

อ่านฉลาก อิม ฉลาด



กิจกรรมการเรียนรู้

1. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน (5 นาที)
2. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) บนฉลากผลิตภัณฑ์อาหาร (3-5 นาที)
3. นักเรียนชม วิดิทัศน์ Animation เรื่อง “ฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)” (3 นาที)



4. นักเรียนเล่นเกมตอบคำถาม “Lab กริ่ง ฉลากโภชนาการ” เพื่อเป็นการทดสอบความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) (3 นาที)
5. นักเรียนตรวจคำตอบจากวิดิทัศน์เฉลยคำตอบเรื่อง “Lab กริ่ง ฉลากโภชนาการ” (3 นาที)



6. นักเรียนศึกษาความรู้เพิ่มเติมจาก Comic E-book (หรือ หนังสือการ์ตูน Comic) “ฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)” (5 นาที)
7. นักเรียนเขียนคำขวัญ/ข้อความเชิญชวนให้เพื่อนอ่านฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) ลงใน Template ที่กำหนดให้ (10 นาที)
8. ให้นักเรียนอาสาสมัครออกมาเชิญชวนเพื่อนให้อ่านฉลาก (5 นาที)



9. ครูสรุปประเด็นสำคัญเรื่อง ฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) และชักชวนให้ นักเรียนอ่านฉลาก และใช้ประโยชน์จากฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) และเชิญชวนให้นักเรียนส่งคำขวัญประกอบภาพที่นักเรียนคิดขึ้นให้เพื่อนและบุคคลใกล้ชิด (5 นาที)
10. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน (5 นาที)

สื่อ - อุปกรณ์

1. Animation “ฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)”
2. Comic E-book และหนังสือการ์ตูน Comic “ฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)”
3. Motion Infographic “Lab กริ่ง ฉลากโภชนาการ”
4. ใบงานทดสอบ “Lab กริ่ง ฉลากโภชนาการ”
5. Template เพื่อเขียนคำขวัญเชิญชวนอ่านฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)
6. ชุดคำถาม กระจาดคำตอบ และใบเฉลยคำตอบ (ใช้ในการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน)

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดและประเมินผล

ทดสอบความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)”

เครื่องมือวัดและประเมินผล

1. เกมคำถาม Lab กริ่ง ฉลากโภชนาการ
2. แบบทดสอบความรู้เรื่องฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)”



สาระสำคัญ

การมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อมูลฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA) รวมทั้งมีพฤติกรรมการอ่านและใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากอย่างถูกต้อง จะทำให้นักเรียนสามารถเลือกซื้อและเลือกบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารได้อย่างเหมาะสม ในปริมาณที่ไม่เกินความต้องการของร่างกาย รวมทั้งสามารถหลีกเลี่ยงอาหารที่มีพลังงาน น้ำตาล ไขมัน และโซเดียมสูง การให้ความสำคัญและสร้างนิสัยในการอ่านและใช้ประโยชน์จากการอ่านฉลากเป็นประจำ จะช่วยลดความเสี่ยงและอันตรายที่จะได้รับจากการบริโภคอาหารที่ไม่ปลอดภัยและช่วยป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ที่อาจเกิดขึ้นได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้ผู้เรียน

1. มีความรู้ในการอ่านฉลากโภชนาการ ฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)
2. สามารถใช้ประโยชน์จากข้อมูลบนฉลากโภชนาการ ฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)
3. เชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการอ่านฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)
4. มีพฤติกรรมการอ่านฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)

สาระการเรียนรู้

1. สาระสำคัญของข้อมูลบนฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)
2. การใช้ประโยชน์จากการอ่านฉลากโภชนาการ และฉลากหวาน มัน เค็ม (ฉลาก GDA)



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
กระทรวงสาธารณสุข

