก็บอุปกรณ์การเรียน การกวาดบ้าน
 - ③ การกวาดบ้าน การล้างอุปกรณ์เครื่องใช้ในการรับประทานอาหาร
2. การกวาดพื้นบ้าน ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ① กวาดจากมุมห้องไปมุมห้อง
 - ② กวาดจากมุมห้องไปกลางห้อง
 - ③ กวาดจากหน้าห้องไปหลังห้อง
3. การกวาดพื้นกระเบื้องแตกต่างจากการกวาดพื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบอย่างไร
ง 1.1 ป 2/2
 - ① ใช้อุปกรณ์ต่างกัน
 - ② ผลงานที่ได้แตกต่างกัน
 - ③ เวลาที่ใช้ในการกวาดต่างกัน
4. ข้อใดเป็นประโยชน์ของการกวาดพื้นบ้านที่ถูกต้องที่สุด
 - ① บ้านสะอาด คนมีความสุข ปลอดภัยในการดำเนินชีวิต
 - ② บ้านสะอาด เดินสบาย ปลอดภัยจากหนูและแมลง
 - ③ บ้านสะอาด พื้นสวยงาม คนอยู่อาศัยมีความสุข

5. การล้างจาน ชามที่ถูกต้อง ควรปฏิบัติอย่างไร ง 1.1 ป.2/2
 - ① ล้างจาน ชามเฉพาะส่วนที่ใส่อาหาร
 - ② ล้างจาน ชามด้วยน้ำยาล้างจานเข้มข้น
 - ③ ล้างจาน ชามทั้งภายใน ภายนอก ด้านหน้า และด้านหลัง
6. การใช้ผ้าสะอาดคลุมจาน ชามที่ล้างและแห้งแล้วมีประโยชน์อย่างไร ง 1.1 ป.2/2
 - ① กันฝุ่นละอองและแมลง
 - ② กันน้ำกระเด็นใส่
 - ③ บังแสงแดด
7. วัสดุ อุปกรณ์ในการกวาดพื้นบ้าน ข้อใดสัมพันธ์กัน ง 1.1 ป.2/2
 - ① ไม้กวาดดอกหญ้า ↔ พื้นไม้
 - ② ไม้กวาดทางมะพร้าว ↔ พื้นกระเบื้อง
 - ③ ไม้กวาดดอกหญ้า ↔ พื้นปูนซีเมนต์ขัดหยาบ
8. ถ้าต้องการล้างแก้วน้ำต้องใช้วัสดุ อุปกรณ์ในข้อใด ง 1.1 ป.2/2
 - ① ฟองน้ำ น้ำสบู่
 - ② ฟองน้ำ น้ำยาล้างจาน
 - ③ แผ่นใยขัด น้ำผสมผงซักฟอก
9. การประหยัดน้ำในการล้างแก้วน้ำ ควรปฏิบัติอย่างไร ง 1.1 ป. 2/2
 - ① ไม่ต้องผสมน้ำกับน้ำยาล้างจาน
 - ② ขณะล้างแก้วน้ำไม่ควรเปิดน้ำทิ้งไว้
 - ③ ใช้น้ำที่เหลือจากการซักผ้านำมาล้างแก้วน้ำ
10. สิ่งใดต้องใช้ความระมัดระวังในการล้างมากที่สุด
 - ① ถ้วยพลาสติก
 - ② จานพลาสติก
 - ③ แก้วน้ำที่ทำจากแก้ว



เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- บอกวิธีการและประโยชน์การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว (ง 1.1 ป.2/1)
- ทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัวอย่างปลอดภัย (ง 1.1 ป.2/3)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานอย่างเหมาะสมกับงานและประหยัด (ง 1.1 ป.2/2)



แผนผังสาระการเรียนรู้



การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้า
และรองเท้า



- การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้า
- การจัดวาง การเก็บรองเท้า
- ประโยชน์ของการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าอย่างถูกวิธี



1. การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า

เสื้อผ้าและรองเท้าเป็นสิ่งที่เราต้องสวมใส่เป็นประจำทุกวัน
จึงควรจัดวางและเก็บให้เป็นระเบียบ



QR CODE
เรื่อง
การจัดวาง การเก็บ
เสื้อผ้าและรองเท้า

1.1 การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้า

1) การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าที่ใช้แล้วและยังไม่ได้ซัก

อุปกรณ์ ตะกร้า

วิธีการ นำไว้ในตะกร้า

แยกผ้าสี ผ้าขาว และถุงเท้ากับ
ชุดชั้นในออกจากกัน ไม่ควรนำ
ไปใส่ในตู้เสื้อผ้าหรือปะปนกับ
เสื้อผ้าที่ซักเรียบร้อยแล้ว เพราะ
จะทำให้เสื้อผ้าที่ซักแล้วสกปรก
และมีกลิ่นเหม็นไปด้วย



การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าที่ใช้แล้ว
และยังไม่ได้ซัก

2) การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าที่ซักแล้ว

อุปกรณ์ ตู้เสื้อผ้า ไม้แขวนเสื้อ ไม้หนีบผ้า

วิธีการ

1. เสื้อผ้าที่ไม่ต้องรีด เช่น เสื้อยืด ชุดนอน ผ้าขนหนู ควรแยก
ประเภทแล้วพับเก็บในตู้เสื้อผ้าให้เรียบร้อย
2. เสื้อผ้าที่ต้องรีด เช่น ชุดนักเรียน ชุดลำลอง เมื่อรีด
เสร็จแล้ว ให้ใส่ไม้แขวนเสื้อแยกประเภทแล้วนำไปแขวนในตู้เสื้อผ้า
ให้เป็นหมวดหมู่

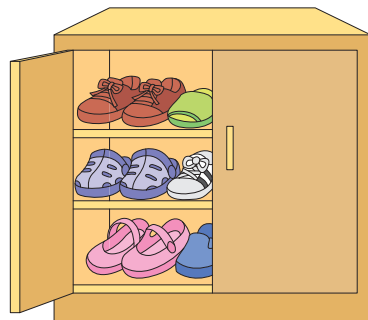
3. เช็มขัดแขวนไว้ที่ตะขอแขวนในตู้เสื้อผ้าหรือตะขอแขวนติดผนังห้อง

4. ถูงเท้า เมื่อซักและตากแห้งแล้ว ให้ม้วนหรือพับเป็นคู่ เก็บในลิ้นชักหรือตะกร้าในตู้เสื้อผ้า

1.2 การจัดวาง การเก็บรองเท้า

อุปกรณ์ ชั้นวางหรือตู้เก็บรองเท้า

วิธีการ เคาะดินหรือฝุ่นละอองออกให้หมด จากนั้นวางไว้บนชั้นวางหรือในตู้เก็บรองเท้าเป็นคู่ ๆ



1.3 ประโยชน์ของการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าอย่างถูกวิธี

1) มีเสื้อผ้าและรองเท้าที่สะอาดเรียบร้อยสวมใส่

2) ค้นหาได้ง่าย หยิบใช้สะดวก

**ประโยชน์ของการจัดวาง
การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าอย่างถูกวิธี**

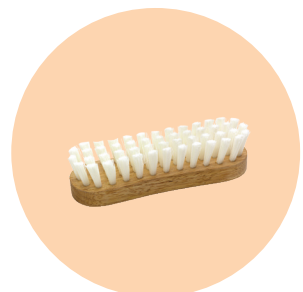
3) ยืดอายุการใช้งานของเสื้อผ้าและรองเท้าให้ยาวนานขึ้น
จึงช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย



กิจกรรม

การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า

1. นักเรียนเขียนวงกลมล้อมรอบภาพอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า



2. นักเรียนเขียนชื่ออุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องกับการจัดวาง การเก็บ
เสื้อผ้าและรองเท้าลงในช่องว่าง



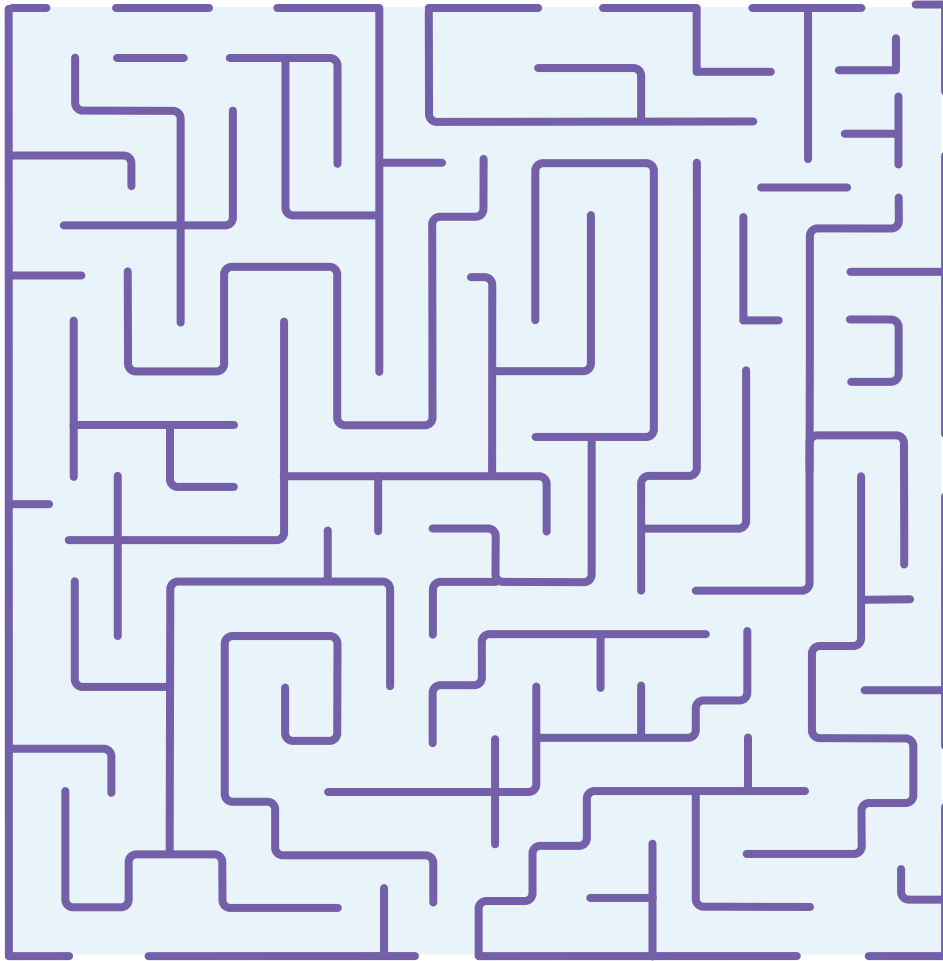
อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดวาง
การเก็บเสื้อผ้าที่ยังไม่ได้ซัก

อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดวาง
การเก็บเสื้อผ้าที่ซักแล้ว



อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดวาง
การเก็บรองเท้า

3. นักเรียนลากเส้นผ่านเขาวงกตเพื่อจับคู่ภาพและข้อความให้สัมพันธ์กัน โดยใช้สีไม้ที่สีแตกต่างกัน



เสื้อผ้าที่
ไม่ต้องรัด
แยกประเภท
พับเก็บไว้
ในตู้เสื้อผ้า

เชวอนที่
ตะขอเชวอน
ในตู้เสื้อผ้า
เพื่อไม่ให้งอ

หลังจาก
รัดเสร็จ
ใส่ไม้-
เชวอนเสื้อ
แล้วนำไป
แขวนไว้
ในตู้เสื้อผ้า

ม้วนหรือพับ
เป็นคู่ เก็บไว้
ในลิ้นชัก
ตู้เสื้อผ้า

เสื้อผ้าที่ใส่แล้ว
แยกผ้าสีและผ้าขาว
ออกจากกัน
แล้วใส่ในตะกร้า

เคาะดินออกให้หมด
วางไว้บนชั้นวางหรือ
ตู้เก็บรองเท้าเป็นคู่ ๆ

4. นักเรียนสังเกตภาพการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้า แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



ภาพที่ 1



ภาพที่ 2

4.1 ภาพที่ 1 การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าเป็นอย่างไร

☆ เป็นระเบียบ

☆ ไม่เป็นระเบียบ

4.2 ภาพที่ 2 การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าเป็นอย่างไร

☆ เป็นระเบียบ

☆ ไม่เป็นระเบียบ

4.3 ควรจัดวาง เก็บเสื้อผ้าเหมือนภาพใด

☆ ภาพที่ 1

☆ ภาพที่ 2

4.4 การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าให้เป็นระเบียบมีผลดีอย่างไร
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ สวยงาม

☆ ค้นหาง่าย

☆ หยิบใช้สะดวก

☆ เสื้อผ้าดูใหม่อยู่เสมอ

☆ ยืดอายุการใช้งานของเสื้อผ้าให้ยาวนานขึ้น

5. นักเรียนสังเกตภาพการจัดวาง การเก็บรองเท้า แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



ภาพที่ 1



ภาพที่ 2

5.1 ภาพที่ 1 การจัดวาง การเก็บรองเท้าเป็นอย่างไร

☆ เป็นระเบียบ ☆ ไม่เป็นระเบียบ

5.2 ภาพที่ 2 การจัดวาง การเก็บรองเท้าเป็นอย่างไร

☆ เป็นระเบียบ ☆ ไม่เป็นระเบียบ

5.3 ควรจัดวาง เก็บรองเท้าเหมือนภาพใด

☆ ภาพที่ 1 ☆ ภาพที่ 2

5.4 การจัดวาง การเก็บรองเท้าให้เป็นระเบียบมีผลดีอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☆ สวยงาม
- ☆ ค้นหาง่าย
- ☆ หยิบใช้สะดวก
- ☆ รองเท้าดูใหม่อยู่เสมอ
- ☆ ยืดอายุการใช้งานของรองเท้าให้ยาวนานขึ้น

6. นักเรียนฝึกปฏิบัติโดยจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและ
รองเท้าให้ถูกต้อง แล้วสรุปข้อมูลลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป 2/1
ง 1.1 ป 2/2
ง 1.1 ป 2/3

แบบบันทึกการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า



6.1 การจัดเก็บเสื้อผ้า

วิธีการจัดเก็บเสื้อผ้าที่ไม่ต้องรีด

★ จัดเก็บในตู้เสื้อผ้า

★ จัดเก็บในตะกร้า

วิธีการจัดเก็บเสื้อผ้าที่รีดแล้ว

★ แขนงในที่แขวน

★ แขนงในตู้เสื้อผ้า

6.2 การจัดเก็บรองเท้า

★ จัดเก็บในกล่อง

★ จัดเก็บบนชั้นวาง

★ จัดเก็บในถุง

6.3 ผลที่เกิดขึ้นจากการจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้า

★ ค้นหาง่าย หยิบใช้ได้สะดวก

★ สะอาดและปลอดภัย

6.4 นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่ได้จัดเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าด้วยตนเอง

★ ภาคภูมิใจ

★ เฉย ๆ

★ ไม่ชอบใจ

6.5 การช่วยจัดวาง จัดเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าด้วยตนเอง สอดคล้อง กับคุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ข้อใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

★ ซื่อสัตย์สุจริต

★ มีวินัย

★ รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์

★ มุ่งมั่นในการทำงาน

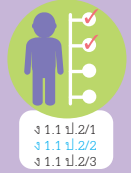
แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

นักเรียนใช้ดินสอระบายลงใน ○ หน้าคำตอบ
ที่ถูกต้องให้เต็มวง

ได้

คะแนน

คะแนนเต็ม 10 คะแนน



1. เลือผ้าที่สวมใส่แล้ว ควรทำอะไร
 - ① นำไปตาก
 - ② ใส่ไว้ในตะกร้า
 - ③ พับเก็บเข้าลิ้นชัก
2. ควรเก็บเสื้อผ้าที่ซักสะอาดแล้วอย่างไร
 - ① พับเก็บในตู้เสื้อผ้า
 - ② พับวางไว้กลางโต๊ะ
 - ③ พับไว้ใต้เตียง
3. เลือผ้าที่สวมใส่แล้วควรทำอะไรเป็นขั้นตอนแรก
 - ① แขนผึงลมไว้ให้แห้งแล้วนำไปเก็บ
 - ② ซักให้สะอาดและตากให้แห้ง
 - ③ ถอดเก็บไว้ในตะกร้า
4. นักเรียนจะจัดเก็บถุงเท้าให้หยิบใช้ได้ง่ายด้วยวิธีใด ง 1.1 ป.2/2
 - ① วางถุงเท้าแยกข้างซ้ายและข้างขวาไว้คนละกอง
 - ② เก็บถุงเท้าแยกเป็นสี
 - ③ ม้วนเก็บเป็นคู่

5. การจัดวาง การเก็บเสื้อผ้าและรองเท้าด้วยตนเองมีประโยชน์อย่างไร
- ① แบ่งเบาภาระของผู้ปกครอง
 - ② ประหยัดเวลาในการจัดเก็บ
 - ③ ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์
6. รองเท้าควรจัดวางและเก็บในอุปกรณ์ชนิดใด [ง 1.1 ป.2/2](#)
- ① ตะกร้า
 - ② ตู้เสื้อผ้า
 - ③ ตู้เก็บรองเท้า
7. ตะกร้าเป็นอุปกรณ์เก็บสิ่งใด [ง 1.1 ป.2/2](#)
- ① เสื้อผ้าที่ใช้แล้วยังไม่ได้ซัก
 - ② รองเท้าที่ทำความสะอาดแล้ว
 - ③ เสื้อผ้าที่จะนำมาแขวนในตู้เสื้อผ้า
8. ไม้แขวนเสื้อที่มีไม้หนีบผ้าควรใช้กับเสื้อผ้าในข้อใดจึงเหมาะสมที่สุด [ง 1.1 ป.2/2](#)
- ① เสื้อนักเรียน
 - ② ผ้าขนหนู
 - ③ เสื้อยืด
9. เสื้อนักเรียนที่รีดแล้ว ควรทำอะไร
- ① พาดไว้ที่เก้าอี้
 - ② พับเก็บใส่ในตู้
 - ③ ใส่ไม้แขวนเสื้อ แขวนในตู้เสื้อผ้า
10. การจัดวาง การเก็บเครื่องแต่งกายใดอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ [ง 1.1 ป.2/2](#)
- ① พับถุงเท้าเป็นคู่เก็บในตู้เสื้อผ้า
 - ② วางรองเท้าไว้ในตู้เก็บรองเท้า
 - ③ วางเข็มขัดไว้บนพื้นห้อง



การจัดเตรียมผักและผลไม้

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- บอกวิธีการและประโยชน์การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัว (ง 1.1 ป.2/1)
- ทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองและครอบครัวอย่างปลอดภัย (ง 1.1 ป.2/3)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานอย่างเหมาะสมกับงานและประหยัด (ง 1.1 ป.2/2)



แผนผังสาระการเรียนรู้



การล้างผักและผลไม้

- วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างผักและผลไม้
- วิธีการล้างผักและผลไม้
- ประโยชน์ของการล้างผักและผลไม้



การจัดเตรียมผักและผลไม้



การจัดเตรียมผักและผลไม้

- วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดเตรียมผักและผลไม้
- วิธีการจัดเตรียมผักและผลไม้
- ประโยชน์ของการจัดเตรียมผักและผลไม้

ครอบครัวส่วนใหญ่ประกอบอาหารรับประทานเอง อาจจะเป็นมือเช้า มือกลางวัน หรือมือเย็น การช่วยเหลือผู้ปกครองเตรียมและประกอบอาหาร จึงเป็นงานอีกอย่างหนึ่งที่นักเรียนสามารถทำได้

ผักและผลไม้เป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เพราะมีวิตามิน และเกลือแร่ช่วยเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง สามารถทำงานได้ตามปกติ ช่วยให้ขับถ่ายสะดวก และป้องกันอาการท้องผูกได้

ตัวอย่างผักของไทย



มะระขี้นก



ถั่วงู



มะรุม



มะเขือเปราะ



บวบ

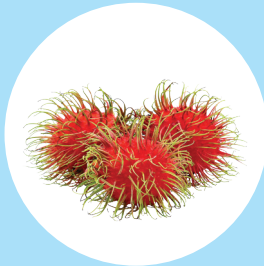


มะเขือเทศสีดา

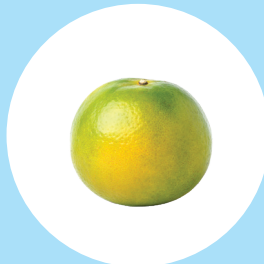
ตัวอย่างผลไม้ของไทย



น้อยหน่า



เงาะ



ลัม



ลิ้นจี่



มะยงชิด



มะละกอสุก

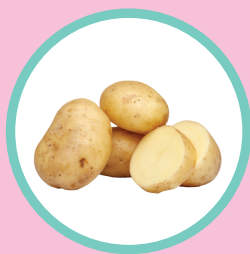
ตัวอย่างผักที่ควรล้างก่อนรับประทาน



แตงกวา



ผักชี



มันฝรั่ง



ไช้เท้า



ถั่วงอก



หน่อไม้ฝรั่ง



กะเพรา



แมงลัก

ตัวอย่างผลไม้ที่ควรล้างก่อนรับประทาน



ลำไย



มังคุด



แตงโม



ส้ม



องุ่น



สตรอว์เบอร์รี



ชมพู่



ละมุด



1. การล้างผักและผลไม้

1.1 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างผักและผลไม้



ผักหรือผลไม้ที่จะล้าง



กะละมังสำหรับใส่น้ำ



กระจาด กระบุง หรือภาชนะ
ที่มีรูระบายน้ำ



ถาดหรือจานที่ใช้ใส่ผัก
หรือผลไม้ที่ล้างแล้ว



1.2 วิธีการล้างผักและผลไม้ มีขั้นตอน ดังนี้



- 1) วางผักหรือผลไม้ที่จะล้างลงในกะละมังที่มีน้ำสะอาด



- 2) ล้างผักหรือผลไม้โดยถูผิวหรือเปลือกเบา ๆ ให้ทั่ว แช่ไว้ประมาณ 15 นาที แล้วล้างใต้น้ำไหลอีกประมาณ 2 นาที



- 3) วางผักหรือผลไม้ที่ล้างเสร็จแล้วลงในกระชานที่มีรูหรือช่องเล็ก ๆ ผึ่งให้สะเด็ดน้ำ

การล้างผักและผลไม้ให้สะอาดและปลอดภัยต่อการรับประทานมากยิ่งขึ้น สามารถทำได้ ดังนี้

1) ใช้เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำ 1 กะละมัง หรือน้ำประมาณ 4 ลิตร แช่ผักและผลไม้ 10 นาที ล้างด้วยน้ำสะอาดใต้น้ำไหลอีกครั้ง



2) ใช้น้ำส้มสายชู 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำ 1 กะละมัง หรือน้ำประมาณ 4 ลิตร แช่ผักและผลไม้ 10-15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดใต้น้ำไหลอีกครั้ง



1.3 ประโยชน์ของการล้างผักและผลไม้



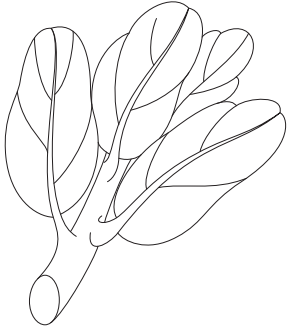


กิจกรรมที่

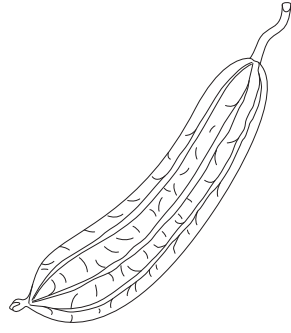


การล้างผักและผลไม้

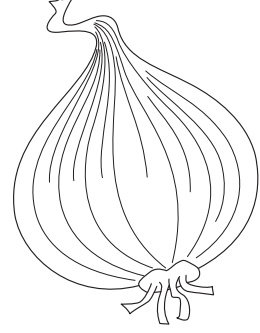
1. นักเรียนระบายสีผักที่ตนเองสนใจหรือชอบรับประทาน
ลงในภาพที่กำหนด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)



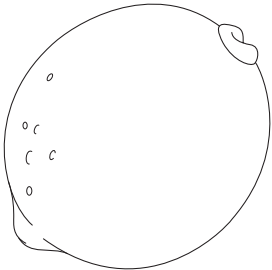
คะน้า



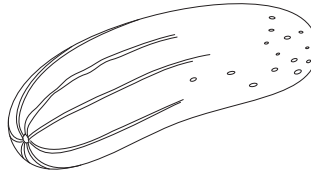
บวบ



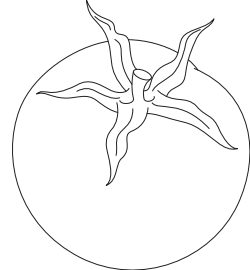
หอมแดง



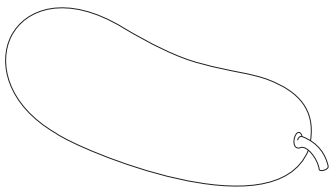
มะนาว



แตงกวา



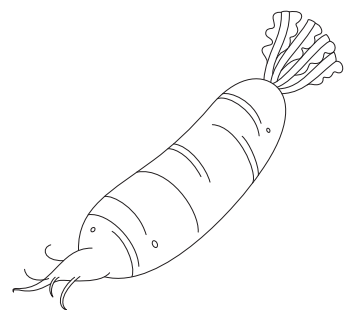
มะเขือเทศ



ฟักเขียว

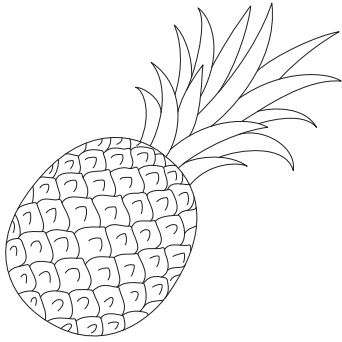


ฟักทอง

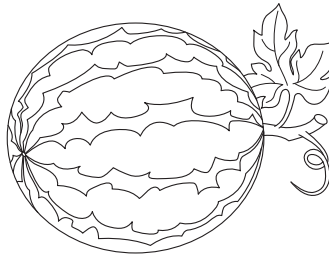


ไช้เท้า

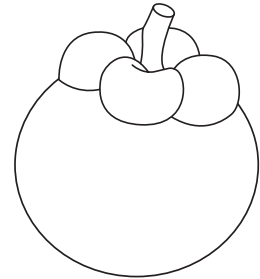
2. นักเรียนระบายสีผลไม้ที่ตนเองสนใจหรือชอบรับประทาน
ลงในภาพที่กำหนด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)



ลัมปะรด



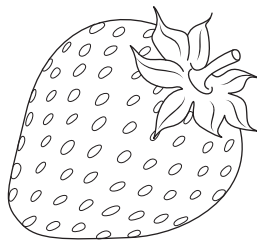
แตงโม



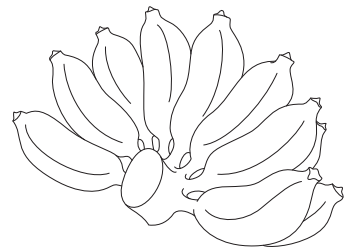
มังคุด



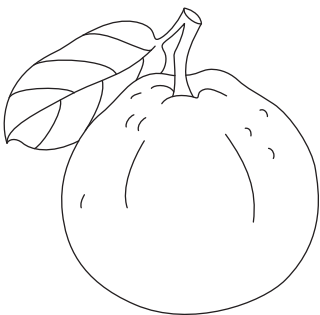
องุ่น



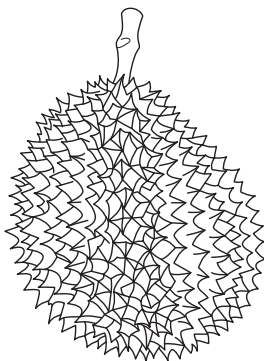
สตรอว์เบอร์รี



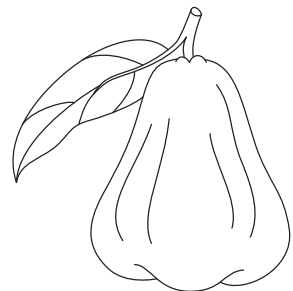
กล้วยน้ำว้า



ฝรั่ง



ทุเรียน



ชมพู่

3. นักเรียนเขียนวงกลมล้อมรอบผลไม้ที่ควรล้างก่อนรับประทานหรือล้างก่อนปอกเปลือก และเขียนสี่เหลี่ยมล้อมรอบผลไม้ที่ไม่ต้องล้างก่อนปอกเปลือก



ลำปะรด



ชมพู่



มะม่วง



แอปเปิล



มะละกอ



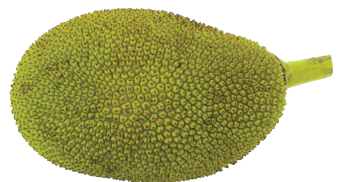
ทุเรียน



มะพร้าวอ่อน



ฝรั่ง



ขนุน

4. นักเรียนอ่านสถานการณ์และตอบคำถาม
โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



สถานการณ์ที่ 1

กิ่งไม่เคยล้างองุ่น
ก่อนรับประทาน

สถานการณ์ที่ 2

แก้วล้างองุ่น
ก่อนรับประทานทุกครั้ง

4.1 กิ่งปฏิบัติตนอย่างไร

- ☆ ล้างองุ่นก่อนรับประทาน
- ☆ ไม่ล้างองุ่นก่อนรับประทาน

4.2 แก้วปฏิบัติตนอย่างไร

- ☆ ล้างองุ่นก่อนรับประทาน
- ☆ ไม่ล้างองุ่นก่อนรับประทาน

4.3 องุ่นเป็นผลไม้ประเภทใด

- ☆ รับประทานได้ทั้งเปลือก
- ☆ ปอกเปลือกก่อนรับประทาน

4.4 ถ้าต้องการรับประทานผลไม้อย่างปลอดภัย นักเรียนจะปฏิบัติตามใคร

- ☆ กิ่ง
- ☆ แก้ว

4.5 ถ้ารับประทานผลไม้อย่างปลอดภัย จากการปฏิบัติตามข้อ 4.4 นักเรียนจะมีสุขภาพร่างกายอย่างไร

- ☆ สุขภาพร่างกายแข็งแรงจากการได้รับวิตามิน
- ☆ สุขภาพร่างกายแข็งแรงจากการได้รับฟลูออโรและสารเคมี

5. นักเรียนโยนเส้นจับคู่ภาพและข้อความกับขั้นตอนการล้างผักและผลไม้ให้สัมพันธ์กัน



วางผักหรือผลไม้ที่ล้างเสร็จแล้ว
ลงในกระชาดที่มีรูหรือช่องเล็ก ๆ
ผึ่งให้สะเด็ดน้ำ

ขั้นตอนที่ 1



วางผักหรือผลไม้ที่จะล้าง
ลงในกะละมังที่มีน้ำสะอาด

ขั้นตอนที่ 2



ล้างผักหรือผลไม้โดยถูผิวหรือ
เปลือกเบา ๆ ทั่ว
แช่ไว้ประมาณ 15 นาที แล้วล้าง
ใต้น้ำไหลอีกประมาณ 2 นาที

ขั้นตอนที่ 3

6. นักเรียนแบ่งกลุ่ม แต่ละกลุ่มฝึกปฏิบัติการล้างผักและผลไม้ แล้วบันทึกผลลงในแบบบันทึก โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ และตอบคำถาม



จ 1.1 ป 2/1
จ 1.1 ป 2/2
จ 1.1 ป 2/3



แบบบันทึกการล้างผักและผลไม้

6.1 ผักและผลไม้ที่กลุ่มของนักเรียนฝึกล้าง คือ _____

6.2 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการล้างผักและผลไม้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ หม้อ

☆ กระจาด

☆ ถาด

☆ จาน

☆ กะละมัง

☆ อื่น ๆ _____

6.3 ขั้นตอนการล้าง

ขั้นตอนที่ 1 _____

ขั้นตอนที่ 2 _____

ขั้นตอนที่ 3 _____

ขั้นตอนอื่น ๆ _____

6.4 ผลที่เกิดขึ้นจากการล้างผักและผลไม้ตามขั้นตอน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ ไม่ซ้ำ

☆ สะอาด ปลอดภัย

☆ สดใหม่ รสชาติอร่อย

☆ อื่น ๆ _____

6.5 ประโยชน์จากการล้างผักและผลไม้ก่อนรับประทาน

(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ ประหยัดน้ำ

☆ ประหยัดค่าใช้จ่าย

☆ สุขภาพร่างกายแข็งแรง

☆ ไม่เกิดสารพิษในร่างกาย

7. นักเรียนเรียนรู้เรื่อง การล้างผักและผลไม้ แล้วเข้าใจว่าอย่างไร
สรุปเป็นความรู้ความเข้าใจ โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆



7.1 ก่อนรับประทานผักและผลไม้ควรทำอะไร

☆ ล้างให้สะอาด

☆ เช็ดให้สะอาด

7.2 ผลไม้ชนิดใดบ้างที่ไม่ต้องล้างก่อนปอกเปลือก
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ ชมพู่

☆ ทูเรียน

☆ ขนุน

☆ มังคุด

7.3 การล้างผักและผลไม้ก่อนรับประทานทุกครั้ง
จะเกิดประโยชน์อย่างไร

☆ รับประทานผักและผลไม้ที่สะอาด ปลอดภัย

☆ รับประทานผักและผลไม้สดใหม่ รสชาติดี



2. การจัดเตรียมผักและผลไม้

ผักและผลไม้ที่ล้างสะอาดแล้ว ก่อนนำมารับประทานสดหรือนำไปประกอบอาหารควรจัดเตรียมไว้ให้เรียบร้อย

2.1 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดเตรียมผักและผลไม้



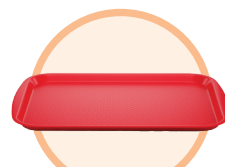
จาน



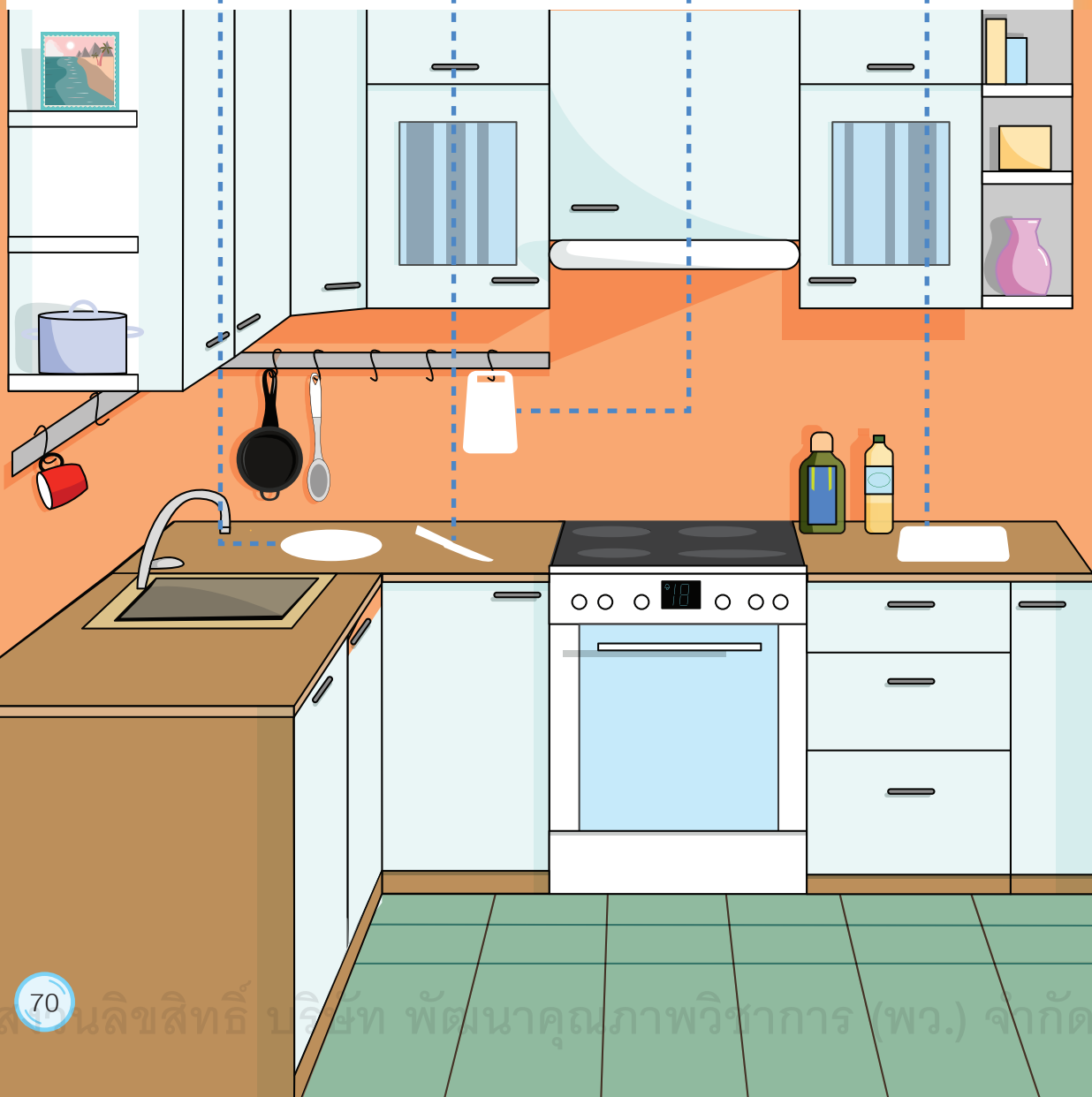
มีด



เขียง



ถาด



2.2 วิธีการจัดเตรียมผักและผลไม้

1) ตัดผักเป็นใบ เป็นช่อ หรือเป็นท่อน เช่น ผักชีเด็ดเป็นใบหรือเป็นช่อเตรียมไว้โรยหน้าอาหาร ผักบุ้งเด็ดเป็นท่อนเตรียมไว้สำหรับผัด

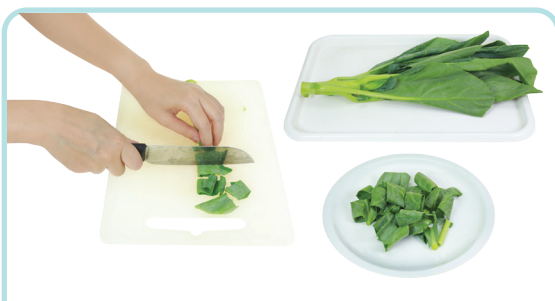


การเด็ดผักชี

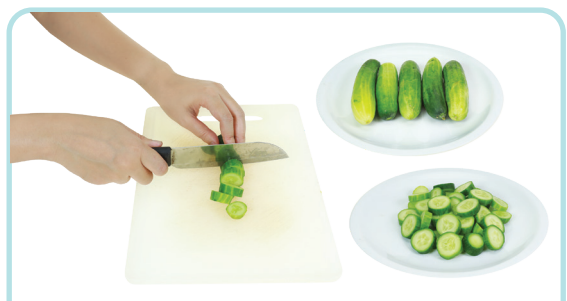


การเด็ดผักบุ้ง

2) หั่นเป็นท่อน หั่นตามขวาง หรือหั่นรูปแบบอื่น ๆ เช่น คื่นหีว ถั่วฝักยาวหั่นเป็นท่อนเตรียมไว้สำหรับผัด แตงกวา และมะเขือเทศหั่นตามขวางเป็นชิ้นเตรียมไว้ตักแต่งอาหารหรือรับประทานสด



การหั่นคื่นหีว



การหั่นแตงกวา

3) จัดผักที่หั่นแล้วในจานเพื่อใช้รับประทานสด หรือนำผักไปต้มแล้วจึงจัดวางในจานเพื่อรับประทานกับน้ำพริก โดยแยกผักแต่ละชนิด แล้วจัดวางเป็นกลุ่ม ๆ ในจานเดียวกัน สลับสีให้สวยงาม



ผักสดที่หั่นแล้วนำมาจัดวางเป็นกลุ่มเพื่อรับประทานกับน้ำพริก



ผักต้มที่นำมาจัดวางเป็นกลุ่มเพื่อรับประทานกับน้ำพริก

4) ผลไม้ที่ล้างสะอาดแล้วนำมาแยกเป็นกลุ่มตามความสูง จากนั้นจัดวางรวมกัน โดยให้ผลไม้ที่เตี้ยกว่าอยู่ด้านหน้า ผลไม้ที่สูงกว่าอยู่ด้านหลังวางสลับสีให้สวยงาม



2.3 ประโยชน์ของการจัดเตรียมผักและผลไม้

1) สะดวกต่อการนำไปรับประทานหรือประกอบอาหาร

2) ประหยัดเวลาในการประกอบอาหาร

3) ทำให้ผักและผลไม้ดูสวยงามน่ารับประทานมากยิ่งขึ้น



กิจกรรมที่

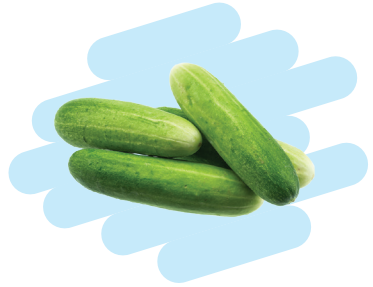
2

การจัดเตรียมผักและผลไม้

1. นักเรียนสังเกตภาพผักที่กำหนด แล้วเขียนขั้นตอนการเตรียม
ก่อนนำไปประกอบอาหาร

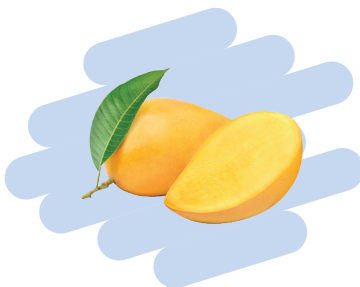






2. นักเรียนสังเกตภาพผลไม้ที่กำหนด แล้วเขียนขั้นตอนการเตรียม
ก่อนนำไปรับประทาน









3. นักเรียนสังเกตภาพ แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆
หน้าข้อความที่ถูกต้อง



- ผลไม้ในภาพเป็นอย่างไร
 - ☆ จัดเตรียมสวยงาม
 - ☆ นำรับประทาน
 - ☆ ยังไม่ได้จัดเตรียม
- ผลไม้ในภาพสามารถรับประทานได้หรือไม่
 - ☆ รับประทานได้ทันที
 - ☆ ยังรับประทานไม่ได้
- นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - ☆ ชอบ
 - ☆ ไม่ชอบ



- ผลไม้ในภาพเป็นอย่างไร
 - ☆ จัดเตรียมสวยงาม
 - ☆ นำรับประทาน
 - ☆ จัดเตรียมไม่สวยงาม
- ผลไม้ในภาพสามารถรับประทานได้หรือไม่
 - ☆ รับประทานได้ทันที
 - ☆ ยังรับประทานไม่ได้
- นักเรียนรู้สึกอย่างไร
 - ☆ ชอบ
 - ☆ ไม่ชอบ

- การจัดเตรียมผลไม้ก่อนรับประทานจำเป็นหรือไม่
 - ☆ จำเป็น
 - ☆ ไม่จำเป็น
- จำเป็นอย่างไร (เขียนคำตอบลงในช่องว่าง)

4. นักเรียนสังเกตภาพวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดเตรียมผักและผลไม้ แล้วบันทึกวิธีการใช้ลงในช่องว่าง

วัสดุ อุปกรณ์
ที่ใช้ในการจัดเตรียมผักและผลไม้

วิธีการใช้

4.1



ถาด

4.2



จาน

4.3



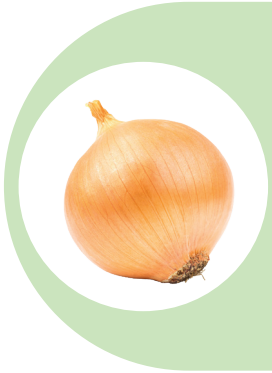
มีด

4.4



เขียง

5. นักเรียนสังเกตภาพผักและผลไม้ จากนั้นเลือกตัวอักษร
หน้าข้อความวิธีการจัดเตรียมผักและผลไม้
เขียนลงในแผนภาพความคิด



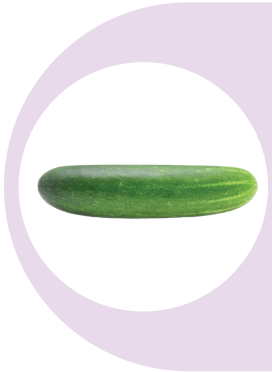
5.1 วิธีการจัดเตรียมหัวหอมใหญ่

- ก. หั่นตามขวางเตรียมไว้สำหรับผัด
- ข. เปิดน้ำไหลผ่านเบา ๆ ใช้มือช่วยถูเบา ๆ
- ค. ปอกเปลือก ตัดส่วนที่รับประทานไม่ได้ออก

ขั้นตอนที่ 3

ขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 1



5.2 วิธีการจัดเตรียมแตงกวา

- ก. เปิดน้ำไหลผ่านเบา ๆ
- ข. เตรียมไว้ตักแต่งอาหาร
- ค. หั่นเป็นท่อน หั่นตามขวาง

ขั้นตอนที่ 3

ขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 1



5.3 วิธีการจัดเตรียมองุ่น

- ก. นำองุ่นแช่ลงในน้ำสะอาด
ผสมเกลือป่น หรือน้ำส้มสายชู 10 นาที
- ข. ใช้กรรไกรตัดองุ่นเป็นช่อเล็ก ๆ
- ค. จัดเรียงใส่ภาชนะ
- ง. ล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง

ขั้นตอนที่ 4

ขั้นตอนที่ 3

ขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 1



5.4 วิธีการจัดเตรียมส้ม

- ก. ล้างออกด้วยน้ำสะอาด จัดใส่ภาชนะ
- ข. แช่ส้มลงในน้ำที่ผสมเกลือป่น 10 นาที
- ค. นำเกลือป่นผสมกับน้ำเปล่า
- ง. ใช้มือลูบผิวส้มเบา ๆ

ขั้นตอนที่ 4

ขั้นตอนที่ 3

ขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 1

6. นักเรียนมีวิธีการอย่างไรที่ทำให้ผักและผลไม้สะดวกต่อการรับประทาน โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ หน้าข้อความที่ถูกต้อง

☆ จัดเตรียมโดยเด็ด ปอกเปลือกหรือหั่นตามลักษณะของผักและผลไม้ นำใส่จานหรือถาด และจัดเรียงเป็นประเภทให้สวยงาม

☆ จัดเรียงผักและผลไม้โดยวางทั้งผลให้ขนาดใหญ่อยู่ด้านหลังไล่ขนาดเล็กลง วางเรียงซ้อนกันอย่างเป็นระเบียบ



โครงการสู่นวัตกรรม

นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม เลือกผักหรือผลไม้ที่หาได้ง่ายในชุมชน นำมาล้าง จัดเตรียมตามวิธีการ แล้วช่วยกันออกแบบจัดเรียงผักหรือผลไม้ให้มีรูปร่างหรือลวดลายตามจินตนาการลงในจานหรือถาดให้ดูสวยงามและน่ารับประทาน

7. นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันจัดเตรียมผักและผลไม้ แล้วบันทึกผลลงในแบบบันทึก โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ และตอบคำถาม



ง 1.1 ป 2/1
ง 1.1 ป 2/2
ง 1.1 ป 2/3



แบบบันทึกการจัดเตรียมผักและผลไม้

7.1 กลุ่มของนักเรียนจัดเตรียมผักและผลไม้อะไรบ้าง

- 1) ผัก _____
2) ผลไม้ _____

7.2 กลุ่มของนักเรียนใช้วัสดุ อุปกรณ์ใดบ้างในการจัดเตรียมผักและผลไม้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ☆ จาน ☆ มีด ☆ ถาด ☆ เขียง

7.3 ผลงานการจัดเตรียมผักและผลไม้ของกลุ่มนักเรียนเป็นอย่างไร

- ☆ ดีมาก ☆ ดี ☆ พอใช้

7.4 ขณะจัดเตรียมผักและผลไม้ นักเรียนรู้สึกอย่างไร

- ☆ สนุกสนาน ☆ เฉย ๆ ☆ เบื่อหน่าย

7.5 นักเรียนจะนำวิธีการจัดเตรียมผักและผลไม้ไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือไม่ อย่างไร

7.6 การช่วยครอบครัวเตรียมประกอบอาหาร แสดงถึงการมีคุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ข้อใด

- ☆ ซื่อสัตย์สุจริต ☆ อยู่อย่างพอเพียง
☆ มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น (มีจิตสาธารณะ)

8. นักเรียนเรียนรู้เรื่อง การจัดเตรียมผักและผลไม้ แล้วสรุป เป็นความรู้ความเข้าใจ โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☆ 

การจัดเตรียมผักและผลไม้เป็นวิธีการทำงานบ้านเพื่อช่วยเหลือ ครอบครัวหรือไม่

☆ ใช่

☆ ไม่ใช่

การจัดเตรียมผักและผลไม้ก่อนนำไปประกอบอาหารหรือ รับประทานสดมีประโยชน์อย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

☆ สะอาด

☆ สะดวก

☆ สวยงาม น่ารับประทาน

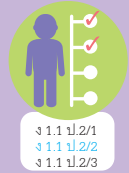
☆ ประหยัดเวลา



แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

นักเรียนใช้ดินสอระบายลงใน ○ หน้าคำตอบ
ที่ถูกต้องให้เต็มวง

ได้ ☐ คะแนน
คะแนนเต็ม 10 คะแนน



1. การล้างผักข่อใดถูกต้อง
 - ① ถูเบา ๆ ที่ผิวให้ทั่ว
 - ② จุ่มน้ำหลาย ๆ ครั้ง สะบัดให้น้ำแห้ง
 - ③ แช่ผักในน้ำเปล่า 10 นาที แล้วนำมาผึ่งให้สะเด็ดน้ำ
2. การล้างผักและผลไม้ก่อนนำมารับประทานมีประโยชน์อย่างไร
 - ① ไม่มีสารเคมีตกค้าง
 - ② ล้างวิตามินที่ไม่มีประโยชน์ออกไป
 - ③ ผักและผลไม้มีสีสวยน่ารับประทาน
3. นักเรียนควรเตรียมมะเขือเทศเพื่อรับประทานสดอย่างไร ง 1.1 ป.2/2
 - ① ปอกเปลือกมะเขือเทศแล้วหั่นเป็นฝอย
 - ② หั่นมะเขือเทศตามขวางเป็นชิ้น
 - ③ หั่นมะเขือเทศตามยาวเป็นชิ้น
4. การจัดเตรียมผักก่อนนำไปประกอบอาหารมีประโยชน์อย่างไร
 - ① ประหยัดแรงงานในการทำอาหาร
 - ② ทำอาหารได้สะดวก รวดเร็ว
 - ③ อาหารมีความสวยงาม

5. ภาชนะในข้อใดใช้ใส่น้ำล้างผักและผลไม้ [ง 1.1 ป.2/2](#)
 - ① จาน
 - ② กระทะ
 - ③ กะละมัง
6. การล้างผักและผลไม้ที่ถูกต้องและประหยัดควรทำอย่างไร [ง 1.1 ป.2/2](#)
 - ① แช่ผักและผลไม้ในน้ำเกลือแล้วล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง
 - ② จุ่มผักและผลไม้ในน้ำสะอาดแล้วยกขึ้นทันที
 - ③ ล้างผักและผลไม้ด้วยน้ำยาราคาแพง
7. การใช้อุปกรณ์จัดเตรียมผักและผลไม้ใดควรระมัดระวังมากที่สุด [ง 1.1 ป.2/2](#)
 - ① มีด
 - ② ถาด
 - ③ เขียง
8. ก่อนรับประทานผักและผลไม้ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ① เช็ดด้วยผ้าสะอาด
 - ② นำไปล้างให้สะอาด
 - ③ ปอกเปลือกทุกครั้ง
9. การจัดผลไม้อย่างไรสวยงามน่ารับประทานมากที่สุด
 - ① วางผลไม้หลายชนิดคละลี่ยกัน
 - ② วางสลับผลไม้สูงและต่ำไว้ด้วยกัน
 - ③ วางเป็นกลุ่มเรียงลำดับจากต่ำไปสูง
10. งานใดที่นักเรียนสามารถช่วยครอบครัวได้
 - ① ล้างผัก
 - ② หั่นปลา
 - ③ ตำนน้ำพริก



กระบวนการคิดขั้นสูง เชิงระบบ GPAS 5 Steps

สอดคล้องกับการเลื่อนวิทยฐานะ (๖ PA)

ข้อตกลง ในการพัฒนางาน

ออกแบบการจัดการเรียนรู้
การส่งเสริมการเรียนรู้
และการพัฒนาตนเองด้วย
GPAS 5 Steps

ผลงาน ทางวิชาการ

มีนวัตกรรม
การจัดการเรียนรู้
การส่งเสริมการเรียนรู้
และการพัฒนาตนเอง
ที่มีคุณภาพ
และคุณประโยชน์ต่อวิชาชีพครู

กรรมการประเมิน ตามวิทยฐานะ

ผลการประเมินของคณะกรรมการ
ด้านการจัดการเรียนรู้ การส่งเสริมการเรียนรู้
และการพัฒนาตนเองตามวิทยฐานะ

ประเมินผลการพัฒนางาน ตามข้อตกลง

เสนอผลของการจัดการเรียนรู้
การส่งเสริมการเรียนรู้
และการพัฒนาตนเอง
จากการพัฒนาด้วย
GPAS 5 Steps

สรุปผลการประเมิน การพัฒนางาน

สรุปผลการประเมิน
การจัดการเรียนรู้
การส่งเสริมการเรียนรู้
และการพัฒนาตนเอง
ที่เกิดจากการคิด
ขั้นสูงเชิงระบบ
GPAS 5 Steps



สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)

บริษัท พัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด

1256/9 ถนนนครไชยศรี แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300

โทร. 0-2243-8000 (อัตโนมัติ 15 สาย), 0-2241-8999

แฟกซ์ : ทุกหมายเลข, แฟกซ์อัตโนมัติ : 0-2241-4131, 0-2243-7666

website :

www.iadth.com



8 859764 306628

ราคา 75 บาท

สงวนลิขสิทธิ์ หนังสือเล่มนี้ได้จดทะเบียนลิขสิทธิ์ถูกต้องตามกฎหมาย