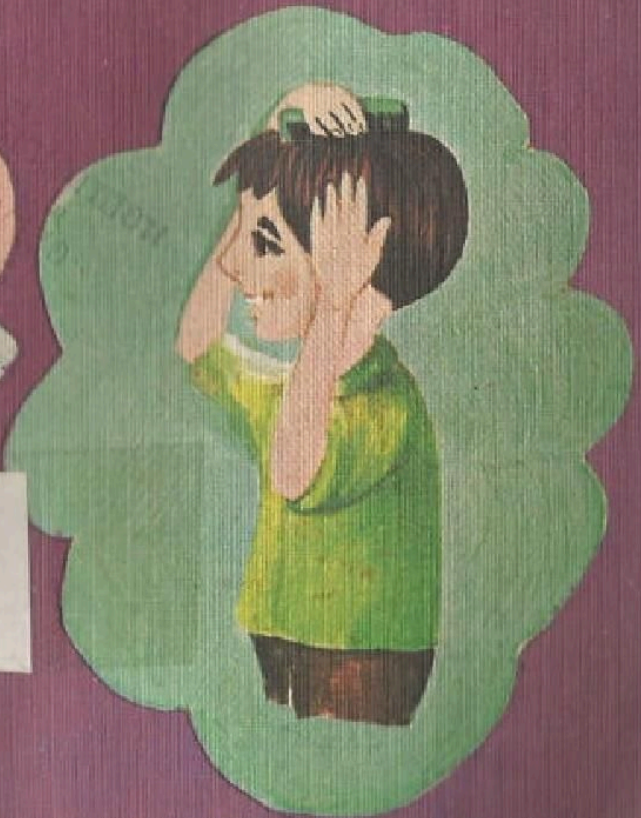
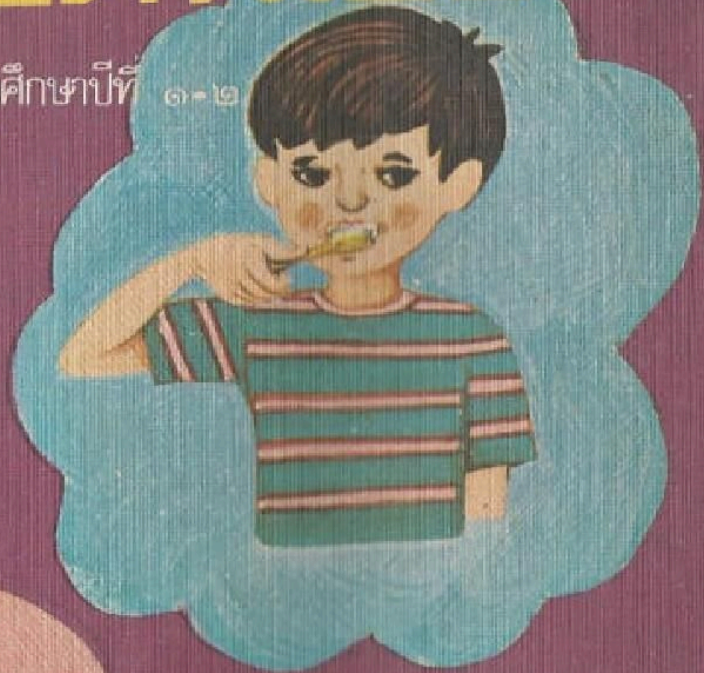


หนังสืออ่านเพิ่มเติมชุดสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

การช่วยตนเอง

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒



๕๖๖๗1-2:๕๗๕
๘๖๕๓
๕.๒

DCID LIBRARY

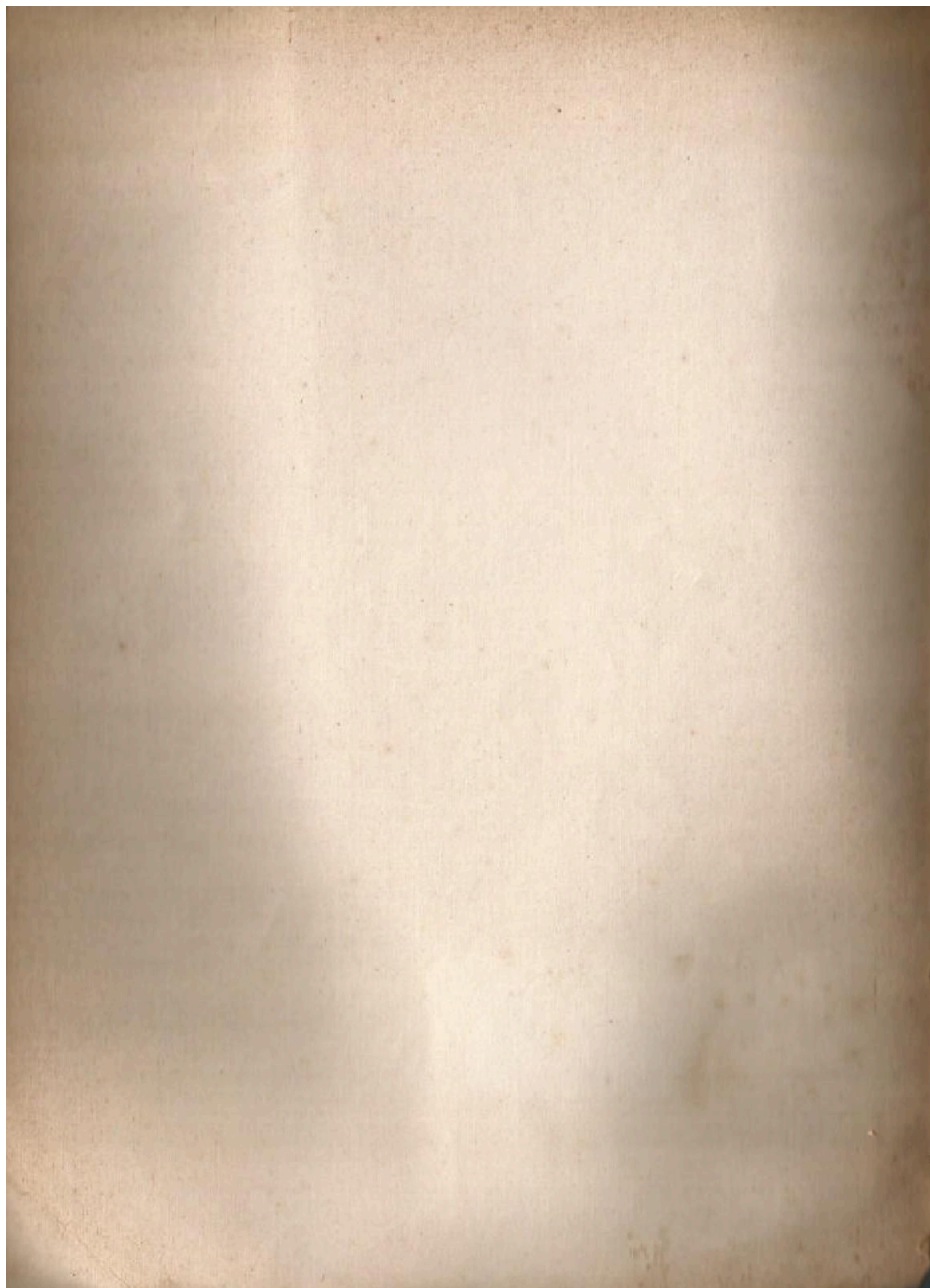


0000000757



กระทรวงศึกษาธิการ

กรมวิชาการ





หนังสืออ่านเพิ่มเติมกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

เรื่อง

การช่วยตนเอง

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒

ของ

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

พิมพ์ครั้งที่สอง ๔,๐๐๐ เล่ม

พ.ศ. ๒๕๓๐

ปกกระดาษราคาเล่มละ ๕.๒๕ บาท

(ห้ามขายเกินกว่าราคาที่กำหนดไว้)

จัดพิมพ์โดยองค์การค้ำของคุรุสภา

พิมพ์ที่โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว

๕๒ ถนนลาดพร้าว บางกะปิ กรุงเทพมหานคร
มีลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ



THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

1931

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILL.

1931

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILL.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILL.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILL.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO PRESS

CHICAGO, ILL.



ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ
เรื่อง อนุญาตให้ใช้หนังสือในโรงเรียน

ด้วยกรมวิชาการและเขตการศึกษากรุงเทพมหานคร ได้ร่วมกัน
จัดทำหนังสืออ่านเพิ่มเติม เรื่อง การช่วยตนเอง สำหรับชั้นประถมศึกษา
ปีที่ ๑-๒ ขึ้น กระทรวงศึกษาธิการได้พิจารณาแล้ว อนุญาตให้ใช้หนังสือนี้
ในโรงเรียนได้

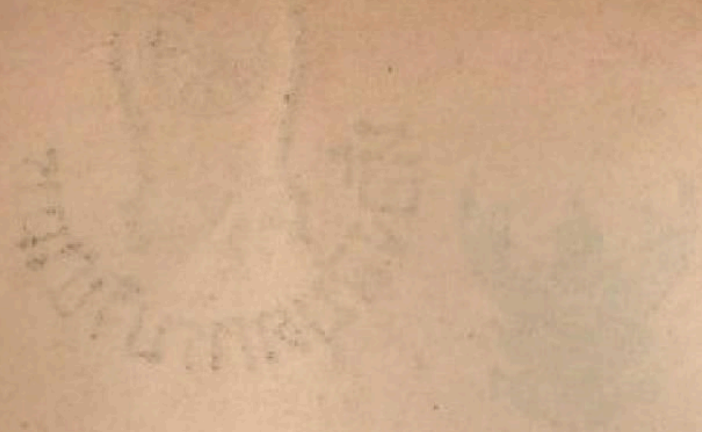
ประกาศ ณ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๒๗

(Signature)

(นายสมาน แสงมลิ)

รักษาราชการแทน ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

วันที่	14 ต.ค. 44
เลขทะเบียน	501525
เลขเรียกหนังสือ	5613/1-2:ส.ร.
	ศกชก



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY
1000 S. EAST ASIAN BLDG.
CHICAGO, ILL. 60607

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

คำนำ

หนังสืออ่านเพิ่มเติม เรื่อง การช่วยตนเอง เล่มนี้ เขต
การศึกษากรุงเทพมหานครจัดทำขึ้น ตามโครงการของกรมวิชาการ
ที่สนับสนุนให้ท้องถิ่นจัดทำหนังสืออ่านเพิ่มเติม เพื่อใช้ในท้องถิ่น
ของตน ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ และ
กระทรวงศึกษาธิการแต่งตั้งคณะบุคคลดังกล่าวข้างต้น เป็นผู้ตรวจ

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนังสือภาพประกอบความเรียงง่าย ๆ
เนื้อหาสอดคล้องกิจกรรมที่นักเรียนพึงปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน
ด้วยตนเอง ตามวัยของเด็ก เช่น การปฏิบัติภารกิจหลังตื่นนอน
ก่อนไปโรงเรียนและที่โรงเรียน ซึ่งกรมวิชาการคาดว่าจะ
เป็นประโยชน์สำหรับการเรียนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์
ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒ ได้เป็นอย่างดี เป็นการส่งเสริม
ให้นักเรียนอ่านเพื่อศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ตามเจตนารมณ์ของ
การจัดทำหนังสืออ่านเพิ่มเติม

กรมวิชาการ ขอขอบคุณผู้จัดทำและคณะกรรมการตรวจ
ไว้ ณ ที่นี้



(นายเอกวิทย์ ฤทธาง)

อธิบดีกรมวิชาการ

๓๐ กันยายน ๒๕๒๕





เวลาเข้าอากาศดีมาก
พ่อแม่ สอนฉันว่าเด็กดีต้องตื่นแต่เช้า
ฉันตื่นแต่เช้าทุก ๆ วัน
พ่อแม่ ชมว่าฉันเป็นเด็กดี



ฉันตื่นนอนแต่เช้า
 ตื่นแล้วเก็บผ้าห่มพับ
 ฉันพับผ้าห่มได้เอง
 ฉันจัดที่นอนได้เอง



ฉันล้างหน้า แปรงฟัน
 พ่อแม่ สอนฉันให้แปรงฟัน
 แปรงฟันทุกวัน แล้วฟันจะไม่ผุ
 ถ้าไม่แปรงฟัน ปากจะเหม็น ฟันก็จะผุ
 ฉันล้างหน้า แปรงฟันได้เอง
 ฟันของฉันสวย ปากก็ไม่เหม็น

ฉันอาบน้ำ แต่งตัวเรียบร้อย
เมื่อรับประทานอาหารเช้าแล้ว ฉันไปลาพ่อแม่
แล้วไปโรงเรียนกับพี่ ๆ ของฉัน





ที่โรงเรียนมีคุณครู มีเพื่อน ๆ
 คุณครูของฉันชื่อ คุณครูนารี
 คุณครูนารีพอใจที่นักเรียนมาโรงเรียนทุกวัน
 คุณครูนารีสอนนักเรียน
 “เด็กดี ต้องรู้จักช่วยตนเอง”





ดอกไม้ เพื่อนของฉันถามคุณครูว่า “การช่วยตนเอง ทำอย่างไรคะ”

คุณครูนาเรียนตอบว่า “การช่วยตนเอง คือ การทำสิ่งต่างๆ เพื่อตัวของเราได้เอง เช่น ล้างหน้า แปรงฟัน อาบน้ำ แต่งตัว และจัดกระเป๋าหนังสือได้ด้วยตนเอง”

ภาพประกอบโดย
นางสาวกนกวรรณ



คุณครูถามว่า “ใครเคยช่วยตนเองอย่างไรบ้าง”
 ระเบียบตอบว่า “หนูซักเสื้อผ้าของหนูได้เองค่ะ”
 ยอดบอกว่า “ผมก็ซักถุงเท้าของผมได้เอง
 เหมือนกันครับ”

คุณครูพูดว่า “ถ้าใครซักเสื้อผ้ายังไม่ได้ เมื่อ
 ถอดเสื้อผ้าแล้ว ให้นำไปผึ่งไว้หรือใส่ในอ่างซักผ้า ก็เป็น
 การช่วยตนเองได้เหมือนกัน”



เพื่อน ๆ และฉันช่วยกันบอกคุณครูว่า “เราช่วยตนเอง
อย่างไร”

คุณครูชมและพูดว่า “เด็กที่ช่วยตนเองได้เป็นเด็กเก่ง
จะสามารถทำอะไร ๆ ได้หลายอย่าง ไม่ต้องพึ่งคนอื่น
อยู่เรื่อย ๆ และเป็นการผ่อนแรงพ่อแม่ ทำให้ท่าน
ภูมิใจที่เราเป็นเด็กดีมีความขยัน”



เมื่อถึงเวลาเลิกเรียน

ฉันและเพื่อน ๆ เก็บเครื่องเรียน เตรียมตัวกลับบ้าน

เมื่อหัวหน้าชั้นบอก “นักเรียนทำความเคารพ”

ทุกคนยืนขึ้นพร้อมกับพูดว่า “สวัสดีครับคุณครู

สวัสดีค่ะคุณครู”

คุณครูนารี ตอบว่า “สวัสดีค่ะ”

คณะผู้จัดทำ

นางวัชรีย์ ศิริรัตน์
นางฉลวย บุญญาภินันท์
นายวิเชียร โกสโลดม
นายทรัพย์ ประกอบสุข
นายวิเชียร สถานนท์ชัย

นายวีระ เทพกร
นายนคร พันธุ์เจริญ
นายอำอินทร์ สุบรรณเสนีย์
นายสมาน มณีฤทธิ์
นายประเทือง กุฎิกง

คณะผู้ตรวจ

นางสาวพัฒน์ ภาสบุตร
นางสรินทร ช่วงโชติ
นายสมพงษ์ พลະสุรีย์
นางทิสนา แฉมมณี
นายเป็รื่อง เปลี่ยนสายสืบ
นางมีบุญ มาลัยมาน
นางรัตนา ภาชาฤทธิ์

นายมานพ กาละดี
นางสาวน้ำทิพย์ อักษรกุล
นางสาวประไพ วัฒนพงษ์
นายมนูญ ดารามิตร
นายไสว มาลาทอง
นายวิริยะ สิริสิงห์
นางสาวฉวีวรรณ สุขสมจิตร

บรรณาธิการ

นางรัตนา ภาชาฤทธิ์
นางสาวฉวีวรรณ สุขสมจิตร

ผู้จัดทำภาพประกอบ ปก

นายไพฑูรย์ บุญปานนท์



เลขที่ 9933005



พิมพ์ที่โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว

นายกำธร สติรกุล ผู้ฉันทน์พิมพ์

๓๖๘ : ๒๕ - ๓๐ (๑)