

ชื่อเรื่อง ประโยชน์ของอาหารเช้า



คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากบทความข้างต้น ข้อใดไม่ใช่ ประโยชน์ของการรับประทานอาหารเช้า

1. ลดความเสี่ยงโรคเบาหวาน
2. ช่วยในการควบคุมน้ำหนักได้ ยิ่งรับประทานอาหารเช้ามากยิ่งลดน้ำหนักได้เยอะ
3. ช่วยให้ความจำดี
4. ช่วยพัฒนาสมอง

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 2. ช่วยในการควบคุมน้ำหนักได้ ยิ่งรับประทานอาหารเช้ามากยิ่งลดน้ำหนักได้

เยอะกระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

จากบทความ เรื่อง แดงโม ผลไม้สมุนไพรไทย ข้อความเหล่านี้เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น จงเลือก ข้อเท็จจริง หรือ ความคิดเห็น ในแต่ละข้อ

ข้อความนี้เป็นข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็น	ข้อเท็จจริง	ความคิดเห็น
ในบทความนี้ การรับประทานอาหารเช้าช่วยให้เรามีสมาธิในการเรียนได้		
เราควรรับประทานอาหารเช้าในปริมาณที่เหมาะสม		
การรับประทานอาหารเช้าช่วยลดภาวะผิดปกติของอินซูลินหรือโรคเบาหวาน		
ถ้าเราต้องการพัฒนาสมอง เราควรที่รับประทานสารอาหารที่เพียงพอ		

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม ให้นักเรียนใส่ตัวเลขตามลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในเรื่อง ประโยชน์ของอาหารเข้า

ข้อความ	ลำดับเหตุการณ์
โบว์เพื่อนของสมหญิงไม่เชื่อเพราะกลัวอ้วน จึงไม่ปฏิบัติตาม ในที่สุดจึงปวดท้อง	
สมหญิงรับประทานอาหารเช้าทุกวันในปริมาณที่เพียงพอ และครบ 5 หมู่	
จึงได้แนะนำให้เพื่อนหันมารับประทานอาหารเช้าเพราะมีประโยชน์	
สมหญิงมีความจำที่ดี สมองที่ดีและมีสุขภาพที่แข็งแรง	

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 2 4 3 1

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 4 แบบเติมคำตอบแบบเปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม อาหารเข้ามีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไรบ้าง

คำตอบ.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : ช่วยให้ความจำดี ส่งเสริมพัฒนาสมอง ไม่ก่อให้เกิดโรคนิ่ว และช่วยควบคุม

น้ำหนักได้ดี ทั้งนี้ช่วยลดโรคเบาหวานได้ด้วย

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

คำถามที่ 5 แบบเติมคำตอบแบบอิสระ (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม นักเรียนคิดว่าอาหารเข้ามีความจำเป็นต่อสุขภาพหรือไม่

คำตอบ.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

- จำเป็น เพราะทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารที่เพียงพอ หรือไม่จำเป็น เพราะไม่หิว เร่งรีบ จนหลงลืม

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน