



ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning
เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์



การทำงานอาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่

5

กลุ่มสาระการเรียนรู้การทำงานอาชีพ

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ชื่อ _____

ระดับชั้น _____

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



ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ **Active Learning** เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์



การงานอาชีพ

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ชั้นประถมศึกษาปีที่

5

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 5 ของสถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จัดทำขึ้นเพื่อพัฒนาผู้เรียน ให้บรรลุมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

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

การจัดการเรียนรู้แบบ Active Learning ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้พัฒนาทักษะ ทุกด้าน ทั้งทักษะการคิด การสร้างความรู้ ทักษะการปฏิบัติ ทักษะการสร้างเจตคติ ค่านิยมที่ถูกต้อง ในการดำเนินชีวิต

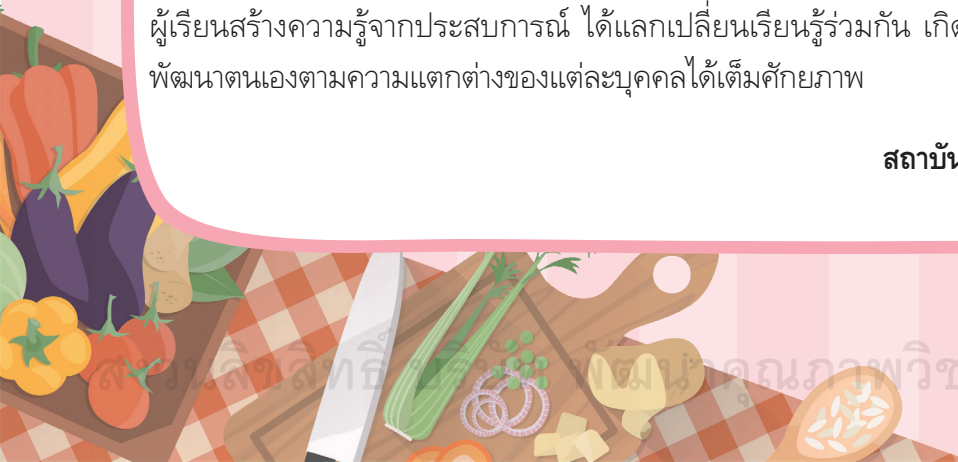
การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ได้ด้วยตนเอง โดยใช้คำถามผ่านกระบวนการคิดขั้นพื้นฐาน และการคิดขั้นสูง ซึ่งในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning เน้นสมรรถนะและคุณลักษณะ อันพึงประสงค์เล่มนี้ ใช้กระบวนการ GPAS 5 Steps ที่กระตุ้นการทำงานของสมองตามหลัก Brain Based Learning เพื่อหล่อหลอมการคิดทุกมิติให้ผู้เรียน

การใช้ผังกราฟิก (Graphic Organizers) หรือแผนภาพความคิด เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล และจัดระบบความคิดที่หลากหลายรูปแบบ

การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ กระตุ้นให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ตามความถนัดและความสนใจ ทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดนี้สอดคล้องกับแนวทาง Backward Design ทำให้ ผู้เรียนสร้างความรู้จากประสบการณ์ ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เกิดเป็นความรู้ที่แท้จริง สามารถ พัฒนาตนเองตามความแตกต่างของแต่ละบุคคลได้เต็มศักยภาพ

สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.)



สัญลักษณ์แสดงแนวคิด และจุดเน้นในชุดกิจกรรมการเรียนรู้

Active Learning



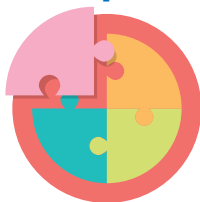
กิจกรรมพัฒนาการคิดวิเคราะห์



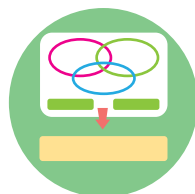
กิจกรรมพัฒนาการคิดสร้างสรรค์



กิจกรรมบูรณาการ



กิจกรรมพัฒนาการดำเนินชีวิต
ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง



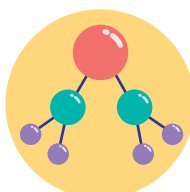
กิจกรรมประเมินผลตัวชี้วัด



กิจกรรมพัฒนาการคิดแก้ปัญหา



Graphic Organizers



กิจกรรมพัฒนาทักษะศตวรรษที่ 21



กิจกรรมพัฒนาการคิด
อย่างมีวิจารณญาณ



ใบงาน/ชิ้นงาน



โครงงาน/นวัตกรรม



กิจกรรมพัฒนาการคิดประเมินค่า เพิ่มค่านิยม
และคุณลักษณะอันพึงประสงค์



สารบัญ

หน้า

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

งานบ้าน

5

กิจกรรมที่ 1 การทำงานกับสมาชิกในครอบครัว

8

กิจกรรมที่ 2 การจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ

23

กิจกรรมที่ 3 จิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า

33

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

38

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

40

กิจกรรมที่ 1 การซ่อมแซมเสื้อผ้า

48

กิจกรรมที่ 2 การซักเสื้อผ้าและการตากเสื้อผ้า

59

กิจกรรมที่ 3 การเก็บเสื้อผ้า การพับเสื้อผ้า และการรีดเสื้อผ้า

68

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

74

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3

งานเกษตร

76

กิจกรรม การปลูกพืช

87

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

92

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

งานช่าง

94

กิจกรรม การซ่อมแซมอุปกรณ์ของใช้ในบ้าน

100

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

105

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5

งานประดิษฐ์

107

กิจกรรม การประดิษฐ์ของใช้ ของตกแต่งจากวัสดุเหลือใช้ที่มีอยู่ในท้องถิ่น

119

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

125

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6

งานธุรกิจ

127

กิจกรรมที่ 1 การทำบัญชีครัวเรือน

132

กิจกรรมที่ 2 การจัดเก็บเอกสารสำคัญ

141

กิจกรรมที่ 3 การดูแลรักษาและใช้สมบัติส่วนตัว สมบัติสมาชิกในครอบครัว

148

และสมบัติส่วนรวม

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

154

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7

อาชีพในชุมชน

156

กิจกรรม อาชีพในชุมชน

165

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

174

ตารางสรุปการประเมินผลตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง
ตามมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

176

หน่วยการเรียนรู้ที่

1

งานบ้าน



ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- อธิบายเหตุผลในการทำงานแต่ละขั้นตอนถูกต้องตามกระบวนการทำงาน (ง 1.1 ป.5/1)
- ปฏิบัติตนอย่างมีมารยาทในการทำงานกับสมาชิกในครอบครัว (ง 1.1 ป.5/3)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้ทักษะการจัดการในการทำงานอย่างเป็นระบบ ประณีต และมีความคิดสร้างสรรค์ (ง 1.1 ป.5/2)
- มีจิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า (ง 1.1 ป.5/4)



แผนผังสาระการเรียนรู้

การทำงานกับสมาชิก
ในครอบครัว



งานบ้าน



การจัดการงานบ้าน
อย่างเป็นระบบ



จิตสำนึกในการใช้พลังงานและ
ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า





1. การทำงานกับสมาชิกในครอบครัว

การทำงานบ้านเป็นกิจกรรมที่สมาชิกในครอบครัวได้ทำงานร่วมกัน ช่วยทำให้บ้านสะอาดเรียบร้อย น่าอยู่อาศัย และเมื่อบ้านน่าอยู่อาศัย ทุกคนในบ้านก็มีความสุข

งานบ้านมีทั้งงานทำความสะอาดบ้าน งานบริการในบ้าน งานบำรุงรักษาและดูแลบริเวณบ้าน งานดูแลรักษาและทำความสะอาดเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย งานเก็บล้าง และงานประกอบอาหาร ซึ่งงานเหล่านี้สมาชิกทุกคนในครอบครัวควรช่วยกันทำตามความสามารถของตนเอง

งานประกอบอาหาร

- ซื้อของมาประกอบอาหาร
- เตรียมและปรุงอาหาร
- จัดและตกแต่งอาหาร

งานเก็บล้าง

- เก็บภาชนะที่ใช้ประกอบอาหารและรับประทานอาหาร

งานบริการในบ้าน

- ดูแลน้องและผู้สูงอายุ
- ช่วยงานอาชีพในครอบครัว
- กรอกน้ำดื่มใส่ภาชนะ
- จัดโต๊ะอาหาร

งานดูแลรักษาและทำความสะอาดเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

- ซักเสื้อผ้า
- รีดเสื้อผ้า
- ขจัดคราบเปื้อนบนเสื้อผ้า

งานทำความสะอาดบ้าน

- จัดเก็บของใช้ให้เป็นระเบียบ
- ปิด กวาด เช็ด ถูห้องต่างๆ ภายในบ้าน
- ทำความสะอาดเครื่องเรือนและเครื่องใช้ไฟฟ้า

งานบำรุงรักษาและดูแลบ้าน

- ดูแลต้นไม้ในบริเวณบ้าน
- ทำความสะอาดทางระบายน้ำ
- กำจัดขยะ

1.1 ลักษณะงานบ้านที่สมาชิกทุกคนในครอบครัวต้องช่วยกันทำ

งานบ้านที่สมาชิกในครอบครัวต้องช่วยกันทำ แบ่งเป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

งานบ้านที่ได้รับมอบหมาย

หมายถึง งานที่หัวหน้าครอบครัวหรือผู้ปกครองมอบหมายให้สมาชิกแต่ละคนในครอบครัวทำตามความสนใจและความถนัดซึ่งเหมาะสมกับวัยและความสามารถ

งานบ้านที่ไม่ได้รับมอบหมาย

หมายถึง งานที่สมาชิกในครอบครัวช่วยทำด้วยความสมัครใจ หรือช่วยทำแทนสมาชิกในครอบครัวคนอื่น ๆ ในโอกาสต่าง ๆ

1.2 มารยาทในการทำงานกับสมาชิกในครอบครัว

การทำงานร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ควรปฏิบัติตนอย่างมีมารยาท ดังนี้



- 1) มีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่เกี่ยงกันทำงาน
- 2) ให้ความช่วยเหลือหรือทำงานแทนสมาชิกในครอบครัว ตามความสามารถของตนเอง เมื่อเจ้าของงานเจ็บป่วย หรือต้องการให้งานเสร็จเร็วขึ้น
- 3) กล่าวคำ “ขอบคุณ” เมื่อผู้ที่มีอายุมากกว่าช่วยงาน หรือ “ขอโทษ” เมื่อผู้ที่มีอายุน้อยกว่าช่วยงานทุกครั้ง
- 4) กล่าวคำ “ขอโทษ” ทุกครั้งที่ทำงานผิดพลาด และปรับปรุงแก้ไขการทำงานของตนเองให้ดีขึ้น
- 5) รู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดความผิดพลาดในการทำงาน

1.3 ประโยชน์ของการทำงานบ้านร่วมกับสมาชิกในครอบครัว

การทำงานบ้านร่วมกับสมาชิกในครอบครัวอย่างมีมารยาทที่ดีมีประโยชน์ต่อบ้านที่อยู่อาศัยและสมาชิกในครอบครัว ดังนี้

- 1) บ้านสะอาดเรียบร้อย น่าอยู่อาศัย
- 2) สมาชิกในครอบครัวมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกัน จึงมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และให้ความร่วมมือในการทำงานจนสำเร็จได้
- 3) เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- 4) สร้างลักษณะนิสัยที่ดีแก่สมาชิกในครอบครัว เช่น ความเป็นระเบียบวินัยในการดำเนินชีวิต ความประณีตรอบคอบ รักการทำงาน รับผิดชอบ การเห็นคุณค่าของผู้อื่น
- 5) ฝึกให้สมาชิกในครอบครัวทำงานอย่างเป็นกระบวนการตามลำดับขั้นตอน





กิจกรรมที่

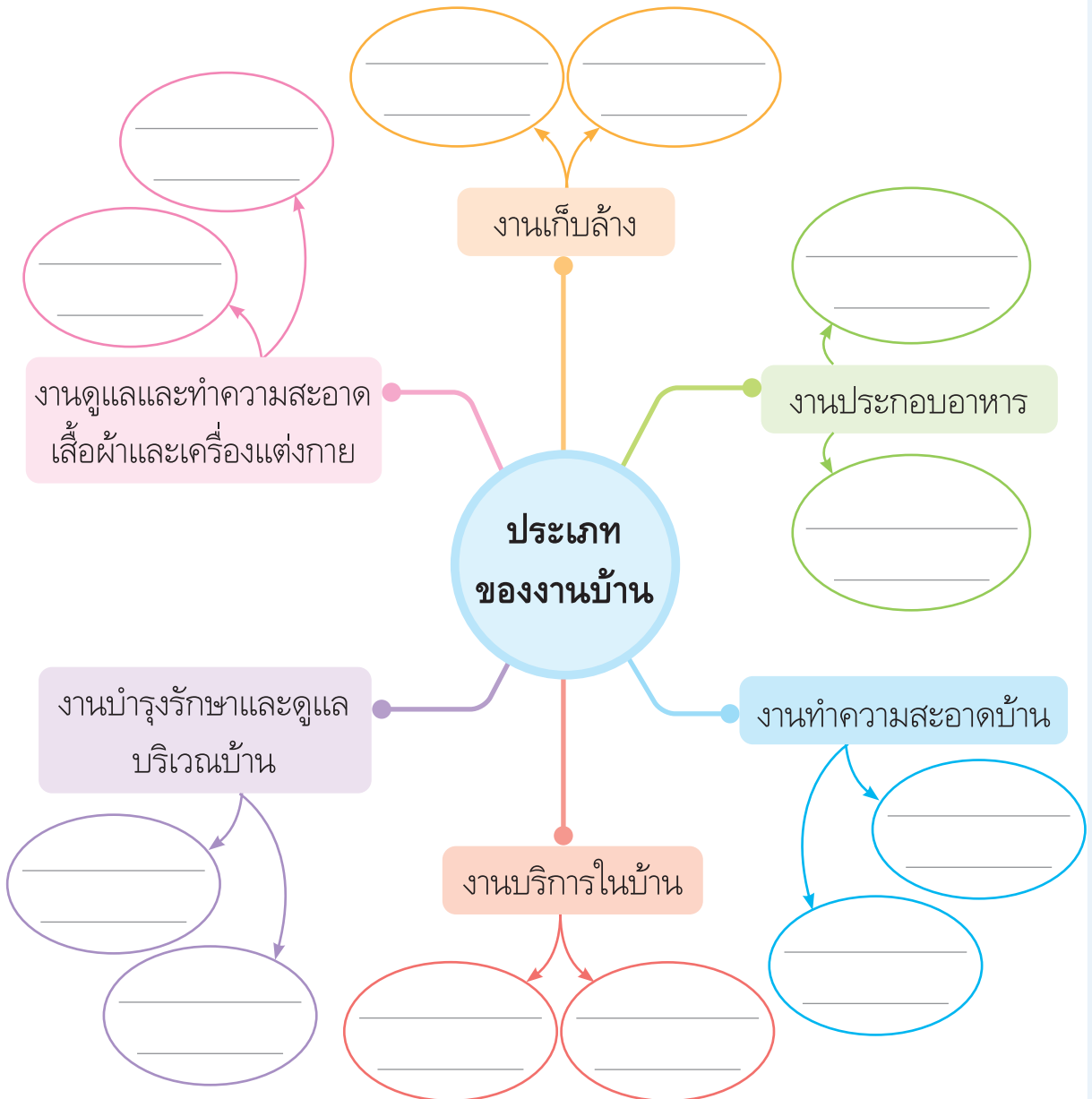
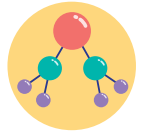


การทำงานกับสมาชิกในครอบครัว

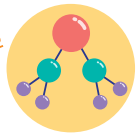
1. นักเรียนรวบรวมข้อมูลงานบ้านที่เคยปฏิบัติเพื่อช่วยพ่อแม่
ลงในแผนภาพความคิด



- 2.+ นักเรียนนำข้อมูลที่รวบรวมได้ในข้อ 1 มาจัดประเภทของงานบ้านลงในแผนภาพความคิด



- 3.+ นักเรียนเขียนรายงานบ้านที่ปฏิบัติร่วมกับสมาชิกในครอบครัว แล้ววิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นถ้าปฏิบัติและถ้าไม่ปฏิบัติ ลงในแผนภาพความคิด



รายงานบ้าน

ถ้าปฏิบัติ

ถ้าไม่ปฏิบัติ

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

4. นักเรียนสำรวจมารยาทในการทำงานบ้านร่วมกับสมาชิกในครอบครัวของตนเอง โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ตามความเป็นจริง แล้วตอบคำถาม



ง 1.1 ป.5/3

การปฏิบัติงาน	ความถี่ในการปฏิบัติ		
	เป็นประจำ (2 คะแนน)	บางครั้ง (1 คะแนน)	ไม่เคย (0 คะแนน)
1. มีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่เกี่ยงกันทำงาน			
2. ให้ความช่วยเหลือหรือทำงานแทนผู้อื่นในยามจำเป็น			
3. กล่าวคำ “ขอบคุณ” เมื่อผู้อื่นทำงานแทนหรือช่วยทำงาน			
4. กล่าวคำ “ขอโทษ” เมื่อทำงานผิดพลาดหรือไม่สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมาย			
5. ปรับปรุงการทำงานของตนเองให้ดีขึ้น			
6. ให้อภัยซึ่งกันและกันเมื่อทำงานผิดพลาด			

เกณฑ์การให้คะแนน

ได้ 9-12 คะแนน หมายถึง มีมารยาทในการทำงาน อยู่ในระดับดี

ได้ 5-8 คะแนน หมายถึง มีมารยาทในการทำงาน อยู่ในระดับพอใช้

ได้ 0-4 คะแนน หมายถึง มีมารยาทในการทำงาน อยู่ในระดับควรปรับปรุง

4.1 นักเรียนปฏิบัติตนอย่างมีมารยาทในการทำงานบ้านร่วมกับสมาชิกในครอบครัวอยู่ในระดับใด



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

4.2 ถ้านักเรียนอยู่ในระดับพอใช้หรือควรปรับปรุง จะปรับปรุงตนเองในเรื่องใด

5.+

เมื่อนักเรียนเรียนรู้เรื่อง การทำงานกับสมาชิกในครอบครัว นักเรียนมีข้อสรุปอย่างไร



2. การจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ

การจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ เป็นกระบวนการทำงานบ้านตามลำดับขั้นตอน ซึ่งสามารถมอบหมายงาน ติดตาม ควบคุม และตรวจสอบการทำงานจนได้ผลงานที่มีคุณภาพ ช่วยประหยัดเวลา แรงงาน และค่าใช้จ่ายในครอบครัว

2.1 กระบวนการทำงานบ้าน

1) วางแผนการทำงานบ้าน

การวางแผนทำงานบ้านมีขั้นตอน ดังนี้

- กำหนดงานบ้านที่จะทำ
- สำรวจวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำ และศึกษาวิธีการทำงานที่ถูกต้อง
- กำหนดเวลาที่ใช้ในการทำงานบ้าน
- กำหนดผู้รับผิดชอบงานบ้านแต่ละงาน



▲ วางแผน

2) ทำงานบ้านตามแผนที่วางไว้

ทำงานบ้านตามแผนที่วางไว้จะช่วยลดความสับสนในการทำงานได้



▲ ทำงานตามแผน

3) ประเมินผลงาน

เมื่อทำงานบ้านอย่างใดอย่างหนึ่งเสร็จ ควรมีการประเมินผลงานทุกครั้ง หากมีข้อบกพร่อง ต้องแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น



▲ ประเมินผลงาน

2.2 วางแผนการทำงานบ้านที่ดี

1) เรียงลำดับความสำคัญของงาน ว่างานใดสำคัญเป็นอันดับแรก และงานใดสำคัญรองลงมา

2) ระบุวันเวลาและกิจกรรมในแผนงานอย่างละเอียด เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย และเข้าใจตรงกัน

3) ระบุผู้รับผิดชอบในแต่ละงาน โดยเลือกให้เหมาะสมกับวัย ความสนใจ ความสามารถ หรือเวลาว่างของผู้รับผิดชอบงานนั้น ๆ



QR CODE เรื่อง
แผนการทำงาน
บ้านที่ดี

4) จัดสรรเวลาให้เหมาะสมกับงาน โดยงานที่ใช้แรงงานมากและใช้เวลาทำงานนาน ควรทำในตอนเช้าหรือทำเฉพาะวันหยุด

5) ต้องจัดสรรเวลาว่างร่วมกันหลังจากทำงานบ้าน เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวได้พูดคุย และทำกิจกรรมร่วมกัน

6) แผนงานที่กำหนดไว้ต้องปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

7) แผนงานที่กำหนดไว้ทุกคนต้องปฏิบัติตามได้

2.3 ทักษะการจัดการงานบ้าน

ทักษะการจัดการ หมายถึง ความพยายามของบุคคลที่จะจัดระบบงานในการทำงานเป็นรายบุคคล และจัดระบบคนในการทำงานเป็นกลุ่ม เพื่อให้ทำงานสำเร็จตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

ทักษะการจัดการงานบ้านจึงเป็นการทำงานบ้านด้วยตนเองเพียงคนเดียว หรือการทำงานบ้านร่วมกับสมาชิกในครอบครัวอย่างเป็นระบบ ประณีต และมีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักใช้พลังงานและทรัพยากรในการทำงาน เช่น ไฟฟ้า น้ำ กระดาษ อย่างประหยัดและคุ้มค่า เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ โดยนำความรู้เรื่องการจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบและการเขียนแผนการทำงานบ้านมาประยุกต์ใช้กับงานแต่ละงานที่จะทำ

2.4 การจัดห้องครัว

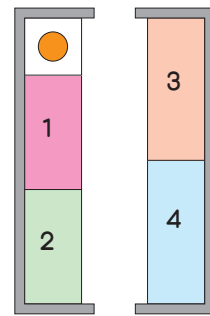
ห้องครัวเป็นห้องที่ใช้เตรียมอาหาร ประกอบอาหาร จัดวางและเก็บสิ่งของ เครื่องใช้ในครัวต่าง ๆ และบางครั้งครัวอาจมีโต๊ะรับประทานอาหารในห้องครัวด้วย

1) การจัดวางสิ่งของเครื่องใช้ในห้องครัว

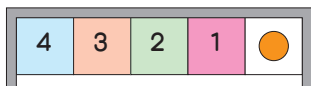
การจัดวางสิ่งของเครื่องใช้ในห้องครัวในตำแหน่งที่เหมาะสม จะช่วยให้เดิน เข้า-ออกได้สะดวก มีความคล่องตัวในการทำงาน ดูแลรักษาและทำความสะอาดได้ง่าย โดยมีแนวทาง ดังนี้



การจัดแบบชิดผนังสองด้านหรือตัวแอล (L) ใช้กับห้องครัวลักษณะแคบและยาว

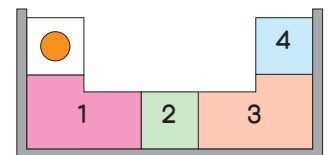


การจัดแบบเส้นขนาน ใช้สำหรับ ห้องครัวที่มีประตูอยู่ตรงข้ามกัน 2 ประตู



การจัดแบบชิดผนังด้านเดียวหรือแบบ เส้นตรง นิยมใช้กับบ้านที่มีเนื้อที่จำกัด

การจัดแบบชิดผนัง สามด้านหรือแบบ ตัวยู (U) เหมาะสำหรับ



ห้องครัวที่มีลักษณะเป็นสี่เหลี่ยมด้านเท่า



หมายถึง ตู้เย็น



หมายถึง อ่างล้าง



หมายถึง โต๊ะจัดและตกแต่งอาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว



หมายถึง โต๊ะเตรียมอาหารสด



หมายถึง เตาปรุงอาหาร

นอกจากนี้ควรมีถังขยะสำหรับใส่เศษอาหารแห้ง อาหารสด และปลั๊กไฟ เพื่อใช้งานกับเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น ตู้เย็น กระติกน้ำร้อนไฟฟ้า เตาไมโครเวฟ หม้อหุงข้าวไฟฟ้า

2) การจัดเก็บอุปกรณ์ประกอบอาหารและรับประทานอาหารในห้องครัว

อุปกรณ์ประกอบอาหารและรับประทานอาหารในห้องครัวที่ล้างสะอาด และผึ่งให้แห้ง ควรนำมาจัดเก็บ ดังนี้

หม้อ ลังถึง คว่ำเก็บไว้บน
ชั้นหรือเก็บในตู้โปร่ง

ครก คว่ำไว้บนชั้นวาง
โปร่งๆ สากและเขียงวางไว้
ข้างๆ

มีด เก็บไว้ในที่เสียบ เพื่อ
ป้องกันคมมีดกระทบกัน
และเสียดคม

จาน ชาม ถ้วย คว่ำไว้บน
ชั้นวางโปร่ง ๆ หรือเก็บ
ในตู้

แก้วน้ำ ถ้วย คว่ำไว้บน
ชั้นวางหรือเก็บในตู้

ช้อน ส้อม วางไว้ในที่วาง
และปิดฝาไว้

กระทะ ตะหลิว ทัพพี และกระชอน
ที่มีรูสำหรับแขวนให้แขวนไว้ใน
ที่แขวน ส่วนที่ไม่มีรูแขวนให้วางไว้
ในที่วาง



▲ ชั้นวางจาน ชามในห้องครัว

3) การจัดเก็บเครื่องปรุงรส ข้าวสาร และอาหารแห้งในห้องครัว

หลังใช้งานปิดฝาขวดหรือฝาภาชนะเครื่องปรุงรส ข้าวสาร และอาหารแห้ง
ให้แน่นสนิทก่อนนำไปจัดเก็บ ดังนี้

◆ ขวดเครื่องปรุงรส
วางรวมกันไว้บนชั้นวาง
หรือใกล้เตาปรุงอาหาร
เพื่อให้หยิบใช้สะดวก

◆ ข้าวสาร น้ำตาล เกลือ
กะปิ วางไว้ในที่โปร่ง
ไม่อับชื้นและไม่ร้อน

◆ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
ปลากระป๋อง วุ้นเส้น
เก็บในตู้มีประตูปิด

2.5 การจัดตู้เย็น

ตู้เย็นเป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้เก็บรักษาอาหารให้คงความสดไว้ และไม่เน่าเสีย ในระยะเวลาหนึ่ง เพื่อรอการนำมารับประทาน หรือประกอบอาหาร การใช้ตู้เย็นอย่างมีประสิทธิภาพทำได้โดยไม่เปิด-ปิดตู้เย็นบ่อย ๆ ละลายน้ำแข็งในช่องแช่แข็งทุก 1-2 สัปดาห์ ทำความสะอาดชั้นวางต่าง ๆ ในตู้เย็นอยู่เสมอ และจัดวางอาหารให้เป็นระเบียบตามอุณหภูมิที่เหมาะสมในช่องและชั้นวางภายในตู้เย็น เพราะอาหารแต่ละชนิดมีลักษณะและระยะเวลาในการเน่าเสียแตกต่างกัน

การจัดตู้เย็นมีแนวทาง ดังนี้

- 1 ช่องแช่แข็ง (อุณหภูมิประมาณ -18°C) เป็นช่องที่มีความเย็นมากที่สุด เหมาะกับการแช่อาหารแช่แข็งต่าง ๆ เช่น ไอศกรีม น้ำแข็ง
- 2 ช่องใต้ช่องแช่แข็ง (อุณหภูมิประมาณ -1 ถึง 1°C) ใช้เก็บอาหารประเภทเนื้อสัตว์ต่าง ๆ หมู แฮม ไส้กรอก และอาหารทะเล โดยก่อนแช่ควรห่อปิดให้มิดชิด
- 3 ช่องเก็บของทั่วไป (อุณหภูมิประมาณ $2-5^{\circ}\text{C}$) เหมาะสำหรับเก็บของที่บริโภคหรือใช้ไม่หมด แล้วต้องการนำมาใช้อีก เช่น ขนมหวาน อาหารสำเร็จรูป ยา และไม่ควรมนำอาหารหรือขนมหวานที่ซื้อมาแช่ทั้งถุง ควรเปลี่ยนใส่ภาชนะที่สะอาด มีฝาปิดมิดชิดก่อน จึงนำไปเก็บในตู้เย็น
- 4 ช่องแช่ผักและผลไม้ (อุณหภูมิประมาณ $6-8^{\circ}\text{C}$) เหมาะสำหรับบรรจุผักและผลไม้ทั้งผล หรือผักและผลไม้ที่ปอกเปลือกแล้วห่อหุ้มด้วยพลาสติกหรือถุง ส่วนผักที่เป็นใบ เช่น ผักชี ขึ้นฉ่าย ควรเด็ดใบเน่าเสียทิ้งก่อนแล้วจึงนำไปห่อด้วยใบตองหรือใส่ถุงเก็บโดยไม่วางถุงทับซ้อนกัน เพราะจะทำให้ผักช้ำ



- 5 ช่องประตูเปิด-ปิด (บานพับ) เหมาะสำหรับวางของที่หยิบใช้บ่อย ๆ เช่น ไข่ น้ำดื่ม นม น้ำผลไม้



โครงการสัปดาห์นวัตกรรม

นักเรียนแบ่งกลุ่มและเลือกวิธีกำจัดกลิ่นอาหารในตู้เย็นมา 1 วิธี แล้วสรุปผลที่เกิดขึ้น จากนั้นนำเสนอวิธีการปฏิบัติ ผลที่เกิดขึ้นก่อนและหลังปฏิบัติว่าเป็นอย่างไร

2.6 การจัดตู้อาหาร

ตู้อาหารเป็นตู้ที่ใช้เก็บอาหารที่เหลือจากการรับประทาน อาหารที่ปรุงเสร็จแล้วรอการเสิร์ฟ และอาหารแห้ง เช่น หอม กระเทียม อาหารกระป๋อง บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป วุ้นเส้น ตู้อาหารส่วนใหญ่ทำจากอะลูมิเนียมมีประตูเปิดและปิดได้ ช่วยป้องกันมดและแมลงมาไต่ตอมอาหาร



การจัดวางอาหารในตู้อาหารให้เป็นระเบียบ
มีวิธีปฏิบัติ ดังนี้

- 1) แยกประเภทของอาหาร
- 2) จัดวางอาหารแต่ละประเภทบนชั้น

ต่าง ๆ โดยวางอาหารที่ต้องการใช้ก่อนหรือหมดอายุเร็วที่สุดไว้ด้านนอกสุด

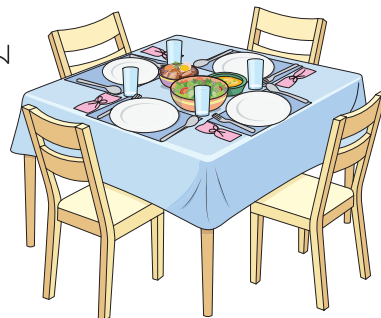


2.7 การจัดโต๊ะอาหาร

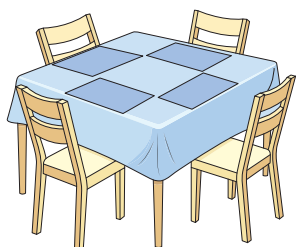
การจัดโต๊ะอาหารเป็นงานบริการในบ้านที่ช่วยแบ่งเบาภาระของสมาชิกในครอบครัว ทำให้อุปกรณ์รับประทานอาหารเป็นระเบียบ พร้อมใช้งาน และช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีในการรับประทานอาหาร

อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดโต๊ะอาหาร

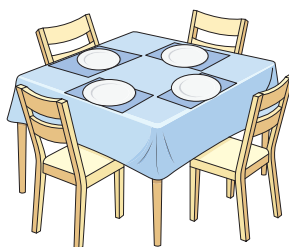
- 1) จาน
- 2) ถ้วย
- 3) ช้อน ส้อม
- 4) แก้วน้ำ
- 5) ผ้าเช็ดปาก
- 6) ผ้าปูโต๊ะ
- 7) ผ้ารองจาน



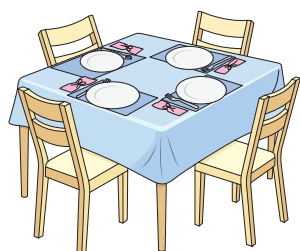
ขั้นตอนการจัดโต๊ะอาหาร มีดังนี้



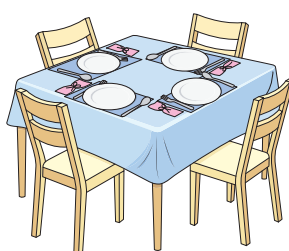
1. ปูผ้าปูโต๊ะบนโต๊ะอาหาร ถ้ามีผ้ารองจานให้วางบนผ้าปูโต๊ะตามจำนวนผู้รับประทานอาหาร



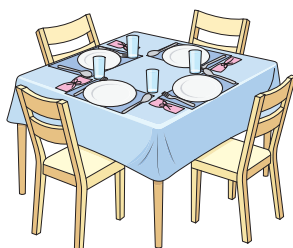
2. วางจานข้าวบนผ้ารองจาน ตามจำนวนผู้รับประทานอาหาร



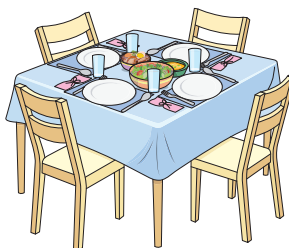
3. วางผ้าเช็ดปากทางด้านซ้ายของจานหรือวางไว้บนจาน



4. วางช้อนไว้ด้านขวา และวางส้อมไว้ด้านซ้ายของจานบนผ้ารองจาน



5. วางแก้วน้ำทางขวามือเยื้องไปด้านบน



6. ถ้ามีอาหารหรือสลัด หรือซूपให้วางจานสลัดก่อนแล้วจึงวางถ้วยซूप

2.8 การทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม

ห้องน้ำและห้องส้วมเป็นห้องที่ใช้สำหรับอาบน้ำชำระร่างกายและขับถ่ายเป็นประจำ จึงต้องทำความสะอาดอยู่เสมอ เพราะถ้าปล่อยให้เศษผง ฟองสบู่ หรือตะกอนของน้ำเกาะติดสุขภัณฑ์และพื้นผนังห้องนาน ๆ จะทำให้เกิดคราบสกปรก เป็นแหล่งสะสมเชื้อโรค มีกลิ่นเหม็น ทำความสะอาดได้ยาก และอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุลื่นล้มได้

1) วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม

การทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วมต้องใช้วัสดุ อุปกรณ์ ดังนี้

(1) น้ำยาและผงทำความสะอาด

ใช้ขจัดคราบสกปรกต่าง ๆ
ในห้องน้ำ



▲ น้ำยาและผงทำความสะอาด
ห้องน้ำและห้องส้วม

(2) แปรงขัด

ใช้ขัดพื้นและสุขภัณฑ์ต่าง ๆ แปรงขัด
มีหลายชนิด ดังนี้



▲ แปรงใยสังเคราะห์
ใช้ขัดพื้น ผนังกระเบื้อง
และสุขภัณฑ์



▲ แปรงพลาสติก
และแปรงใยมะพร้าว
มีด้ามจับยาวใช้ขัดโถส้วม

(3) อุปกรณ์อื่น ๆ

- ◆ ถังน้ำ ใช้รองน้ำสำหรับล้างคราบน้ำยาและผงทำความสะอาด
- ◆ ถูมือยาง ใช้สวมใส่เพื่อป้องกันผิวหนังสัมผัสน้ำยาหรือผงทำความสะอาด
- ◆ ชันน้ำ ใช้ตักน้ำสำหรับล้างคราบน้ำยาและผงทำความสะอาด
- ◆ ฟองน้ำ ใช้ขัดอ่าง ที่วางสบู่ และที่วางยาสระผม
- ◆ ผ้าปิดจมูกและปาก ใช้ปิดจมูกและปากขณะทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม เพื่อป้องกันการสูดดมกลิ่นของน้ำยาและผงทำความสะอาดโดยตรง
- ◆ รองเท้ายางหรือรองเท้าแตะ ใช้สวมใส่ขณะทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม เพื่อป้องกันการสัมผัสน้ำยาและผงทำความสะอาดโดยตรง

2) วิธีทำความสะอาดสุขภัณฑ์ในห้องน้ำและห้องส้วม

(1) อ่างล้างมือ

ใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาทำความสะอาด
ขัดให้ทั่วทั้งด้านในและด้านนอก จากนั้นล้างด้วย
น้ำสะอาด แล้วเช็ดด้วยผ้าแห้ง



(2) โถส้วม

เทน้ำยาทำความสะอาดลงไป
แล้วทิ้งไว้สักพัก ใช้แปรงด้ามยาวขัดด้านในให้ทั่ว
ส่วนภายนอกใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาขัดให้ทั่ว จากนั้นใช้
น้ำล้างให้สะอาดทั้งภายนอกและภายใน แล้วปล่อย
ไว้ให้แห้ง



(3) พื้นและผนังห้องน้ำที่ทำจากกระเบื้อง

พื้น ทำความสะอาดโดยเทน้ำยา
หรือผงขัดลงพื้นที่เปียกแล้วใช้แปรงใยสังเคราะห์
ขัดให้สะอาด ถ้าเป็นพื้นซีเมนต์ควรใช้แปรงลวดขัด
ส่วนผนังห้องน้ำที่เป็นกระเบื้องให้ใช้ฟองน้ำชุบน้ำยา
ทำความสะอาดเช็ดให้ทั่ว แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด
จากนั้นปล่อยไว้ให้แห้ง



3) การจัดวางของใช้ในห้องน้ำและห้องส้วม

- (1) **ของใช้ในห้องน้ำและห้องส้วม** เช่น สบู่ ยาสระผม ยาสีฟัน แปรงสีฟัน ควรจัดวางให้เป็นระเบียบ เพื่อความสะดวกในการหยิบใช้และดูสวยงาม
- (2) **อุปกรณ์ในการทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม** ควรล้างให้สะอาด ผึ่งให้แห้งก่อนนำไปเก็บในบริเวณที่อากาศถ่ายเทได้ดี ส่วนน้ำยาทำความสะอาดควรปิดฝาให้สนิท แล้วนำไปเก็บในที่เย็น ไม่มีแสงแดด



▲ การจัดเก็บของใช้ในห้องน้ำห้องส้วม

4) ข้อควรระวังในการใช้ห้องน้ำและห้องส้วม

- (1) ไม่ควรใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าในห้องน้ำ เช่น ไดร์เป่าผม วิทยุ โทรศัพท์ เพราะอาจถูกไฟฟ้าดูด เป็นอันตรายได้
- (2) ไม่ควรทิ้งกระดาษชำระหรือผ้าอนามัยลงในโถส้วม เพราะจะทำให้โถส้วมเกิดการอุดตันได้
- (3) ไม่ควรทิ้งเศษอาหารลงในอ่างล้างมือหรืออ่างล้างหน้า เพราะอาจทำให้เกิดการอุดตัน การระบายน้ำไม่ดี และมีกลิ่นเหม็น
- (4) ถ้ามีถังขยะในห้องน้ำควรทิ้งทุกวัน เพื่อป้องกันกลิ่นเหม็นและกลายเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรค
- (5) บ้านใดที่มีผู้สูงอายุ ควรมีแผ่นรองกันลื่นไว้ในห้องน้ำเพื่อป้องกันผู้สูงอายุลื่นล้ม

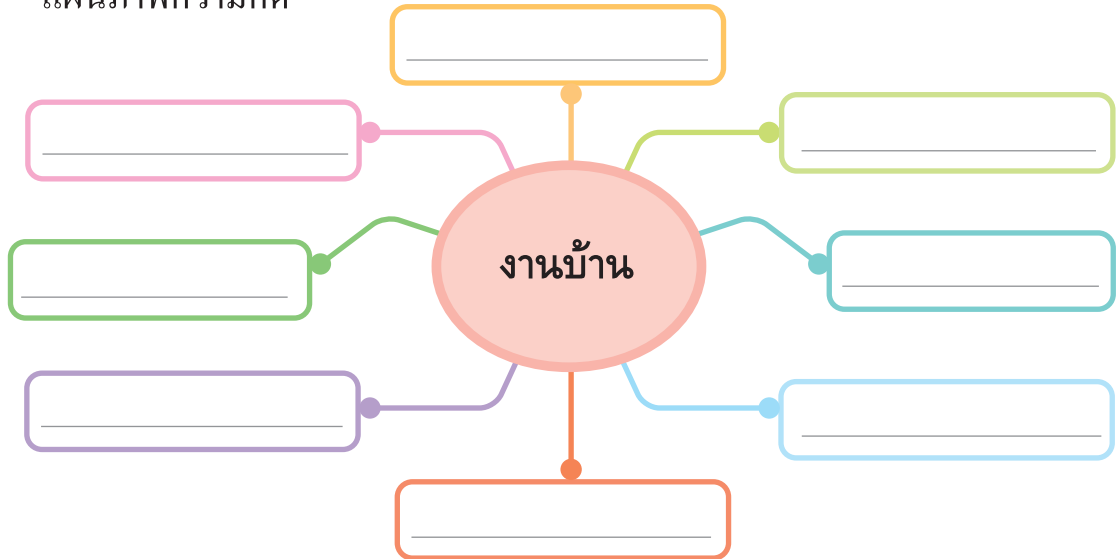


กิจกรรมที่

2

การจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ

1. นักเรียนคิดถึงวันหยุดที่จะถึงนี้ ทุกคนในบ้านมีเวลาว่างร่วมกัน บ้านของนักเรียนมีงานบ้านใดบ้างที่ต้องทำ แล้วบันทึกลงในแผนภาพความคิด



2. นักเรียนวางแผนการทำงานบ้านจากข้อมูลในข้อ 1 โดยเลือกช่วงเวลาเช้า กลางวัน หรือเย็น มา 1 ช่วงเวลาและระบุผู้รับผิดชอบในครอบครัวไม่เกิน 4 คน จากนั้นบันทึกลงในตาราง

เวลา	งานบ้าน	ผู้รับผิดชอบ			

- 3.+ นักเรียนศึกษาการจัดห้องครัว การจัดตู้เย็น การจัดตู้อาหาร การทำความสะอาด
ห้องน้ำและห้องส้วม จากสื่อต่าง ๆ แล้วตอบคำถามลงในช่องว่าง
ที่กำหนด



1. การจัดวางสิ่งของเครื่องใช้แบบตัวแอล (L) ใช้กับห้องครัวลักษณะใด

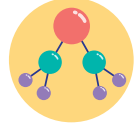
2. เพราะเหตุใดจึงต้องจัดวางอาหารตามอุณหภูมิในตู้เย็น

3. การวางอาหารกระป๋องที่มีวันหมดอายุเร็วที่สุดไว้ด้านนอกของชั้นวาง
ในตู้อาหารเพื่อจุดประสงค์ใด

4. การใช้ผ้าปูโต๊ะมีประโยชน์อย่างไร

5. เพราะเหตุใดจึงต้องสวมถุงมือทุกครั้งที่ทำความสะอาดห้องน้ำ
และห้องส้วม

4. นักเรียนเขียนแนวทางการจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ แล้ววิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นถ้าปฏิบัติและถ้าไม่ปฏิบัติลงในแผนภาพความคิด



รายการงานบ้าน

ถ้าปฏิบัติ

ถ้าไม่ปฏิบัติ

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

ผลที่เกิดขึ้น

ต่อตนเอง _____

ต่อครอบครัว _____

- 5.+ นักเรียนเลือกวางแผนการทำงานบ้าน 1 งาน จากงานที่กำหนด ลงมือปฏิบัติจริง
จากนั้นบันทึกผลลงในแบบบันทึก
พร้อมทั้งประเมินผลการทำงาน



ง 1.1 ป.5/1

ง 1.1 ป.5/2



การจัดห้องครัว

การจัดตู้เย็น

การจัดตู้อาหาร

การจัดโต๊ะอาหาร

การทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วม

แบบบันทึกการวางแผนการทำงานบ้าน

1. นักเรียนเลือกทำงาน _____

2. นักเรียนวางแผนขั้นตอนการทำงานอย่างไร _____

3. นักเรียนจะมีวิธีการทำงานให้ดีขึ้นอย่างไร _____

4. ในการทำงานนักเรียนจะมีวิธีประหยัดพลังงานและทรัพยากรอย่างไร _____

5. การทำงานที่สามารถประหยัดพลังงานและทรัพยากรได้สอดคล้องกับ
คุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ข้อใด
 มีวินัย  ใฝ่เรียนรู้  อยู่อย่างพอเพียง



กิจกรรมปฏิบัติ

นักเรียนนำแผนการทำงานบ้านไปปฏิบัติจริงที่บ้าน โดยมีผู้ปกครองประเมินผลงานให้ 1 งาน

แบบประเมินผลของผู้ปกครอง

1. งานบ้านที่ประเมินผล คือ _____

2. ผลการประเมิน

☐

ดีมาก

☐

ดี

☐

พอใช้

☐

ควรปรับปรุง

ลงชื่อ _____ ผู้ปกครอง

(____ / ____ / ____)

เกณฑ์การให้คะแนน

ดีมาก	หมายถึง	ได้คะแนน	8-10	คะแนน
ดี	หมายถึง	ได้คะแนน	7	คะแนน
พอใช้	หมายถึง	ได้คะแนน	6	คะแนน
ควรปรับปรุง	หมายถึง	ได้คะแนน	0-5	คะแนน

6.+ เมื่อนักเรียนเรียนรู้เรื่อง การจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ แล้วนักเรียนเข้าใจอย่างไร

6.1 ลักษณะการจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบเป็นอย่างไร



6.2 ผลจากการจัดการงานบ้านอย่างเป็นระบบ คือ



3. จิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า

จิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า เป็นความเข้าใจถึงสาเหตุหรือเหตุผลของการประหยัด การร่วมมือกันเพื่อรักษา ควบคุม ดูแล ทาวิธีการใช้พลังงานและทรัพยากรให้เหมาะสมและเป็นไปตามความจำเป็น รวมถึงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือโครงการที่จัดขึ้นเพื่อรณรงค์ ให้เกิดการประหยัด ตลอดจนการกระตุ้นและสนับสนุนให้ทุกคนในครอบครัว สังคม และประเทศชาติมีส่วนร่วมในการใช้พลังงานและทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด

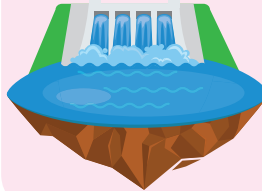
พลังงานแสงอาทิตย์
สามารถนำมาผลิต
กระแสไฟฟ้าได้



พลังงานจากน้ำตก
สามารถนำมาผลิต
กระแสไฟฟ้าได้



น้ำจากเขื่อน
สามารถนำมาผลิต
กระแสไฟฟ้าได้



พลังงานลม
(กังหันลม) สามารถ
นำมาสร้าง
กระแสไฟฟ้าได้



3.1 สาเหตุที่ต้องใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัด

1)

เมื่อมนุษย์มีจำนวน
เพิ่มขึ้น ความต้องการ
ใช้พลังงานและ
ทรัพยากรที่ใช้แล้ว
หมดไป เช่น น้ำมัน
ป่าไม้ แร่ ถ่านหิน
จึงเพิ่มขึ้น
ตามไปด้วย

2)

มนุษย์ใช้พลังงาน
และทรัพยากร
อย่างสิ้นเปลืองทั้งใน
การดำเนินชีวิต
ประจำวันและ
การทำงาน

3)

ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับ
พลังงานและ
ทรัพยากรที่มนุษย์
ต้องใช้เป็นประจำ
สูงขึ้นตามภาวะ
เศรษฐกิจของโลก
เช่น ราคาน้ำมัน
ค่าน้ำประปา ค่าไฟฟ้า

4)

การสร้างพลังงาน
และทรัพยากรทดแทน
ยังไม่แพร่หลาย เช่น
การสร้างเขื่อน
เพื่อผลิตไฟฟ้า

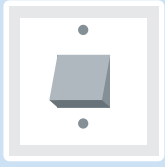
3.2 แนวทางการมีส่วนร่วมในการใช้พลังงานและทรัพยากรที่มีอยู่อย่างประหยัดและคุ้มค่า

1) ใช้น้ำ ใช้ไฟฟ้า และกระดาษอย่างประหยัดและเป็นไปตามความจำเป็น ดังนี้

(1) การใช้น้ำอย่างประหยัด



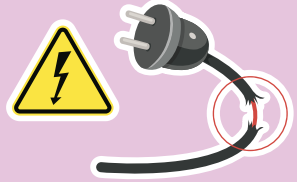
(2) การใช้ไฟฟ้าอย่างประหยัด



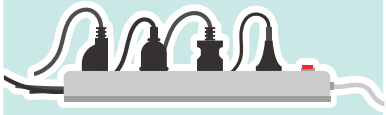
ปิดสวิตช์และถอดปลั๊กไฟ
เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกครั้ง
เมื่อเลิกใช้งาน



เลือกซื้อเครื่องใช้ไฟฟ้าที่มี
ฉลากประหยัดไฟฟ้าเบอร์ 5
เพราะมีคุณภาพได้มาตรฐาน
และประหยัดพลังงาน



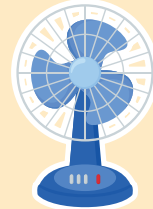
หมั่นตรวจสอบสายไฟฟ้า
และเครื่องใช้ไฟฟ้าอยู่เสมอ
หากพบว่าชำรุดให้รีบ
บอกผู้ปกครองหรือ
ครูซ่อมแซมทันที



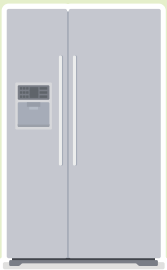
ไม่เปิดเครื่องใช้ไฟฟ้า
พร้อมกันหลายชนิด



เลือกใช้หลอดไฟฟ้า
ประหยัดพลังงาน เช่น
หลอดไฟฟ้าแบบตะเกียบ



ถ้าอากาศไม่ร้อนมาก
ควรเปิดพัดลมแทนการ
เปิดเครื่องปรับอากาศ



ปิดตู้เย็นให้สนิท ไม่เปิด
ตู้เย็นบ่อย ทำความสะอาด
ตู้เย็นเป็นประจำ
และไม่ใส่ของร้อนในตู้เย็น



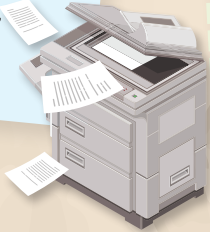
ไม่ควรพรมน้ำเสื้อผ้า
จนชุ่ม เพราะทำให้
สิ้นเปลืองไฟฟ้า
ขณะรีดผ้า



(3) การใช้กระดาษอย่างประหยัด

ใช้กระดาษ

ถ่ายเอกสาร
ทั้งสองหน้า



ส่งเอกสารขึ้นเดียว
อ่านกันหลาย ๆ คน
โดยไม่ต้องทำสำเนา

นำกระดาษ
ที่ไม่ใช้แล้ว

มาประดิษฐ์เป็น
ของเล่น ของใช้ เช่น
ทำกล่องใส่ดินสอ

ส่งข้อมูลข่าวสารผ่านทาง
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์
แทนการส่งเอกสาร
ทางไปรษณีย์

ไม่ใช่งานกระดาษ
แก้วน้ำกระดาษ
ในงานเลี้ยงสังสรรค์
ต่าง ๆ

กระดาษหนังสือพิมพ์
กล่องกระดาษ กระดาษ-
นิตยสาร สมุดหนังสือเก่า
และกระดาษที่ไม่ใช้แล้ว
ให้เก็บรวบรวมไปขาย
หรือนำมาประดิษฐ์
เป็นสิ่งของเครื่องใช้
หรือของตกแต่งไว้ใช้
ในครอบครัว

ใช้ผ้าเช็ดมือ

แทนกระดาษชำระ

จัดเก็บข้อมูล
ลงในคอมพิวเตอร์
และอุปกรณ์บันทึกข้อมูล
ต่าง ๆ เช่น แผ่นซีดี
(แผ่นดีวีดีลโอบเนกประสงค์)
หน่วยความจำ
แบบแฟลชไดรฟ์
แทนการพิมพ์
ลงในกระดาษ



2) มีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือโครงการที่จัดขึ้นเพื่อณรงค์ให้เกิดการประหยัดพลังงานและทรัพยากร เช่น

- ◆ โครงการโรงเรียนสีเขียว เป็นการรณรงค์เพื่อเสริมสร้างทัศนคติและค่านิยมในการใช้ไฟฟ้าอย่างมีประสิทธิภาพแก่เยาวชนของชาติ ตั้งแต่ระดับอนุบาล จนถึงระดับมัธยมศึกษา โดยผ่านระบบการศึกษาของประเทศ เพื่อปลูกฝังอุปนิสัย การใช้ไฟฟ้าอย่างมีประสิทธิภาพให้ยั่งยืน

- ◆ โครงการฉลากประหยัดไฟฟ้าเบอร์ 5 ปี 2567 ร่วมใจลดภาวะโลกร้อน ซึ่งมีเป้าหมายรณรงค์ส่งเสริมให้เกิดการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าเบอร์ 5 ในช่วงฤดูร้อน เพื่อให้เกิดการประหยัดพลังงานของประเทศ

- ◆ โครงการช่วยลดภาวะโลกร้อน

- ◆ โครงการปลูกป่าถาวร

3) กระตุ้นและสนับสนุนให้ทุกคนในครอบครัวและสังคมที่อยู่อาศัย มีส่วนร่วมในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า





กิจกรรมที่

3

จิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากร อย่างประหยัดและคุ้มค่า

1.

นักเรียนสำรวจข้อมูลการใช้พลังงานและทรัพยากร
จากนั้นบันทึกข้อมูลลงในตาราง แล้วตอบคำถาม



1.1 การใช้พลังงาน

พลังงาน ไฟฟ้า	ลักษณะการ ใช้งานที่ถูกต้อง	สรุปการใช้พลังงาน		ลักษณะการ ใช้งานที่ไม่ถูกต้อง	สรุปการใช้พลังงาน	
		ประหยัด	ไม่ประหยัด		ประหยัด	ไม่ประหยัด
1. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		
2. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		
3. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		

สรุปการใช้พลังงาน

1. การมีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ได้แก่ _____

เหตุผล _____

2. การไม่มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ได้แก่ _____

เหตุผล _____

1.2 การใช้ทรัพยากร

ทรัพยากร	ลักษณะการ ใช้งานที่ถูกต้อง	สรุปการใช้ทรัพยากร		ลักษณะการ ใช้งานที่ไม่ถูกต้อง	สรุปการใช้ทรัพยากร	
		ประหยัด	ไม่ประหยัด		ประหยัด	ไม่ประหยัด
1. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		
2. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		
3. _____ _____ _____	_____ _____ _____			_____ _____ _____		

สรุปการใช้ทรัพยากร

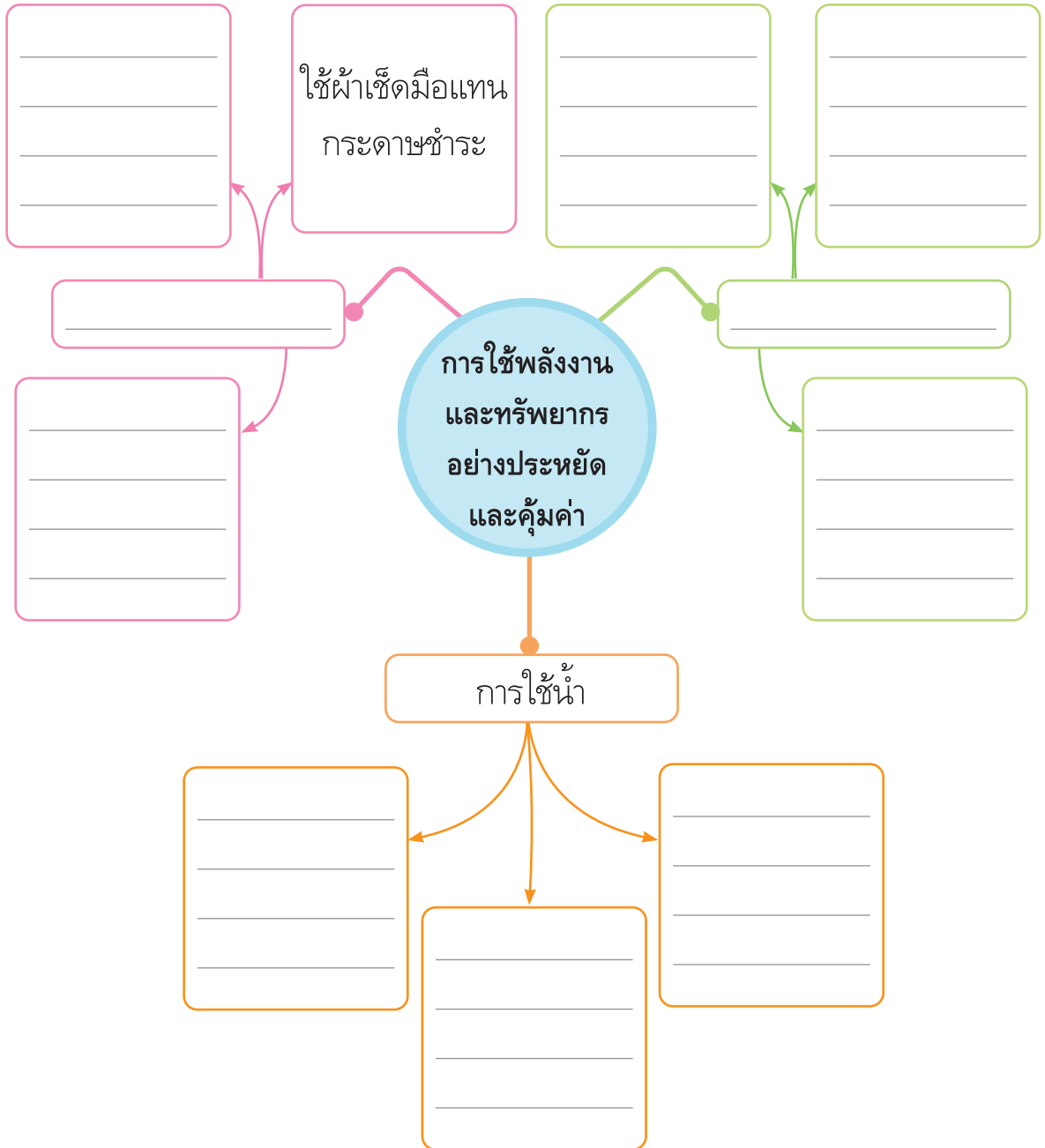
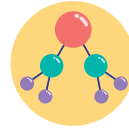
- การมีจิตสำนึกในการใช้ทรัพยากร ได้แก่ _____

เหตุผล _____

- การไม่มีจิตสำนึกในการใช้ทรัพยากร ได้แก่ _____

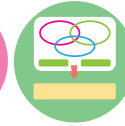
เหตุผล _____

- 2.+ นักเรียนเสนอแนวทางการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า
ของตนเองและสมาชิกในครอบครัว
บันทึกลงในแผนภาพความคิด



3.

นักเรียนสำรวจการใช้พลังงานและทรัพยากร
ของตนเอง โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน
ช่องว่างตามความเป็นจริง แล้วตอบคำถาม



ง 1.1 ป.5/4



การปฏิบัติตน	ความถี่ในการปฏิบัติ		
	เป็นประจำ (2 คะแนน)	บางครั้ง (1 คะแนน)	ไม่เคย (0 คะแนน)
1. ปิดน้ำขณะแปรงฟัน			
2. ล้างผักและผลไม้ในภาชนะที่กักเก็บน้ำได้เพียงพอ ไม่เปิดน้ำไหลทิ้ง			
3. ใช้น้ำสุดท้ายของการล้างจาน ถูบ้าน ซักเสื้อผ้า เพื่อร์ดน้ำต้นไม้			
4. ไม่ทิ้งเศษอาหารและสิ่งของลงในชักโครกหรือโถส้วม			
5. เมื่อพบก๊อกหรือท่อน้ำรั่ว แจ้งผู้ปกครองให้รีบซ่อมแซม			
6. ปิดสวิตช์ไฟทุกครั้งเมื่อเลิกใช้งาน			
7. ถอดปลั๊กไฟเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกครั้งเมื่อเลิกใช้งาน			
8. บอกผู้ปกครองให้ซื้อเครื่องใช้ไฟฟ้าที่มีฉลากประหยัดไฟฟ้าเบอร์ 5			
9. ไม่เปิดตู้เย็นบ่อย และปิดตู้เย็นให้สนิท			
10. ไม่ใส่ของร้อนในตู้เย็น			
11. เมื่อพบเครื่องใช้ไฟฟ้าชำรุด แจ้งผู้ปกครองให้รีบซ่อมแซม			
12. บอกผู้ปกครองซื้อหลอดไฟฟ้าประหยัดพลังงานมาใช้ในบ้าน			
13. ไม่เปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าหลายชนิดพร้อมกัน			
14. นำถุงพลาสติก ขวดพลาสติกมาใช้ซ้ำ			
15. ใช้ถุงผ้าใส่สิ่งของแทนถุงพลาสติก			

เกณฑ์การให้คะแนน

ได้ 21-30 คะแนน หมายถึง มีการใช้พลังงานและทรัพยากร อยู่ในระดับดี

ได้ 11-20 คะแนน หมายถึง มีการใช้พลังงานและทรัพยากร อยู่ในระดับพอใช้

ได้ 0-10 คะแนน หมายถึง มีการใช้พลังงานและทรัพยากร อยู่ในระดับควรปรับปรุง

3.1 จากแบบสำรวจนักเรียนได้คะแนนรวมเท่าไร _____

3.2 นักเรียนปฏิบัติตนในการใช้พลังงานและทรัพยากรอยู่ในระดับใด



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

3.3 ถ้าปฏิบัติอยู่ในระดับพอใช้หรือควรปรับปรุง นักเรียนจะมีวิธีการพัฒนาให้ดีขึ้นได้อย่างไร _____

4.+

นักเรียนสรุปความรู้เกี่ยวกับการทำงานบ้านโดยใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่าลงในแผนภาพความคิด



ผลที่เกิดขึ้น



แนวทางการทำงานบ้านโดยใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า

แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

นักเรียนใช้ดินสอระบายลงใน ○ หน้าคำตอบ
ที่ถูกต้องให้เต็มวง

คะแนนเต็ม 10 คะแนน

ได้ คะแนน



ง 1.1 ป.5/1
ง 1.1 ป.5/2
ง 1.1 ป.5/3
ง 1.1 ป.5/4

1. เพราะเหตุใดจึงควรแยกประเภทของอาหารก่อนเก็บในตู้อาหาร
 - ① เพื่อให้หยิบใช้ได้ง่าย และเป็นระเบียบเรียบร้อย
 - ② เพื่อจะได้ทำความสะอาดได้ง่าย
 - ③ เพื่อไม่ให้กลิ่นอาหารปะปนกัน
 - ④ เพื่อความสวยงาม
2. ข้อใดจัดโต๊ะอาหารโดยเน้นความสวยงามเป็นสำคัญ
 - ① วางแก้วน้ำไว้ทางขวา
 - ② วางช้อน ส้อมไว้ข้างจาน
 - ③ วางเหยือกน้ำไว้ขอบโต๊ะ
 - ④ วางแจกันดอกไม้ไว้กลางโต๊ะ
3. ถ้าเก็บเนื้อสัตว์ไว้ในช่องแช่แข็งและผลไม้มักเกิดผลอย่างไร
 - ① เนื้อสัตว์มีขนาดลดลง
 - ② เนื้อสัตว์มีความนุ่มมากขึ้น
 - ③ เนื้อสัตว์มีกลิ่นหอม
 - ④ เนื้อสัตว์เน่าเสียง่าย
4. ขั้นตอนใดในกระบวนการทำงานที่ช่วยปรับปรุงการทำงานบ้านได้ดีขึ้น [ง 1.1 ป.5/2](#)
 - ① การวางแผน
 - ② การประเมินผล
 - ③ การปฏิบัติตามคำสั่ง
 - ④ การทำงานบ้านตามที่วางแผนไว้
5. การจัดตู้อาหารให้ถูกต้องควรจัดอย่างไร
 - ① จัดอาหารสดไว้ด้านในสุด
 - ② จัดอาหารแห้งไว้ด้านหน้าสุด
 - ③ จัดอาหารที่หมดอายุเร็วไว้ด้านในสุด
 - ④ จัดอาหารที่หมดอายุเร็วไว้ด้านนอกสุด

6. ห้องครัวที่มีลักษณะเป็นสี่เหลี่ยมด้านเท่าควรจัดวางสิ่งของเครื่องใช้อย่างไรให้เหมาะสมที่สุด ง 1.1 ป.5/2

- ① จัดวางรูปแบบเส้นตรง
- ② จัดวางรูปแบบตัวยู (U)
- ③ จัดวางรูปแบบเส้นขนาน
- ④ จัดวางรูปแบบตัวแอล (L)

7. หลังจากทำความสะอาดห้องน้ำแล้วยังมีกลิ่นไม่พึงประสงค์ นักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไรจึงจะประหยัดค่าใช้จ่ายมากที่สุด ง 1.1 ป.5/4

- ① ฝานมะกรูดตามขวางบาง ๆ มาวางไว้
- ② นำลูกเหม็นใส่ถ้วยมาวางไว้
- ③ ฉีดสเปรย์ดับกลิ่นห้องน้ำ
- ④ ติดก้อนดับกลิ่นห้องน้ำ

8. การปฏิบัติตนอย่างไรเป็นมารยาทของการทำงานร่วมกับสมาชิกในครอบครัวที่ถูกต้อง

- ① ทำงานบ้านตามที่ได้รับมอบหมายอย่างสม่ำเสมอ
- ② เมื่อมีผู้ทำงานผิดพลาดไม่ควรให้อีกโอกาสแก้ตัว
- ③ กล่าวตำหนิทุกครั้งเมื่อมีผู้ทำงานผิดพลาด
- ④ ทำงานแทนสมาชิกที่จ่ายค่าจ้างให้เรา

9. การปฏิบัติในข้อใดเป็นการประหยัดน้ำ ง 1.1 ป.5/4

- ① เปิดน้ำฝักบัวตลอดเวลาที่สระผม
- ② ทิ้งกระดาษชำระลงในโถส้วม
- ③ ชักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า
- ④ รดน้ำต้นไม้ในตอนเช้า

10. ข้อใดเป็นการปฏิบัติเพื่อประหยัดไฟฟ้า ง 1.1 ป.5/4

- ① ใส่อาหารร้อนในตู้เย็น
- ② เปิดไฟฟ้าในบ้านไว้ทั้งคืน
- ③ พรมน้ำเสื้อผ้าให้ชุ่มก่อนรีด
- ④ ปิดสวิตช์ไฟทุกครั้งเมื่อใช้งานเสร็จ

หน่วยการเรียนรู้ที่

2

เสื้อผ้าและ เครื่องแต่งกาย



ตัวชี้วัดระหว่างทาง

- อธิบายเหตุผลในการทำงานแต่ละขั้นตอนถูกต้องตามกระบวนการทำงาน (ง 1.1 ป.5/1)
- ปฏิบัติตนอย่างมีมารยาทในการทำงานกับสมาชิกในครอบครัว (ง 1.1 ป.5/3)

ตัวชี้วัดปลายทาง

- ใช้ทักษะการจัดการในการทำงานอย่างเป็นระบบ ประณีต และมีความคิดสร้างสรรค์ (ง 1.1 ป.5/2)
- มีจิตสำนึกในการใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า (ง 1.1 ป.5/4)



แผนผังสาระการเรียนรู้

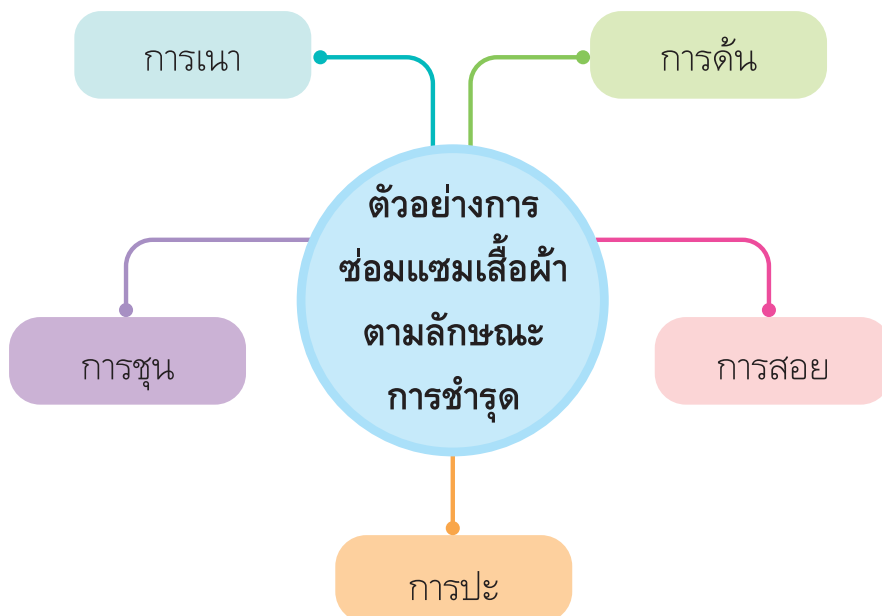


1. การซ่อมแซมเสื้อผ้า

การดูแลรักษาเสื้อผ้า เป็นการทำให้เสื้อผ้าคงสภาพใช้งานได้นานและประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อเสื้อผ้าใหม่ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การซ่อมแซมเสื้อผ้า การขจัดรอยเปื้อนบนเสื้อผ้า และการซักเสื้อผ้า

เสื้อผ้าที่สวมใส่เป็นประจำอาจชำรุดจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ หรือเสื่อมสภาพเพราะใช้งานมานาน หากรู้จักซ่อมแซมจะทำให้เสื้อผ้าใช้งานได้ต่อไป การซ่อมแซมเสื้อผ้ามีหลักการสำคัญ ดังนี้

- 1) เลือกวิธีซ่อมแซมให้เหมาะสมกับลักษณะการชำรุดของเสื้อผ้า เพื่อความทนทานต่อการใช้งาน
- 2) ใช้ด้ายสีเดียวกับสีเสื้อผ้าที่จะซ่อมแซม หรือสีใกล้เคียงกัน เพื่อความกลมกลืนสวยงาม
- 3) ซ่อมแซมก่อนซักรีดเสื้อผ้า เพื่อป้องกันไม่ให้เสื้อผ้าชำรุดไปมากกว่าเดิม

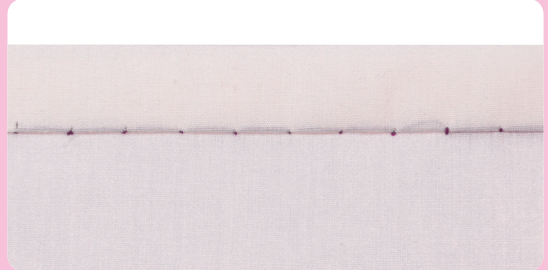


1.1 การสอย

การสอยเป็นการซ่อมแซมเสื้อผ้าวิธีหนึ่งซึ่งเห็นรอยเย็บน้อยที่สุด การสอยโดยทั่วไปมี 4 วิธี ดังนี้

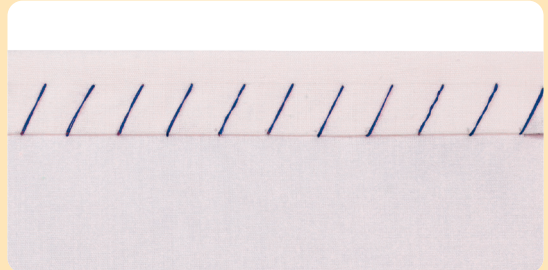
1) การสอยซ่อนด้าย

เป็นการซ่อมแซมที่มองเห็นเส้นด้ายเพียงเล็กน้อย นิยมใช้ซ่อมแซมปลายแขนเสื้อ ชายเสื้อ ชายกางเกง หรือชายกระโปรง ที่ด้ายรูด



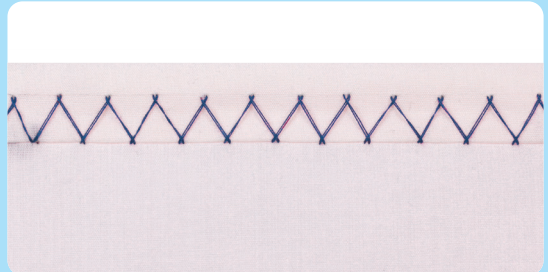
2) การสอยพันริม

เป็นการสอยที่มองเห็นเส้นด้ายด้านผิรมากกว่าด้านถูก นิยมใช้สอยชายกางเกง
ผ้าด้านผิ คือ ด้านที่เวลาเย็บงานจะเก็บไว้ด้านใน
ผ้าด้านถูก คือ ด้านที่นำไว้ด้านนอก



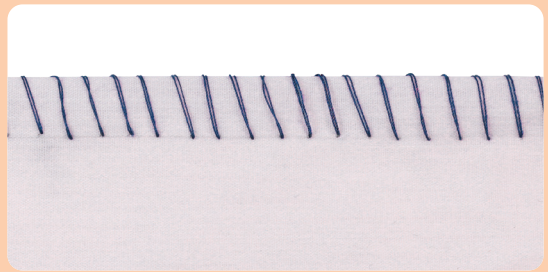
3) การสอยฟันปลา

เป็นการสอยที่มองเห็นเส้นด้ายที่ริมผ้า 2 ชั้น ซึ่งเย็บติดกันแน่น ในลักษณะฟันริม นิยมใช้เย็บที่นอน หมอนอิงหรือเบาะ



4) การสอยหลบหลังคา

เป็นการสอยที่มองเห็นเส้นด้ายทางด้านผิในลักษณะไขว้หักมุม นิยมใช้สอยผ้ายัด ผ้าหนาที่ริมผ้าไม่รูดและผ้าที่ไม่ต้องพับริมก่อนสอย



วิธีการสอยที่นิยมใช้ซ่อมแซมเสื้อผ้ามากที่สุด คือ การสอยช้อนด้าย ซึ่งมีวัสดุ อุปกรณ์ และขั้นตอนการทำ ดังนี้



♦ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการสอยช้อนด้าย

เข็มมือ

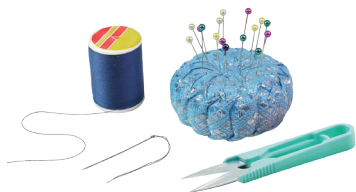
เข็มหมุด

ด้าย

กรรไกร

♦ ขั้นตอนการสอยช้อนด้าย

1. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์



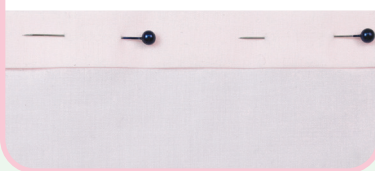
2. ร้อยด้ายเส้นเดียวใส่รูเข็ม (สนเข็ม) แล้วขมวดปม



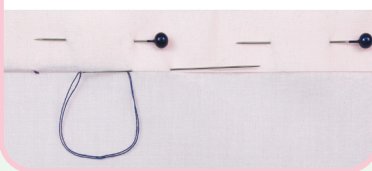
3. พับพันริมผ้าทบ 2 ครั้ง



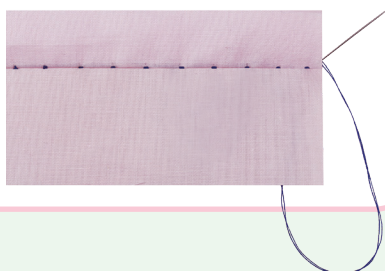
4. ใช้เข็มหมุดกดกลัดตามแนวพับ



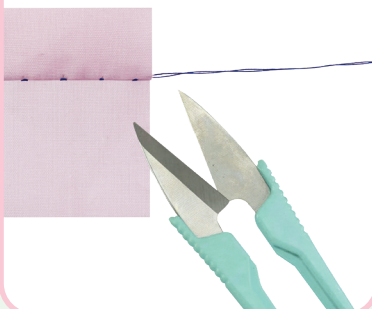
5. เนาตามแนวพับ



6. สอยช้อนด้ายริมขอบผ้า โดยแทงเข็มขึ้นจากใต้ผ้าด้านล่างแนวพับ เกยวด้ายประมาณ 2-3 เส้น แล้วแทงเข็มเข้าไปในผ้าที่พับไว้ ดึงด้ายให้ตึง จากนั้นแทงเข็มออกมาจากผ้าที่พับไว้ แล้วทำเช่นนี้จนสิ้นสุดการเย็บ จึงผูกปมด้ายให้แน่น



7. เลาะด้ายเนาออก

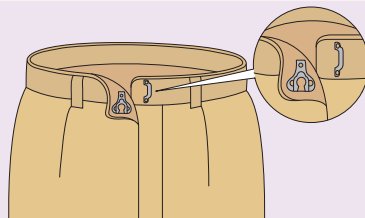


1.2 การเย็บตะขอ

ตะขอเป็นเครื่องเกาะเกี่ยว ใช้สำหรับเกี่ยวผ้า 2 ชั้น ให้ติดกัน เช่น ขอบกางเกง ขอบกระโปรง ขอบแขนเสื้อ

1) ตะขอเกี่ยว

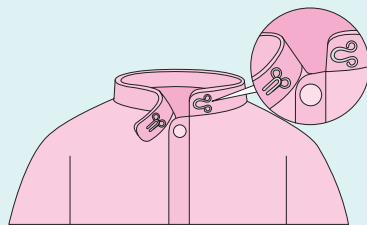
เป็นตะขอที่มีลักษณะงอจุ่ม ใช้ยึดหรือเกาะเกี่ยวตะขอรับให้อยู่กับที่



▲ ตะขอเกี่ยวและตะขอรับบนกางเกง

2) ตะขอรับ

เป็นตะขอที่ให้ตะขอเกี่ยว มายึดเกาะ ตะขอรับมี 3 ชนิด ดังนี้



▲ ตะขอเกี่ยวและตะขอรับบนคอเสื้อ

(1) **ตะขอรับเล็ก** ใช้ติดขอบปลายแขนเสื้อ ขอบเลื้อยชั้นในสตรี หรือบริเวณสาบเลื้อยที่ต้องการให้ขอบชนพอดี ไม่เกยหรือทับซ้อนกัน



ตะขอเกี่ยว



ตะขอรับเล็ก

(2) **ตะขอรับคงที่** ใช้สำหรับติดขอบกระโปรง ขอบกางเกง



ตะขอเกี่ยว



ตะขอรับคงที่

(3) **ตะขอรับแบบเลื่อน** ใช้ติดขอบกระโปรง ขอบกางเกง ที่ต้องการเลื่อนระยะรอบเอวของผู้สวมใส่ให้หลวมหรือพอดีตามความต้องการ



ตะขอเกี่ยว



ตะขอรับแบบเลื่อน

♦ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการเย็บตะขอ

เข็มมือ

ด้าย

กรรไกร

ตะขอรับ

ตะขอเกี่ยว

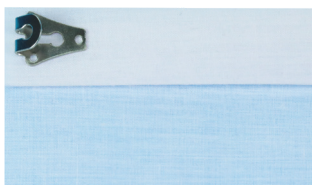


QR CODE เรื่อง การเย็บตะขอเกี่ยว

♦ ขั้นตอนการเย็บตะขอเกี่ยว

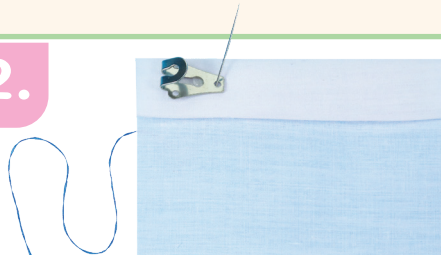
การเย็บตะขอเกี่ยว มีขั้นตอนดังนี้

1.



วางตะขอเกี่ยวไว้บนตำแหน่งที่ต้องการ แล้วร้อยด้ายใส่รูเข็มเป็นเส้นเดียว (สนเข็ม) ขมวดปมให้แน่น

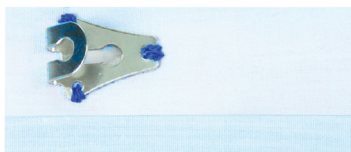
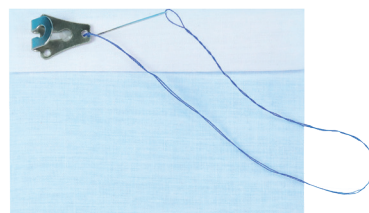
2.



แทงเข็มขึ้นจากใต้ผ้าให้ตรงกับตำแหน่งช่องด้านในที่วางตะขอเกี่ยว แล้วดึงเข็มขึ้นให้ด้ายตึง

3.

แทงเข็มลงบนผ้าด้านนอกช่องตะขอ จากนั้นแทงเข็มขึ้นในช่องด้านใน ดึงด้ายให้ตึง ทำเช่นนี้อีกประมาณ 4-6 ครั้ง แล้วสอดเข็มซ่อนไว้ใต้ผ้า แล้วแทงเข็มขึ้นที่ช่องต่อไป ทำซ้ำวิธีเดิมจนครบทุกช่องจึงผูกปมด้ายให้แน่นแล้วตัดด้ายที่เหลือทิ้ง

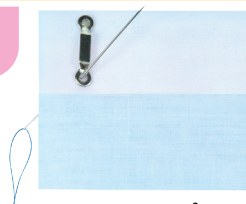


ตะขอเกี่ยวที่เย็บเสร็จเรียบร้อยแล้วทั้ง 3 รู

♦ ขั้นตอนการเย็บตะขอรับ

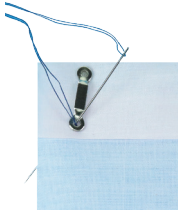
การเย็บตะขอรับ มีขั้นตอนดังนี้

1.



วางตะขอรับบนตำแหน่งที่ต้องการในแนวตั้ง กระระยะให้พอดีกับแนวที่ติดตะขอเกี่ยว จากนั้นร้อยด้ายใส่รูเข็มเป็นเส้นเดียว (สนเข็ม) ขมวดปมให้แน่น แทงเข็มจากใต้ผ้าขึ้นในช่องตะขอด้านในแล้วดึงด้ายให้ตึง

2.



แทงเข็มลงบนผ้าด้านนอกช่องตะขอ แล้วแทงเข็มขึ้นในช่องด้านในเช่นเดิม ดึงด้ายให้ตึง ทำเช่นนี้ 4-6 ครั้ง จากนั้นสอดเข็มซ่อนไว้ในผ้า แล้วแทงเข็มขึ้นในช่องตรงข้าม ทำเช่นเดียวกับช่องแรก และผูกปมด้ายให้แน่นจึงตัดด้ายที่เหลือทิ้ง



ตะขอรับที่เย็บเสร็จเรียบร้อยแล้ว



1.3 การเย็บกระดุม

ถ้ากระดุมใกล้จะหลุดหรือหลุดออก ควรเย็บติดใหม่ทันทีที่ก่อนกระดุมจะหลุดหายไป วิธีเย็บกระดุมมีดังนี้

♦ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการเย็บกระดุม

เข็ม

ด้าย

กรรไกร

กระดุมไม่มีก้าน

กระดุมแป๊ก

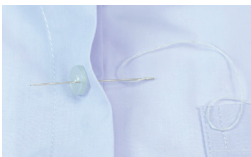
1) ขั้นตอนการเย็บกระดุมไม่มีก้าน การเย็บกระดุมไม่มีก้าน มีขั้นตอนดังนี้

1.



วางกระดุมในตำแหน่งที่ต้องการให้ตรงกับตำแหน่งของรังดุม จากนั้นร้อยด้ายใส่รูเข็มเดียว (สนเข็ม) ขมวดปมให้แน่น

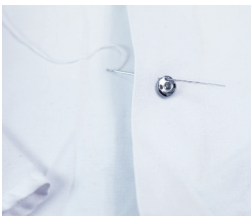
2.



จับกระดุมแนบกับผ้า แทะเข็มขึ้นจากใต้ผ้าทะลุรูกระดุม แล้วแทงเข็มลงอีกรู ทำสลับกันไปประมาณ 4-5 รอบ ทำซ้ำวิธีเดิมจนครบทุกช่อง จึงผูกปมด้ายให้แน่น แล้วตัดด้ายที่เหลือทิ้ง

♦ ขั้นตอนในการเย็บกระดุมแป๊ก

1.



วางกระดุมตัวรับหงายขึ้น เย็บโดยแทงเข็มลงรูหนึ่งของกระดุม ดึงเข็มขึ้นสุดด้าย แล้วแทงเข็มขึ้นที่ผ้าข้างรูที่แทงเข็มลงถึงสุดด้าย ทำซ้ำประมาณ 4-5 รอบ เย็บแบบเดียวกันในรูที่เหลือจนครบ จึงผูกปมด้ายให้แน่น แล้วตัดด้ายที่เหลือทิ้ง

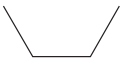
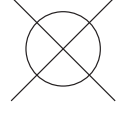
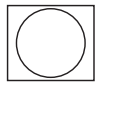
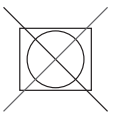
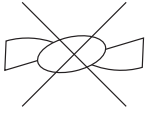
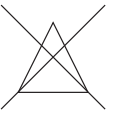
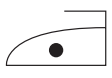
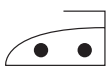
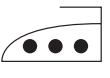
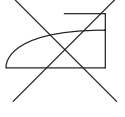
2.



วางกระดุมตัวฝาติด หงายปุ่มขึ้นในตำแหน่งตรงกับตัวรับเย็บวิธีเดียวกันเหมือนขั้นตอนที่ 1

2. สัญลักษณ์สากลในการดูแลรักษาเสื้อผ้า

การดูแลรักษาเสื้อผ้าตามสัญลักษณ์สากลที่บอกรายละเอียด ข้อควรปฏิบัติหรือ
ละเว้นในการทำความสะอาด และการระวังรักษาเนื้อผ้าไว้บนป้ายหรือฉลากเสื้อผ้า
สำเร็จรูปหรือผลิตภัณฑ์สิ่งทอต่าง ๆ จะช่วยถนอมเนื้อผ้าให้ใช้งานได้นาน โดยสัญลักษณ์
ที่พบเห็นทั่วไป มีดังนี้

					
ซักด้วยมือเท่านั้น ห้ามซักด้วย เครื่องซักผ้า	ห้ามซัก ด้วยเครื่อง	แยกซัก ด้วยน้ำเย็น	ซักแห้ง เท่านั้น	ห้าม ซักแห้ง	ป่นแห้งได้
					
ห้ามอบ หรือป่นแห้ง	ห้ามบิด	ใช้ สารฟอกขาวได้	ห้ามใช้ สารฟอกขาว	ตากในที่ราบ	แขวนตาก
				 QR CODE เรื่อง สัญลักษณ์สากล ในการดูแลรักษา เสื้อผ้า	
รีดด้วย อุณหภูมิต่ำ	รีดด้วยอุณหภูมิ ปานกลาง	รีดด้วย อุณหภูมิสูง	ห้ามรีด		



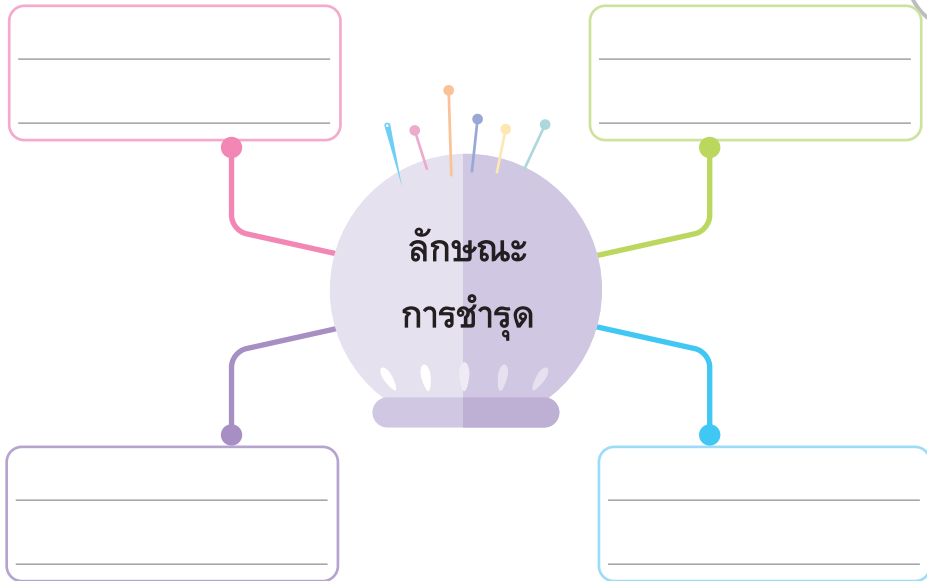
กิจกรรมที่



การซ่อมแซมเสื้อผ้า

1.

นักเรียนสำรวจเสื้อผ้าของตนเองและสมาชิกในครอบครัวที่มีลักษณะการชำรุดที่แตกต่างกัน แล้วบันทึกลงในแผนภาพความคิด



2.

นักเรียนเสนอวิธีการซ่อมแซมเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับลักษณะการชำรุดจากข้อ 1 ลงในตาราง



ลักษณะการชำรุด	วิธีการซ่อมแซม
	การด้น
	การสอย
	การปะ
	การชุน

3.+ นักเรียนเรียงลำดับขั้นตอนการสอยช่อนด้าย
โดยเขียนข้อความที่กำหนด
ลงในแผนภาพความคิด แล้วตอบคำถาม



จ 1.1 ป 5/1

เนาตามแนวพับ

เตรียมอุปกรณ์ในการเย็บ

เลาะด้ายเนาออก

พับริมผ้าทบ 2 ครั้ง

สนเข็มแล้วขมวดปมให้แน่น

สอยช่อนด้ายริมขอบผ้า

ใช้เข็มหมุดกดลัดตามแนวพับ

7. _____
6. _____
5. _____
4. _____
3. _____
2. _____
1. _____

▲ ขั้นตอนการสอยช่อนด้าย

3.1 เพราะเหตุใดจึงต้องเนาตามแนวพับ

3.2 ถ้าใช้ด้ายเส้นเดียวในการสอยช่อนด้าย จะเกิดผลอย่างไร

3.3 รอยสอยช่อนด้ายที่ดีควรเป็นอย่างไร

4+

นักเรียนเรียงลำดับขั้นตอนการเย็บตะขอ โดยเขียนตัวเลขลงใน  หน้าข้อความที่กำหนด



4.1 การเย็บตะขอเกี่ยว



แทงเข็มขึ้นในช่องตะขอ ดึงด้ายให้ตึง



แทงเข็มลงบนผ้าด้านนอกช่องตะขอ ดึงด้ายให้ตึง แล้วทำเช่นเดิมอีก 4-6 ครั้ง ให้ครบทุกช่อง จึงผูกปมด้ายให้แน่น จากนั้นตัดด้ายที่เหลือทิ้ง



วางตะขอเกี่ยวไว้บนตำแหน่งที่ต้องการ ร้อยด้ายใส่รูเข็มเป็นเส้นเดียว แล้วขมวดปมให้แน่น

4.2 การเย็บตะขอรับ



แทงเข็มลงบนผ้าด้านนอกช่องตะขอ แล้วแทงเข็มขึ้นในช่องเดิม ดึงด้ายให้ตึง ทำเช่นนี้ 4-6 ครั้ง และทำเช่นเดียวกันนี้กับช่องตรงข้าม จึงผูกปมด้ายให้แน่นและตัดด้ายที่เหลือทิ้ง



วางตะขอรับไว้บนตำแหน่งที่ต้องการในแนวตั้ง ระยะเวลาให้พอดีกับแนวที่ติดตะขอเกี่ยว จากนั้นร้อยด้ายใส่รูเข็มเป็นเส้นคู่ ขมวดปมให้แน่น แล้วแทงเข็มใต้ผ้าขึ้นในช่องตะขอ ดึงด้ายให้ตึง



วางตะขอรับไว้บนตำแหน่งที่ต้องการ แล้วร้อยด้ายใส่รูเข็มเป็นเส้นเดียว ขมวดปมให้แน่น

- 5.+ นักเรียนฝึกซ้อมแซมเสื้อผ้าตามรายการที่กำหนด โดยใช้วัสดุ อุปกรณ์ ได้แก่
 ผ้าขนาด 4×5 นิ้ว จำนวน 3 ผืน เข็มเบอร์ 8 หรือเบอร์ 9
 ด้ายสีขาวหรือสีดำ กรรไกร ตะขอเกี่ยว ตะขอรับ
 และการเย็บกระดุม จากนั้นบันทึกผลการปฏิบัติ
 ลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป.5/2
 ง 1.1 ป.5/3

1. การสอยช่อนด้าย 2. การเย็บตะขอเกี่ยว 3. การเย็บตะขอรับ 4. การเย็บกระดุม

แบบบันทึกการซ่อมแซมเสื้อผ้า

1. นักเรียนฝึกปฏิบัติซ่อมแซมเสื้อผ้าวิธีใดบ้าง _____

2. กระบวนการทำงานของนักเรียนเป็นอย่างไร
 - 2.1 วางแผนก่อนหรือไม่ _____
 - 2.2 ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้หรือไม่ _____
 - 2.3 นักเรียนจะปรับปรุงผลงานของตนเองให้ดีขึ้นได้อย่างไร

- 6.+ เมื่อนักเรียนเรียนรู้เรื่อง การซ่อมแซมเสื้อผ้า นักเรียน
 มีความเข้าใจอย่างไร



- 6.1 การซ่อมแซมเสื้อผ้าด้วยตนเองมีประโยชน์อย่างไร

- 6.2 การซ่อมแซมเสื้อผ้าด้วยตนเองแสดงถึงการมีคุณธรรม จริยธรรม และ
 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ข้อใด



มีวินัย



ใฝ่เรียนรู้



อยู่อย่างพอเพียง

3. การซักเสื้อผ้าและการตากเสื้อผ้า

การซักเสื้อผ้าและการตากเสื้อผ้า เป็นวิธีการดูแลรักษาเสื้อผ้าอย่างหนึ่ง ซึ่งต้องทำเป็นประจำ เพื่อให้มีเสื้อผ้าที่แห้งสะอาดไว้สวมใส่ในครั้งต่อไป

3.1 การซักเสื้อผ้า

เสื้อผ้าที่สวมใส่แล้วย่อมเกิดความสกปรกจากคราบเหงื่อไคล ฝุ่นละออง หรือรอยเปื้อนจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ จึงต้องนำไปซักทำความสะอาด ตากแดดให้แห้งแล้วพับเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อยเพื่อความสะดวกในการนำมาสวมใส่ การซักเสื้อผ้าโดยทั่วไปมี 2 วิธี ได้แก่ การซักเสื้อผ้าด้วยมือและการซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า ซึ่งการซักเสื้อผ้าแต่ละวิธีมีข้อดีและข้อเสียแตกต่างกัน ดังนี้

การซักเสื้อผ้าด้วยมือ

ข้อดี

1. ประหยัดน้ำและไฟฟ้า
2. ประหยัดค่าใช้จ่ายในการซื้อเครื่องซักผ้า
3. เสื้อผ้าสะอาด
4. ถนอมเนื้อผ้าให้ใช้ได้นาน

ข้อเสีย

1. สิ้นเปลืองแรงงาน
2. สิ้นเปลืองเวลา
3. เสื้อผ้าแห้งช้า

การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า

ข้อดี

1. ประหยัดแรงงาน
2. ประหยัดเวลา
3. เสื้อผ้าแห้งเร็ว

ข้อเสีย

1. สิ้นเปลืองน้ำและไฟฟ้า
2. สิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการซื้อเครื่องซักผ้า
3. ซักเสื้อผ้าไม่ค่อยสะอาด เช่น บริเวณคอเสื้อ และรักแร้

การเลือกซักเสื้อผ้าด้วยวิธีใดนั้น ขึ้นอยู่กับความสะดวก เวลา และฐานะทางเศรษฐกิจของแต่ละครอบครัว

1) การซักเสื้อผ้าด้วยมือ

เป็นการทำความสะอาดเสื้อผ้าโดยใช้แรงงานคน ซึ่งมีวัสดุ อุปกรณ์ ที่จำเป็น ดังนี้

กะละมัง



การใช้งาน

ใช้สำหรับใส่น้ำสะอาดและน้ำผสม ผงซักฟอกเพื่อซักเสื้อผ้า รวมถึงใส่ เสื้อผ้าที่ซักแล้วเตรียมนำไปตากให้แห้ง

การดูแลรักษา

หลังการใช้งานทุกครั้งควรล้างกะละมัง ให้สะอาดจนหมดคราบผงซักฟอก แล้วจึงนำไปคว่ำไว้ในที่ร่ม

แปรงซักผ้า



การใช้งาน

ใช้ขัดถูเสื้อผ้าในบริเวณที่มีคราบ ติดแน่น ซึ่งไม่สามารถซักออกได้ ด้วยการใช่มือขยี้ตามปกติ แปรงซักผ้า มีทั้งพลาสติกชนิดอ่อน และพลาสติก ชนิดแข็ง

การดูแลรักษา

หลังการใช้งานควรล้างแปรงซักผ้า ให้สะอาดจนหมดคราบผงซักฟอก แล้วนำไปผึ่งให้แห้งจึงเก็บเข้าที่

ผงซักฟอก



การใช้งาน

ใช้ชำระล้างสิ่งสกปรก บนเสื้อผ้า โดยผสม ผงซักฟอกกับน้ำสะอาด ตามอัตราส่วน ที่ระบุไว้ข้างกล่องหรือถุง ใช้มือตี ผงซักฟอกให้ละลายในน้ำจนเกิดฟอง จากนั้นจึงใส่ผ้าลงไปซักทำความสะอาด

การดูแลรักษา

หลังการใช้งานควรปิดฝากล่องหรือ มัดปากถุงผงซักฟอกให้แน่น เพื่อ ป้องกันความชื้น ซึ่งจะทำให้ผงซักฟอก จับตัวกันเป็นก้อน

ตะกร้าใส่ผ้า



การใช้งาน

ใช้สำหรับใส่เสื้อผ้าที่กำลังจะนำมาซัก และใส่เสื้อผ้าที่ซักเสร็จแล้ว เตรียม นำไปตากให้แห้ง

การดูแลรักษา

หลังการใช้งานควรล้างให้สะอาด แล้วนำไปผึ่งให้แห้งในที่ร่ม

ขั้นตอนการซักเสื้อผ้าด้วยมือ

การซักเสื้อผ้าด้วยมือ มีขั้นตอนดังนี้

1.



แยกซักเสื้อผ้าขาวและเสื้อผ้าสี
ในน้ำสะอาด 1 ครั้ง

2.

เทผงซักฟอก
ลงในน้ำสะอาด
ใช้มือตีจนเกิดฟอง



3.



นำเสื้อผ้าที่ซักในน้ำสะอาดแล้วมาขยี้ใน
น้ำผงซักฟอกให้สะอาด ถ้าสกปรกมาก ควรแช่
เสื้อผ้าในน้ำผงซักฟอกประมาณ 10-15 นาที
ก่อนซัก ถ้ามีคราบติดแน่นควรใช้แปรงซักผ้าขัดถู
เบา ๆ

4.



ซักเสื้อผ้าในน้ำสะอาด
2 ครั้ง

5.



บิดเสื้อผ้าให้หมาด แล้วยกใส่
ในตะกร้าหรือกะละมัง
เตรียมนำไปตากให้แห้ง



QR
CODE

เรื่อง

การซักเสื้อผ้าด้วยมือ

2) การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า

เป็นการทำความสะอาดเสื้อผ้าโดยใช้เครื่องซักผ้า ซึ่งเป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าชนิดหนึ่งร่วมกับสารซักล้าง ดังนี้

เครื่องซักผ้า เครื่องซักผ้ามี 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องซักผ้าแบบอัตโนมัติ (ถังเดียว) และเครื่องซักผ้าแบบกึ่งอัตโนมัติ (ถังคู่) โดยแต่ละประเภทมีลักษณะ รูปร่าง และการทำงานที่แตกต่างกัน ดังนี้

(1) เครื่องซักผ้าแบบอัตโนมัติ

♦ **ลักษณะ** เป็นถังเดียว มีปุ่มลูกบิดหมุน หรือระบบสัมผัส เพื่อตั้งโปรแกรมการทำงาน ฝาเปิด-ปิดได้ มีทั้งฝาบनและฝาหน้า

♦ **การทำงาน** สามารถซักเสื้อผ้าให้เสร็จสิ้นได้เองตั้งแต่เริ่มซักจนถึงปั่นหมาด โดยตั้งโปรแกรมการทำงานเพียงครั้งเดียวก่อนซัก ซึ่งการซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้าประเภทนี้ต้องมีระบบน้ำที่ดีและเพียงพอต่อการใช้งาน ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดการทำงาน และต้องใส่เสื้อผ้าตามน้ำหนักที่แต่ละเครื่องระบุไว้

เครื่องซักผ้า ▶
แบบอัตโนมัติ
ฝาหน้า



(2) เครื่องซักผ้าแบบกึ่งอัตโนมัติ

♦ **ลักษณะ** เป็นถังคู่ มีปุ่มหรือลูกบิดหมุน เพื่อตั้งโปรแกรมการทำงาน มีฝาเปิด-ปิดอยู่ด้านบนทั้ง 2 ถัง

♦ **การทำงาน** การซักเสื้อผ้าและการปั่นหมาดไม่สามารถทำงานร่วมกันได้ในถังเดียว การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้าประเภทนี้ประหยัดน้ำ แต่ผู้ใช้ต้องควบคุมระบบน้ำโดยเปิด-ปิดน้ำเอง และเมื่อต้องการปั่นแห้งต้องย้ายผ้าจากถังซักไปสู่ถังปั่นหมาด

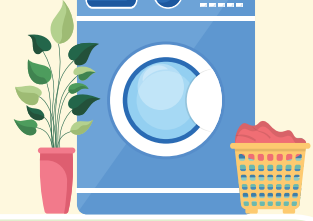
◀ เครื่องซักผ้า
แบบกึ่งอัตโนมัติ



ก่อนใช้เครื่องซักผ้าทุกชนิด ควรอ่านคู่มือที่แนบมากับเครื่องซักผ้าให้เข้าใจ และปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย

การดูแลรักษาเครื่องซักผ้า

ทำได้ดังนี้



ช่องใส่ผงซักฟอกและน้ำยาปรับผ้านุ่ม
ควรถอดออกมาล้างเป็นระยะๆ โดยใช้แปรงขัดทำความสะอาดตามช่องต่างๆ

ตัวถังภายนอก

ควรใช้ฟองน้ำ หรือผ้าชุบน้ำอุ่นหมาดๆ เช็ดทำความสะอาด

ขอบยาง

ควรเช็ดให้แห้งทุกครั้งหลังการใช้งาน และไม่ควรปิดประตูเครื่อง เนื่องจากจะทำให้มีกลิ่นอับชื้น และเกิดเชื้อราได้ง่าย

ตัวถังภายใน

ควรล้างทำความสะอาดเดือนละครั้ง โดยตั้งโปรแกรมล้างถังซักหรือโปรแกรมการซักผ้าหนา เปิดเครื่องและปล่อยให้ทำงานจนจบโปรแกรม โดยไม่ต้องใส่เสื้อผ้าและผงซักฟอก

ไส้กรองน้ำทิ้ง

ควรถอดทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ เนื่องจากอาจเป็นสาเหตุของการอุดตันได้

บานประตูและกระจก

ให้ใช้ผ้าชุบน้ำหมาดๆ เช็ดโดยรอบโดยเฉพาะด้านใน

สารซักล้าง สารซักล้างที่ใช้กับเครื่องซักผ้า มีทั้งชนิดผง ชนิดเกล็ด และน้ำยาซักผ้าที่เป็นของเหลว สำหรับวิธีการใช้สามารถอ่านได้จากฉลากข้างถุง กล่อง หรือขวดของผลิตภัณฑ์



โครงการสู่นวัตกรรม

นักเรียนแบ่งกลุ่มศึกษาพืชที่อยู่ในท้องถิ่นของตนเอง ที่สามารถนำมาขจัดคราบและรอยเปื้อนบนเสื้อผ้าได้ มา 1 ชนิดแล้วนำมาทดลองกับเสื้อผ้าที่เปื้อนหมากฝรั่ง แล้วสะท้อนผลที่เกิดก่อนการทดลองและหลังการทดลองว่าเป็นอย่างไร

ขั้นตอนการซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า

การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า มีขั้นตอนดังนี้

1.



สำรวจความเรียบร้อยของเครื่องซักผ้า ระบบน้ำ และปลั๊กไฟ

2.



ตรวจสอบสิ่งของในกระเป๋าสลัด กระเป๋ากางเกงและกระเป๋ากะโปรง ถ้ามีให้นำออกให้หมด จากนั้นจึงใส่เสื้อผ้าเข้าไปในเครื่องซักผ้า โดยแยกซักผ้าขาว ผ้าสีและผ้าสีตก ไม่ปะปนกัน

3.



ใส่ผงซักฟอก หรือน้ำยาซักผ้าลงในช่องใส่ผงซักฟอก หรือใส่ลงไปในเครื่องซักผ้า แล้วปิดฝาเครื่องให้สนิท

4.



ตั้งโปรแกรมการทำงาน ตามน้ำหนักและชนิดของเสื้อผ้า

5.

เปิดสวิตช์เริ่มการทำงาน และไม่ควรเปิดฝาเครื่องขณะทำงาน โดยเฉพาะเครื่องซักผ้าแบบอัตโนมัติ เพราะจะทำให้ น้ำหกเลอะเทอะ เครื่องซักผ้าอาจชำรุดเสียหาย และเสื้อผ้าไม่สะอาด



6.



เมื่อสิ้นสุดการทำงาน นำเสื้อผ้าออกจากเครื่องซักผ้าไปตากให้แห้ง แล้วถอดปลั๊กไฟ พร้อมทั้งดูแลรักษาความสะอาดเครื่องซักผ้าให้เรียบร้อย

3.2 การตากเสื้อผ้า

ผ้าที่ซักเสร็จแล้วควรนำมาตากทันที เพื่อป้องกันเสื้อผ้ามีกลิ่นอับชื้น โดยใช้อุปกรณ์ ได้แก่ ไม้แขวนเสื้อ ที่หนีบผ้า และราวตากผ้า



ไม้แขวนเสื้อ



ที่หนีบผ้า

ขั้นตอนการตากเสื้อผ้า



1. คลี่ผ้าออก แล้วสะบัดผ้า 2-3 ครั้ง เพื่อให้สะเด็ดน้ำและป้องกันไม่ให้ผ้ายับมาก

2. กลับผ้านด้านในออกมาด้านนอก ทุกตัว เพื่อป้องกันไม่ให้ผ้ามีสีซีดและเปื้อนฝุ่นละออง

3. นำเสื้อผ้ามาใส่ไม้แขวนเสื้อหรือพาดบนราวตากผ้า แล้วใช้ที่หนีบผ้าหนีบไว้ ไม่ให้เสื้อผ้าปลิว



นอกจากนี้ เสื้อผ้าที่สีตกควรตากในร่มเพื่อป้องกันเสื้อผ้าสีซีด และเสื้อผ้าที่ทำจากไหมพรม ควรตากบนพื้นตะแกรงในแนวราบเพื่อไม่ให้เสื้อผ้าเสียรูปทรง

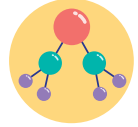


กิจกรรมที่

2

การซักเสื้อผ้าและการตากเสื้อผ้า

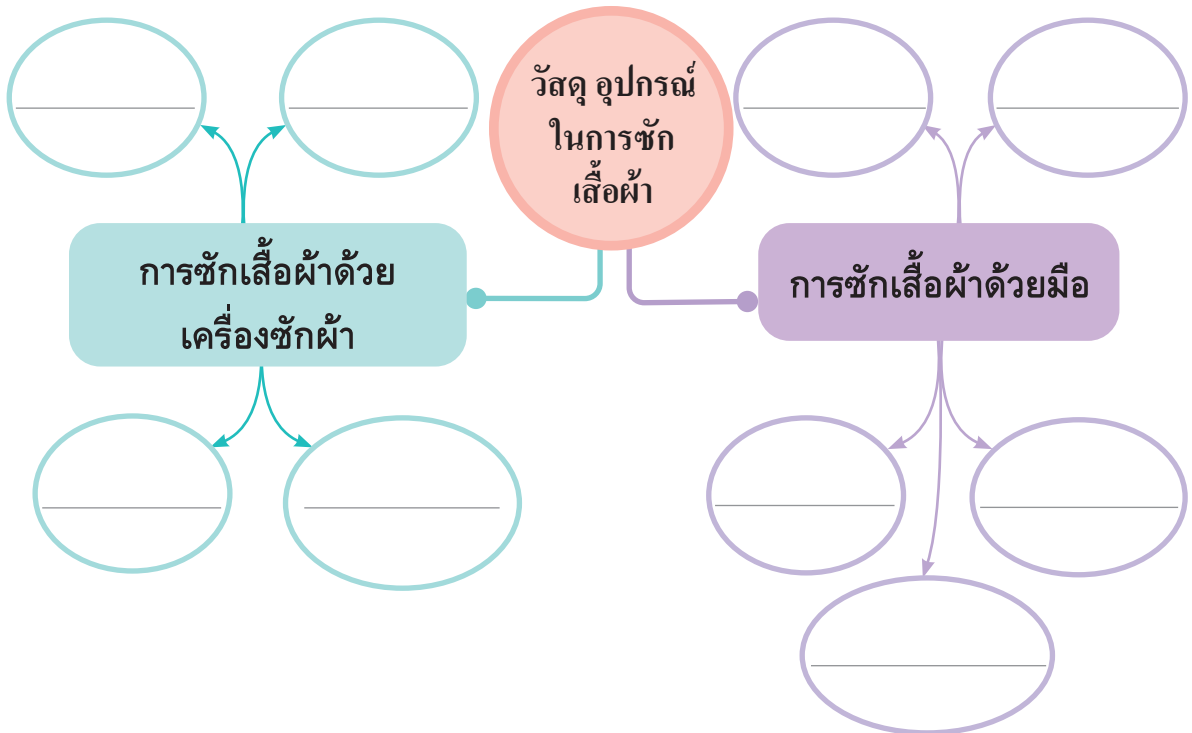
- นักเรียนรวบรวมข้อมูลวัสดุ อุปกรณ์ในการซักเสื้อผ้า จากภาพต่อไปนี้ จากนั้นบันทึกข้อมูลลงในแผนภาพความคิด



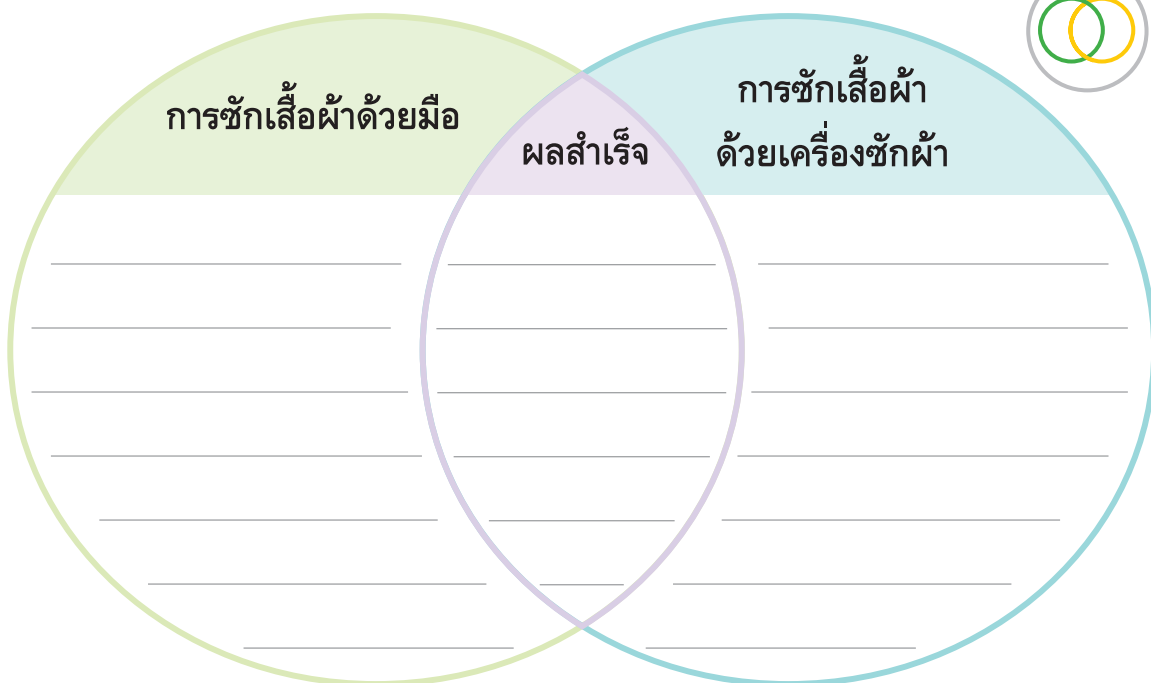
ภาพที่ 1 การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า



ภาพที่ 2 การซักเสื้อผ้าด้วยมือ



- 2.+ นักเรียนเปรียบเทียบการซักเสื้อผ้าด้วยมือ และการซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้าว่าเหมือนหรือต่างกันอย่างไร แล้วบันทึกข้อมูลลงในแผนภาพความคิด



3+

นักเรียนศึกษาขั้นตอนการชักเสื้อผ้าด้วยมือ การชัก
เสื้อผ้าด้วยเครื่องชักผ้า และการตากเสื้อผ้า
แล้วตอบคำถามลงในช่องว่าง



ง 1.1 ป.5/1

1. เพราะเหตุใดจึงต้องแยกเสื้อผ้าขาวกับเสื้อผ้าสีก่อนซัก

2. ถ้าเสื้อผ้าสกปรกมากควรทำอย่างไร

3. การตั้งโปรแกรมการชักเสื้อผ้าด้วยเครื่องชักผ้ามีหลักการอย่างไร

4. ถ้าชักเสื้อผ้าด้วยเครื่องชักผ้าโดยไม่ดูข้อห้ามในสัญลักษณ์สากล
ที่ติดมากับเสื้อผ้าจะเกิดผลอย่างไร

5. เพราะเหตุใดการตากเสื้อผ้าจึงต้องกลับผ้าด้านในออกมาด้านนอกทุกตัว

- 4.+ นักเรียนนำความรู้เรื่อง การซักเสื้อผ้าด้วยมือ การซักเสื้อผ้าด้วยเครื่องซักผ้า และการตากเสื้อผ้าที่ถูกต้องไปฝึกปฏิบัติที่บ้าน จากนั้นบันทึกผลลงในแบบบันทึก และผู้ปกครอง ประเมินผลงาน



ง 1.1 ป.5/2
ง 1.1 ป.5/3

แบบบันทึกการซักเสื้อผ้าและตากเสื้อผ้า

1. นักเรียนซักเสื้อผ้าด้วยวิธีใด _____
2. นักเรียนตากเสื้อผ้าอย่างไร _____

แบบประเมินผลสำหรับผู้ปกครอง

- ◆ ผลการซักเสื้อผ้าของนักเรียน



ดีมาก



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

- ◆ ผลการตากเสื้อผ้าของนักเรียนเป็นอย่างไร



ดีมาก



ดี



พอใช้



ควรปรับปรุง

ลงชื่อ _____ ผู้ปกครอง
(____ / ____ / ____)

เกณฑ์การให้คะแนน

ดีมาก	หมายถึง	ได้คะแนน	8-10	คะแนน
ดี	หมายถึง	ได้คะแนน	7	คะแนน
พอใช้	หมายถึง	ได้คะแนน	6	คะแนน
ควรปรับปรุง	หมายถึง	ได้คะแนน	0-5	คะแนน

4. การเก็บเสื้อผ้าและการพับเสื้อผ้า

การเก็บเสื้อผ้าและการพับเสื้อผ้า เป็นขั้นตอนการทำงานต่อเนื่องจากการซักและตากเสื้อผ้า ซึ่งจะช่วยให้เสื้อผ้าที่แห้งแล้วไม่ต้องเปื้อนฝุ่นที่เกิดจากลมพัดหรือตากแดดจนสีซีด รวมทั้งเป็นระเบียบเรียบร้อยพร้อมสำหรับการนำมาพับและรีด หรือใช้งานต่อไป

4.1 การเก็บเสื้อผ้า

การเก็บเสื้อผ้า มีขั้นตอนดังนี้

- 1) เก็บเสื้อผ้าที่ตากไว้จากราวตากผ้า โดยเสื้อผ้าที่มีไม้แขวนให้หิ้วมาทั้งไม้แขวน ส่วนเสื้อผ้าที่พาดไว้ให้ดึงที่หนีบผ้าออกแล้ววางรวมกันในกะละมัง หรือตะกร้าผ้าที่แห้งสะอาด
- 2) แยกประเภทเสื้อผ้าที่ต้องรีดและไม่ต้องรีด โดยเสื้อผ้าที่ต้องรีดให้แขวนรวมกันไว้เพื่อรอรีด ส่วนเสื้อผ้าที่ไม่ต้องรีดวางรวมกันเพื่อพับก่อนเก็บเข้าตู้เสื้อผ้า

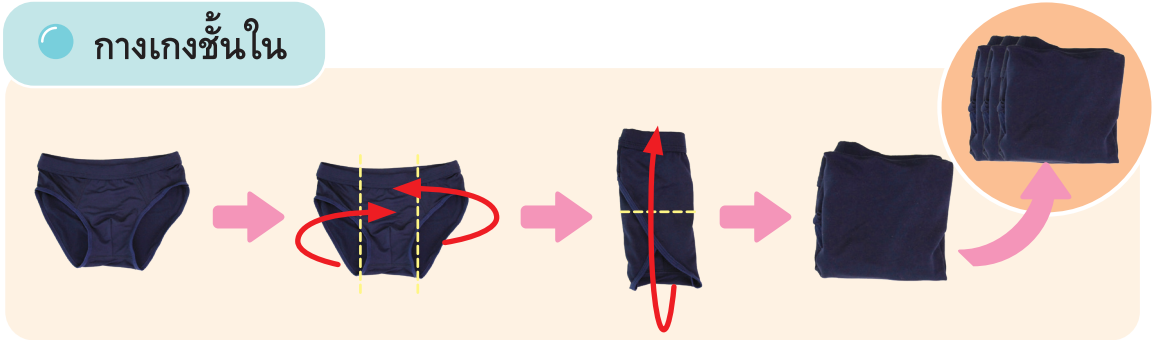


4.2 การพับเสื้อผ้า

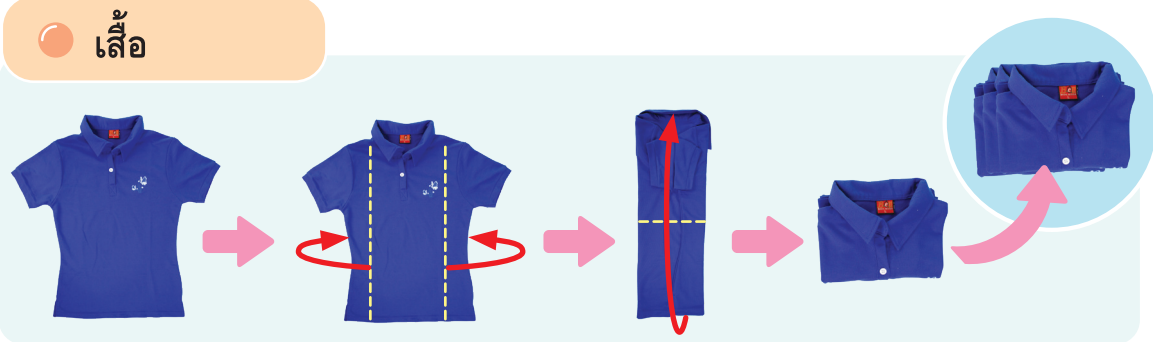
เสื้อผ้าที่ไม่ต้องรีด เช่น ชุดนอน กางเกงชั้นใน เลื้อยรัด กางเกงขาสั้น ถุงเท้า ผ้าเช็ดตัว ผ้าเช็ดหน้า ผ้าถู ควรพับให้เรียบร้อยเพื่อเก็บในกล่องหรือตู้เสื้อผ้า ดังตัวอย่าง



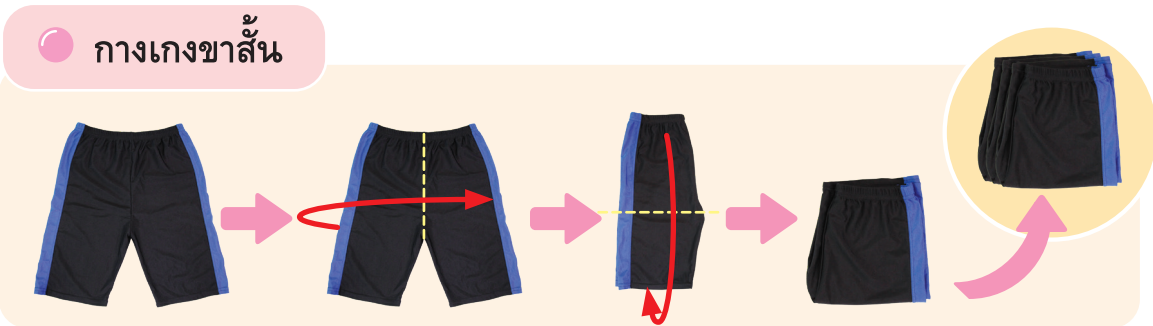
กางเกงชั้นใน



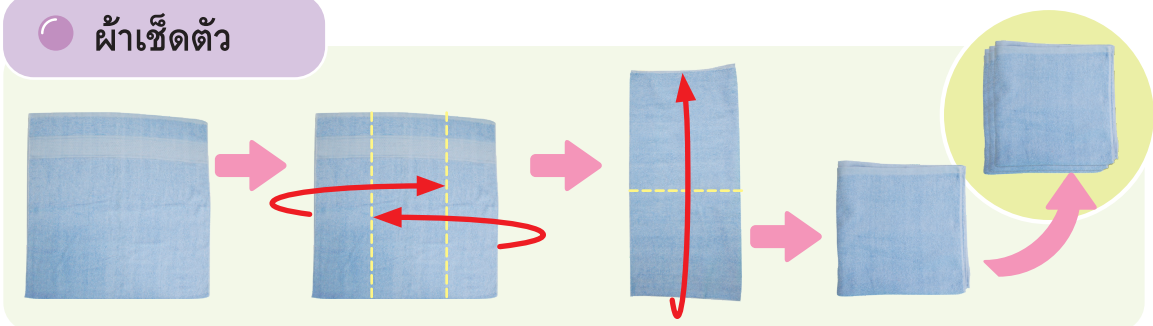
เสื้อ



กางเกงขาสั้น



ผ้าเช็ดตัว



5. การรีดเสื้อผ้า

การรีดเสื้อผ้า เป็นวิธีทำให้เสื้อผ้าเรียบ น่าสวมใส่ และเสื้อผ้าที่เรียบจะช่วยส่งเสริมให้ผู้สวมใส่มีบุคลิกภาพดี

5.1 วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการรีดเสื้อผ้า

วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการรีดเสื้อผ้าแต่ละชนิดมีวิธีการใช้งานและการดูแลรักษาแตกต่างกัน ดังนี้

เตารีด



การใช้งาน

ใช้รีดผ้าให้เรียบ มีให้เลือกใช้ทั้งเตารีดไฟฟ้าธรรมดา เตารีดไอน้ำ และเตารีดแบบใช้หีบ ซึ่งเตารีดไอน้ำจะรีดได้เรียบที่สุด แต่มีราคาแพง

การดูแลรักษา

หลังใช้งานควรถอดปลั๊กไฟ แล้วทำความสะอาดแผ่นโลหะหน้าเตารีดด้วยการใช้ผ้านุ่ม ๆ ชุบน้ำบิดหมาด ๆ เช็ดจนแห้งสนิท หากมีคราบสกปรกติด อาจใช้น้ำยาทำความสะอาดเช็ด แล้วเคลือบด้วยน้ำยาเคลือบอีกครั้งหนึ่ง

โต๊ะรีดผ้าและผ้ารองรีด

การใช้งาน

ใช้รองรีดเสื้อผ้า

การดูแลรักษา

หลังใช้งานควรปิดฝุ่น พับเก็บให้เรียบร้อย หากเป็นโต๊ะรีดผ้าที่มีปลอกหุ้มถอดซักเดือนละ 1-2 ครั้ง



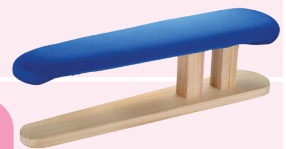
หมอนรองรีด

การใช้งาน

ใช้รองรีดเสื้อผ้าบริเวณที่รีดยาก เช่น แขนเสื้อ ปกเสื้อ มุมเสื้อ

การดูแลรักษา

หลังใช้งานควรปิดฝุ่น แล้วเก็บในที่ที่หยิบใช้สะดวก



กระบอกฉีดน้ำ



การใช้งาน

ใช้ใส่น้ำหรือน้ำยารีดผ้า
สำหรับฉีดพรมลงบนเสื้อผ้า
ให้มีความชื้นก่อนรีด

การดูแลรักษา

หลังใช้งานหากลั่นน้ำยารีดผ้าหมด
หรือน้ำในกระบอกฉีดน้ำหมดให้ล้าง
ภายในและภายนอกขวดให้สะอาด
ก่อนเติมน้ำยารีดผ้าหรือน้ำใหม่เข้าไป

ตะกร้าใส่ผ้าและกะละมังใส่ผ้า

การใช้งาน

ใช้ใส่ผ้าที่พรมน้ำ
แล้วม้วนไว้ ก่อนนำไปรีด



การดูแลรักษา

หลังใช้งาน
ควรล้างให้สะอาด
ผึ่งให้แห้ง แล้วเก็บ
เข้าที่



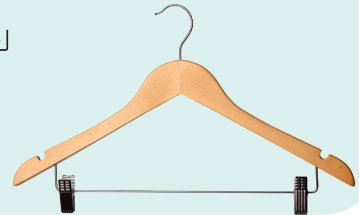
ไม้แขวนเสื้อ

การใช้งาน

ใช้แขวนเสื้อผ้าที่รีดเรียบร้อยแล้ว
มีให้เลือกใช้ทั้งชนิดที่มีที่หนีบผ้า
และชนิดที่ไม่มีที่หนีบผ้า

การดูแลรักษา

หลังใช้งานควรล้างให้สะอาด
ผึ่งให้แห้ง แล้วเก็บไว้บริเวณ
ที่หยิบใช้ง่าย



5.2 ข้อควรปฏิบัติในการรีดเสื้อผ้า

การรีดเสื้อผ้าให้เรียบ ถนอมเนื้อผ้า และปลอดภัย มีข้อควรปฏิบัติ
ดังนี้

- 1) ศึกษาวิธีการใช้วัสดุ อุปกรณ์สำหรับรีดเสื้อผ้าจากเอกสาร แผ่นพับ
หรือฉลากที่ติดอยู่บนกล่องและภาชนะบรรจุให้ละเอียดก่อนใช้งาน
- 2) สำรวจชนิดของผ้าที่ต้องการรีด เพื่อจะได้ปรับอุณหภูมิของเตารีด
ให้เหมาะสมกับชนิดของผ้า ดังตัวอย่าง

ชนิดของผ้า	อุณหภูมิที่เหมาะสม			
ผ้าฝ้าย ผ้าลินิน	อุณหภูมิสูง	ประมาณ	150-200	องศาเซลเซียส
ผ้าไหม ผ้าขนสัตว์	อุณหภูมิปานกลาง	ประมาณ	80-149	องศาเซลเซียส
ผ้าใยสังเคราะห์	อุณหภูมิต่ำ	ประมาณ	60-79	องศาเซลเซียส

3) ฉีดพรมน้ำให้เสื้อผ้ามีความชื้นก่อนรีด หรือใช้น้ำยารีดผ้า หรือรีดผ้าขณะกำลังหมาดจนเกือบแห้งจะช่วยให้ผ้าอ่อนตัว รีดได้ง่าย และเรียบเสมอกัน

4) ออกแรงกดเตารีดตามน้ำหนักของเตารีด เช่น เตารีดที่มีน้ำหนักมากจะใช้แรงกดน้อย เตารีดที่มีน้ำหนักน้อยจะใช้แรงกดมาก

5) ขณะรีดผ้าควรมีสมาธิมองดูเสื้อผ้าที่รีดตลอดเวลา ระมัดระวังไม่ให้เตารีดสัมผัสมือจนเกิดแผลพุพอง

5.3 ขั้นตอนการรีดเสื้อผ้า

การรีดเสื้อผ้าโดยทั่วไป มีขั้นตอนดังนี้

1) ปรับระดับอุณหภูมิที่ปุ่มควบคุมบนเตารีดให้เหมาะสมกับผ้าแต่ละชนิดที่จะรีด

2) เสียบปลั๊กเตารีดแล้วทดลองความร้อนกับผ้าด้านในโดยรีดบริเวณสาบเสื้อก่อนการรีดตัวเสื้อ หรือระหว่างที่รอให้เตารีดร้อน อาจรีดผ้าบาง ๆ เช่น ผ้าเช็ดหน้า เพื่อเป็นการประหยัดพลังงานไฟฟ้า

3) คลี่ผ้าที่ฉีดพรมน้ำแล้ววางไว้บนผ้ารองรีดหรือโต๊ะรองรีด จากนั้นรีดส่วนเล็ก ๆ ของตัวเสื้อก่อน เช่น คอ ปก แขน กระเป๋ ขอบกระโปรง ขอบกางเกง แล้วรีดตัวเสื้อ ตัวกระโปรง หรือตัวกางเกง โดยต้องรีดให้แห้งสนิท เพื่อป้องกันผ้าคิ่นตัว ซึ่งจะทำให้ผ้าไม่เรียบ

4) หมุนปุ่มควบคุมอุณหภูมิมาที่เลข 0 จากนั้นถอดปลั๊กเตารีดเมื่อใกล้รีดเสร็จ แล้วรีดผ้าบาง ๆ ได้อีกเล็กน้อย เพราะเมื่อถอดปลั๊กเตารีดยังมีความร้อนอยู่อีกระยะเวลาหนึ่ง

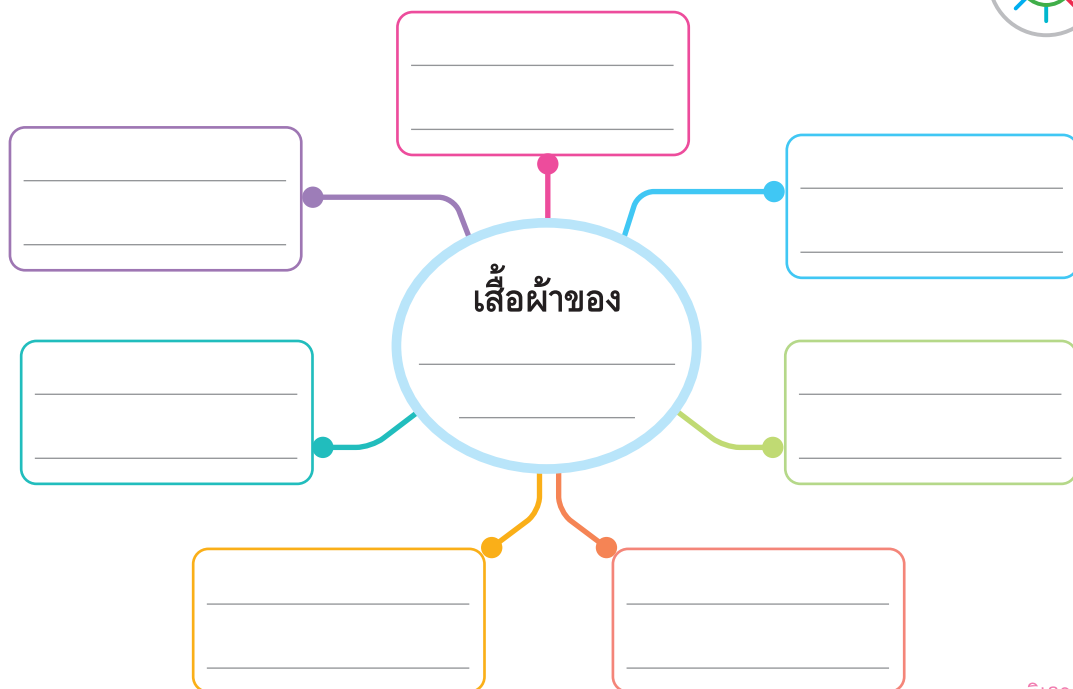


กิจกรรมที่

3

การเก็บเสื้อผ้า การพับเสื้อผ้า และการรีดเสื้อผ้า

- 1.+ นักเรียนสำรวจรวบรวมข้อมูลเสื้อผ้าของตนเอง ว่ามีเสื้อผ้าแบบใดบ้าง และบันทึกข้อมูลลงในแผนภาพความคิด



- 2.+ นักเรียนนำข้อมูลจากข้อ 1 มาจัดกลุ่มให้ถูกต้อง





3.+ นักเรียนอ่านสถานการณ์ แล้วตอบคำถาม

สถานการณ์ที่ 1

กล้วยเก็บเปลือกที่ตากลงในตะกร้า และปลดเปลือกที่แขวนออกจากไม้แขวนแล้ววางรวมกัน

สถานการณ์ที่ 2

ออมเก็บเปลือกโดยแยกเปลือกที่ตากพาดบนราวใส่ตะกร้าแห้ง และหิ้วเปลือกที่มีไม้แขวนไปแขวนเพื่อรอรีด

3.1 กล้วยเก็บเปลือกอย่างไร _____

3.2 ออมเก็บเปลือกอย่างไร _____

3.3 นักเรียนจะเก็บเปลือกตามวิธีของกล้วยหรืออม เพราะอะไร _____

3.4 การเก็บเปลือกของตนเองให้เรียบร้อยเสริมสร้างคุณลักษณะด้านใด

 ซื่อสัตย์

 ใฝ่เรียนรู้

 มีวินัย

 อยู่อย่างพอเพียง

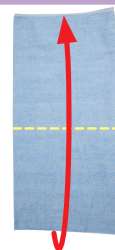
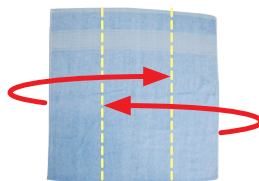
- 4.+ นักเรียนเรียงลำดับขั้นตอนการพับเสื้อผ้า โดยเขียนตัวเลข 1 2 3 ลงใน  ได้ภาพ



4.1



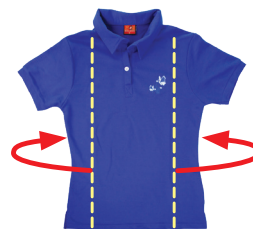
▲ ผ้าเช็ดตัว



4.2



▲ เสื้อ



4.3



▲ กางเกงชั้นใน



4.4



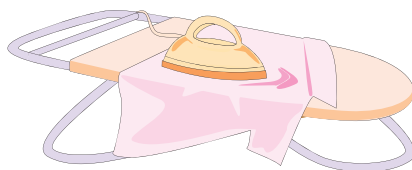
▲ กางเกงขาสั้น



5.+ นักเรียนศึกษาขั้นตอนการรีดเสื้อผ้า
แล้วตอบคำถาม



Start



5.1 เพราะเหตุใดต้องปรับอุณหภูมิเตารีดให้เหมาะสม
กับชนิดของเสื้อผ้าที่จะรีด

5.2 การรีดผ้าบาง ๆ เช่น ผ้าเช็ดหน้า ก่อนรีดเสื้อผ้าอื่นๆ
มีจุดประสงค์เพื่ออะไร

5.3 ถ้ารีดเสื้อผ้าที่ไม่แห้งสนิทจะเกิดผลอย่างไร

5.4 เพราะเหตุใดจึงควรถอดปลั๊กเตารีดก่อนรีดเสร็จ

Finish

- 6.+ นักเรียนฝึกปฏิบัติเก็บเสื้อผ้าและพับเสื้อผ้า
จากนั้นบันทึกผลลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป.5/2
ง 1.1 ป.5/3

แบบบันทึกการเก็บเสื้อผ้าและการพับเสื้อผ้า

1. นักเรียนเก็บเสื้อผ้าอะไรบ้าง _____
2. นักเรียนพับเสื้อผ้าอะไรบ้าง _____
3. ผลการพับเสื้อผ้าของนักเรียนเป็นอย่างไร
☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง
4. ถ้านักเรียนพับเสื้อผ้าได้ถูกวิธีจะเกิดผลดีอย่างไร _____

5. นักเรียนจะปรับปรุงการเก็บและพับเสื้อผ้าให้ดีขึ้นได้อย่างไร _____

- 7.+ นักเรียนฝึกปฏิบัติรีดเสื้อผ้าคนละ 1 ชิ้น
จากนั้นบันทึกผลลงในแบบบันทึก



ง 1.1 ป.5/2
ง 1.1 ป.5/4

แบบบันทึกผลการรีดเสื้อผ้า

1. นักเรียนรีดเสื้อผ้าอะไร _____
2. อุปกรณ์ที่ใช้ในการรีดเสื้อผ้าได้แก่สิ่งใดบ้าง _____

3. นักเรียนมีขั้นตอนการทำงานให้เป็นระบบอย่างไร _____

4. ผลงานการรีดเสื้อผ้าของนักเรียนอยู่ในระดับใด
☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง

5. นักเรียนจะรีดเสื้อผ้าให้ประหยัดพลังงานไฟฟ้าได้อย่างไร

6. นักเรียนจะปรับปรุงการรีดเสื้อผ้าให้เรียบขึ้นได้อย่างไร

8.+ นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่อง การซัก ตาก เก็บ พับ และรีดเสื้อผ้าอย่างถูกวิธี โดยตอบคำถามต่อไปนี้

การซัก ตาก เก็บ พับ และรีดเสื้อผ้าอย่างถูกวิธี จะส่งผลอย่างไร





แบบพัฒนาทักษะในการทำข้อสอบปรนัยเพื่อประเมินผลตัวชี้วัด

นักเรียนใช้ดินสอระบายลงใน ○ หน้าคำตอบ
ที่ถูกต้องให้เต็มวง

คะแนนเต็ม 10 คะแนน

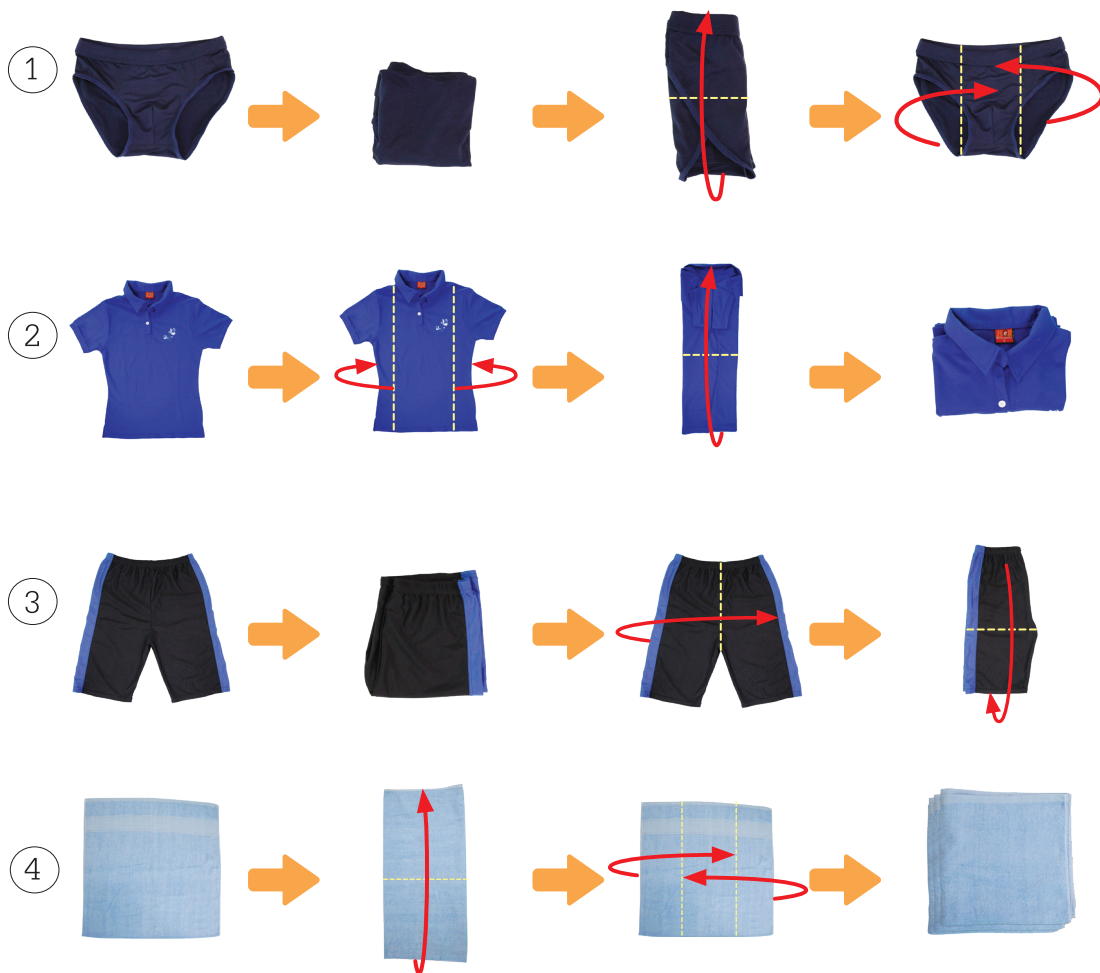
ได้ คะแนน



ง 1.1 ป.5/1
ง 1.1 ป.5/2
ง 1.1 ป.5/3
ง 1.1 ป.5/4

1. เพราะเหตุใดจึงใช้ด้ายสีเดียวกันกับเสื้อผ้าที่จะซ่อมแซม ง 1.1 ป.5/2
 - ① เพราะหาได้ง่าย
 - ② เพราะประหยัดค่าใช้จ่าย
 - ③ เพราะแข็งแรง ทนทาน
 - ④ เพราะกลมกลืน สวยงาม
2. การสอยช้อนด้ายประเมินผลงานจากสิ่งใด
 - ① เห็นเส้นด้ายน้อยที่สุด
 - ② เห็นเส้นด้ายมากที่สุด
 - ③ ใช้ด้ายสีเดียวกับเนื้อผ้า
 - ④ ผ้าเรียบตึงไม่ย่น
3. ถ้าใช้ตะขอรับและตะขอเกี่ยวต่างชุดกันจะเกิดผลอย่างไร ง 1.1 ป.5/2
 - ① ไม่สวยงาม
 - ② เกี่ยวกันไม่ได้
 - ③ เสื้อผ้าชำรุดง่าย
 - ④ หลุดจากกันได้ง่าย
4. เสื้อผ้าลักษณะใดที่ต้องใช้แปรงซักผ้าแทนการซักด้วยมือตามปกติ
 - ① เสื้อผ้าที่มีความอ่อนนุ่ม
 - ② เสื้อผ้าหนาที่มีคราบติดแน่น
 - ③ เสื้อผ้าที่มีเนื้อบางเบา
 - ④ เสื้อผ้าขนสัตว์
5. ถ้าพบป้ายสัญลักษณ์  บนเสื้อ ควรปฏิบัติอย่างไร ง 1.1 ป.5/4
 - ① ไม่ใช้น้ำยาฟอกขาว
 - ② ไม่ใช้ผงซักฟอก
 - ③ ไม่ปั่นผ้าให้แห้ง
 - ④ ไม่ใช้กับเครื่องซักผ้า
6. การเก็บเสื้อผ้าอย่างไรสะดวกต่อการนำไปเก็บและรีด ง 1.1 ป.5/4
 - ① แยกเก็บเสื้อผ้าที่ต้องรีดและไม่ต้องรีด
 - ② เก็บเฉพาะเสื้อผ้าที่ต้องรีดเพียงอย่างเดียว
 - ③ เก็บเสื้อผารวมกันทั้งที่ต้องรีดและไม่ต้องรีด
 - ④ เก็บเฉพาะเสื้อผ้าที่ไม่ต้องรีดเพียงอย่างเดียว
7. ข้อใดเป็นขั้นตอนการตากเสื้อผ้าที่ทำให้เสื้อผ้าสีไม่ซีด ง 1.1 ป.5/4
 - ① ใช้ไม้แขวนกับเสื้อผ้าทุกตัว
 - ② พาดไว้บนราวตากผ้าโดยไม่ใช้ไม้แขวน
 - ③ สะบัดเสื้อผ้า 2-3 ครั้งก่อนตาก
 - ④ กลับผ้าด้านในออกมาด้านนอกทุกตัว

8. ข้อใดเรียงลำดับขั้นตอนการพับเสื้อผ้าได้ถูกต้อง



9. ขั้นตอนใดในการรีดเสื้อผ้าที่ไม่ทำให้เสื้อผ้าไหม้ ง 1.1 ป.5/2

1. ฉีดพรมน้ำก่อนรีดทุกครั้ง
2. ออกแรงกดตามความหนาของผ้า
3. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ในการรีดให้พร้อม
4. ปรับอุณหภูมิให้เหมาะสมกับชนิดของผ้า

10. ขั้นตอนใดทำให้เสื้อผ้ารีดง่ายและเรียบขึ้น ง 1.1 ป.5/2

1. ฉีดพรมน้ำก่อนรีดทุกครั้ง
2. ออกแรงกดตามความหนาของผ้า
3. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ในการรีดให้พร้อม
4. รีดเสื้อผ้าหลังจากถอดปลั๊กไฟแล้ว 2-3 นาที



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

สงวนลิขสิทธิ์ หนังสือเล่มนี้ได้จดทะเบียนลิขสิทธิ์ถูกต้องตามกฎหมาย

website :
www.iadth.com



8 859764 306635

ราคา 95 บาท