

กินอย่างไรดีนะ





พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๒๗

จำนวนพิมพ์ ๔๕,๐๐๐ เล่ม

ISBN 974-10-0190-8

หนังสือส่งเสริมการอ่าน
ระดับวัยเริ่มเรียน

เรื่อง
กินอย่างไรดีนะ



กรมวิชาการ

กระทรวงศึกษาธิการ



ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง อนุญาตให้ใช้หนังสือในโรงเรียน

ด้วยกรมวิชาการได้จัดทำหนังสือส่งเสริมการอ่าน เรื่อง กินอย่างไรดีนะ สำหรับเด็ก
ระดับเริ่มเรียน กระทรวงศึกษาธิการได้พิจารณาแล้ว อนุญาตให้ใช้หนังสือนี้ในโรงเรียนได้

ประกาศ ณ วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๒๗

(นายบรรจง ชูสกุลชาติ)

รองปลัดกระทรวง ปฏิบัติราชการแทน

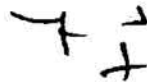
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

คณะกรรมการจัดทำหนังสือสำหรับเด็กระดับเริ่มเรียน กรมวิชาการ ได้จัดทำหนังสือเรื่อง “กินอย่างไรดีนะ” เป็นหนังสือส่งเสริมการอ่านสำหรับเด็กระดับเริ่มเรียน โดยมี นายเกริก ยूनพันธ์ เป็นผู้วาดภาพประกอบ หนังสือเล่มนี้มุ่งหมายที่จะเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่ดีแก่เด็กในเรื่อง มารยาทการรับประทานอาหาร และรู้จักเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

กรมวิชาการจึงจัดพิมพ์เป็นหนังสือส่งเสริมการอ่าน ระดับเด็กเริ่มเรียน จำนวน ๔๕,๐๐๐ เล่ม เพื่อแจกโรงเรียนประถมศึกษาทุกระดับ แล้วมอบให้องค์การค้ำของคุรุสภาจัดพิมพ์จำหน่ายสำหรับโรงเรียนและหรือผู้สนใจในโอกาสต่อไปด้วย

กรมวิชาการขอขอบคุณคณะกรรมการฯ และผู้เกี่ยวข้องในการจัดทำทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย



(นายสุรเดช วิเศษสุรการ)

อธิบดีกรมวิชาการ

๑๖ สิงหาคม ๒๕๒๗

คำแนะนำการใช้หนังสือ เรื่อง กินอย่างไรดีนะ

หนังสือเล่มนี้ คณะกรรมการจัดทำหนังสือสำหรับเด็กระดับเริ่มเรียน เป็นผู้จัดทำขึ้น มีจุดประสงค์เพื่อสร้างเสริมลักษณะนิสัยที่ดีให้แก่เด็ก ในเรื่องการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รวมทั้งมารยาทในการรับประทานอาหารด้วย โดยใช้ คำ ประโยคง่าย ๆ ซึ่งเมื่อเด็กได้ฟังได้อ่าน ก็จะสามารถจดจำและนำไปปฏิบัติให้เป็นนิสัยประจำตัว



ฉันทล้างมือก่อนกินข้าว



ฉัน กิน ข้าว กับ พ่อ แม่ และ น้อง



ฉัน ตัก อาหาร ให้ น้อง



๔

ฉัน เคี้ยว อาหาร ละเอียด



ฉัน ไม่ พูด เวลา มี อาหาร ใน ปาก



ฉัน ไม่ อม และ เล่น เวลา กิน อาหาร



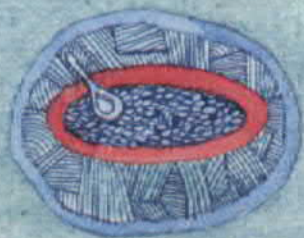
ฉัน ไม่ ทำ อาหาร หก เลอะเทอะ



ฉัน ระวัง ไม่ให้ ปาก เลอะเทอะ



ฉัน ชอบ กิน ข้าว กิน ไข่



ฉัน ชอบ กิน ไก่ เป็ด หมู เนื้อ



ฉัน ชอบ กิน กุ้ง หอย ปู ปลา



ฉัน ชอบ กิน ผัก ผลไม้

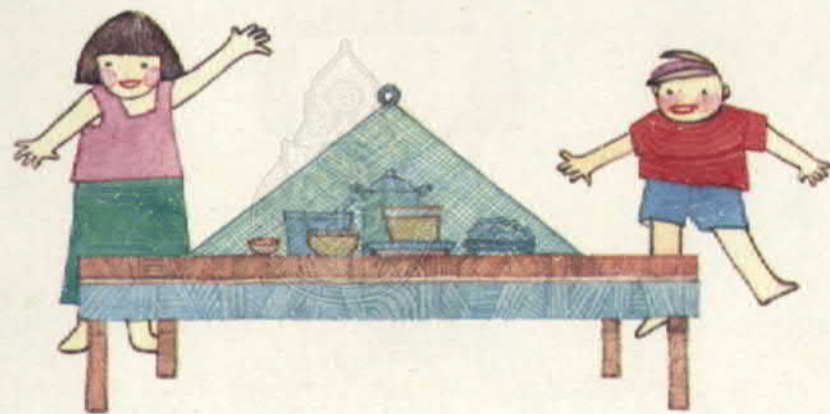


ฉัน ชอบ ดื่มนม ดื่มน้ำ

ห้องสมุดกรมวิทย์ฯ



ฉัน ชอบ อาหาร ที่ สุข และ สะอาด



ฉัน ใช้ ถ้วยน้ำ ของ ฉัน



ฉัน ใช้อยู่



ฉัน ใช้ ช้อนกลาง



ฉัน บ้วน ปาก เมื่อ อิ่ม แล้ว

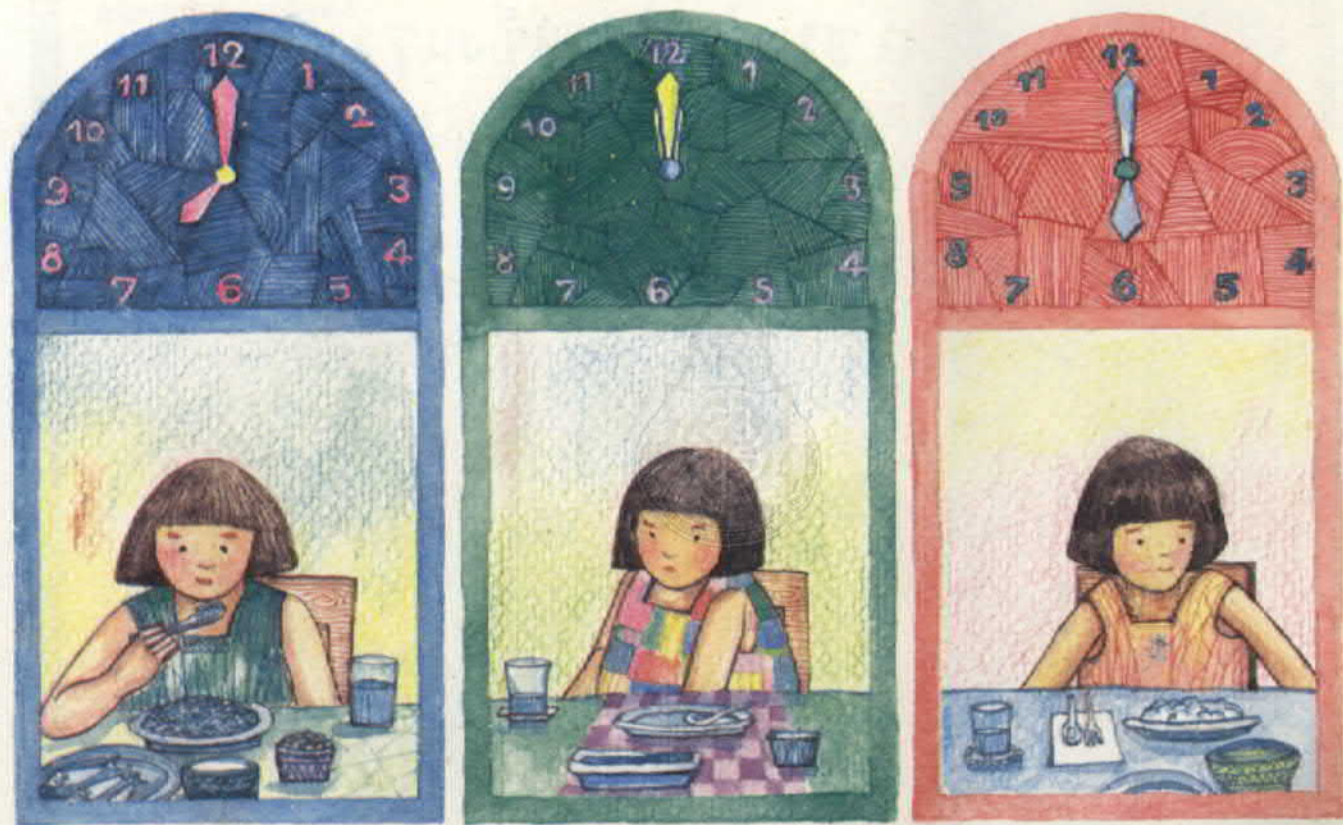


ฉัน ช่วย พ่อ แม่ เก็บ จาน ชาม ไป ล้าง



ฉัน ล้าง มือ แล้ว ใช้ ผ้าเช็ดมือ





ฉัน กิน อาหาร เป็น เวลา

แม่ ชม ว่า ฉัน แข็งแรง
เพราะ กิน อาหาร ดี มี ประโยชน์



คณะกรรมการจัดทำ

คุณหญิงเบญจา แสงมลิ
นางสิรินทร์ ช่างโชติ
นางสาววรรณิ์ สุนทรเวช
นางบุญเยี่ยม จิตรดอน
นางพาณี เมืองสมบัติ
นางสาวกานต์มณี ศักดิ์เจริญ

ที่ปรึกษา

นายเจนจิตต์ ฤทธลบุตร
นางกิตติวดี บุญชื่อ
ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหนังสือ

คณะกรรมการ

นางสาวจินตนา ไบกาซูยี
นางวัฒนา บุญเสนอ

นางสมบูรณ์ คิงหมานันท์
นางสาวละออ ชูติกร
นางสมใจ ทิพย์ชัยเมธา
นางสาวจินตนา ไบกาซูยี
นางวัฒนา บุญเสนอ





พิมพ์ที่ โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา ๓๑๔-๓๑๖ ปากซอยบ้านบาตร ถนนบำรุงเมือง เขตป้อมปราบ
กรุงเทพ ฯ ๑๐๑๐๐ นายปทุม ศิวันวล ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๒๓

