บทเรียนด้านสุขภาพร่างกาย บทที่ 29

เรื่อง การดูแลผม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ: เลือกปฏิบัติในสิ่งที่จะทำให้เกิดสุขภาพที่ดี และการมีสุขภาพกายที่แข็งแรง
ตัวชี้วัด : สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกายของเขาหรือเธออย่างเหมาะสม
สาระการเรียนรู้ : เข้าใจพัฒนาการของสุขภาพร่างกาย
กลุ่มอายุ : 3-5
ปี : 1
หัวข้อหลัก: พระเจ้าต้องการให้ฉันดูแลตนเอง
บทเรียน : ฉันสามารถดูแลผมของฉันได้
เวลาที่ใช้ในการสอน : 45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กจะอธิบายเหตุผลได้อย่างน้อย 1 ข้อว่าเพราะอะไรการดูแลผมของเขา/เธอจึงเป็นสิ่งสำคัญ
2. เด็กจะแสดงเทคนิคการดูแลผมอย่างเหมาะสม

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. กระดาษ – 1 แผ่นต่อเด็ก 1 คน
2. ปากกาทำเครื่องหมาย สีเทียน หรือ ดินสอสี
3. ด้าย หลอด หรือ วัสดุอื่นๆสำหรับเส้นผม
4. กาว (ดูคู่มือแนะนำสำหรับผู้ใช้)

อุปกรณ์การสอนสำหรับกิจกรรมเสริม:

1. หินก้อนเล็กๆ – เตรียมให้พอสำหรับทุกคน
2. สี (ดูคู่มือแนะนำสำหรับผู้ใช้)
3. แปรงทาสี

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียมหรือจัดทำ:

1. อ่านข้อมูลทั้งหมดที่จะต้องสอนในชั้นเรียน 2 ครั้ง
2. รวบรวมวัสดุและนำออกมา

3. วาดวงกลมลงบนกระดาษแต่ละแผ่น (สำหรับหน้า) และเขียนที่ด้านล่างของกระดาษว่า “ฉันสามารถดูแลผม ของฉันได้”

ขั้นตอนการเรียนการสอน:

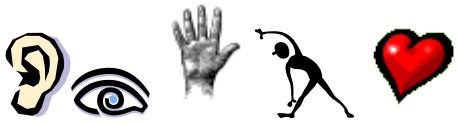
การนำเข้าสู่บทเรียน:

- ถามเด็กๆว่า คุณสามารถนึกถึงสิ่งต่างๆที่เราต้องใช้น้ำได้ไหม? (เด็กอาจตอบว่า การดื่มน้ำ การล้างจานชาม การซักผ้า และการทำความสะอาดตนเอง)
- เราใช้น้ำทำความสะอาดผมของเราไหม? (ใช่)

กิจกรรมการเรียนการสอน :

- เริ่มด้วยการทำท่าสระผมของคุณ
- ถามเด็กๆว่า เราใช้อะไรสระผมของเรา (น้ำ แชมพู สบู่ หรือ สิ่งอื่นๆที่มีอยู่ในพื้นที่ของคุณ)
- ให้เด็กสวมบทบาทหรือแสดงวิธีการสระผมของพวกเขา
- ทำไมคุณถึงคิดว่าการสระผมเป็นสิ่งจำเป็น? (เพื่อรักษาความสะอาด เพื่อแมลงและเหาจะไม่เข้ามาอยู่ในเส้นผมและไม่คัน และทำให้ผมของเรามีสุขภาพดีอยู่เสมอ)
- สัตว์ทำความสะอาดผมหรือขนของมันอย่างไร? (พวกมันเลีย) ฉันรู้สึกยินดีที่พระเจ้าประทานมือให้เราสามารถสระผมได้ เราจึงไม่ต้องเลียผม
- ครูพูดว่า “บางคนสระผมทุกวัน บางคนสระสัปดาห์ละ 1 หรือ 2 ครั้ง เราจำเป็นต้องสระผมและรักษาความสะอาดผมทุกๆ 2-3 วัน เช่นเดียวกับที่เราให้ความสำคัญกับการทำความสะอาดร่างกาย”

- มีใครรู้บางว่าเราควรทำอะไรกับผมของเราอีก? (แปรงผม หรือ หวีผม)
- การแปรงผมหรือหวีผมของเราจะช่วยให้ผมของเราสะอาดและแข็งแรง ให้เด็กๆทำท่าหรือแสดงวิธีการสระผม และแปรง/หวีผม



- ส่งกระดาษให้เด็กๆ และให้พวกเขาวาดรูปผมของตนเอง ก่อนเริ่มชั้นเรียน วาดรูปวงกลมลงบนกระดาษแต่ละแผ่น ให้เด็กๆ วาดใบหน้าในวงกลมและเติมผมที่ด้านนอกวงกลม
- ถ้ามีด้าย หรือ เชือก หรือ วัสดุอื่นๆที่เหมาะสม กสามารถนำมาใช้ติดกับกาวเพื่อทำเป็นเส้นผมลงในภาพได้

- ร้องเพลงร่วมกับเด็กๆ และให้พวกเขาชี้ไปที่ส่วนต่างๆของร่างกาย คุณอาจร้องซ้ำหลายๆครั้ง

<u>ร้องเพลง</u>

1. ครูพูด – ใครสร้างผมของคุณ?
2. เด็กๆพูด – พระเจ้าสร้างผมของฉัน
3. ใครสร้างตาของคุณ?
4. พระเจ้าสร้างตาของฉัน
5. ใครสร้างขาของคุณ?
6. พระเจ้าสร้างขาของฉัน

ให้ครูสอนเพลงนี้ต่อไปโดยเปลี่ยนเป็นส่วนอื่นๆของร่างกาย (หู ฟัน จมูก)

หลังจากร้องเพลงเกี่ยวกับส่วนอื่นๆของร่างกายแล้ว ให้ครูพูดว่า “ใครสร้างคุณให้ฉลาดเพื่อสามารถดูแลตนเองได้”

นักเรียนร้องรับว่า – พระเจ้าสร้างฉันให้ฉลาดเพื่อสามารถดูแลตัวเองได้

สรุปบทเรียน:

- คุณสามารถดูแลตนเองอย่างไร? (เด็กอาจตอบว่า : รับประทานอาหารเอง อาบน้ำเอง สระผมเอง แปรง/ขัดฟันเอง หวี/แปรงผมเอง แต่ตัวเอง เป็นต้น)

- พระเจ้าประทานร่างกายที่อัศจรรย์ให้กับฉัน และพระองค์ต้องการให้เราดูแลร่างกายให้ดี คุณจะดูแลผมของคุณอย่างไรในสัปดาห์นี้? (สระและแปรงผมของฉัน)

กิจกรรมเสริม :

- ให้เด็กวาดรูปเส้นผมลงบนเห็นก้อนเล็กๆ พวกเขาสามารถวาดภาพลงบนหินทั้งก้อนหรือวาดเส้นผมและใบหน้าลงไป

ผู้สอนประเมินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของตนเอง: กิจรรมใดได้ผลเป็นอย่างดี? กิจกรรมใดไม่ได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนครั้งต่อไปอย่างไร

การประเมินผลผู้เรียน