

โรงเรียนสาธิตพัฒนา  
สารสารระชั้นอนุบาล 3 / 1  
สัปดาห์ที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 : วันที่ 18 – 22 มิถุนายน 2561

---

**หน่วยอาหารดีมีประโยชน์ (1)**

อาหาร คือ สิ่งที่ได้รับประทานเข้าสู่ร่างกายแล้ว ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย สารอาหารคือ สิ่งที่มีคุณค่าในอาหารซึ่งมีประโยชน์ต่อร่างกาย อาหารที่เราได้รับประทานมีมากมายหลายชนิดและมีสารอาหารแบ่งเป็น 5 ประเภท ได้แก่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ และไขมัน

**กิจกรรมเสริมประสบการณ์** เด็กๆ ได้ทำกิจกรรมดังนี้

- สนทนาเกี่ยวกับชื่ออาหารและอาหารที่เด็กๆ ชอบ
- เล่นเกมจับกลุ่มประเภทอาหารดาวและอาหารหวาน
- สนทนาพูดคุยเกี่ยวกับอาหารหลัก 5 หมู่และคุณค่าของอาหารหลัก 5 หมู่
- จัดกลุ่มประเภทอาหารแต่ละหมู่
- ทดลองหุงข้าวและรับประทานร่วมกัน
- กิจกรรมประกอบอาหาร ทดลอง ชู จม ชิมอาหาร

**ภาษาไทย**

- แนะนำพยัญชนะ อ ฮ และฝึกเขียนพยัญชนะ อ ฮ ที่ถูกทิศทาง
- อ่านและเขียนคำที่มีพยัญชนะต้น อ ฮ เช่น อ่าง อุ่น อาหาร สุก เกล็ดคอปเตอร์
- การอ่านบัตรคำศัพท์ชื่ออาหาร
- เขียนคำศัพท์เกี่ยวกับชื่ออาหารต่างๆ
- ท่องคำคล้องจองของประโยชน์ของผัก ผลไม้
- เล่าเรื่องจากภาพ

**คณิตศาสตร์**

- นับปากเปล่าถอยหลังจาก 10 ถึง 1
- อ่านและเขียนตัวเลขฮินดูอารบิก 1 ถึง 10
- ชั่งและบอกน้ำหนักของสิ่งต่างๆที่กำหนดให้ โดยใช้เครื่องมือและหน่วยที่ไม่ใช่หน่วยมาตรฐาน
- ตวงและบอกปริมาตรของสิ่งต่างๆที่กำหนดให้ โดยใช้เครื่องมือและหน่วยที่ไม่ใช่หน่วยมาตรฐาน
- การจัดกลุ่มและการแยกประเภทหมู่สารอาหาร
- การจัดอันดับที่ 1 2 3 จากผลการลงคะแนนรสชาติขนมที่ชื่นชอบ



## ภาษาอังกฤษ

- ร้องเพลงและเต้นประกอบท่าทาง เพลง Hello song , Goodbye song
- เรียนรู้คำศัพท์ชื่ออาหาร
- ทำกิจกรรม Activity book



## กิจกรรมสร้างสรรค์

- ปั้นดินน้ำมันประดิษฐ์เป็นเมนูอาหารจานโปรด
- จัดภาพอาหารหมู่โปรตีนติดตกแต่งในจานกระดาษ
- กระทบเย่าเสียงดนตรีจากข้าวสาร
- cooking น้ำผัก ผลไม้
- ตกแต่งหน้าขนมปัง



## กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ

- เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะช้า – เร็ว
- เคลื่อนไหวตามคำสั่ง
- เคลื่อนไหวตามผ้าสี



## กิจกรรมกลางแจ้ง

- ส่งบอลहरษา
- รีรข้าวสาร
- วิ่งเก็บลูกบอล
- บอลลูนบอกชื่อผัก ผลไม้



## บันทึกถึงผู้ปกครอง :

1. สัปดาห์หน้าเด็กๆจะเรียนเรื่อง **อาหารดีมีประโยชน์** (2) หากที่บ้านของเด็กๆ มีสื่อการเรียนการสอนที่เกี่ยวกับหน่วยที่เรียนนำมาแลกเปลี่ยนกันได้

และคุณครูจะมอบหมายให้เด็กๆนำอาหารมาในแต่ละวันขอความร่วมมือท่านผู้ปกครองสอบถามเด็กๆด้วยคะ

2. **วันพุธที่ 27 มิถุนายน** ขอให้เด็กๆเตรียม **อาหารไทยหรืออาหารนานาชาติมาคนละ 1 อย่าง** เพื่อนำมาเรียนรู้และรับประทานร่วมกัน

ครูนันทยา    เนิน            (ครูเหมย)  
ครูอชิณณา    จงพิสุทธิสัตย์    (ครูหนูนา)  
ครูบัวพา    ประตังเมษา    (ครูพา)