

**แผนบูรณาการการจัดการเรียนรู้ฐานการเรียนรู้ตามโครงการโรงเรียนปลอดภัย
(Zoro Wate School) ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง**

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการเรียนรู้ที่ สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต

เรื่อง อาหารเพื่อสุขภาพ

เวลา 3 ชั่วโมง

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

มาตรฐาน ว. 1.1 เข้าใจความหลากหลายของสิ่งต่างทั้งมีชีวิตและไม่มีชีวิต ผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนิน การ สมบัติของการดำเนิน การ และนำไปใช้

ตัวชี้วัด ว 1.1 ป.1/1 จำแนกและบอกประโยชน์อาหารหลัก 5 หมู่ ได้

ตัวชี้วัด ว 1.1 ป.1/ เปรียบเทียบวัสดุอุปกรณ์ที่นำมาใช้ในการประกอบอาหารได้

1.สาระสำคัญ

อาหารมีหลากหลายชนิดสามารถจำแนกออกเป็น 5 หมู่อาหารแต่ละหมู่นั้นเป็นประโยชน์ต่อร่างกายทั้งสิ้นและอาหารแต่ละชนิดจะมีส่วนประกอบที่แตกต่างกัน ส่วนเศษอาหาร หรือวัสดุอุปกรณ์ที่นำมาใช้ประกอบอาหารนั้น สามารถนำมาคัดแยกขยะเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ได้อีกด้วย

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ (K)

1. บอกส่วนประกอบของอาหารได้
2. บอกชื่ออาหารหลัก5 หมู่ได้
3. บอกประโยชน์ของอาหารชนิดต่าง ๆ ได้

ด้านทักษะกระบวนการ (P)

1. เขียนผังความคิดได้
2. บอกวิธีขั้นตอนการคัดแยกขยะได้
3. ให้เหตุผลประกอบการตัดสินใจ และสรุปผลได้อย่างเหมาะสมกับวัย

ด้านคุณลักษณะ (A)

- 1) ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้
- 2) การอยู่อย่างพอเพียง

ด้านสมรรถนะ (C)

1)นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

3. สารการเรียนรู้(3 ชั่วโมง)

อาหารหลัก 5 หมู่ หมู่ 1 โปรตีน (เนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่ว) หมู่ 2 คาร์โบไฮเดรต (ข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน) หมู่ 3 เกลือแร่หรือแร่ธาตุ (พืชผัก) หมู่ 4 วิตามิน (ผลไม้) หมู่ 5 ไขมัน (ไขมันจากพืชและสัตว์)

4. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

- 1) ครูถามคำถามนักเรียน เพื่อกระตุ้นความสนใจเช่น นักเรียนทานอะไรในวันนี้
- 2) ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับอาหารที่นักเรียนรับประทาน (แกงจืด)
- 3) ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นของคำตอบจากคำถามข้างต้น

ขั้นจัดกิจกรรมการเรียนรู้

จัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้ร่วมกัน(Active Learning) ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1) ขั้นสร้างความสนใจ

- ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวอาหารหลัก 5 หมู่ แต่ละหมู่จะมีประโยชน์ที่ต่างกัน
- ครูอธิบายเชื่อมโยงจากคำตอบของนักเรียนว่า(แกงจืด) ตำลึง เป็น ผัก (ให้เกลือแร่และวิตามิน) วุ้นเส้น เป็นแป้ง (ให้คาร์โบไฮเดรต) เนื้อ หมู เป็นเนื้อ (ให้โปรตีน) กระเทียมเจียม (ให้ไขมัน)

2) ขั้นสำรวจและค้นหา

- 1) แบ่งนักเรียนกลุ่มละ 4 - 5 คน ปฏิบัติกิจกรรม สำรวจอาหารในบริเวณโรงเรียน และ เขียนชื่อ และวาดภาพสิ่งที่
- 2) ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทดลองแยกส่วนประกอบของอาหารที่นักเรียนสำรวจมาได้
- 3) ครูคอยแนะนำ ช่วยเหลือนักเรียนขณะปฏิบัติกิจกรรม โดยครูเดินดูรอบ ๆ ห้องเรียน และเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนซักถามเมื่อมีปัญหา

3) ขั้นอธิบายและสรุป

ครูอธิบายเชื่อมโยงจากคำตอบของนักเรียนว่า เราสามารถแยกส่วนประกอบอาหารออกเป็น 5 หมู่ ครูนำภาพอาหารหลัก 5 หมู่และให้นักเรียนดูวีดิทัศน์ หมู่ 1 โปรตีน (เนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่ว)

หมู่ 2 คาร์โบไฮเดรต (ข้าว แป้ง น้ำตาล ผีอก มัน)

หมู่ 3 เกลือแร่หรือแร่ธาตุ (พืชผัก)

หมู่ 4 วิตามิน (ผลไม้)

หมู่ 5 ไขมัน (ไขมันจากพืชและสัตว์)

4). ขั้ขยายความรู้

1) ครูแนะนำนักเรียนว่า เมื่อนักเรียนเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ เช่นตลาดหรือที่ต่าง ๆ ให้นักเรียนลองสังเกตลักษณะอาหารต่าง ประกอบไปด้วยอะไรบ้างเช่น และให้นักเรียนช่วยวิเคราะห์ว่า อาหารแต่ละชนิดประกอบด้วยอะไรบ้างและจำแนกอยู่ในหมู่อาหารประเภทใดและมีประโยชน์อย่างไร เช่น หมู่ 1 โปรตีน (เนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่ว) ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต หมู่ 2 คาร์โบไฮเดรต (ข้าว แป้ง น้ำตาล ผีอก มัน) ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ หมู่ 3 เกลือแร่หรือแร่ธาตุ (พืชผัก) ช่วยให้ระบบร่างกายต่างๆเป็นปกติ หมู่ 4 วิตามิน (ผลไม้) ช่วยให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ หมู่ 5 ไขมัน (ไขมันจากพืชและสัตว์) ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย

2) นักเรียนร่วมกันสรุปเป็นแผนผังความคิด

5) ขั้ประเมิน

ครูตรวจสอบความเข้าใจของนักเรียนจากแผนผังความคิด

ครูทดสอบความเข้าใจของนักเรียน โดยการให้ตอบคำถามในใบงาน

5. ขั้สรุป

1) ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการจำแนกประเภทอาหารหลัก 5หมู่โดยร่วมกันเขียนเป็นแผนผังความคิดหรือผังมโนทัศน์

2) ครูให้นักเรียนเตรียมประเด็นคำถามที่สงสัยอย่างน้อยคนละ1 คำถาม เพื่อนำมาอภิปราย ร่วมกันในชั้นเรียนครั้งต่อไป

3) ครูนำภาพอาหารหลัก 5 หมู่และให้นักเรียนดูวีดิทัศน์อีกครั้ง

หมู่ 1 โปรตีน ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต

หมู่ 2 คาร์โบไฮเดรต ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ

หมู่ 3 เกลือแร่หรือแร่ธาตุ ช่วยให้ระบบร่างกายต่างๆเป็นปกติ

หมู่ 4 วิตามิน ช่วยให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ

หมู่ 5 ไขมัน ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย

6. การวัดแลประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
ตรวจผลงาน	ใบงาน	ร้อยละ 60 ผ่านเกณฑ์
สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตความมีวินัย ใฝ่เรียนรู้ และ มุ่งมั่นในการทำงาน	แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์

7. กิจกรรมเสนอแนะ

นอกจากอาหารมีประโยชน์คนและยังมีประโยชน์กับสิ่งใดบ้าง ให้นักเรียนไปค้นคว้าสืบเสาะหาความรู้ร่วมกัน

8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- วีดิทัศน์อาหารหลัก 5 หมู่
- รูปภาพอาหารหลัก 5 หมู่
- ใบกิจกรรมที่ สํารวจอาหารในบริเวณโรงเรียน
- ใบกิจกรรมที่ แผนผังความคิด
- วีดิทัศน์

บันทึกหลังการจัดกิจกรรม

ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

แนวทางการพัฒนา

.....

.....

.....

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้.....
แนวทางแก้ไข.....

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน.....
เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้.....

ลงชื่อ..... ผู้บันทึก

(นางสาวชดา สายทอง)

รายการอาหารที่เรารับประทานในแต่ละวัน

ใบงานที่

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

รายการอาหาร
ในแต่ละวันที่รับประทาน
ในโรงเรียน

.....
.....

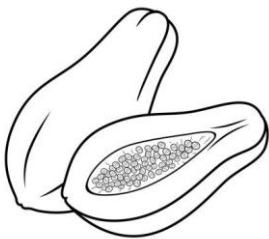
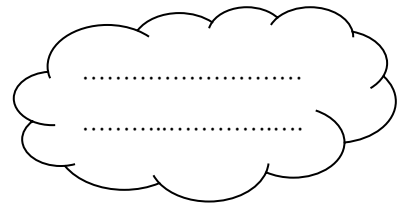
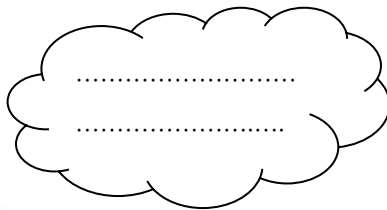
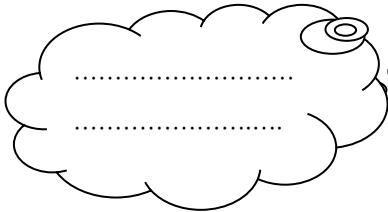
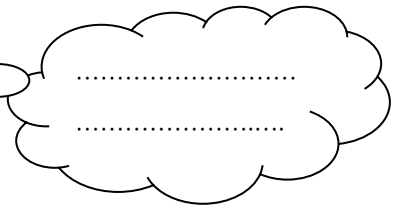
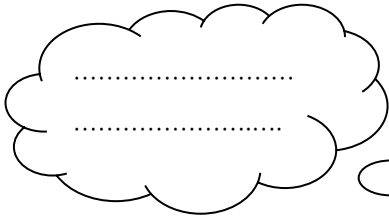
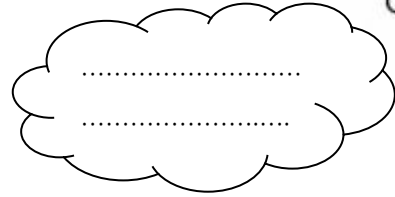
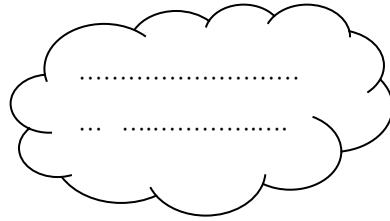
.....
.....

.....
.....

.....
.....

ขยะที่ได้จากการรับประทานอาหาร
ในแต่ละวันในโรงเรียน

ใบงานที่



.....
.....

การคัดแยกขยะที่นักเรียนรับประทานในโรงเรียน

ใบงานที่

