

๗๗ ตุ้ต๊ะเป่เลียนไป

หนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนาการอ่านออกเขียนได้

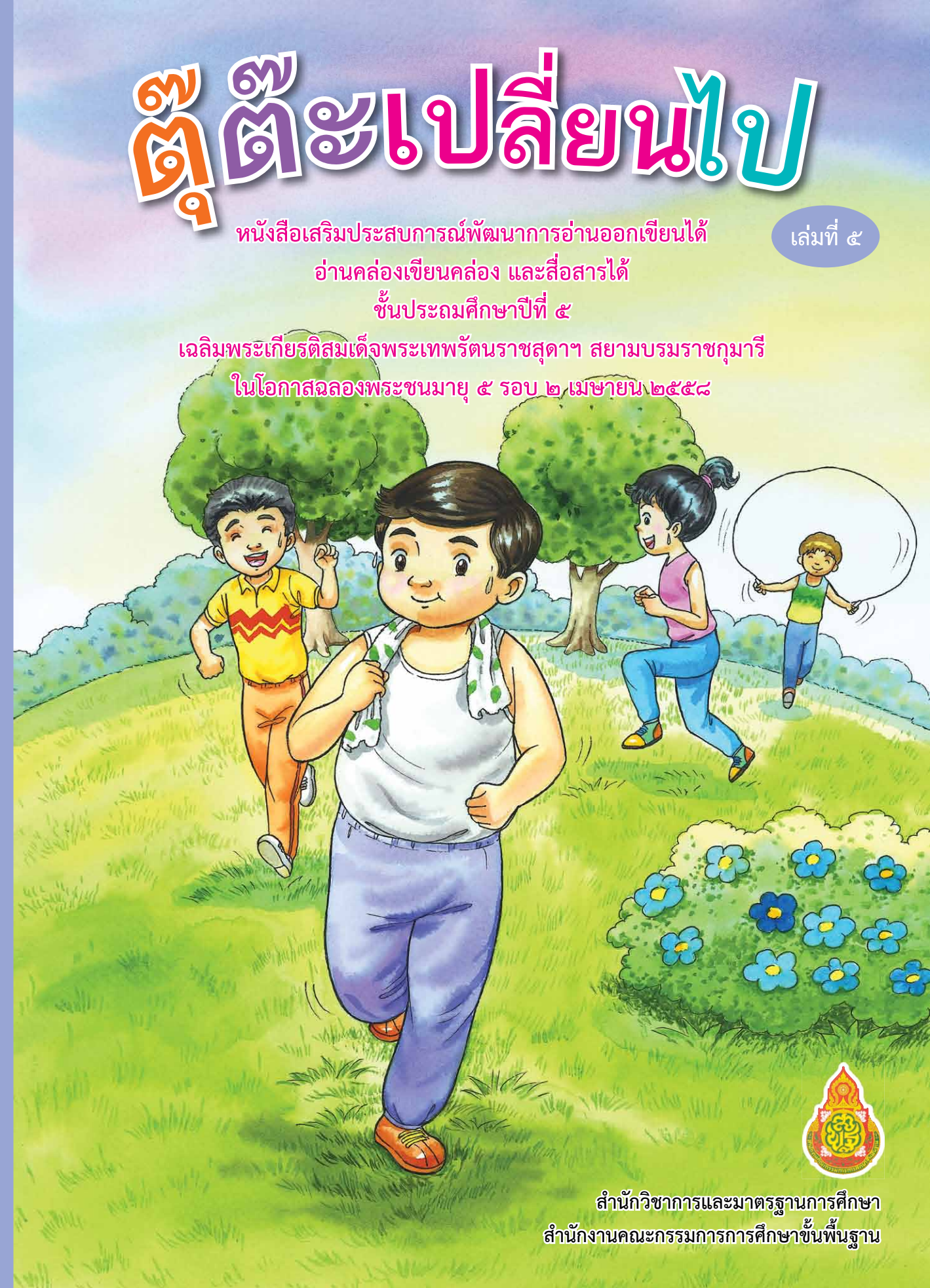
อ่านคล่องเขียนคล่อง และสื่อสารได้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๕๘

เล่มที่ ๕



สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

๗๗ ตัดเปลี่ยนไป

หนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนาการอ่านออกเขียนได้
อ่านคล่องเขียนคล่อง และสื่อสารได้
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เล่มที่ ๕

เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๕๘



สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ตุ้ตะเปลี่ยนไป

หนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนาการอ่านออกเขียนได้

อ่านคล้องเขียนคล้อง และสื่อสารได้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕



เที่ยวทั่วไทยกับไพรและภู



บ้านพลอยสมุนไพร



หมู่บ้านเชิงตะวัน



แผ่นดินทองของคุณตา



ตุ้ตะเปลี่ยนไป

ลิขสิทธิ์ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

จัดพิมพ์ สถาบันภาษาไทย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

ISBN 978-616-395-752-8

พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๖๐ ตามโครงการพัฒนาการเรียนการสอนภาษาไทยจังหวัดชายแดนภาคใต้

จำนวนพิมพ์ ๕,๐๐๐ เล่ม

ที่ปรึกษา นายบุญรักษ์ ยอดเพชร เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายวินัย รอดจ่าย ข้าราชการบำนาญ

นางเบญจลักษณ์ น้ำฟ้า ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ

นางสุกัญญา งามบรรจง ที่ปรึกษาด้านพัฒนากระบวนการเรียนรู้

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด

๗๙ ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๕๖๑ ๔๕๖๗ ๐ ๒๕๗๙ ๕๑๐๑

คำนำ

ปี พ.ศ. ๒๕๕๘ เป็นปีมหามงคลเนื่องในโอกาสสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเจริญพระชนมายุ ๕ รอบ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักในพระมหารัชมงคล อย่่างหาที่สุดมิได้ จึงได้จัดพิมพ์หนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนาการอ่านออกเขียนได้ อ่านคล่องเขียนคล่อง และสื่อสารได้ เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๕๘ โดยจัดพิมพ์ขึ้นละ ๕ เล่ม รวม ๓๐ เล่ม ให้เป็นหนังสือส่งเสริมทักษะภาษาไทย ด้านการอ่านและการเขียน เนื้อหาของหนังสือแต่ละเล่มจะเพิ่มศักยภาพการอ่านของนักเรียนในแต่ละระดับชั้น สอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมตามหลักค่านิยม ๑๒ ประการ ที่สำคัญคือความจงรักภักดีต่อสถาบันพระมหากษัตริย์ ส่งเสริมกระบวนการคิดวิเคราะห์ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยมีกิจกรรมท้ายเล่มเพื่อฝึกทักษะทางภาษา และมีหนังสือคู่มือการใช้อีก ๑ เล่ม รวม ๓๑ เล่ม บรรจุในกล่อง ซึ่งได้แจกแก่โรงเรียนในสังกัดแล้ว คณะกรรมการพัฒนาการเรียนการสอนภาษาไทยจังหวัดชายแดนภาคใต้ ศูนย์ประสานงานและบริหารการศึกษา จังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศปบ.จชต.) พิจารณาเห็นว่าหนังสือชุดนี้เหมาะสมในการใช้ป็นสื่อฝึกทักษะการอ่าน แก่นักเรียนในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ จึงจัดพิมพ์แจกเพิ่มเติมให้แก่โรงเรียนทุกสังกัดในพื้นที่จังหวัด ชายแดนภาคใต้

ในโอกาสนี้ ขอขอบคุณทุกฝ่ายที่ร่วมดำเนินการให้การจัดพิมพ์หนังสือดังกล่าวเป็นไปด้วยความ เรียบร้อยตามวัตถุประสงค์ หากมีข้อเสนอแนะประการใด โปรดแจ้งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนา



(นายบุญรักษ์ ยอดเพชร)

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

๔ ตุลาคม ๒๕๖๐

ช่วยด้วยช่วยกันหน่อย
ส่งเสียงอย่างลนลาน
นักเรียนตกฐานเชือก
ได้ยินทุกคนเชื้อ
หลายคนมาช่วยกัน
คนลากต่างเปียกปอน
หัวหุดูน่าอาย
ใครใครต่างท้อถอม

เด็กตัวน้อยตกจากฐาน
กับเหตุการณ์ค่ายลูกเสือ
ลงไปเกลือกโคลนชั้นเหลือ
ว่าตุ้ตะนั้นแน่นอน
ดึงน้องนั้นขึ้นมาก่อน
เพื่อให้พ้นปลักโคลนตม
เหมือนลูกควายลงคลุกหล่ม
เพราะอ้วนกลมจึงเสียที



ตุ๊ตะขอโทษเพื่อน
ตั้งใจเป็นอย่างดี
ถ้อยคำกล่าวเยาะเย้ย
ต่อไปถ้าไม่แก้
หลังจากวันนั้นมา
ตุ๊ตะถูกว่าชาน

สีหน้าเจื่อนอายน้องพี
ว่าคราวนี้ไม่พลาดแน่
ไอ้อ้วนเอ้ยเป็นเรื่องแย
ไม่ให้ร่วมในกลุ่มงาน
เพื่อนต่างพากันเดินผ่าน
จึงมีทุกซ์ม้วนเวียน



ตอนเช้าเรียนคณิต
สัปหงกในห้องเรียน
ตอนบ่ายเรียนพละ
วิ่งช้าพาหกล้ม
การงานใจไม่สู้
มาเรียนสายทุกวัน

ไทยและวิทย์ก็พลัดเปลี่ยน
นั่งอ่านเขียนไม่รื่นรมย์
ดูตุ้ต๊ะไม่สุขสม
ตัวอ้วนกลมวิ่งไม่ทัน
ด้านความรู้ก็เหี้ยน
ครูคอยเตือนสอบไม่ผ่าน



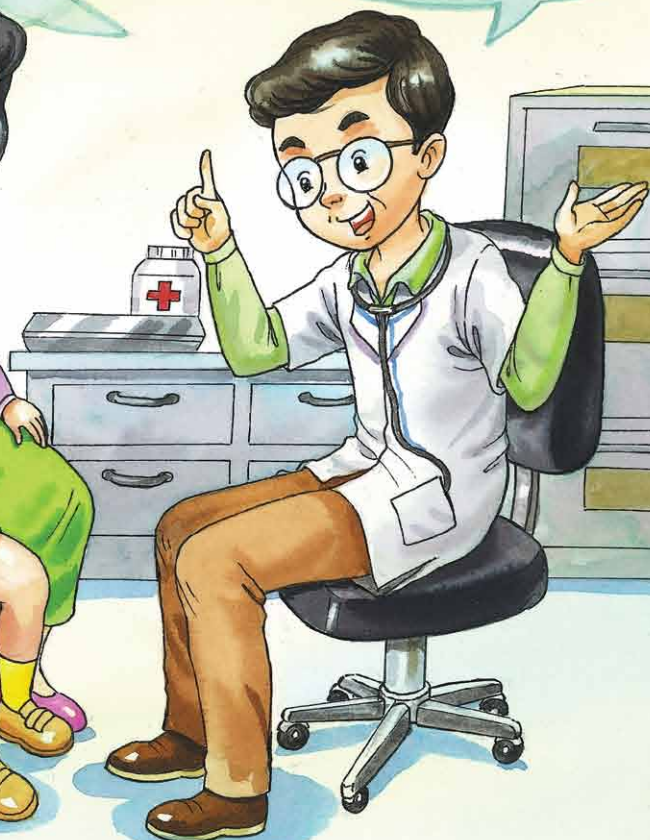
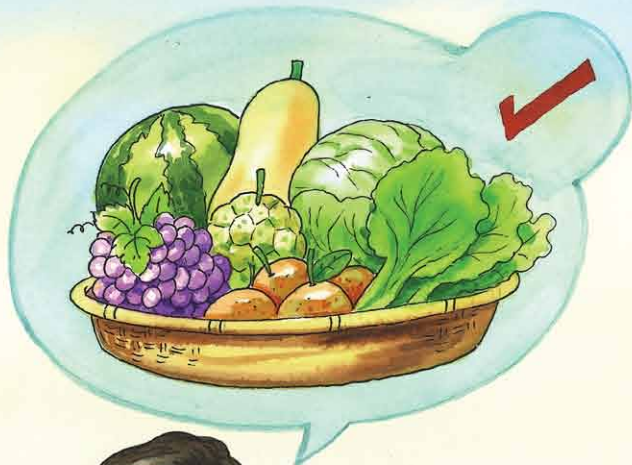
เด็กชายเริ่มได้คิด
ห่อเหี่ยวไม่เบิกบาน
ปรึกษากับแม่พ่อ
ต้องการผู้ดูแล
ลูกต้องไปหาหมอ
โรคอ้วนส่งอาการ

ใช้ชีวิตน่าสงสาร
ปล่อยเนิ่นนานไม่ดีแน่
รู้สึกท้อจนจะแย่
อ้วนอย่างนี้ทรมาณ
ความเสี่ยงก่อเกิดเบาหวาน
บอกสัญญาณอันตราย



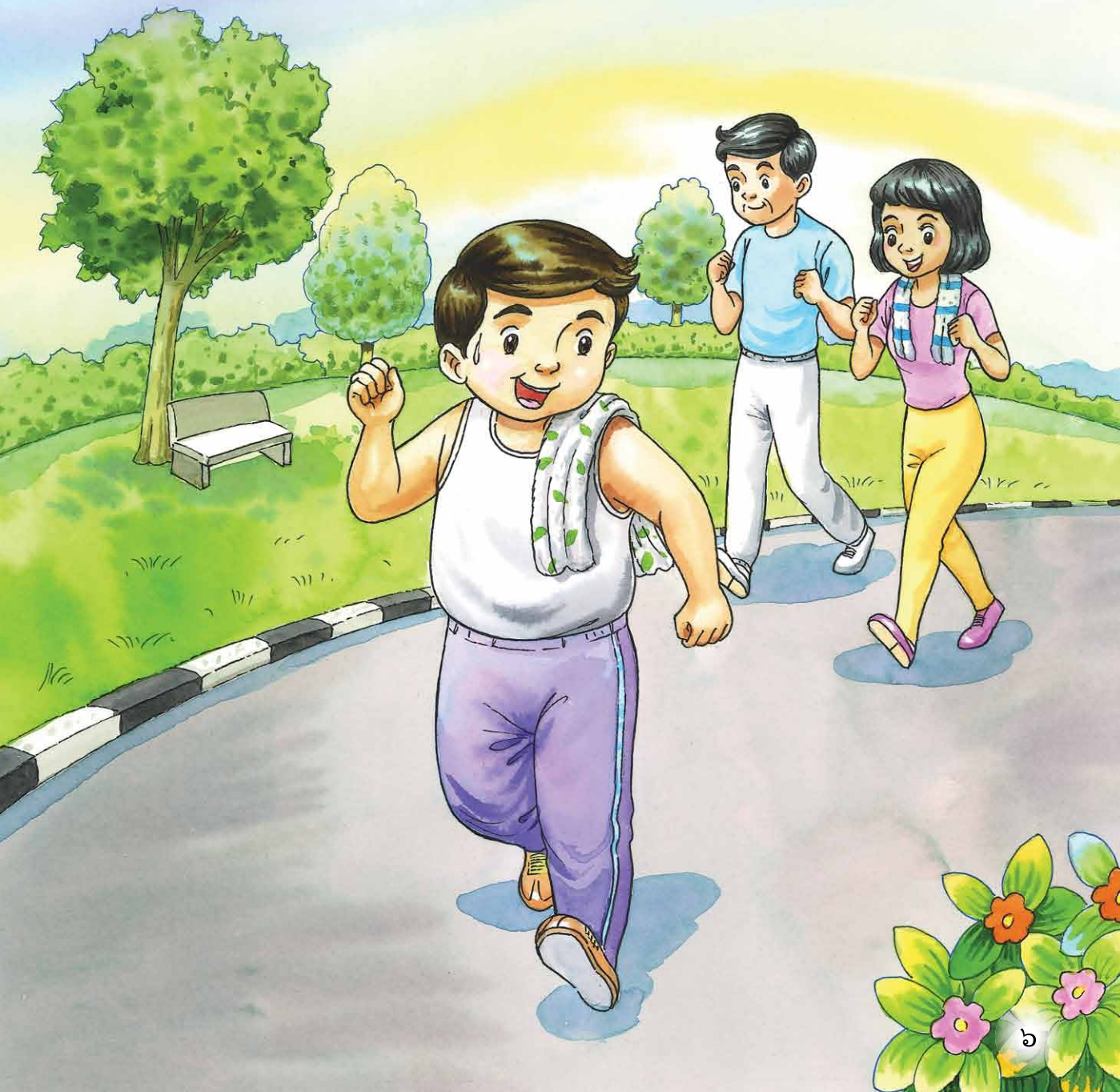
คุณหมอแนะนำว่า
มาเตรียมตัวใจกาย
ข้อแรกเรื่องอาหาร
กรุบกรอบของทอดมัน
กินผักผลไม้
ซ่อมเสริมเต็มกำลัง

อย่าซั๊กซ้าก่อนจะสาย
ร่วมสลายไขมันกัน
ง้วนหวานขมนั้น
อันตรายให้ระวัง
ผักกาดเิงหวานกรอบจ้ัง
ช่วยยับยั้งโรคลัยพาล



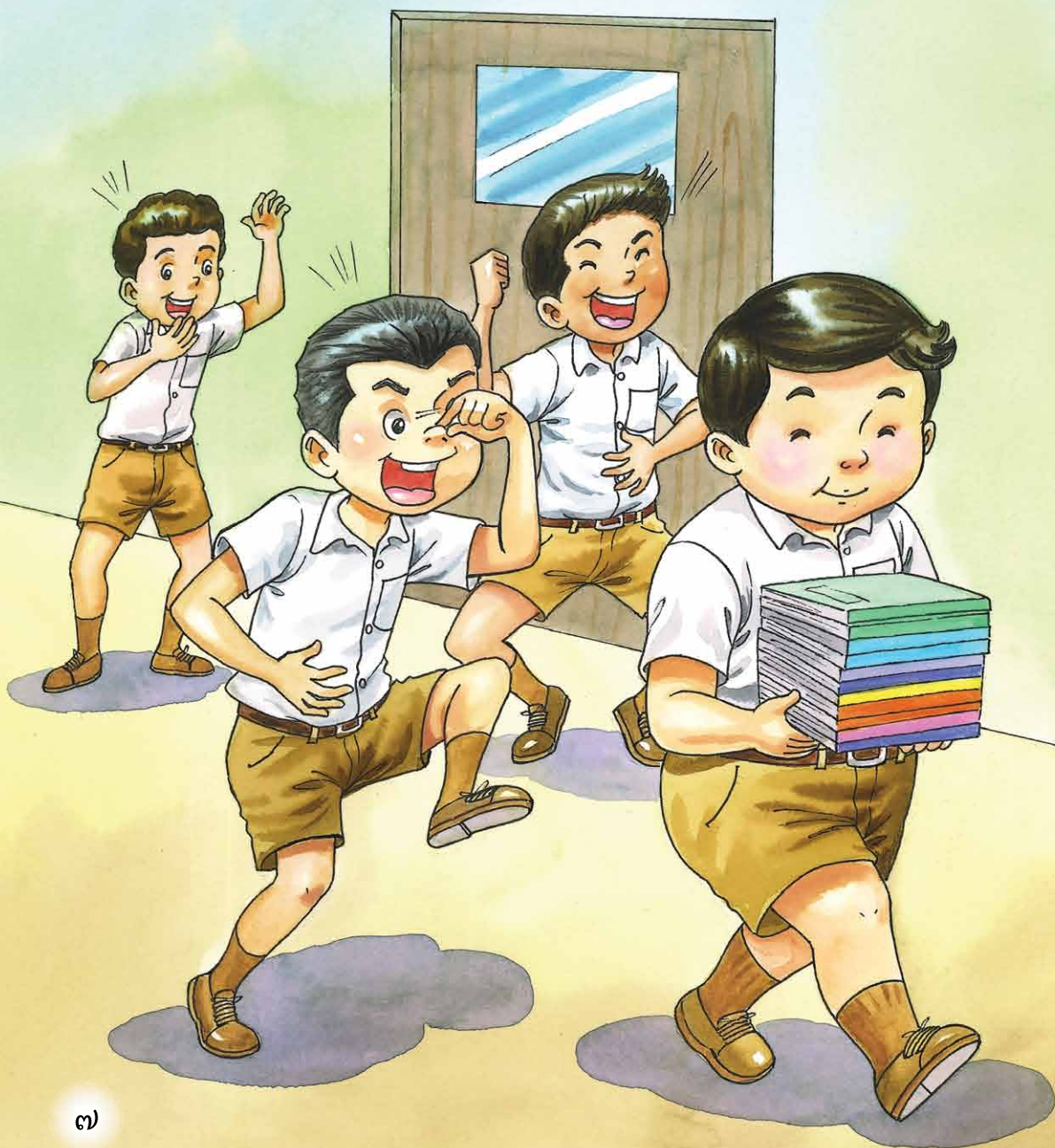
ดื่มน้ำให้เพียงพอ
เข้าใจในหลักการ
ข้อสองออกกำลัง
ต่อหนึ่งสัปดาห์นั้น
ทำงานเต็มกำลัง
สวยหล่อสมตั้งใจ

ช่วยส่งต่อสารอาหาร
แสนชื่นบานสดใสพลัน
ครบสามครั้งให้แข็งแรง
ให้แคล่วคล่องและว่องไว
ยืนเดินนั่งสุขสดใส
แก้มเป่งปลั่งดังตำลึง



ข้อสามต้องทำใจ
หลายสิ่งควรคำนึง
รู้จักเห็นใจเขา
มีใจช่วยพยุง
อีกอย่างร่วมช่วยกัน
สรรค์สร้างอย่าร้างรอ

จิตสโตไสไมโกรรซิ่ง
ด้านอารมณ์ต้องปรับปรุง
ใส่ใจเราให้หมายมุ่ง
เร่งช่วยเหลือเมื่อยามท้อ
สร้างความฝันให้เกิดก่อ
เกิดประโยชน์เพื่อสังคม



ทำได้ไหมตุ๊ตะ
สามสิ่งน่าชื่นชม
เด็กขามองย้อนคิด
หากทำสามสิ่งได้
จึงเริ่มออกกำลัง
อาหารทานพอดี

อย่าเลยละแรงสั่งสม
เปลี่ยนตุ๊ตะได้ตั้งใจ
ถึงชีวิตที่สดใส
พ่อแม่คงแสนเปรมปรีดี
ตามหมอสั่งอย่างเร็วรี
อารมณ์นี้แสนน่ารัก



หลายเดือนเร็วผ่านผัน
รูปร่างเหมาะสมนัก
พุงย้อยก็หดหาย
ทำงานได้สารพัด
ตุ๊ตะเปลี่ยนไปแล้ว
งานใดก็พากเพียร
สุขภาพสิ่งสำคัญ
หากรักความงดงาม
กีฬาเสริมความแกร่ง
อารมณ์และจิตใจ

ตุ๊ตะนั้นได้ประจักษ์
เป็นคนใหม่เห็นได้ชัด
เดินวิ่งสบายไม่อึดอัด
เหมือนเพื่อนพ้องในห้องเรียน
คุณลองแกล้วการอ่านเขียน
ด้วยอุตสาหะพยายาม
หวานมันนั้นของต้องห้าม
กินพอดีเหมาะกับวัย
เพิ่มเรี่ยวแรงสร้างวินัย
ต้องผ่องใสและเบิกบาน



อ่านคำยาก รู้ความหมาย



คำยาก	ความหมาย
คล่องแคล่ว	ว่องไว, ชำนาญ
ทรมาน	ทำให้ลำบาก, ทำให้เสื่อม, ทารุณ
ประจักษ์	ชัดเจน, แจ่มแจ้ง, แน่นนอน
ประโยชน์	สิ่งที่ต้องการ, สิ่งที่ใช้ได้, ผล
ปรับปรุง	แก้ไขให้เรียบร้อยยิ่งขึ้น
เปรมปรีดิ์	อímอกอímใจ, ปลาบปลื้มใจ
พากเพียร	หมั่น, ขยัน, ทนทำไป
รื่นรมย์	สบายใจ, บันเทิง
สงสาร	สมเพช, รู้สึกเอ็นดูหรือปรานี
สบาย	อยู่ดี, ไม่มีทุกข์, ไม่มีโรค, อยู่ดีกินดี
สรรค์สร้าง	การสร้างสิ่งที่ไม่ให้มีขึ้น
สื่อ	แสดง, ปรากฏ, บ่งให้รู้
สัญญาณ	เครื่องหมายเสียงหรือสัญลักษณ์อื่นใด ตามที่ได้ตกลงกันไว้
สารพัด	ในที่ทั้งปวง, ทุกแห่ง, ทั้งหมด, ทุกอย่าง
อันตราย	ภัย, สิ่งที่ทำให้เกิดความพินาศย่อยยับ
อารมณ์	ความรู้สึกทางใจที่เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งเร้า เช่น อารมณ์รัก, อารมณ์โกรธ, อารมณ์ดี อารมณ์ร้าย





แบบฝึกการอ่าน



คำชี้แจง ให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย × ลงในช่อง “ใช่” เมื่อเห็นว่าข้อความนั้นเป็น “จริง” และ “ไม่ใช่” เมื่อข้อความนั้นเป็น “เท็จ”

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
๑.	เรื่องตุ๊ตะเปลี่ยนไป เป็นเรื่องราวที่ให้ข้อคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ		
๒.	ตุ๊ตะเกิดความทุกข์เพราะเรียนไม่ทันเพื่อน		
๓.	คำแนะนำของคุณหมอทำให้ตุ๊ตะไม่เปลี่ยนพฤติกรรม		
๔.	ตุ๊ตะลดน้ำหนักตามคำแนะนำของหมอ ๓ ข้อ คือ ข้อ ๑ กินอาหารที่พอเหมาะ งดหวาน มัน ข้อ ๒ ออกกำลังกายทุกวัน ข้อ ๓ ทำให้อารมณ์และจิตใจให้สดชื่น แจ่มใส		
๕.	โรคร้ายที่เกิดจากความอ้วนมีมากมายหลายโรค เช่น โรคเบาหวาน ความดัน โรคกระดูกและข้อ ฯลฯ		
๖.	แรงบันดาลใจที่ทำให้ตุ๊ตะเปลี่ยนไป คือ คุณพ่อ คุณแม่		
๗.	นักเรียนที่มีสุขภาพร่างกาย จิตใจดี จะทำให้พัฒนาสมองในทางที่ดี		
๘.	เมื่อตุ๊ตะไม่สบายใจ พ่อแม่ก็เป็นทุกข์		
๙.	นักเรียนควรรับประทานอาหารที่ตนเองชอบ และอยากรับประทานเท่านั้น		
๑๐.	ตุ๊ตะเปลี่ยนไปเป็นคนใหม่ที่มีรูปร่างสมส่วน อารมณ์ดี ขยันเรียน		



ประกาศสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
เรื่อง อนุญาตให้ใช้สื่อการเรียนรู้ในสถานศึกษา

ด้วยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จัดทำหนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนา
การอ่านออกเขียนได้ อ่านคล่องเขียนคล่อง และสื่อสารได้ เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๕๘ เพื่อใช้เป็นสื่อเสริมทักษะ
ภาษาไทย โดยจัดพิมพ์เพิ่มเติมแจกแก่นักเรียนในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ สำนักงานคณะกรรมการ
การศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้พิจารณาแล้ว อนุญาตให้ใช้หนังสือในสถานศึกษาได้

ประกาศ ณ วันที่ ๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

(นายบุญรักษ์ ยอดเพชร)

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คณะทำงาน

จัดทำหนังสือเสริมประสบการณ์พัฒนาการอ่านออกเขียนได้ อ่านคล่องเขียนคล่อง และสื่อสารได้
เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ในโอกาสฉลองพระชนมายุ ๕ รอบ ๒ เมษายน ๒๕๕๘

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

นางอรทัย นนทฤทธิ์	ข้าราชการบำนาญ
นางทองปอน พิรา	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตร เขต ๑
นางบังอร สุลิมาน	ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนสุเหร่าคลอง ๑๘ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาฉะเชิงเทรา เขต ๑
นางจุไรภรณ์ จันทร์จิตตะการ	ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบ้านควนนา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสงขลา เขต ๒

บรรณาธิการ

รองศาสตราจารย์มัลลิกา ตัณฑนันท์
รองศาสตราจารย์ประพนธ์ เรืองณรงค์
รองศาสตราจารย์กุลวรา ชูพงศ์ไพโรจน์
นางสาวนิจสุดา อภินันทาภรณ์
นางสาวอรอร ฤทธิ์กลาง
นางธนาภรณ์ กอวัฒนา
นางสาววิภารัตน์ อัสวินพันเลิศ
นางสาวพิมพ์พรรณ ชุ่มสูงเนิน
นางสาวจันทร์จิรา ชัตติยะ

วาดภาพประกอบ

นางประภาสินี เจริญสกุลชัยพร