



### หน่วย อาหารดีมีประโยชน์

สัปดาห์นี้เด็กๆ เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารดีมีประโยชน์ เด็กๆ ได้รู้จักอาหารประเภทแป้ง เนื้อสัตว์ นมไข่ ผักและผลไม้ รวมทั้งอาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ เรียนรู้มารยาทในการรับประทานอาหาร

#### กิจกรรมเสริมประสบการณ์

- สนทนาถึงที่มาของอาหารแต่ละชนิด
- บอกประโยชน์และข้อควรระวังในการรับประทานอาหารได้
- จัดกลุ่มผักและผลไม้
- แสดงวิธีการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร
- บอกชื่ออาหารที่มีประโยชน์และอาหารที่ไม่มีประโยชน์
- ร่วมกันประกอบอาหาร "ข้าวผัด 5 สี"



#### ภาษาไทย

- ลากเส้นตามแบบพยัญชนะ อ
- เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง
- อ่านคำในหน่วยอาหารดีมีประโยชน์

เช่น นม ไข่ ผัก ผลไม้ แป้ง



#### คณิตศาสตร์

- อ่านและเขียนตัวเลขฮินดูอารบิก 3
- บอกจำนวนของสิ่งต่างๆ ไม่เกิน 3 สิ่งโดยการนับ
- เรียงลำดับน้ำหนักของสิ่งต่างๆ ไม่เกิน 3 สิ่ง



#### ภาษาอังกฤษ

- เคลื่อนไหวประกอบเพลง Open shut them
- เรียนรู้คำศัพท์เกี่ยวกับอาหาร เช่น mango egg

Beef banana noodle

- เล่นเกมโยนห่วงกับคำศัพท์ผลไม้

#### กิจกรรมกลางแจ้ง

- เล่นเครื่องเล่นสนาม
- การละเล่นเสื่อกินวี
- โยนตุ๊กต้าวและโยนบอลลงตะกร้า



## กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

- เคลื่อนไหวร่างกายตั้ง/เอน
- เคลื่อนไหวร่างกายตามคำสั่ง
- เคลื่อนไหวร่างกายอิสระตามจังหวะเพลง Seven Jumps



## กิจกรรมสร้างสรรค์

- วาดภาพระบายสีอาหารที่มีประโยชน์
- พิมพ์ภาพจากผักและผลไม้แล้ววาดภาพต่อเติม
- ปั้นอาหารจำลองดินน้ำมัน



## เกมการศึกษา

- จับคู่ภาพผักผลไม้
- สังเกตภาพที่ต่างจากกลุ่ม

## มูนิทาน

กูกไก่ปาดทอง ทันทันกินยาก ทำไมผู้ใหญ่ชอบให้เด็กกินผัก  
หนูชอบกินผัก ป่องแปงไม่อยากกิน



## บันทึกถึงผู้ปกครอง

1. สัปดาห์หน้าเด็กๆ จะเรียนรู้ เรื่อง **“เราคือคนไทย”** ผู้ปกครองสามารถนำสื่อที่เกี่ยวข้อง เช่น สื่อจำลองรูปภาพ หรือหนังสือนิทาน เพื่อให้เด็กๆ ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกับเพื่อนได้ สื่อที่นำมาทุกชิ้นกรุณาเขียนชื่อจดมาช่วยเพื่อความสะดวกในการส่งคืน

2. ให้เด็กเตรียมชุดไทยใส่กระเป๋านักเรียนมาในวันจันทร์เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับการแต่งกายของคนไทย

ครูสุนิษา บุญทอย (ครูดา)

ครูรัชติยา เมฆปิ่น (ครูจอย)