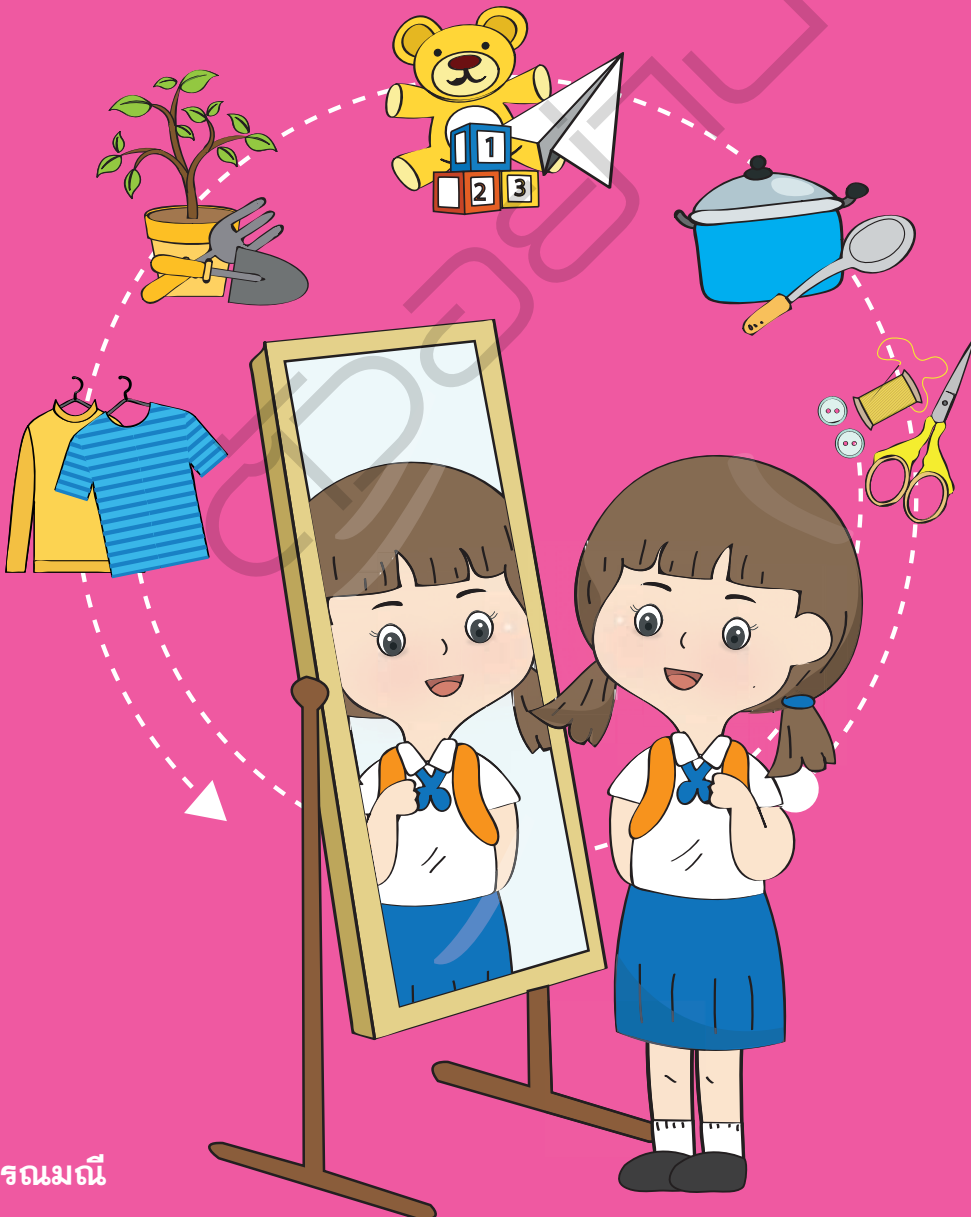


การงานอาชีพ และเทคโนโลยี

ป.๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑



คำชี้แจง

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้ การงานอาชีพและเทคโนโลยี ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เล่มนี้ จัดพิมพ์ โดย บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด

ผู้เรียบเรียง นางสาวน้อย สุวรรณณี

ผู้ตรวจ ๑. นางสาวสุรางค์ พุ่มเจริญวัฒนา

๒. นางทิพรัตน์ นาสุข

๓. นางมารศรี มิ่งศิริรัตน์

บรรณาธิการ นางสาวสุภาภรณ์ โรมเรืองฤทธิ์

หนังสือเล่มนี้ประกันคุณภาพโดยผู้ผลิต และจะต้องส่งให้สำนักงานวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานตรวจประเมินคุณภาพทางวิชาการ เพื่อออกใบอนุญาตให้ใช้ในสถานศึกษา แทนใบประกันคุณภาพของ บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด กรณีที่พบข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาด กรุณาแจ้งให้ บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด ทราบเพื่อดำเนินการตามที่ระบุในใบประกันคุณภาพสื่อฯ (ปกหลัง) พร้อมทั้งแจ้งให้สำนักงานวิชาการและมาตรฐานการศึกษาทราบด้วย เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาอนุญาตให้ใช้หนังสือ ในสถานศึกษาต่อไป

สำนักงานวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน

การทำงานอาชีพ และเทคโนโลยี

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้การทำงานอาชีพและเทคโนโลยี

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ผู้เรียบเรียง

ผู้ตรวจ

บรรณาธิการ

น้อย สุวรรณมณี

สุรางค์ พุ่มเจริญวัฒนา

ทิพรัตน์ นาสูซ

มารศรี มิ่งศิริรัตน์

สุภาภรณ์ โรมเริงฤทธิ์

หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน

การงานอาชีพและเทคโนโลยี

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ผู้เรียบเรียง น้อย สุวรรณมณี

ผู้ตรวจ สุรางค์ พุ่มเจริญวัฒนา
ทิพรัตน์ นาสุษ
มารศรี มิ่งศิริรัตน์

บรรณาธิการ สุภาภรณ์ โรมเริงฤทธิ์

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ
น้อย สุวรรณมณี.

หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพและเทคโนโลยี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑.--กรุงเทพฯ : แม็คเอ็ดดูเคชั่น, ๒๕๖๒.
๑๑๒ หน้า.

๑. การงานอาชีพและเทคโนโลยี--การศึกษาและการสอน
(ประถมศึกษา). I. ชื่อเรื่อง.

372.82044

ISBN 978-616-274-964-3

พิมพ์ครั้งที่ ๑

จำนวน ๑๑,๐๐๐ เล่ม

สงวนลิขสิทธิ์ : มกราคม ๒๕๖๒

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย ห้ามลอกเลียน ไม่ว่าจะเป็นส่วนหนึ่งส่วนใด
ของหนังสือเล่มนี้ นอกจากจะได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษร

จัดทำโดย

 IMACEDUCATION

ส่งขนาดดีดั่งจ่าย ไปรษณีย์ลาดพร้าว

ในนาม บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด

๘/๘๘ อาคารแม็ค ซอยลาดพร้าว ๓๘ ถนนลาดพร้าว

แขวงจันทระเกษม เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทร. ๐-๒๕๑๒-๐๖๖๑, ๐-๒๕๓๘-๒๐๒๒-๗ แฟกซ์ ๐-๒๕๓๘-๒๐๒๘

www.MACEducation.com

พิมพ์ที่ : บริษัท พี.เอ็น.เค แอนด์ สกายพรินต์ติ้ง จำกัด

คำชี้แจง

ตามที่กระทรวงศึกษาธิการโดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้ดำเนินการทบทวนหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ในกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และสาระภูมิศาสตร์ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม โดยเริ่มใช้ในปีการศึกษา ๒๕๖๑ และต่อมาได้ยกเลิกมาตรฐานและตัวชี้วัด สาระที่ ๒ การออกแบบและเทคโนโลยี และสาระที่ ๓ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ในกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี โดยปรับเปลี่ยนชื่อกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยีเป็นกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ในปีการศึกษา ๒๕๖๓ เพื่อมุ่งหวังให้โรงเรียนและผู้เรียนเกิดการพัฒนาระบบการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ด้วยตระหนักถึงความสำคัญของการปรับเปลี่ยนหลักสูตรข้างต้น บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด จึงได้มอบหมายให้ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตร ด้านการพัฒนาสื่อการเรียนรู้ และด้านการวัดและประเมินผล ได้ปรับปรุงพัฒนาหนังสือเรียนให้สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดของหลักสูตรในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่มีการเปลี่ยนแปลง และให้สอดคล้องกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่กำหนดไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๖๐-๒๕๗๙ และยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี

โดยหนังสือเรียนแต่ละหน่วยการเรียนรู้จะให้ผู้ใช้หนังสือเรียนได้ทราบเป้าหมายการเรียนรู้ในตอนต้นหน่วยการเรียนรู้จากสาระการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปี และทุกหัวข้อหลักนำเสนอแนวคิดสำคัญเพื่อให้ทราบถึงสิ่งที่เป็นความรู้ ความคิดที่เป็นแก่นสำคัญที่ต้องเรียนรู้ให้ลึกซึ้ง และการเรียนรู้ที่ดี ผู้เรียนควรได้ตรวจสอบความรู้ความเข้าใจเป็นระยะ ๆ ก่อนเรียนเรื่องใหม่ ดังนั้นในหนังสือเรียนจะมีการสอดแทรกกิจกรรมตรวจสอบการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับเรื่องที่ได้เรียนผ่านมา เพื่อให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบตนเอง หรือบางหัวข้ออาจเป็นการฝึกทักษะให้ชำนาญก่อน สิ่งเพิ่มเติมในหนังสือเรียนเล่มนี้ คือ กิจกรรมบูรณาการวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ เทคโนโลยี และวิศวกรรมศาสตร์ (STEM) ตามเป้าหมายสำคัญของการปรับหลักสูตรครั้งนี้ ซึ่งผู้เรียนและผู้สอนสามารถนำไปประยุกต์หรือดัดแปลงให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียนและผู้เรียน การศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมโดยใช้เทคโนโลยีการสื่อสารและสารสนเทศ (ICT) เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องค้นคว้าเพิ่มเติม ดังนั้นในหนังสือเรียนเล่มนี้จึงได้มีการเสริมเนื้อหาเพิ่มเติมที่ได้ผ่านการคัดกรองมาแล้วว่าเหมาะสมกับการเรียนรู้ แทรกไว้ในเนื้อหาบางหน่วยโดยใช้



สัญลักษณ์  ผู้เรียนสามารถใช้สมาร์ทโฟน สแกน QR Code หรือเปิดในเว็บไซต์ demo-plc.maceducation.com ทำหน่วยการเรียนรู้ทุกหน่วยจะมีการสรุปบทเรียนสำหรับผู้เรียนได้ใช้เป็นข้อมูลสำคัญในการตรวจสอบองค์ความรู้ที่ควรได้รับการพัฒนาหลังจากเสร็จสิ้นการเรียนรู้ หรือเป็นสาระสำคัญที่ควรจดจำและทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ ซึ่งนับว่าเป็นส่วนสำคัญอีกส่วนหนึ่งในการปรับปรุงหนังสือเรียนครั้งนี้ที่ได้พัฒนาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียนเล่มนี้จะมีคุณค่า มีประโยชน์ และช่วยส่งเสริมการปฏิรูปการศึกษา เพื่อเป็นรากฐานสำคัญที่จะช่วยทำให้ประเทศไทยก้าวสู่ประเทศที่มีการพัฒนาอย่างยั่งยืน ด้วยการมีพลเมืองที่มีคุณภาพ มีความคิดสร้างสรรค์ ตามเจตนารมณ์ของการปรับปรุงหลักสูตรครั้งนี้ และนโยบายประเทศไทย ๔.๐

บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด

คำนำ

หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพและเทคโนโลยี กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ ได้จัดทำขึ้นตามสาระการเรียนรู้แกนกลาง มาตรฐาน และตัวชี้วัดของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ สำหรับใช้เป็นสื่อประกอบการจัดการเรียนรู้ในการพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ มีทักษะและความสามารถตามที่หลักสูตรกำหนด ซึ่งครอบคลุมสาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว ตลอดจนสอดคล้องกับทักษะแห่งอนาคตใหม่ในศตวรรษที่ ๒๑ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของประชาชนคนไทยในฐานะการเป็นพลเมืองโลกที่ต้องดำรงชีวิตอยู่ในโลกแห่งเทคโนโลยีพร้อมกับการรักษาความสมดุลของทรัพยากร พลังงานและสิ่งแวดล้อม

การนำเสนอเนื้อหาสาระของหนังสือเรียนจัดเป็นหน่วยการเรียนรู้ จำนวน ๓ หน่วยการเรียนรู้ คือ **การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงาน และการทำงานด้วยความปลอดภัย** ซึ่งเป็นเนื้อหาสาระและความรู้ที่ทันสมัย มีแนวคิดสำคัญในแต่ละหัวข้อของเนื้อหา มีกิจกรรมตรวจสอบการเรียนรู้เพื่อฝึกทักษะการคิดวิเคราะห์ และมีกิจกรรมปฏิบัติที่มุ่งเน้นการปฏิบัติจริง และสอดคล้องกับวัยของผู้เรียน มีกิจกรรมบูรณาการประจำหน่วยเพื่อเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้แบบบูรณาการ พร้อมกับการสรุปเนื้อหาสาระทั้ง ๓ ด้าน (K-P-A) ให้ผู้เรียนได้ทบทวน และมีอภิธานศัพท์เพื่ออธิบายความหมายเพิ่มเติมของคำศัพท์เฉพาะที่ไม่ได้เป็นที่รู้จักกันโดยทั่วไป หรือเป็นคำใหม่ หรือคำโบราณ

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ จะเกิดประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเสริมสร้างความเป็นผู้นำในด้านการเรียน การทำงาน การพัฒนาตนเองในการสร้างงาน สร้างอาชีพในอนาคตด้วยความซื่อสัตย์สุจริตและดำเนินชีวิตตาม หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของชาติ อีกทั้งยังคาดหวังว่าหนังสือเรียนเล่มนี้จะอำนวยประโยชน์ต่อคุณครูผู้สอนและผู้สนใจใฝ่เรียนรู้ทุกท่านได้เป็นอย่างดี

น้อย สุวรรณมณี

สารบัญ

หน้า

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง

๑

(ตรงตามมาตรฐาน ง ๑.๑ ตัวชี้วัดข้อ ๑, ๓)

๑. การแต่งกาย

๓

๑.๑ ความหมาย ความสำคัญของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๓

๑.๒ ประเภทของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๕

๑.๓ การเลือกใช้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๖

๑.๔ การดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๙

๒. การจัดเก็บของใช้

๑๗

๒.๑ ความหมายและความสำคัญของของใช้

๑๗

๒.๒ ประเภทของสิ่งของและการจัดเก็บ

๑๗

๓. การใช้ การจัดเก็บภาชนะใส่อาหาร และของใช้ส่วนตัว

๒๓

๓.๑ ความหมายและความสำคัญของภาชนะใส่อาหารและของใช้ส่วนตัว

๒๓

๓.๒ หลักการและวิธีการใช้ภาชนะใส่อาหารและของใช้ส่วนตัว

๒๔

๓.๓ การจัดเก็บภาชนะใส่อาหารและของใช้ส่วนตัว

๒๖

๔. การจัดโต๊ะ ตู้และชั้นวางสิ่งของ

๒๙

๔.๑ ความสำคัญของการจัดโต๊ะ ตู้และชั้นวางสิ่งของ

๒๙

๔.๒ หลักการจัดโต๊ะ ตู้และชั้นวางสิ่งของ

๓๐

๔.๓ วิธีการจัดโต๊ะ ตู้และชั้นวางสิ่งของ

๓๐

แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์

๓๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงาน

๓๖

(ตรงตามมาตรฐาน ง ๑.๑ ตัวชี้วัดข้อ ๒)

๑. วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานประดิษฐ์และงานช่าง

๓๘

๒. วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานบ้าน

๔๓

๒.๑ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำความสะดวกสบายบ้าน

๔๓

๒.๒ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการซ่อมแซมเสื้อผ้า

๔๖

๒.๓ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานครัว

๔๘

	หน้า
๓. วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการทำงานเกษตร	๕๐
๓.๑ วัสดุในการปลูกพืช	๕๐
๓.๒ อุปกรณ์ในการปลูกพืช	๕๑
๓.๓ เครื่องมือในการปลูกพืช	๕๒
แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์	๖๐

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ การทำงานด้วยความปลอดภัย

(ตรงตามมาตรฐาน ง ๑.๑ ตัวชี้วัดข้อ ๒)

๑. หลักการทำงานด้วยความปลอดภัย	๖๓
๑.๑ หลักความปลอดภัยในการทำงาน	๖๓
๑.๒ สาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุและอันตรายจากการทำงาน	๖๕
๑.๓ การแก้ปัญหาเบื้องต้นหากเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน	๖๕
๒. งานรดน้ำต้นไม้และงานกำจัดวัชพืช	๖๗
๒.๑ งานรดน้ำต้นไม้	๖๗
๒.๒ งานกำจัดวัชพืช	๗๓
๓. งานปักกระดาเป็นของเล่น ของใช้	๗๙
๓.๑ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือในการปักกระดา	๗๙
๓.๒ หลักการปักกระดา	๘๑
๓.๓ รูปแบบการปักกระดาเป็นของเล่นและของใช้	๘๒
แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์	๑๐๐

บรรณานุกรม

๑๐๑

อภิธานศัพท์

๑๐๒



หน่วยการเรียนรู้ที่



การทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง



สาระการเรียนรู้

- ๑ การแต่งกาย
- ๒ การจัดเก็บของใช้
- ๓ การใช้ การจัดเก็บภาชนะใส่อาหารและของใช้ส่วนตัว
- ๔ การจัดโต๊ะ ตู้และชั้นวางสิ่งของ

ตัวชี้วัดชั้นปี

- ๑. บอกวิธีการทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง (ง ๑.๑ ป.๑/๑)
- ๒. ทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองอย่างกระตือรือร้นและตรงเวลา (ง ๑.๑ ป.๑/๓)



เพื่อนๆ ครับ ในแต่ละวันเรา
ทำงานอะไรกันบ้างครับ



๑. การแต่งกาย



แนวคิดสำคัญ

การแต่งกาย คือ การที่มนุษย์ใช้ “เครื่องแต่งกาย” มาห่อหุ้มร่างกายเพื่อความปลอดภัยและความสวยงามเป็นสำคัญ เครื่องแต่งกายมีหลายอย่าง ทั้งเสื้อผ้าชุดภายนอก ชุดชั้นใน รวมถึงเครื่องประดับตกแต่ง ได้แก่ ถุงเท้า รองเท้า เข็มขัด หมวก สร้อย แหวน นาฬิกาและอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งหลักสำคัญในการแต่งกาย คือ ต้องเลือกเครื่องแต่งกายให้เหมาะสมกับวัยและถูกกาลเทศะ หลังการใช้งานเครื่องแต่งกายทุกครั้งต้องดูแลทำความสะอาด จัดเก็บรักษาอย่างถูกวิธี ด้วยการซักตาก รีด พับ แหวน ซัด ล้าง ตากแดด หรือฟ้างลม ซึ่งขึ้นอยู่กับชนิดของเครื่องแต่งกายนั้นๆ

๖๖

๑.๑ ความหมาย ความสำคัญของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย หมายถึง สิ่งที่นำมาใช้ป็นเครื่องห่อหุ้มร่างกาย ป้องกันความร้อน ทำให้เกิดความอบอุ่น มองดูเรียบร้อย สวยงาม

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย มีความสำคัญดังนี้

๑. ปกปิดร่างกายให้มิดชิด เพื่อความปลอดภัยและสวยงาม



การแต่งกายมิดชิดทำให้ดูเรียบร้อยและสวยงาม



๒. เพื่อป้องกันแสงแดด
และทำให้เกิดความอบอุ่นแก่
ร่างกายเมื่ออากาศเย็น

ถ้าอากาศเย็นควรสวมเสื้อผ้าหนาๆ
เพื่อให้ร่างกายอบอุ่น

๓. ช่วยป้องกันสัตว์ แมลง เชื้อโรค และสิ่งที่เป็นอันตรายต่อผิวหนัง
นอกจากนี้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายยังแสดงให้รู้ถึงความเป็นเพศหญิง
หรือเพศชาย อาชีพ ฐานะทางสังคม ภูมิภาค และชนชาติอีกด้วย



ภาคกลาง



ภาคเหนือ



ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ



ภาคใต้

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายตามภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย

๑.๒ ประเภทของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่เราใช้อยู่ แบ่งออกได้ ๓ ประเภทใหญ่ๆ ดังนี้

๑. เสื้อผ้าสำหรับใช้ภายนอก เช่น เสื้อ กางเกง กระโปรง ผ้าถุง เป็นสิ่งที่แสดงถึงเพศ อาชีพ ฐานะทางสังคม ภูมิภาค เชื้อชาติ

เสื้อผ้าสำหรับ
ใช้ภายนอก



เสื้อและกระโปรง
ของผู้หญิง



เสื้อและกางเกง
ของผู้ชาย

๒. เสื้อผ้าสำหรับใช้ภายใน เช่น เสื้อชั้นใน กางเกงชั้นใน เสื้อกั๊ก ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน

เสื้อผ้าสำหรับ
ใช้ภายใน



เสื้อกั๊ก



กางเกงชั้นใน

๓. เครื่องประดับตกแต่ง เป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้การแต่งกายของเราเรียบร้อย สวยงาม เหมาะสม ถูกกาลเทศะมากขึ้น เช่น ถุงเท้า รองเท้า เข็มขัด สร้อยคอ สร้อยข้อมือ ต่างหู หมวก เนกไท ผ้าพันคอ



เครื่องประดับตกแต่งชนิดต่าง ๆ

๑.๓ การเลือกใช้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

การเลือกใช้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายได้สวยงามและเหมาะสมกับรูปร่างของผู้สวมใส่ สภาพอากาศ เวลา สถานที่ โอกาส และกิจกรรมที่ทำจะเป็นที่ชื่นชมของผู้พบเห็น ทำให้ผู้สวมใส่มีความสุข และมีความเชื่อมั่นในตนเอง สำหรับวิธีการเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย มีดังนี้

๑. ชุดนักเรียน ใช้สวมใส่เมื่อไปโรงเรียน หรือไปร่วมในกิจกรรมสำคัญกับผู้ปกครองที่โรงเรียน หรือกิจกรรมที่อื่นตามประกาศของโรงเรียน เราต้องแต่งกายให้ถูกต้องตามกฎระเบียบที่โรงเรียนกำหนดไว้



ชุดนักเรียน



ชุดอยู่บ้าน

๒. ชุดอยู่บ้าน ควรเป็นเสื้อผ้าที่สวมใส่สบาย เนื้อผ้าทนทานทำความสะอาดง่าย เช่น เสื้อยืด กางเกงขาสั้น หรือกระโปรงทรงหลวมๆ รองเท้าที่สวมใส่สบาย

๓. ชุดไปเที่ยว ควรสวมใส่เสื้อผ้าแบบสบายๆ มีสีสันทดลายนสดใส เช่น กางเกงขาสั้น เสื้อยืด รองเท้าที่สวมใส่สบาย และสวมหมวกเพื่อป้องกันแสงแดด แต่ถ้าต้องไปทำบุญที่วัดกับผู้ปกครองไม่ควรนุ่งกระโปรงสั้นและไม่สวมหมวกเข้าไปในโบสถ์ หรือวิหาร



ชุดไปเที่ยว

๔. ชุดออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา ควรเลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่มีความยืดหยุ่น เคลื่อนไหวได้สะดวก ระบายความร้อนและเหงื่อได้ดี สวมถุงเท้าและรองเท้าน้ำหนักเบา เพื่อป้องกันการบาดเจ็บ



ชุดออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา



ชุดนอน

๕. ชุดนอน ควรเป็นเสื้อผ้าเนื้อเบา เช่น ผ้าป่าน ผ้าฝ้าย ผ้าแพร สวมใส่สบายตัว รูปทรงหลวม ไม่รัดแน่น

๑.๔ การดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

ในวัยเด็กหรือวัยเข้าเรียนชั้นประถมศึกษา เป็นวัยที่ชอบทำกิจกรรมต่าง ๆ ดังนั้น เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายจึงมักสกปรกได้ง่าย ต้องดูแลรักษาเป็นพิเศษ เพื่อให้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายเหล่านั้นใช้งานได้นาน ช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย มีสภาพที่เรียบร้อย ไม่ฉีกขาด สะอาด น่าสวมใส่ตลอดเวลา จึงควรปฏิบัติดังนี้

๑. เมื่อกลับจากโรงเรียนควรถอดชุดนักเรียนออก เปลี่ยนเป็นชุดอยู่บ้าน แล้วนำชุดนักเรียนไปแขวนผึ่งลมให้แห้ง ก่อนที่จะเก็บใส่ตะกร้า โดยแยกเสื้อ กางเกง กระโปรง ชุดชั้นใน ถุงเท้า เพื่อป้องกันความอับชื้น ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดเชื้อราที่ทำให้เกิดโรคผิวหนังได้



เราควรนำเสื้อผ้าที่ใช้แล้วแขวนผึ่งลมให้แห้งก่อนเก็บใส่ตะกร้า

๒. นำกางเกงชั้นในไปซักทำความสะอาดทันทีด้วยตนเอง โดยใช้สบู่หรือน้ำยาซักผ้า ส่วนวิธีซัก ให้ใช้มือขยี้ให้สะอาดทั่วทั้งตัว โดยเฉพาะตรงบริเวณเป้ากางเกงชั้นใน แล้วซักด้วยน้ำเปล่าจนหมดฟอง หลังจากนั้นใช้มือขยำเบาๆ เพื่อไล่น้ำ แล้วสะบัดก่อนนำไปตากให้แห้ง เพื่อป้องกันการเกิดเชื้อรา

ใบประกันคุณภาพสื่อการเรียนรู้ของสำนักพิมพ์เอกชน

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพและเทคโนโลยี ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้ การงานอาชีพและเทคโนโลยี เล่มนี้ จัดพิมพ์โดย บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด สำหรับใช้ประกอบการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ โดยมีโครงสร้างเนื้อหาตามที่ บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด กำหนด และมีผู้เรียบเรียง ผู้ตรวจ และบรรณาธิการ ดังนี้

ผู้เรียบเรียง	นางสาวน้อย สุวรรณณีนี
ผู้ตรวจ	๑. นางสาวสุรางค์ พุ่มเจริญวัฒนา ๒. นางทิพรัตน์ นาสุข ๓. นางมารศรี มิ่งศิริรัตน์
บรรณาธิการ	นางสาวสุภาภรณ์ โรมเรืองฤทธิ์

บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด ขอรับรองว่า คณะผู้ตรวจและบรรณาธิการ ดังกล่าว เป็นผู้มีความสมบัติ เป็นไปตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนด ซึ่งได้ทำหน้าที่ ตรวจพิจารณาคุณภาพและบรรณาธิการหนังสือเล่มนี้ให้มีความถูกต้องและมีคุณภาพในการจัดการเรียนรู้ ตามหลักสูตร

หากหนังสือเล่มนี้มีข้อบกพร่อง บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด จะปรับปรุงแก้ไข และส่งหนังสือที่ปรับปรุง แล้วให้สถานศึกษา ในกรณีมีเนื้อหาไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสม มีผลเสียต่อการเรียนรู้ ก่อให้เกิดผลเสียหายต่อ การศึกษา คุณธรรม จริยธรรม และความมั่นคงของชาติ บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด ยินดีให้สำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานถอดถอนรายชื่อออกจากบัญชีประกาศกำหนดหนังสือเรียน และพร้อม จะเรียกเก็บหนังสือที่จำหน่ายทั้งหมด และชดเชยค่าเสียหายให้กับสถานศึกษา

(ลงชื่อ).....ผู้รับรอง
(นายคมพิชญ์ พนาสุภน)

กรรมการผู้จัดการ
บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน
การงานอาชีพและเทคโนโลยี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑



2315107100

MAC EDUCATION

www.MACeducation.com



9 786162 749643

ราคา ๕๕ บาท