

# บทเรียนสำเร็จรูป

วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง ความปลอดภัยในชีวิต

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

เรื่องที่ 1

เรื่อง ความสำคัญของการมีพฤติกรรมที่ปลอดภัยที่บ้าน



โดย

นายประสพโชค ม่วงทา

โรงเรียนคำกุงประชานุกูล อำเภอศรีธาตุ จังหวัดอุดรธานี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 2

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

## คำนำ

บทเรียนสำเร็จรูป เรื่อง ความสำคัญของการมีพฤติกรรมที่ปลอดภัยที่บ้านเล่มนี้ เป็นบทเรียนสำเร็จรูปที่จัดทำเพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง ความปลอดภัยในชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ข้าพเจ้าขอขอบคุณที่ปรึกษา คือ นายพรประเสริฐ ศรีสุนาคร้ว ผู้อำนวยการ โรงเรียนคำกุงประชานุกูล และผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้เชี่ยวชาญในการให้คำปรึกษาแนะนำ และตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ นายทรงเดช สอนใจ ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 20 นายชัยนรินทร์ นาพันธ์ คุรุชำนาญการพิเศษ โรงเรียนคำกุงประชานุกูล สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 2 และ นางเวียงษา ปะนะทัง โรงเรียนคำกุงประชานุกูล สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 2

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า บทเรียนสำเร็จรูปเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์แก่นักเรียน ครูผู้สอนและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ตามสมควร

ประสพโชค ม่วงทา

ผู้จัดทำ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	2
คำชี้แจง	4
แบบทดสอบก่อนเรียน	5
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน	7
จุดประสงค์การเรียนรู้	8
กรอบที่ 1	9
กรอบที่ 2	10
กรอบที่ 3	11
กรอบที่ 4	12
กรอบที่ 5	13
กรอบที่ 6	14
กรอบที่ 7	15
แบบทดสอบหลังเรียน	16
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน	18
บรรณานุกรม	19

## คำชี้แจง

### คำชี้แจงในการใช้บทเรียนสำเร็จรูป

1. ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำในการใช้บทเรียนอย่างต่อเนื่อง
2. ก่อนศึกษาบทเรียนให้ทำแบบทดสอบก่อนเรียนโดยใช้กระดาษคำตอบที่ครูเตรียมไว้ให้
3. เมื่อทำแบบทดสอบก่อนเรียนแล้วให้อ่านบทเรียนที่ละกรอบตามลำดับ และตอบคำถาม เมื่อทำเสร็จให้ตรวจคำตอบได้ในหน้าต่อไป
4. กรณีคำตอบที่นักเรียนตอบแล้วผิด ให้กลับไปศึกษาเนื้อหาในกรอบเดิมอีกครั้ง ถ้าเข้าใจแล้วศึกษากรอบต่อไป
5. การตอบคำถามแต่ละกรอบ นักเรียนอย่าดูคำตอบก่อนตอบคำถามเพราะจะไม่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้เลย
6. ถ้ามีข้อสงสัยใด ๆ ให้สอบถามจากเพื่อนที่รู้หรือปรึกษาหารือกันในกลุ่ม ถ้าไม่ได้คำตอบเป็นที่พอใจ ให้ปรึกษาครูผู้สอน
7. เมื่อศึกษาบทเรียนครบทุกกรอบ ให้ทำแบบทดสอบหลังเรียน โดยไม่เปิดกลับไปดูเนื้อหาในกรอบขณะที่ทำแบบทดสอบ
8. การทำแบบทดสอบหลังเรียนจะถือเป็นคะแนน และถือเป็นเกณฑ์ในการผ่านจุดประสงค์ คือ นักเรียนต้องทำคะแนนให้ได้ร้อยละ 80 ของคะแนนเต็ม จึงจะเรียนบทเรียนต่อไปได้
9. ถ้านักเรียนทำคะแนนได้ไม่ถึงร้อยละ 80 ของคะแนนเต็มต้องศึกษาบทเรียนนี้อีก แล้วสอบใหม่จนกว่าจะทำคะแนนผ่านเกณฑ์ร้อยละ 80

แบบทดสอบก่อนเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก ข ค หรือ ง หน้าคำตอบที่ถูกที่สุดเพียง

ข้อเดียว ลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดเป็นความปลอดภัยในการใช้ตู้ยาประจำบ้าน

- ก. ควรเก็บยาไว้ในห้องครัว
- ข. ควรเก็บยาให้เป็นระเบียบและพ้นมือเด็ก
- ค. ควรเก็บยาฆ่าแมลงไว้ในตู้เย็น
- ง. ควรเก็บสารเคมีที่มีพิษไว้ในห้องน้ำ

2. อุบัติเหตุใดมีความร้ายแรงมากที่สุด

- ก. หกล้ม
- ข. มีคบาด
- ค. น้ำร้อนลวก
- ง. ไฟฟ้าช็อต

3. อุบัติเหตุส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุใด

- ก. ความระมัดระวัง
- ข. ความประมาท
- ค. ความวุ่นวาย
- ง. ความสกปรก

4. ข้อใดเป็นอันตรายน้อยที่สุด

- ก. เปิดเตาแก๊สทิ้งไว้
- ข. เล่นว่าวใกล้สายไฟ
- ค. เสียบปลั๊กตู้เย็นทิ้งไว้
- ง. ถอดปลั๊กไฟขณะที่มือเปียก

5. พฤติกรรมข้อใดไม่ปลอดภัย

- ก. เก็บยาให้เป็นระเบียบและพื้นมือเด็ก
- ข. อ่านฉลากให้เข้าใจก่อน ใ้ยาทุกครั้ง
- ค. วางสารเคมีที่มีพิษไว้ปะปนกับเครื่องปรุงอาหาร
- ง. เก็บยามาแมลงไว้ในตู้ปิดกุญแจ
6. ข้อใดควรปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปลอดภัย
- ก. ควรวางยามาแมลงไว้ในตู้ยา
- ข. ควรฉีดยามาแมลงในขณะที่มีคนอยู่ในห้อง
- ค. ควรวางสารเคมีที่มีพิษไว้ปะปนกับเครื่องปรุงอาหาร
- ง. ควรอ่านฉลากยาให้เข้าใจก่อนใ้ยาทุกครั้ง
7. ข้อใดควรปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปลอดภัย
- ก. ควรจุ่มรูปเทียนทิ้งไว้
- ข. ควรวางสิ่งของให้เป็นระเบียบ
- ค. ควรปล่อยให้พื้นบ้านให้สกปรก
- ง. ควรวางยามาแมลงไว้ใกล้มือเด็ก
8. ข้อใดปฏิบัติได้ถูกต้อง
- ก. หมั่นตรวจเครื่องใช้ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพดีเสมอ
- ข. เก็บอาวุธไว้ในที่ใช้งานง่าย
- ค. ของมีคมควรเก็บไว้ในที่หาใช้งานง่าย
- ง. ควรอนุญาตให้เด็กเล่นไม้ขีดไฟ
9. ข้อใดเป็นความปลอดภัยบริเวณบันได
- ก. พื้นบันไดบ้านควรเคลือบน้ำยาให้ลื่น
- ข. บันไดควรสูงชัน
- ค. บริเวณบันได ไม่ควรวางสิ่งของขวางทางเดิน
- ง. วังขึ้นลงบันไดบ้าน
10. ข้อใดเป็นการป้องกันอุบัติเหตุในบ้าน
- ก. ใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีราคาแพง
- ข. ใส่เสื้อผ้าสีสดใส
- ค. วางของมีคมไว้ในครัว
- ง. เก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ

\*\*\*\*\*

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน

- ข้อ 1. ข
- ข้อ 2. ง
- ข้อ 3. ข
- ข้อ 4. ค
- ข้อ 5. ค
- ข้อ 6. ง
- ข้อ 7. ข
- ข้อ 8. ก
- ข้อ 9. ค
- ข้อ 10. ง



ตรวจผลงานตนเองแล้วเป็นไงบ้าง

สามาถภูมิใจในตัวเองได้หรือยัง

## จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกพฤติกรรมที่ปลอดภัยเมื่ออยู่ที่บ้าน
2. บอกวิธีป้องกันการเกิดอุบัติเหตุได้
3. ตระหนักในอันตรายที่เกิดจากอุบัติเหตุ







## กรอบที่

### ความหมายของ

อุบัติเหตุ คือ

อุบัติเหตุ หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดคิดล่วงหน้ามาก่อน ทำให้บาดเจ็บ

อุบัติเหตุในบ้าน หมายถึง อะไรครับ

อุบัติเหตุในบ้าน หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดคิดภายในบ้าน ทำให้เกิดอันตราย การบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย รวม

เริ่มศึกษากรอบต่อไป  
กันเลยนะคะ...

# ครอบครัว

## อุบัติเหตุในบ้านที่



## กรอบที่

## พฤติกรรมที่

### พฤติกรรมที่ปลอดภัย

การมีพฤติกรรมที่ปลอดภัย จะช่วยลดการเกิดอุบัติเหตุต่างได้ เพราะอุบัติเหตุมักเกิดจากการกระทำที่ประมาท ขาดความรอบคอบ ซึ่งส่งผลกระทบต่อตนเองและส่วนรวม เช่นคนขับรถโดยสารประจำทาง ขับรถด้วยความเร็วสูงพุ่งชนรถบรรทุก ทำให้มี

เราเรียก  
เหตุการณ์นี้ว่า

สาเหตุการ  
อุบัติเหตุ  
ใช้ไหมครับ



## กรอบที่

### พฤติกรรมที่ปลอดภัย



- เมื่ออยู่ที่บ้านเราควรปฏิบัติ ดังนี้
1. ใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าอย่างถูกวิธี และดูแลอุปกรณ์ไฟฟ้า  
ที่อยู่ในบ้านโดยบอกผู้ปกครองเมื่อเห็นว่าชำรุด
  2. อย่าเล่นสิ่งที่เป็นอันตราย เช่น ยาฆ่าแมลงวัตถุมีพิษ  
ปลั๊กไฟ ไม้ขีดไฟ เพราะอาจเกิดอุบัติเหตุ
  2. ช่วยล้างมือและทำความสะอาด

นักเรียน  
เข้าใจเรื่อง  
พฤติกรรมที่  
ปลอดภัยเมื่อ

เข้าใจแล้ว  
ค่ะ



คำถามที่ 1

1. พฤติกรรมที่ปลอดภัยที่บ้าน มีอะไรบ้างบอกมา 3 ข้อ



## กรอบที่

### อุบัติเหตุใน

เป็นอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นในบริเวณบ้าน โดยเกิดจากสภาพบ้านที่ไม่ปลอดภัย เช่น พื้นบ้านชำรุด อุปกรณ์ไฟฟ้าชำรุด หรือการจัดวางสิ่งของที่ไม่เป็นระเบียบ หรือเกิดจากความประมาท ขาดความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของคนในบ้าน เช่น จุดธูปเทียน



อุบัติเหตุ  
เกิดขึ้นได้  
ทุกเวลานะ

#### เฉลยคำถามที่ 1

1. เก็บข้าวของเครื่องใช้เข้าที่
2. ไม่ขีดไฟควรเก็บให้พ้นมือเด็ก





### 3. ควรมีผู้ยาประจำบ้าน

## กรอบที่

### ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ ดังนี้

1. หมั่นตรวจเครื่องใช้ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพที่ดีอยู่เสมอ
2. เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิดที่มีความร้อนไม่ควรวางไว้ใกล้วัสดุที่ติดไฟง่ายเช่น โครมไฟไม่ควรวางไว้ใกล้มุ้งหรือผ้าม่าน
3. ไม่ควรใช้มือที่เปียกน้ำจับหรือถอดปลั๊กไฟ เพราะอาจถูกไฟฟ้าดูดได้
4. ควรเก็บอาวุธทุกชนิด เช่น ปืน ต้องเก็บให้มิดชิดและให้พ้นมือเด็ก

ศึกษา  
กรอบต่อไป

#### คำถามที่ 2

1. การป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุมีอะไรบ้าง



## กรอบที่

### ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการ



8. ไม่ควรฉีดยาฆ่าแมลงทุกชนิดในขณะที่มีคนอยู่ในห้องนั้น ๆ
9. ไม่ควรวางสารเคมีที่มีพิษไว้ปะปนกับเครื่องปรุงอาหาร
10. ควรมีตุ๋ยาประจำบ้าน เพื่อเก็บยาให้เป็นระเบียบและพ้นมือเด็ก
11. ไม่ควรทิ้งเด็กไว้ตามลำพัง และหากต้องการสร้างเหล็กดัดตามหน้าต่าง-ประตูบ้าน ควรสร้างแบบเปิด-ปิดไว้
12. พื้นบ้าน โดยเฉพาะพื้นบันไดบ้านไม่ควร



## เฉลยคำถามที่ 2

1. ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน ไม่ห้อยโหนประตูหรือหน้าต่าง

### แบบทดสอบหลังเรียน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก ข ค หรือ ง หน้าคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงข้อ

เดียวลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดเป็นความปลอดภัยในการใช้ตู้ยาประจำบ้าน

- ก. ควรเก็บยาไว้ในห้องครัว
- ข. ควรเก็บยาให้เป็นระเบียบและพ้นมือเด็ก
- ค. ควรเก็บยามาแมลงไว้ในตู้เย็น
- ง. ควรเก็บสารเคมีที่มีพิษไว้ในห้องน้ำ

2. อุบัติเหตุใดมีความร้ายแรงมากที่สุด

- ก. หกล้ม
- ข. มีคบาด
- ค. น้ำร้อนลวก
- ง. ไฟฟ้าช็อต

3. อุบัติเหตุส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุใด

- ก. ความระมัดระวัง
- ข. ความประมาท
- ค. ความวุ่นวาย
- ง. ความสกปรก

4. ข้อใดเป็นอันตรายน้อยที่สุด

- ก. เปิดเตาแก๊สทิ้งไว้
- ข. เล่นว่าวใกล้สายไฟ
- ค. เสียบปลั๊กตู้เย็นทิ้งไว้
- ง. ถอดปลั๊กไฟขณะที่มีมือเปียก

5. พฤติกรรมข้อใดไม่ปลอดภัย

- ก. เก็บยาให้เป็นระเบียบและพ้นมือเด็ก

- ข. อ่านฉลากให้เข้าใจก่อนใช้ยาทุกครั้ง  
 ค. วางสารเคมีที่มีพิษไว้ปะปนกับเครื่องปรุงอาหาร  
 ง. เก็บยามาแมลงไว้ในตู้ปิดกุญแจ
6. ข้อใดควรปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปลอดภัย
- ก. ควรวางยามาแมลงไว้ในตู้ยา  
 ข. ควรฉีดยามาแมลงในขณะที่มีคนอยู่ในห้อง  
 ค. ควรวางสารเคมีที่มีพิษไว้ปะปนกับเครื่องปรุงอาหาร  
 ง. ควรอ่านฉลากยาให้เข้าใจก่อนใช้ยาทุกครั้ง
7. ข้อใดควรปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปลอดภัย
- ก. ควรจุ่มรูปเทียนทิ้งไว้  
 ข. ควรวางสิ่งของให้เป็นระเบียบ  
 ค. ควรปล่อยให้พื้นบ้านให้สกปรก  
 ง. ควรวางยามาแมลงไว้ใกล้มือเด็ก
8. ข้อใดปฏิบัติได้ถูกต้อง
- ก. หมั่นตรวจเครื่องใช้ไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพดีเสมอ  
 ข. เก็บอาวุธไว้ในที่ใช้งานง่าย  
 ค. ของมีคมควรเก็บไว้ในที่หาใช้งานง่าย  
 ง. ควรอนุญาตให้เด็กเล่นไม้ขีดไฟ
9. ข้อใดเป็นความปลอดภัยบริเวณบันได
- ก. พื้นบันไดบ้านควรเคลือบน้ำยาให้ลื่น  
 ข. บันไดควรสูงชัน  
 ค. บริเวณบันได ไม่ควรวางสิ่งของขวางทางเดิน  
 ง. วังขึ้นลงบันไดบ้าน
10. ข้อใดเป็นการป้องกันอุบัติเหตุในบ้าน
- ก. ใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีราคาแพง  
 ข. ใส่เสื้อผ้าสีสดใส  
 ค. วางของมีคมไว้ในครัว  
 ง. เก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ
- \* \* \* \* \*

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

- ข้อ 1. ข  
ข้อ 2. ง  
ข้อ 3. ข  
ข้อ 4. ค  
ข้อ 5. ค  
ข้อ 6. ง  
ข้อ 7. ข  
ข้อ 8. ก  
ข้อ 9. ค  
ข้อ 10. ง

ไชโย! ได้คะแนน  
เต็มเลย  
เพื่อนๆ ได้เท่าไร  
นะ.



## บรรณานุกรม

จูไรรัตน์ แพพราย และรุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง. **สุขศึกษา**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แม็ค จำกัด, 2546.

บุรชัย ศิริมหาสาร และคณะ. **สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6**.  
กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2546.

เพ็ญประภา เข้มแดง และคณะ. **สุขศึกษา**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แม็ค จำกัด, 2546.

สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.). **ชุดกิจกรรมพัฒนาการคิดวิเคราะห์เสริมสร้าง**

**คุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมดีงาม สุขศึกษาและพลศึกษา ป.5**. กรุงเทพฯ :  
พัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด, 2550.

เอกรินทร์ สีมหาศาล และคณะ. **แม่บทมาตรฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษา**  
**ปีที่ 3**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, ม.ป.พ.

\_\_\_\_\_. **แม่บทมาตรฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, ม.ป.พ.

\_\_\_\_\_. **แม่บทมาตรฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, ม.ป.พ.

\_\_\_\_\_. **แม่บทมาตรฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, ม.ป.พ.