



บทเรียนด้านร่างกาย บทที่ 46

เรื่อง ฉันสามารถดูแลมุกของฉัน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ: เด็กเลือกแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์

ตัวชี้วัด: เด็กมีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง

สาระการเรียนรู้: เข้าใจสุขอนามัยระดับพื้นฐาน

กลุ่มอายุ: 3-5 ปี

หัวข้อหลัก: ประสาทสัมผัสทั้งห้า

บทเรียน: ฉันสามารถดูแลมุกของฉัน

เวลาที่ใช้ในการสอน: 45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถจะให้คำอธิบายง่ายๆ ถึงวิธีการดูแลมุกของเขาหรือเธอ
2. เด็กจะสามารถสาธิตวิธีการดูแลมุกของเขาหรือเธอ

อุปกรณ์การสอนที่ต้องการใช้:

1. ลูกบอล

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. อ่านทั้งบทเรียน
2. รวบรวมอุปกรณ์
3. อธิษฐานเผื่อเด็ก ๆ ที่จะรู้ว่าพระเจ้ารักพวกเขาเพียงใด

ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน

การนำเข้าสู่บทเรียน:

1. พระเจ้าบอกพวกเราว่าพระองค์สร้างทุกส่วนในร่างกายของเราและพระองค์สร้างจมูกของเราด้วย! พวกเราใช้จมูกของเราทำอะไร? (เพื่อหายใจและดมกลิ่นต่าง ๆ) พวกเราหายใจและดมกลิ่นด้วยจมูกของพวกเรา หายใจลึก ๆ ด้วยจมูกของพวกคุณ สาธิตวิธีการปิดปากของคุณและหายใจผ่านทางจมูก
2. กลิ่นอะไรบ้างที่พวกเขาสามารถดมได้? ให้เด็กๆ ตอบ พวกเราสามารถดมกลิ่นดอกไม้ ต้นไม้ สัตว์ต่างๆ ผลไม้ ผัก เครื่องเทศและอีกหลายอย่าง มีกลิ่นที่หอมมากมาย!
3. กลิ่นอะไรที่คุณชอบดมมากที่สุด? ให้เด็กแต่ละคนตอบ ถ้าเด็กคนอื่นๆ ชอบกลิ่นนั้นเหมือนกัน ให้พวกเขาชี้ไปที่จมูกของพวกเรา กลิ่นอะไรที่พวกคุณไม่ชอบ? ให้เด็กแต่ละคนตอบ ถ้าเด็กคนอื่นๆ ไม่ชอบกลิ่นนั้นเช่นเดียวกันให้พวกเขาชี้ไปยังจมูกของพวกเรา
4. จมูกของพวกเรานั้นพิเศษมากและเราจำเป็นต้องรู้วิธีการดูแลรักษาจมูกของพวกเรา เพื่อพวกเราจะสามารถหายใจได้ดีและดมกลิ่นหอมที่พระเจ้าได้ทรงสร้างเพื่อพวกเราในโลกนี้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

1. พวกเรากำลังจะเรียนรู้เกี่ยวกับจมูกของพวกเรา ใช้นิ้วแตะที่จมูกของพวกคุณเบาๆ แล้วบีบที่ส่วนบนจมูกของคุณเบาๆ คุณจะสัมผัสบางอย่างเหมือนกับกระดูกอ่อน
 2. ต่อไปลองหารูที่จมูกของคุณ รูทั้งสองนั้นเรียกว่ารูจมูก ภายในรูจมูกนั้นมีบางอย่างที่คล้ายผิวหนังซึ่งเรียกว่า “เยื่อจมูก” และในเยื่อจมูกมีสิ่งเหนียวๆ เราเรียกสิ่งนั้นว่า “ซีมูก” พุดพร้อมๆ กัน “ซีมูก” ให้เด็กๆ พุดซ้ำ
 3. ในจมูกยังมีขนเล็ก ๆ ที่ขึ้นปกคลุมภายในจมูกของคุณ ซีมูกและขนเล็กๆ นี้สำคัญมาก! ซีมูกและขนเล็กๆ นี้ช่วยป้องกันฝุ่นและสิ่งสกปรกอื่น ๆ ไม่ให้เข้าไปในจมูกของเรา
 4. ทำไมคุณจึงไม่อยากให้มีสิ่งสกปรกเข้าไปในจมูกของคุณ? (คำตอบที่เป็นไปได้: มันจะทำให้คุณป่วยได้ คุณจะไม่สามารถหายใจได้ และอื่นๆ) ฝุ่นละอองมีเชื้อโรคมามากมาย เชื้อโรคเหล่านี้เล็กมากจนเราไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า แต่พวกมันสามารถทำให้เราป่วยได้ ดังนั้นถ้าฝุ่นละอองหรือสิ่งอื่นๆ ที่มีเชื้อโรคเข้าไปในจมูกของคุณ คุณอาจจะป่วยได้
-
1. มาเล่นเกมส์ด้วยกัน เพื่อเราจะรู้ว่าอะไรที่จะรักษาจมูกของเราให้สะอาด ให้เด็กๆ นั่งล้อมเป็นวงกลมวงใหญ่ กลิ้งลูกบอลให้กับเด็ก และให้เด็กบอกสิ่งที่ไม่ควรใส่เข้าไปในจมูกของพวกเรา มันอาจจะดูไร้สาระหรือตลก อย่างเช่น ข้าง โต๊ะ สุนัข หรืออื่นๆ เมื่อเด็กคนใดคนหนึ่งตอบ ให้เด็กๆ ในชั้นเรียนพุดพร้อมกันว่า “อย่าเอาใส่ในจมูกของคุณ”
 2. ให้เด็กกลิ้งลูกบอลกลับไปให้คุณและให้คุณตอบสิ่งต่อไปนี้ พรักไทย นิ้วมือ สิ่งของมีคม (บอกสิ่งของมีคมที่เด็กๆ รู้จัก) อาหาร ของเล่น ดินสอ กระดาษ ของต่างๆ ที่เด็กอาจจะใช้และเอาเข้าจมูกของพวกเรา หลังจากคุณบอกคำตอบของคุณ ให้ในชั้นเรียนเรียกว่า “อย่าเอาใส่ในจมูกของคุณ”
 3. เล่นต่อไปจนกว่าคุณได้กลิ้งลูกบอลให้เด็กทุกคนและให้พวกเขาได้ตอบคำถาม

1. บางครั้งเมื่อเราไม่สบาย จมูกของเราจะผลิตขี้มูกมากเกินไปและพวกเราจำเป็นต้องพ่นลมหายใจแรงๆ เพื่อให้ขี้มูกออกมา พวกเราจำเป็นต้องระมัดระวังมากๆ ที่จะไม่สัมผัสใครหรือสิ่งใดหากมีขี้มูกเปื้อนที่มือของเรา
2. มีสิ่งเล็กๆ มากมายที่เรียกว่าแบคทีเรียหรือเชื้อโรคอาศัยอยู่ในขี้มูก แบคทีเรียสามารถทำให้เราป่วยได้ ถ้าคุณมีขี้มูกเปื้อนที่มือของคุณและไปสัมผัสคนอื่น บุคคลนั้นสามารถป่วยได้เช่นกัน
3. เช่นเดียวกัน หากคุณมีขี้มูกเปื้อนที่มือและไปสัมผัสสิ่งของอื่นๆ เช่น โต๊ะหรือประตู หลังจากนั้นอาจมีคนอื่นไปสัมผัสโต๊ะหรือประตูนั้น และรับขี้มูกติดไปกับมือของพวกเขาซึ่งจะทำให้พวกเขาป่วยได้เช่นกัน คุณอยากให้คนอื่นไม่สบายใช่หรือเปล่า? (ไม่ใช่) แน่ละเราไม่ต้องการเช่นนั้น
4. ต่อไปเราจะใช้เวลาเล็กน้อย เพื่อฝึกวิธีที่ดีที่สุดในการล้างขี้มูกจากจมูกของพวกเรา สอนเด็กๆ ถึงวิธีการล้างขี้มูกให้เหมาะสมกับกาลเทศะ ระวังอย่าให้เด็กสั่งแรงเกินไปซึ่งจะเป็นอันตรายต่อภายในโพรงจมูกได้ เตือนให้เด็กล้างมือของพวกเขาหลังจากล้างขี้มูกของพวกเขา ถ้าเป็นไปได้พาเด็กๆ ไปฝึกหัดล้างมือของพวกเขา

1. มีบางสิ่งที่จะเกิดขึ้นกับจมูกของพวกเราได้ บางครั้งเราอาจจะมีเลือดกำเดาไหล มีใครเคยมีเลือดกำเดาไหลบ้าง? ให้เด็กๆ ตอบคำถาม
2. ถ้าคุณมีเลือดกำเดาไหล คุณควรใช้นิ้วของคุณบีบเบาๆ ที่ส่วนกลางของจมูก แสดงวิธีการทำ คุณควรก้มหน้าลงเพื่อคุณจะไม่กลืนเลือดเข้าไป และหลังจากนั้นนั่งนิ่งๆ เพื่อรอให้เลือดหยุดไหล
3. ถ้ามีครูหรือสมาชิกในครอบครัวอยู่ใกล้ๆ ให้บอกพวกเขาทันทีว่าคุณมีเลือดกำเดาไหล เป็นสิ่งที่สำคัญมากที่จะไม่ลืมหวังเลือดออกจากมือและจมูกให้หมดทันทีที่เลือดหยุดไหล
4. บางครั้งในเลือดอาจจะมีบางสิ่งที่ทำให้คนเราป่วยได้เช่นกัน ขอให้ผู้ใหญ่ล้างเลือดให้ ต้องแน่ใจว่าคุณไม่ได้สัมผัสเลือดของคนอื่นเพื่อคุณจะได้ไม่ป่วย
5. ให้เด็กได้สาธิตวิธีการดูแลตนเองเมื่อมีเลือดกำเดาไหล

การสรุปบทเรียน:

1. มาดูกันว่าพวกเราสามารถจดจำวิธีการดูแลรักษาจมูกของพวกเราได้หรือไม่
 - ทำไมขี้มูกและขนเล็กๆ ในจมูกของพวกเราจึงมีความสำคัญ?
(พวกมันช่วยป้องกันฝุ่นละอองไม่ให้เข้าจมูก)
 - เราควรที่จะหายใจของเราไปด้านหลังหรือก้มหน้าลงเมื่อมีเลือดกำเดาไหล?
(ก้มไปด้านหลัง)
 - อะไรคือสิ่งที่สำคัญที่เราควรทำหลังจากเราล้างขี้มูกของเรา? (ล้างมือของคุณ)
 - อะไรคือสิ่งที่พวกเราควรทำหลังจากมีเลือดกำเดาไหล? (ล้างเลือดออกและบอกผู้ใหญ่ให้ทราบ)
2. ว้าว! มีหลายสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับจมูกของพวกเรา

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

[illegible]

การประเมินผลผู้เรียน:

[illegible]