

บัตรคำแบบประเมิน

ความพร้อมในการเรียนรู้
และฝึกทักษะการใช้ภาษาไทย

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

1



คำชี้แจง

ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

1. การอ่าน เขียน คำศัพท์
 - การอ่านคำศัพท์
 - การอ่านเครื่องหมาย และ สัญลักษณ์
 - การเขียนคำศัพท์
2. การใช้ประโยคเพื่อการสื่อสาร
 - ชนิดของคำ
 - เจตนาของประโยค
3. การวิเคราะห์
 - ถาม - ตอบ
 - ตัดสินใจ
 - เหตุผล
 - นำไปใช้



วิธีการการประเมิน

ความพร้อมในการเรียนรู้ และฝึกทักษะการใช้ภาษาไทย
ระดับมัธยมศึกษา

ทักษะการอ่าน

check การรู้ส่วนประกอบของคำ ซึ่งเป็นหัวใจของการอ่าน
และ การเข้าใจความหมาย ระหว่างรูปภาพกับตัวเขียน

- ประเมินการอ่านออก = อ่านคำได้ถูกต้อง
- ประเมินการอ่านคล่อง = อ่านคำได้ถูกต้องตามเวลาที่กำหนด



ให้นักเรียนอ่านตามคำบอกตามคำศัพท์ในบัตรคำที่
ละโครงสร้างจนครบโดยคุณครูตรวจความถูกต้อง
ของการออกเสียง และจับเวลา
(1 พยางค์ เท่ากับ 1 วินาที)



ให้นักเรียนจับคู่รูปภาพกับ
คำตอบที่ถูกต้อง

1

การใช้ประโยคเพื่อการสื่อสาร

check ความเข้าใจชนิดของคำ โครงสร้างของประโยค
ชนิดของประโยค



ชนิดของคำและเจตนาประโยค
ให้นักเรียนนำหมายเลขมาใส่ใน
ช่องว่างให้ถูกต้อง

3

โครงสร้างของประโยคให้นักเรียนอ่าน
ประโยคและตอบให้คำถามให้ถูกต้อง



ทักษะการเขียน

check การเขียนคำครบทุกองค์ประกอบ 4 ส่วน
พยัญชนะ ตัวสะกด สระ วรรณยุกต์

2

- ประเมินการเขียน = สะกดคำ
- ประเมินการเขียนคล่อง = สะกดคำถูกต้องตามเวลาที่กำหนด

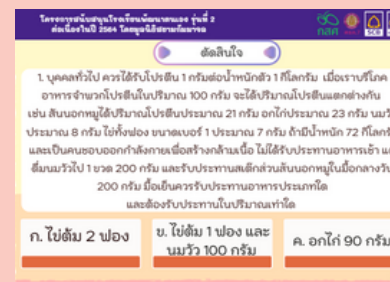
ให้นักเรียนเขียนตามคำบอกตามคำ
ศัพท์ในบัตรคำที่ละโครงสร้างจนครบ
โดยคุณครูตรวจความถูกต้องของ
การสะกด และจับเวลา
(1 พยางค์ เท่ากับ 1 วินาที)



4

การคิดวิเคราะห์

check ความเข้าใจในเรื่องของการวางเงื่อนไข
ข้อเท็จจริง และข้อคิดเห็น ตามระดับขั้นการคิดวิเคราะห์



ให้นักเรียนอ่านโจทย์
และตอบคำถามให้ถูกต้อง

ตอนที่

1

การประเมินทักษะ การอ่าน เขียน คำศัพท์

- การอ่านคำศัพท์
- การอ่านเครื่องหมาย และ สัญลักษณ์
- การเขียนคำศัพท์



ตอนที่ 1.1

การอ่านคำศัพท์

1. แม่ ก กา
2. มาตราตัวสะกด ตรงตามมาตรา
3. มาตราตัวสะกด ไม่ตรงตามมาตรา
4. คำบรร , ร หั้น , ร ออน
5. คำควบกล้ำ
6. อักษรนำ
7. เรียงพยางค์
8. การรันต์
9. ทับศัพท์
10. คำย่อ
11. อักษรย่อ
12. ราชาศัพท์
13. คำไวพจน์
14. สำนวน / พังเพย/สุภาพ



การอ่านคำ

แม่ ก กา

สารคดี

เจียรระไน

ไขส้อ

เปาะเป็ย

การอ่านคำ

มาตราตัวสะกด ตรงตามมาตรา

ลูกเด็ดยอบแห้ง

งวงช้างน้อย

หวงแห่นแสนรัก

ดวงดาวเดี่ยวดาย

การอ่านคำ

มาตราตัวสะกด ไม่ตรงตามมาตรา

บิณฑบาต

สัญชาติญาณ

เพชรฆาต

เกศราตุ

การอ่านคำ

คำบรรร , ร หั้น , ร ออน

บรรรยาภาค

อรรณรส

จักรพรรดิ

อาวรรณ

การอ่านคำ

คำควบกล้ำ

กระทรวง

ตรอมตรม

มะขวิด

กลับกลอก

การอ่านคำ

อักษรนำ

ขะมักเขม้น

อะลุ่มอล่วย

หูดหวีด

แห่ลกลาญ

การอ่านคำ

เรียงพยางค์

กษาปณ์

สุวรรณาส

ภาควันต์

อนารยชน

การอ่านคำ

การเริ่มต้น

รัตนโกสินทร์

กาญจกบัง

นักขัตฤกษ์

ทรลักษณ์

การอ่านคำ

ทับศัพท์

วอลเลย์บอล

คัพเวออร์

วิปิงครีม

ชาร์จเจอร์

การอ่านคำ

คำย่อ

ทูลเกล้าฯ

สิ้นเกล้าฯ

อุปฯ

โปรดเกล้าฯ

การอ่านคำ

อักษรย่อ

ย่อมาจากคำว่า ?

ดร.

พ.ศ.

ม.ค.

กม.

การอ่านคำ

ราชาศัพท์

พระชนก

เสวย

ทอดพระเนตร

พระราชประสงค์

การอ่านคำ

สำนวน / พังเพย / สุภาษิต

ทำดีได้ดี
ทำชั่วได้ชั่ว

กินบนเรือน
ขี้บนหลังคา

ขิงก็รา ข่าก็แรง

เรือล่มในหนอง
แล้วทองจะไปไหน

ตอนที่
1.2

การอ่าน เครื่องหมายและสัญลักษณ์

- 1. เครื่องหมายการค้า
- 2. เครื่องหมายอาชีพ
- 3. เครื่องหมายจราจร
- 4. เครื่องหมายความปลอดภัย
- 5. สัญลักษณ์สาธารณะ
- 6. สัญลักษณ์ลัทธิมนุษยชน
- 7. สัญลักษณ์สากล



การอ่านคำ



เครื่องหมายการค้า

เครื่องหมายมาตรฐาน
อาหารและยา

เครื่องหมายมาตรฐาน
ผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม

เครื่องหมายมาตรฐาน
องค์กระหว่างประเทศ

การอ่านคำ



เครื่องหมายอาชีพ

ครู

แพทย์

ทนายความ

เครื่องหมายจราจร

การอ่านคำ



ป้ายห้ามเข้า

ป้ายหยุด

ป้ายห้ามจอด

การอ่านคำ

เครื่องหมายความปลอดภัย



ระวังอันตราย

ระวังวัสดุไวไฟ

ระวังอันตรายจากสารเคมี

การอ่านคำ

สัญลักษณ์ สาธารณะ

ทางเข้า

ทางออกฉุกเฉิน

ทางเลื่อน



การอ่านคำ



สัญลักษณ์ลัทธินุชยุชน

สัญลักษณ์คนตาบอด

สัญลักษณ์ผู้สูงอายุ

สัญลักษณ์คนพิการ

การอ่านคำ



สัญลักษณ์สากล

วันสตรีสากล

วันอนามัยโลก

วันกาชาดสากล

ตอนที่ 1.3

การเขียนคำศัพท์

1. แม่ ก กา
2. มาตราตัวสะกด ตรงตามมาตรา
3. มาตราตัวสะกด ไม่ตรงตามมาตรา
4. คำบรร , ร หั้น , ร ออน
5. คำควบกล้ำ
6. อักษรนำ
7. เรียงพยางค์
8. การรันต์
9. ทับศัพท์
10. คำย่อ
11. อักษรย่อ
12. ราชาศัพท์
13. คำไวพจน์
14. สำนวน / พึงเพย/สุภาพ





แม่ ก กา

ถือวิสาสะ

เสนาบดี



การเขียนคำ



มาตราตัวสะกด
ตรงตามมาตรา

พ้องแผ้ว

จุดซ่อนนเร้น



การเขียนคำ



มาตราตัวสะกด
ไม่ตรงตามมาตรา

พิศวาส

บทบัญญัติ



การเขียนคำ

คำบรรร , ร หั้น , ร ออน

สังจจร

บรรรดาค้กด้



การเขียนคำ

คำควบกล้ำ

สรรเสริญ

พรอดพรอด



อักษรนำ

หวาดหว้าน

ขมุกขมัว



การเขียนคำ

เรียงพยางค์

สถาปนิก

จริยวัตร



การ์นต์



รามเกียรติ์

มัธยัสถ์



ทับศัพท์

สแกน

แคลเซียม





คำย่อ

กรุงเทพฯ

กองเสมียนตรา ฯ





อักษรย่อ

ย่อมาจากคำว่า ?

นศท.

บ.โท



ราชาศัพท์

พระบรมราชาโชวาท

ฉลองพระเนตร



การเขียนคำ

สำนวน/พังเพย/สุภาพซีต

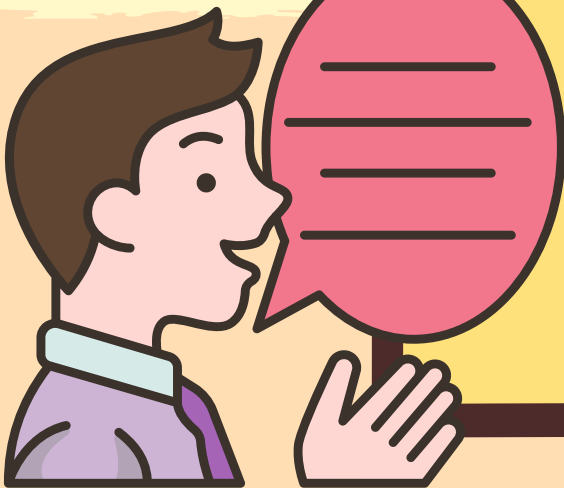
เห็นกงจักร
เป็นดอกบัว

เสียน้อยเสียยาก
เสียมากเสียง่าย

ตอนที่ 2

การใช้ประโยชน์เพื่อการสื่อสาร

- ชนิดของคำ
- โครงสร้างประโยค
- เจตนาประโยค

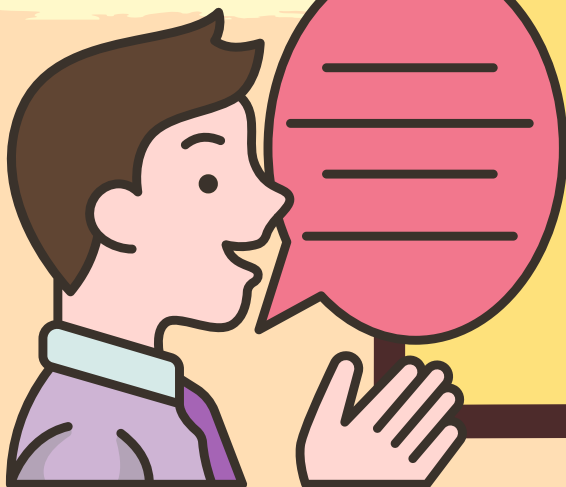


ตอนที่
2.1

ชนิดของคำ

1. นาม
2. สรรพนาม
3. กริยา
4. วิเศษณ์

5. บุพบท
6. ลัษณะ
7. อุทาน



ชนิดของคำ

คำสั่ง : อ่านเนื้อเรื่องและเติมหมายเลขชนิด
ของคำในตารางให้ถูกต้อง

1. นาม 2.สรรพนาม 3.กริยา 4.วิเศษณ์ 5.บุพบท 6.คำเชื่อม 7.อุทาน

นักบินอวกาศบินสำรวจการโคจรของดวงจันทร์พบว่า
ดวงจันทร์เคลื่อนตัวเร็วขึ้น ในรอบ10ปี

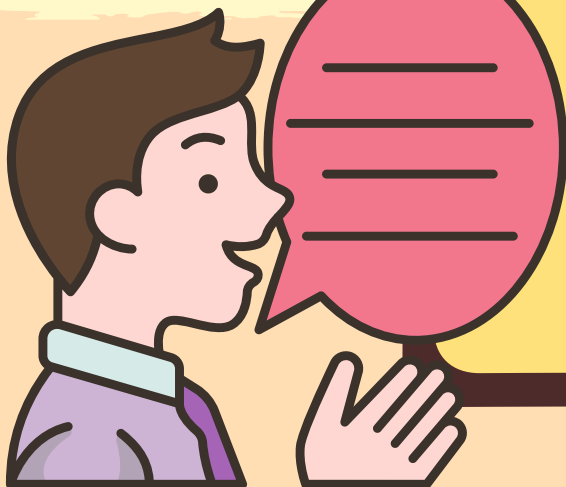
เนื้อเรื่อง	นักบินอวกาศ	บินสำรวจ	การโคจร	ของ	ดวงจันทร์	พบว่า	ดวงจันทร์	เคลื่อนตัว	เร็วขึ้น	ใน	รอบ10ปี
หมายเลข	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____

ตอนที่
2.2

โครงสร้างประโยค

ภาคประธาน

ภาคแสดง



โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

1. ฝูงนกพิราบบินกลับรัง
ตอนใกล้ค่ำ

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

2. เพื่อนของฉัน
เสียใจร้องไห้ที่แมวตัวโปรดตาย

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

3. นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เตรียมตัวสอบปลายภาค

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

4. ลุงป่า น้ำ อา ชวนกันไปออก
กำลังกายที่สวนสาธารณะใกล้บ้าน

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

5. คุณพ่ออยู่อยู่กับการทำสีบ้าน

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

6. ตกเย็น เด็ก ๆ ในหมู่บ้าน
จะชวนกันมานั่งเล่นริมน้ำ

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

7. แมวสีดำ วิ่งไล่จับหนูตัวเล็ก
อย่างรวดเร็ว

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

8. ทุกคนในครอบครัว
ช่วยกันทำงานบ้าน

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

9. กลุ่มเกาหลีสุดหล่อ
แอบมองสาวไทยแสนสวย

ภาคประธาน

ภาคแสดง

โครงสร้างประโยค

คำสั่ง : คำที่ขีดเส้นใต้ เป็นภาคใดของประโยค

10. หนังสือเรื่องลี้ปะเทรอด
สร้างรายได้กว่า 600 ล้านบาท

ภาคประธาน

ภาคแสดง

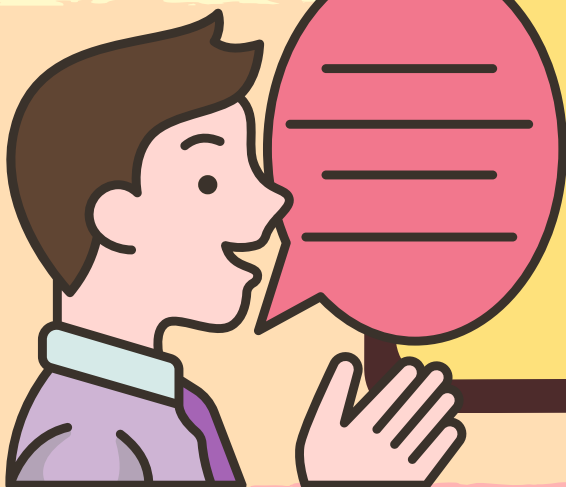
ตอนที่ 2.3

เจตนาประโยค

1. แจ้งให้ทราบ

2. ถามให้ตอบ

3. บอกให้ทำ



เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยชน์

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถาามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

----	กรุณาใช้เสียงเบาๆในห้องสมุด
------	-----------------------------

เจตนาประโยค

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้งให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

-----	2. การตะโกน ไอ หรือจาม อาจทำให้สาร คัดหลั่งที่ปนเปื้อนเชื้อโรคกระจาย ได้ไกลกว่า 2 เมตร
-------	--

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1 , 2 , 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้งให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

----	3. ทำไม เธอไม่ไปทัศนศึกษากับพวกเรา
------	------------------------------------

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยชน์

1. แจ้งให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

4. ปิดไฟและปิดลมทุกครั้ง
ก่อนออกจากห้องเรียน

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยชน์

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถาามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

----	5. เราไม่ได้ติดต่อกันมากกว่า 3 เดือนแล้ว
------	--

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1 , 2 , 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

-----	6. คุณพ่อไปทำงานมาเหนื่อยไหมคะ
-------	--------------------------------

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

---	7. หนังสือเยอะแยะไปหมดเลย ไม่รู้จะอ่านเล่มไหนก่อนดี
-----	--

เจตนาประโยค

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

----	8. ช่วยลบกระดานให้ครูหน่อย
------	----------------------------

เจตนาประโยชน์

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้างให้ทราบ 2. ถาามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

-----	9. ร้านชาบูที่เปิดใหม่ ข้างโรงเรียน ถูก และ อร่อยมาก
-------	---

เจตนาประโยค

คำสั่ง : ใส่เลข 1, 2, 3 ตามเจตนาของประโยค

1. แจ้งให้ทราบ 2. ถามให้ตอบ 3. บอกให้ทำ

-----	10. รบกวนเก็บรองเท้า ให้เป็นระเบียบด้วย ขอขอบคุณ
-------	---

ตอนที่

3

การประเมินทักษะ การคิดวิเคราะห์

- ถ้าม - ตอบ
- เหตุผล
- ตัดสินใจ
- นำไปใช้



ตอนที่
3.1

ถาม - ตอบ

คำสั่ง : อ่านเนื้อเรื่อง และตอบคำถาม ข้อ 1 - 5

วิธีการการแปรงฟันให้สะอาด ได้แก่ 1.วางแปรงสีฟัน
ทำมุม 45 องศา บริเวณรอยต่อระหว่างเหงือกและฟัน 2. ถูแปรงสีฟันไป
มาในช่วงสั้นๆ เบาๆ ตามแนวฟันและเหงือก 3. แปรงให้ครบ 3 ด้าน ได้แก่
ด้านนอก ด้านใน ด้านบดเคี้ยว 4. แปรงลิ้น และกระพุ้งแก้ม เพื่อขจัดคราบ
จุลินทรีย์ และกลิ่นปาก

นอกจากนี้ควรแปรงฟันอย่างน้อย 2 ครั้งต่อวัน คือ ช่วงเช้า และ
ก่อนเข้านอน ครั้งละ 2 นาที เพื่อสุขอนามัย ความสะอาดในช่องปาก ขจัด
คราบจุลินทรีย์ออกจากฟัน เพื่อป้องกันฟันผุ

และยาสีฟันที่เลือกใช้ ควรจะต้องมีส่วนผสมของฟลูออไรด์ โดย
แนะนำให้ใช้ที่ความเข้มข้น 1000 ppm สำหรับเด็กและผู้ใหญ่

ถาม – ตอบ

1. เนื้อเรื่องข้างต้นกล่าวถึงเรื่องใดเป็นสำคัญ

ก. วิธีการ
แปร่งฟื้นให้
สะอาด

ข. วิธีการเลือก
เวลาในการ
แปร่งฟื้น

ค. วิธีการเลือก
ชื่อยาสีฟัน

ถาม – ตอบ

2. ส่วนใดที่ไม่ได้กล่าวถึงในการแปรงฟัน

ก. กระจับปี่

ข. เหม็ง

ค. ลิ่นไก่

ถาม – ตอบ

3. เด็กควรใช้ยาที่มีความเข้มข้นของฟลูออไรด์เท่าไร

ก. 10

ข. 100

ค. 1000

ถาม – ตอบ

4. การแปรงฟัน 1 ครั้ง ควรใช้เวลาเท่าไร

ก. 2 นาที

ข. 5 นาที

ค. ตามเวลาที่
ต้องการ

ถาม – ตอบ

5. การแปรงฟันให้สะอาดมีประโยชน์อย่างไร

ก. ไม่มีกลิ่นปาก
และป้องกันฟันผุ

ข. ช่วยให้บดเคี้ยว
อาหารได้ละเอียด
มากขึ้น

ค. เพื่อให้ฟันขาว
สะอาด เรียงตัว
สวยขึ้น

ตอนที่
3.2

ตัดสิ้นใจ

ตัดสินใจ

1. ปลามีอาการปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย และปลาสาวบอย จึงค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตพบว่าอาการดังกล่าวเป็นสัญญาณของโรคมะเร็งปากมดลูกให้รีบไปพบแพทย์ โดยด่วน ปลาไปปรึกษาป้า ๆ แนะนำให้ปลาทานสมุนไพรที่ตนเคยทานแล้ว อาการดีขึ้น โดยไม่ต้องเสียเงิน

จากสถานการณ์ข้างต้นปลาควรตัดสินใจอย่างไร

ก. ไม่ไปพบแพทย์ เนื่องจากคำแนะนำจากอินเทอร์เน็ตไม่สามารถเชื่อถือได้ทั้งหมด ต้องใช้เวลาหาข้อมูลเพิ่มเติม

ข. ปลาควรรีบไปพบแพทย์ เพื่อที่แพทย์จะได้วินิจฉัยและรักษาอย่างทันที่ และมีโอกาสหายขาดมากขึ้น

ค. ไม่ไปพบแพทย์ และลองทานสมุนไพรของป้านิดเพื่อรักษาอาการด้วยตนเอง เนื่องจากป้านิดเคยใช้และหายจริง และวิธีนี้ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายได้

ตัดสินใจ

2. ชมพู่ชอบวาดรูป ระบายสี ตั้งแต่เด็ก ชมพู่มีความสุขและผ่อนคลายทุกครั้งที่ได้วาดรูป ชมพู่ฝันที่จะเป็นศิลปินในอนาคต แต่พ่อและแม่ของชมพู่อยากให้ชมพู่เป็นหมอ เพราะชมพู่เรียนเก่ง ผลการเรียนดี ถ้าตั้งใจ ก็น่าจะสอบเข้าแพทย์ได้ ท่านจึงให้ชมพู่เรียนสายวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ แต่ชมพู่ไม่ได้อยากเรียนสายการเรียนดังกล่าว

จากสถานการณ์ถ้านักเรียนเป็นชมพู่ นักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร

ก. ทำตามใจพ่อแม่ เพื่อให้ท่านสบายใจ เพราะสายการเรียนที่ท่านเลือก ก็ดี

ข. โทกพ่อแม่กับแม่ว่าจะเรียนสายวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ แต่ความจริงแอบไปสมัครอีกสายการเรียนที่ตนเองสนใจ

ค. ตัดสินใจไปคุยกับพ่อแม่และแม่ตามตรงว่าตนเองไม่ได้อยากสอบเข้าแพทย์ บอกเล่าความฝันและคุยกันด้วยเหตุผล

ตัดสินใจ

3. ครูประจำชั้นเลือกให้ เป็นหนึ่ง เป็นหัวหน้าห้อง เพราะเป็นหนึ่ง เรียนดี มีความประพฤติเรียบร้อย แต่นักเรียนบางส่วนในห้องไม่เห็นด้วยที่ครูเลือก เป็นหนึ่ง เพราะเป็นหนึ่ง ไม่กล้าแสดงออก ไม่เหมาะที่จะเป็นหัวหน้าห้อง

ถ้านักเรียนเป็นเป็นหนึ่งนักเรียนจะตัดสินใจอย่างไร

ก. เลือกตั้งหัวหน้าห้องใหม่ ให้ทุกคน มีสิทธิ์เลือก หัวหน้าห้องของตนเอง โดยยึดหลักประชาธิปไตย

ข. เป็นหัวหน้าต่อ โดยไม่สนใจ คำท้วงติง เพราะ คนที่ครูเลือก ถือว่าเหมาะสม ที่สุดแล้ว

ค. สละสิทธิ์ ไม่เป็นหัวหน้าห้องเพราะ หัวหน้าห้อง ต้องเป็นคนเก่ง และกล้าแสดงออก

ตัดสินใจ

4. มาตาลดา รู้ว่าการแยกขยะ ช่วยลดปริมาณขยะได้ เพราะ ขยะบางอย่าง นำกลับมารีไซเคิลได้ ดังนั้นถ้า แยกขยะจำทำให้เหลือขยะที่ต้องกำจัดน้อยลง ขยะบนโลกก็จะลดลงด้วย มาตาลดา รู้และทุกคนก็รู้เรื่องนี้ แต่ไม่เห็นมีใครให้ความสำคัญกับการแยกขยะเลย ยิ่งคงทิ้งกันตามสะดวก

ถ้านักเรียนเป็นมาตาลดา นักเรียนจะอย่างไร เพราะเหตุใด

ก. ไม่แยกขยะแล้ว เพราะ
แยก ไปคนอื่น ๆ
ก็ไม่แยกอยู่ดี

ข. ไม่แยกขยะแล้ว
เพราะ
ขี้เกียจแยกเช่นกัน และคิด
ว่าถ้าตนไม่แยกอีกคน
ก็คงไม่เป็นไร

ค. แยกขยะต่อไป
เริ่มที่ตัวเราก่อน
และค่อยๆ ชวนคนรอบ
ข้างทำตาม

ตัดสินใจ

5. โอมดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทุกวัน วันละ 2 กระป๋อง เพราะทำงานกลางแจ้ง ต้องใช้พลังงานมาก การดื่มน้ำอัดลมที่มีรสชาติหวานและซ่าทำให้รู้สึกสดชื่น มีแรงในการทำงานต่อ แต่น้ำอัดลม 1 กระป๋อง มีปริมาณน้ำตาลประมาณ 8.5 ช้อนชา ซึ่งคนเราไม่ควรบริโภคน้ำตาลเกิน 6 ช้อนชาในหนึ่งวัน ถ้านักเรียนเป็นโอมนักเรียนจะทำอย่างไร

ก. ดื่มเหมือนเดิม
เนื่องจากดื่มน้ำอัดลมแล้ว
สดชื่น มีแรงในการทำงาน
หารายได้

ข. ค่อย ๆ ลดการดื่มลง
เพราะ คำนึงถึงเรื่อง
สุขภาพในระยะยาว

ค. เลิกดื่มทันที แต่รับ
ประทานของหวานอื่น ๆ
เพื่อเพิ่มพลังงานแทน

ตอนที่
3.3

เหตุผล

เหตุผล

1. ชะเอมมีเงินเก็บอยู่ 2,000 บาท ชะเอมได้เงินจากผู้ปกครองสัปดาห์ละ 700 บาท ชะเอม จะซื้อ รองเท้าใหม่ เนื่องจากรองเท้าที่มี กำลังจะตกรุ่นแล้ว รองเท้าที่อยากได้ราคา 500 บาท แต่ชะเอมไม่ อยากนำเงินเก็บมาใช้เนื่องจากอยากเก็บไว้ใช้ในยามจำเป็นมากกว่า ชะเอมจึงตัดสินใจอดอาหาร 2 มื้อ และทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในอาหารมื้อเย็นเท่านั้น โดยที่ผู้ปกครองไม่ทราบ การกระทำของชะเอมสมควรหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. ไม่สมควร เพราะรองเท้า รุ่นใหม่ล่าสุดยังไม่ใช้สิ่งของที่ จำเป็น และการอดอาหาร จะ ทำให้ร่างกายรับสารอาหารไม่ เพียงพอ ส่งผลเสียต่อสุขภาพ ในระยะยาว

ข. ไม่สมควร เพราะชะเอม มีจำนวนเงินเก็บเพียงพอ ต่อการซื้อรองเท้าคู่อื่นๆ ไม่จำเป็นต้องอดอาหาร

ค. สมควร เพราะเงินเก็บ ควรใช้ในยามจำเป็น เมื่อได้ เงินซื้อรองเท้าเต็มจำนวน ค่อยกลับมาทานอาหารครบ 3 มื้อ เหมือนเดิมก็ได้

เหตุผล

2. ปิง เป็นหัวหน้าแผนกในบริษัทที่มีชื่อเสียง ทุกคนเคารพนับถือและรักปิงเป็นอย่างมาก ปิงเป็นคนใจดี มีเมตตา เลี้ยงอาหารและคอยซื้อของฝากน้อง ๆ ในแผนกเสมอ แต่ในความเป็นจริงแล้ว ปิงเป็นหนี้ธนาคารจำนวนมาก แต่กลัวว่าตนจะไม่ได้รับการยอมรับในสังคม จึงปฏิบัติตนตามพฤติกรรมดังกล่าว เพื่อให้รุ่นน้องและคนรอบข้างรักและเคารพตน พฤติกรรมของปิงสมควรหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. สมควร เพราะ เงินหาเมื่อใดก็ได้ แต่หน้าตาและการได้รับการยอมรับจากสังคมสำคัญกว่า

ข. ไม่สมควร เพราะ ถ้าเป็นหนี้ควรวางแผนการเงินให้เหมาะสม และเงินไม่ใช่เหตุผลสำคัญที่ทำให้คนรักและเคารพ แต่ผลงานการทำงานคือสิ่งที่สำคัญ

ค. สมควร เพราะ การปฏิบัติตัวดีกับทุกคนในแผนกจะทำให้ได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง

เหตุผล

3. แอมนัดกับกลุ่มเพื่อนตอนประณมที่ไม่ได้เจอกันนานไปเที่ยว ซึ่งโอกาสนัดรวมตัวกันแบบนี้มีน้อยมาก ก่อนวันไปเที่ยวแอมเริ่มมีอาการปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ เมื่อยตัว และเริ่มเจ็บคอ อาการคล้ายการติดเชื้อโควิด-19 เมื่อตรวจ ATK แล้วไม่พบเชื้อ แอมจึงตัดสินใจไปเที่ยวกับกลุ่มเพื่อนตามเดิม การตัดสินใจของแอมสมเหตุสมผลหรือไม่

ก. สมเหตุสมผล
เพราะ ไม่ได้เจอเพื่อนมานานมาก และโอกาสนัดเจอกันยากมาก หากมีโอกาสควรรีบคว้าไว้

ข. ไม่สมเหตุสมผล
เพราะ ตอนที่ตรวจ ATK อาจยังเป็นช่วงที่เชื้อกำลังรอพักตัว จึงไม่พบเชื้อ ถ้าเป็นโควิด-19 จริงก็จะแพร่เชื้อทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนได้

ค. สมเหตุสมผล
เพราะ ยังตรวจเชื้อไม่พบอาการดังกล่าวอาจเป็นแค่ไข้หวัดก็ได้

เหตุผล

4. ต้าเป็นคนตัวเล็ก แรงน้อยกว่าเพื่อนในห้อง และมักจะโดนเพื่อนในห้องล้อเสมอ
ผ่านมาต้าจะปล่อยผ่านและไม่โต้ตอบใด ๆ วันหนึ่งต้าโดนล้อถึงบุพการี ต้าโกรธมาก จึง
ชกหน้าเพื่อนเพื่อสั่งสอน ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทในห้องเรียน
การกระทำของต้าสมควรหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. สมควร

เพราะ ต้าโดนกระทำมา
มาก โดนล้อถึงบุพการี หาก
นิ่งเฉยต่อไปเพื่อนก็จะ
ล้อเลียนเพิ่มขึ้น

ข. สมควร

เพราะ การชกหน้าเพื่อน
ที่มาล้อ จะทำให้เพื่อนไม่
กล้ามาทำอะไรร้าอีก

ค. ไม่สมควร เพราะ ความ
รุนแรงไม่สามารถแก้ปัญหา
ที่แท้จริงได้ ควรใช้วิธีอื่นแทน
เช่น การไปบอกครู หรือผู้ใหญ่
ให้ช่วยในคุยถึงสาเหตุและช่วย
กันหาวิธีแก้ไขทั้ง2ฝ่าย

เหตุผล

5. ช่วงฤดูฝน โดมป้องกันและดูแลสุขภาพตนเอง
เป็นพิเศษ โดมควรปฏิบัติตนเช่นนั้นหรือไม่ เพราะเหตุใด

ก. ควร เพราะ หน้าฝนเป็น
ฤดูกาลที่มีความชื้นใน
อากาศสูง เชื้อโรคจะแพร่
กระจายอยู่ในอากาศ เสี่ยง
ต่อการเกิดโรคต่าง ๆ

ข. ไม่ควร เพราะ ฤดูฝน
ไม่มีผลต่อการเจ็บป่วย

ค. ควร เพราะ ผู้ใหญ่
บอกให้ทำตั้งแต่
เป็นเด็ก

ตอนที่
3.4

นำไปใช้

นำไปใช้

1. โรคไข้เลือดออก เป็นโรคที่แพร่ระบาดในฤดูฝนพบได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัสโดยมียุงลายเป็นพาหะนำโรค เมื่อยุงลายที่มีเชื้อไวรัสกัดคน จะถ่ายทอดเชื้อให้คน ยุงลายมักออกหากินตอนกลางวัน และวางไข่ในน้ำสะอาดที่ขังนิ่ง ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง จะมีอาการช็อค ซึ่งถ้าไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องและทันเวลาอาจเสียชีวิตได้

จากข้อมูลนี้เราควรปฏิบัติตนอย่างไร

ก. กำจัดลูกน้ำเสมือ
ปิดฝาภาชนะใส่น้ำภายใน
บ้านให้มิดชิด

ข. รับประทานวิตามินเพื่อ
ป้องกันโรคไข้เลือดออก

ค. รับประทานอาหาร
ปรุงสุก และล้างมือก่อน
รับประทานอาหารทุกครั้ง

นำไปใช้

2. จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความสูง ได้แก่ พันธุกรรม, เพศ, โภชนาการ, การออกกำลังกาย และการพักผ่อนที่เพียงพอ โดยในวัยเด็กที่ร่างกายยังเจริญเติบโตอยู่นั้น ควรนอนติดต่อกันอย่างน้อย 9-11 ชั่วโมง เนื่องจากร่างกายผลิตโกรทฮอร์โมนขึ้น ขณะนอนหลับ หากต้องการเพิ่มส่วนสูงควรทำอย่างไร

ก. โก้นนอนหลับตอน 4 ทุ่ม และตื่นมาตี 3 เพื่อดูบอล และกลับไปนอนต่อถึง 6 โมงเช้า ก่อนไปโรงเรียน

ข. กล้ารับประทาน ผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อ เพิ่มความสูง แต่ไม่ควร เพราะต้องอ่านหนังสือ

ค. การรับประทานอาหาร ที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายเป็นประจำ และนอนหลับตั้งแต่ 4 ทุ่ม

นำไปใช้

3. ปัจจุบันอินเทอร์เน็ต มีความสำคัญต่อชีวิตประจำวันของคนเรา หลายๆ ด้าน ทั้งการศึกษา พาณิชยกรรม ธุรกรรม วรรณกรรม และอื่น ๆ สามารถค้นหาข้อมูล และสร้างความบันเทิงได้ ใครใช้อินเทอร์เน็ตได้เป็นประโยชน์สูงสุด

ก. ต้องเรียนทำขนมจาก
ยูทูปเพื่อนำไปขายสร้าง
รายได้

ข. ตีงคัดลอกข้อมูล
ประวัติดนตรีไทยทั้งหมด
เพื่อทำรายงานส่งคุณครู
วิชาดนตรี

ค. แต่งเล่น
โซเซียมมีเดีย
4-5 ชั่วโมงต่อวัน

นำไปใช้

4. ถังขยะแยกประเภท 4 แบบ ประกอบไปด้วย ถังขยะสีแดงใส่ขยะมีพิษและขยะติดเชื้อ,
ถังขยะสีเหลืองใส่ขยะรีไซเคิล, ถังขยะสีเขียวใส่ขยะมูลฝอยและย่อยสลายได้ และถังขยะ
สีน้ำเงินใส่ขยะทั่วไป หรือขยะที่ไม่สามารถย่อยสลายได้ ถ้าต้องการทิ้งเศษอาหาร ผัก ผลไม้
ใบไม้ กิ่งไม้ ควรทำอย่างไร

ก. ทิ้งขยะลงใน
ถังสีเหลือง

ข. ทิ้งขยะลงใน
ถังสีเขียว

ค. ทิ้งขยะลงใน
ถังสีน้ำเงิน

นำไปใช้

5.โรคกระเพาะอาหาร เป็นโรคที่เกิดในระบบทางเดินอาหาร เกิดจากการมีพฤติกรรมการทำงาน
อาหารที่ไม่ถูกต้อง โดยส่วนมากจะมีอาการ ปวดเสียด จุก และแน่นบริเวณใต้ลิ้นปี่ ปวดท้องก่อน
และหลังอาหารหรือช่วงท้องว่าง หากมีอาการดังกล่าวควรรับประทานอาหารย่อยง่าย
และไม่ควรรับประทานอาหารรสจัด อาหารที่มีฤทธิ์เป็นกรด เป็นต้น
คนที่เป็นโรคกระเพาะอาหารควรปฏิบัติตามข้อใด

ก. รับประทานอาหาร
ให้ตรงเวลา

ข. รับประทานอาหาร
ย่อยง่าย

ค. รับประทานอาหาร
ครบ 5 หมู่