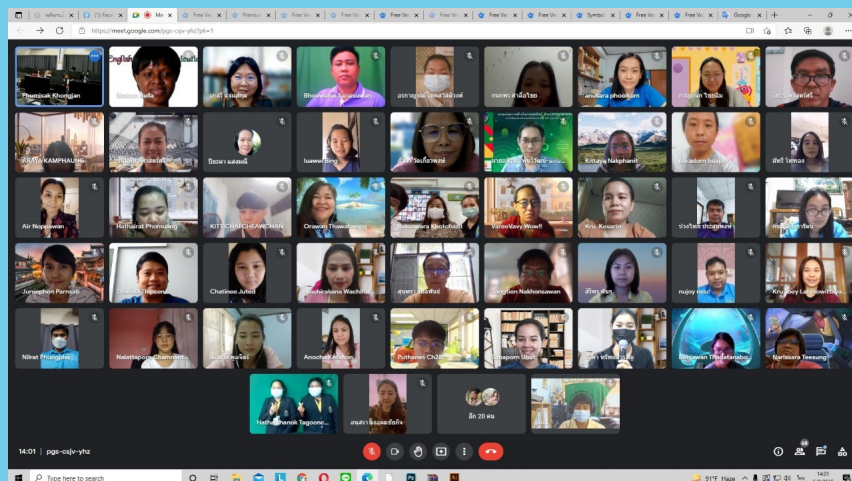




โรงเรียนลาดยาววิทยาคม

โครงการพัฒนาสื่อนวัตกรรมและเทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้
วันที่ 5 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564
ปีการศึกษา 2564

การอบรมสร้างใบงานออนไลน์ LIVEWORKSHEETS



กลุ่มบริหารงานวิชาการ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



โรงเรียนลาดยาววิทยาคม

โครงการพัฒนาสื่อนวัตกรรมและเทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้
ปีการศึกษา 2564

ผลงานการอบรมสร้างใบงานออนไลน์
LIVEWORKSHEETS

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

กลุ่มบริหารงานวิชาการ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



LIVEWORKSHEETS





รายงานการอบรมการสร้างใบงานออนไลน์ ด้วย LIVEWORKSHEETS

ปีการศึกษา 2564



ชื่อ-นามสกุล นายนันทวุฒิ ภัสสร
ตำแหน่ง นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนลาดยาววิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



ใบงานที่ 1

ใบงาน

คำสั่ง ให้นักเรียนเรียน/ ลงใน ☐ หน้าคำตอบที่ถูกต้อง

ชื่อ ชั้น เลขที่



1. จากภาพ พ่อกำลังปฏิบัติอย่างไร

- ☐ ออกกำลังกายกับลูก
- ☐ ทำการบ้านให้ลูก

2. ถ้านักเรียนเป็นลูก ควรปฏิบัติตนอย่างไร

- ☐ ออกกำลังกายกับพ่อเป็นประจำ
- ☐ นอนอยู่บ้านเฉยๆ



3. จากภาพ แม่กำลังปฏิบัติอย่างไร

- ☐ ช่อมแฮมบ้าน
- ☐ ประกอบอาหาร

4. ถ้านักเรียนเป็นลูก ควรปฏิบัติตนอย่างไร

- ☐ ไปวิ่งเล่นกับเพื่อน
- ☐ ช่วยแม่ประกอบอาหาร



5. จากภาพ การปฏิบัติตนของสมาชิกใน

ครอบครัว จะส่งผลต่อครอบครัวอย่างไร

- ☐ ทำให้ครอบครัวเกิดความแตกแยก ไม่สามัคคีกัน
- ☐ ทำให้เกิดความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว

ใบงานที่ 2

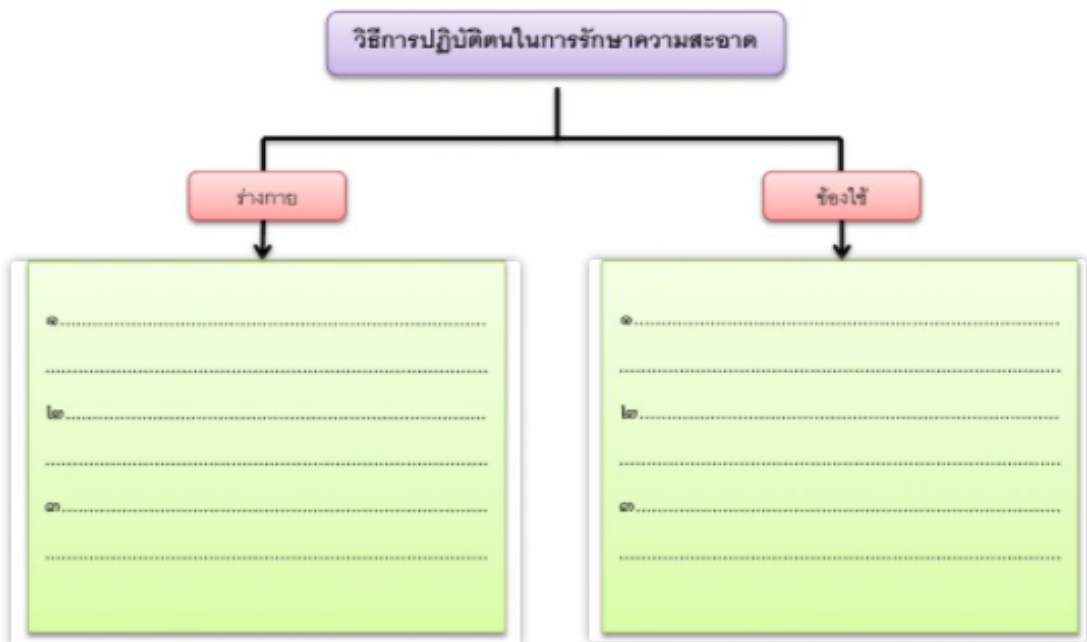
ใบงาน

เรื่อง วิธีการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาด

ชื่อ _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกเติมข้อมูลลงช่องว่างให้อีกห้อง

อาบน้ำอย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง	ซักเสื้อผ้าที่สวมใส่	สระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๒ ครั้ง
ซักผ้าปูที่นอนและปลอกหมอน	เก็บรองเท้าให้เป็นระเบียบ	ล้างมือด้วยสบู่หลังการรับประทานอาหาร



ใบงานที่ 3

ใบงาน

เรื่อง ลักษณะหน้าที่และวิธดูแลอวัยวะภายนอก

ชื่อ นามสกุล ชั้น เลขที่

อวัยวะใดมีหน้าที่ดมกลิ่นและหายใจ ●

●



อวัยวะใดมีหน้าที่มองสิ่งต่างๆ ●

●



อวัยวะใดมีหน้าที่ฟังเสียง ●

●



อวัยวะใดมีหน้าที่หยิบจับสิ่งของ ●

●



อวัยวะใดมีหน้าที่เคี้ยวอาหาร ●

●





รายงานการอบรมการสร้างใบงานออนไลน์ ด้วย LIVEWORKSHEETS

ปีการศึกษา 2564



นายปราโมทย์ พูลเกิด
ครูชำนาญการ



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนลาดยาววิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์

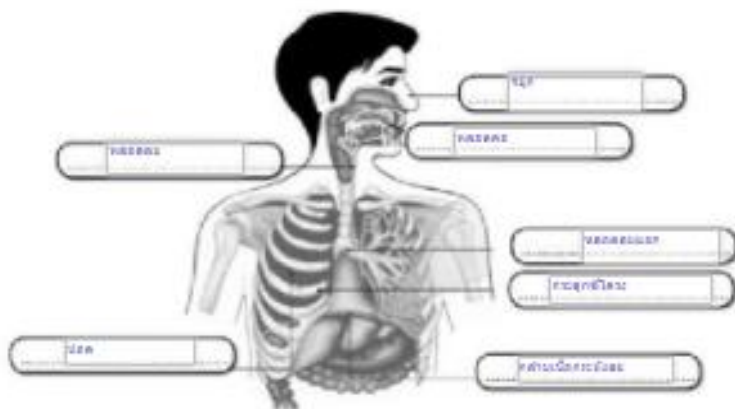


ใบงานที่ 1

ชื่อ _____ นามสกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

ใบงานที่ 1.1 เรื่อง : ระบบหายใจ

คำชี้แจง : จงวาดภาพให้วิภาเรียนเขียนชื่ออวัยวะที่เกี่ยวข้องในระบบทางเดินหายใจ



คำชี้แจง จงโยงเส้นความสัมพันธ์ข้อต่อไปนี้

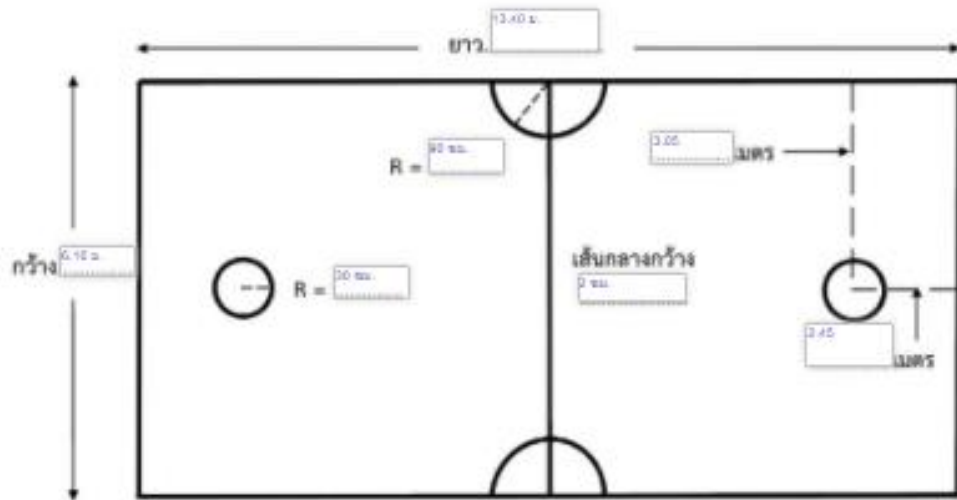
- | | |
|----------------------|------------------------------|
| ๑. <u>หลอดลม</u> | ๑๖. <u>ถุงลมปอด</u> |
| ๒. <u>คอ</u> | ๑๗. <u>กล่องเสียง</u> |
| ๓. <u>กล่องเสียง</u> | ๑๘. <u>กล้ามเนื้อaphragm</u> |
| ๔. <u>หลอดลม</u> | ๑๙. <u>หลอดลม</u> |
| ๕. <u>คอ</u> | ๒๐. <u>หลอดลม</u> |
| ๖. <u>หลอดลม</u> | ๒๑. <u>หลอดลม</u> |
| ๗. <u>หลอดลม</u> | ๒๒. <u>หลอดลม</u> |
| ๘. <u>หลอดลม</u> | ๒๓. <u>หลอดลม</u> |
| ๙. <u>หลอดลม</u> | ๒๔. <u>หลอดลม</u> |
| ๑๐. <u>หลอดลม</u> | ๒๕. <u>หลอดลม</u> |

ใบงานที่ 2

ใบงาน วิชา ตะกร้อ

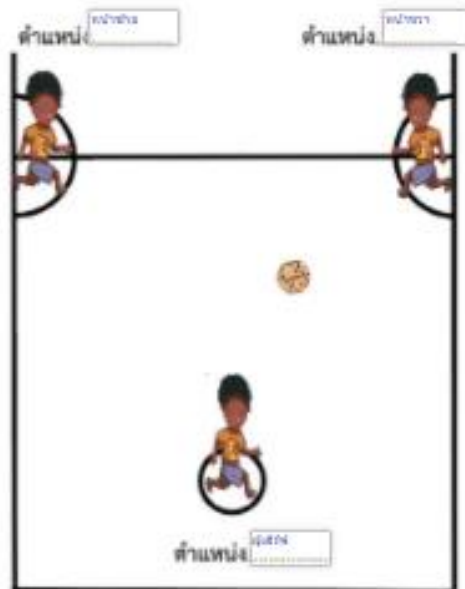
เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับตะกร้อ

ให้นักเรียนระบายสีให้สวยงาม พร้อมทั้งตอบคำถามต่อไปนี้ลงในช่องว่างให้ถูกต้อง



มี 12 จุด

มีจุดตัดไขว้ 20 จุด



ชื่อ _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

ใบงานที่ 3



ใบการทัก 1 ประวัติกีฬาฟุตบอลและความรู้ทั่วไป

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเติมคำลงในช่องว่างให้ถูกต้องที่สุด

1. ใครคือผู้คิดค้นกีฬารูปฟุตบอล



- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

2. กีฬาฟุตบอลถือกำเนิดขึ้นที่ประเทศใด



- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

3. ในปี ค.ศ. 1965 ได้จัดแข่งขันครั้งแรกของโลกที่ประเทศใด



- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

4. ในปี ค.ศ. 1982 ได้จัดแข่งขันชิงแชมป์โลกที่ประเทศใด



- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

4. เสาประตูของกีฬาฟุตบอล มีขนาดกี่เมตร

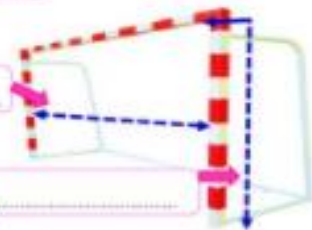
4.1 ความกว้างของเสาประตู

- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

4.2 ความสูงของเสาประตู

- NAME: 1. ...
- NAME: 2. ...
- NAME: 3. ...

กว้าง.....



5. ให้นักเรียนเติมหมายเลขลงในช่องว่างขององค์ประกอบสนามกีฬาฟุตบอลให้ถูกต้อง

• เส้นข้างสำหรับการแข่งขันทั่วไป

- 1. ...
- 2. ...

• เส้นประตูสำหรับการแข่งขันทั่วไป

- 3. ...
- 4. ...

• เขตพื้นที่ต่าง ๆ ของสนาม

- 5. ...
- 6. ...
- 7. ...



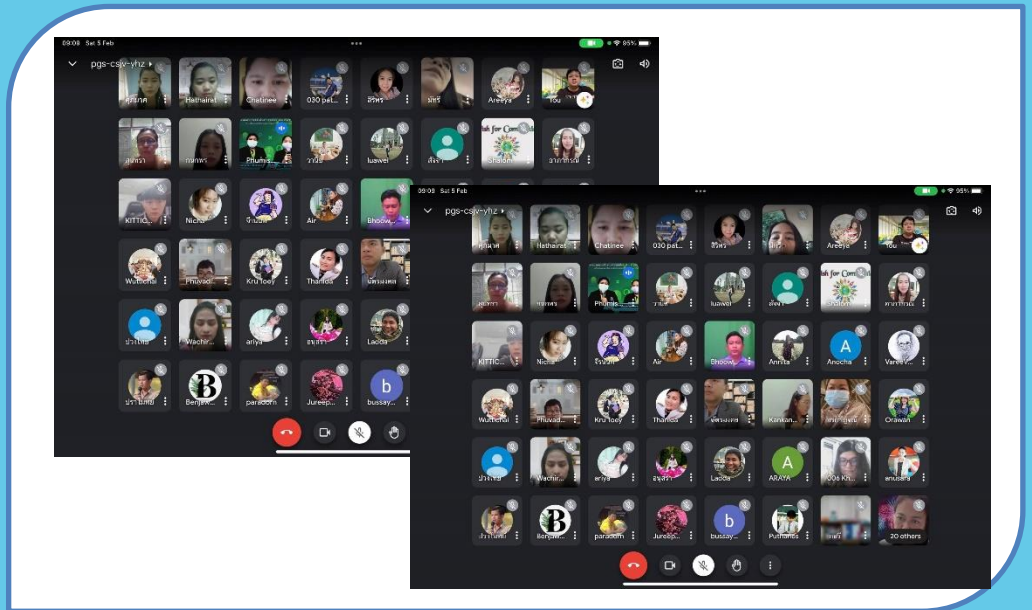
ชื่อ-สกุล.....





รายงานการอบรมการสร้างใบงานออนไลน์ ด้วย LIVEWORKSHEETS

ปีการศึกษา 2564



นายปวงไทย ประสมพงษ์
ตำแหน่ง ครู



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนลาดยาววิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



ใบงานที่ 1

ชื่อ.....เลขที่.....ห้อง.....

แบบทดสอบท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 1

1. “เป็นระบบที่เป็นศูนย์กลางควบคุมการทำงานของร่างกาย ให้ระบบต่างๆ ทำงานประสานกันเป็นอย่างดี” จากข้อความดังกล่าวเกี่ยวข้องกับระบบใดมากที่สุด

- ก. ระบบย่อยอาหาร
- ข. ระบบสืบพันธุ์ ✓
- ค. ระบบต่อมไร้ท่อ
- ง. ระบบประสาท

2. ข้อใดกล่าว**ไม่ถูกต้อง**เกี่ยวกับระบบต่างๆ ของร่างกาย

- ก. จำนวนออกเป็น 10 ระบบ
- ข. มีความสำคัญทำให้ชีวิตดำรงอยู่
- ค. ถ้าระบบใดระบบหนึ่งทำงานผิดปกติ จะส่งผลกระทบต่อระบบอื่นๆ ในร่างกาย ✓
- ง. ในแต่ละระบบทำงานไม่สัมพันธ์กัน เนื่องจากแยกหน้าที่กันไปในแต่ละระบบ

3. วิตามินที่มีส่วนช่วยในการบำรุงสมองคือวิตามินใด

- ก. วิตามินเอ
- ข. วิตามินบี
- ค. วิตามินซี ✓
- ง. วิตามินดี

4. พฤติกรรมใดส่งผลให้ประสิทธิภาพการทำงานของระบบประสาทลดลง

10/10

ชื่อ.....เลขที่.....ห้อง.....

แบบทดสอบท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 1

1. “เป็นระบบที่เป็นศูนย์กลางควบคุมการทำงานของร่างกาย ให้ระบบต่างๆ ทำงานประสานกันเป็นอย่างดี” จากข้อความดังกล่าวเกี่ยวข้องกับระบบใดมากที่สุด

- ก. ระบบย่อยอาหาร
- ข. ระบบสืบพันธุ์ ✓
- ค. ระบบต่อมไร้ท่อ
- ง. ระบบประสาท

2. ข้อใดกล่าว**ไม่ถูกต้อง**เกี่ยวกับระบบต่างๆ ของร่างกาย

- ก. จำนวนออกเป็น 10 ระบบ
- ข. มีความสำคัญทำให้ชีวิตดำรงอยู่
- ค. ถ้าระบบใดระบบหนึ่งทำงานผิดปกติ จะส่งผลกระทบต่อระบบอื่นๆ ในร่างกาย ✓
- ง. ในแต่ละระบบทำงานไม่สัมพันธ์กัน เนื่องจากแยกหน้าที่กันไปในแต่ละระบบ

3. วิตามินที่มีส่วนช่วยในการบำรุงสมองคือวิตามินใด

- ก. วิตามินเอ

ใบงานที่ 2

เรื่อง ระบบท่อไรท่อ

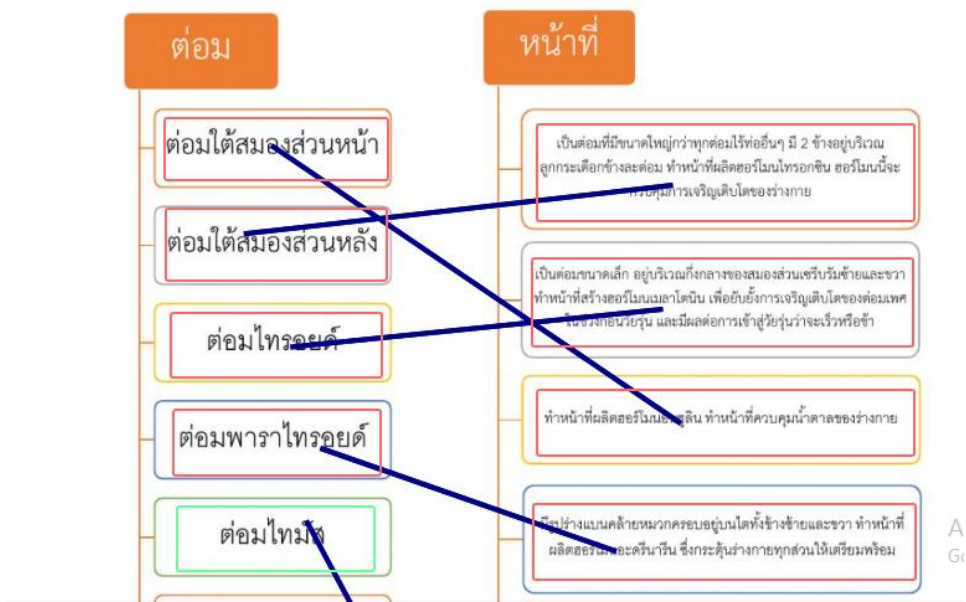
คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหน้าที่ของท่อต่างๆ ต่อไปนี้



1/10

เรื่อง ระบบท่อไรท่อ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหน้าที่ของท่อต่างๆ ต่อไปนี้



ใบงานที่ 3

แบบทดสอบ เรื่องโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม

ชื่อ.....เลขที่.....ห้อง.....

คำชี้แจง จากข้อความที่กำหนดให้นักเรียนนำชื่อโรคต่างๆ มาใส่ในช่องว่างท้ายข้อความในแต่ละข้อว่าข้อความนั้นเป็นลักษณะของโรคที่ถ่ายทอดจากพันธุกรรมใด

โรคธาลัสซีเมีย

โรคฮีโมฟีเลีย

โรคเบาหวาน

โรคพร่องเอนไซม์จีซิกส์พีดี

โรคลูคีเมีย

โรคพันธุกรรมเมทาบอลิก

โรคอาการดาวน์ซินโดรม

โรคตาบอดสี

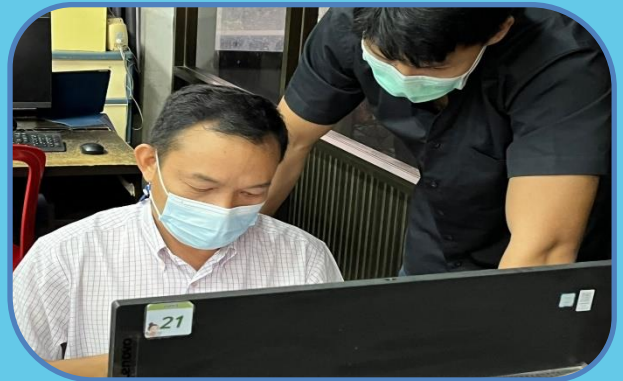
โรคดักแด้

1. เป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติของไขกระดูก ทำให้มีการสร้างเม็ดเลือดขาวจำนวนมากในไขกระดูก มีการสร้างเม็ดเลือดแดงน้อย (.....)
2. ไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างสีเขียวและสีแดงได้ จึงมีปัญหาในการดูสัญญาณไฟจราจร และการดูภาพหรืออ่านหนังสือที่เป็นสีเขียวกับสีแดง (.....)
3. อาการมีไข้สูง เป็นหวัดเรื้อรัง หน้ามืด วิงเวียนศีรษะ อ่อนเพลีย ตัวซีด ทำให้เกิดอาการบวมโตต่อน้ำเหลืองโต (.....)



รายงานการอบรมการสร้างใบงานออนไลน์ ด้วย LIVEWORKSHEETS

ปีการศึกษา 2564



ชื่อนายทัศนัย จันทอภิชัย
ตำแหน่ง ครู



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนลาดยาววิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



ใบงานที่ 1

ชื่อ ชั้น เลขที่

คำชี้แจง : ให้นักเรียนโยงเส้นจับคู่การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของแต่ละวัยให้ถูกต้อง



ร่างกายมีความสมบูรณ์ทั้งเพศหญิงและเพศชาย รวมทั้งกล้ามเนื้อมีความแข็งแรง ทำให้เคลื่อนไหวได้ว่องไว การรับรู้ต่างๆจะดี



มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงสร้างของร่างกาย ศรีษะค่อยๆดูเล็กลงและขาดูยาว โครงสร้างกระดูกเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว



ระบบต่างๆ ทำงานได้ลดลง ส่งผลให้ร่างกายเสื่อมถอยลง ผิวหนังเหี่ยวย่น เกิดฝ้า กระ สิวเปลี่ยนแปลงเป็นสีขาว



มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านส่วนสูงและน้ำหนัก การเปลี่ยนแปลงรูปร่าง สัดส่วนของร่างกายเจริญเติบโต เช่น โครงกระดูกแข็งแรงขึ้น

ใบงานที่ 2

ชื่อ ชั้น เลขที่

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเลือกตอบข้อที่ถูกต้อง

1. ให้นักเรียนเลือกภาพที่อยู่ในหมวดไขมัน



2. ให้นักเรียนเลือกภาพที่อยู่ในหมวดคาโบไฮเดรต



3. ให้นักเรียนเลือกภาพที่อยู่ในหมวดวิตามิน



ใบงานที่ 3

ชื่อ ชั้น เลขที่

คำชี้แจง : จงเลือกคำไปวางให้ตรงอาหารหลัก5หมู่

คาร์โบไฮเดรต

โปรตีน

เกลือแร่

วิตามิน

ไขมัน

1.ประกอบไปด้วยเนื้อสัตว์ นม ไข่ ถั่วเมล็ดแห้งต่าง ๆ และยักรวมไปถึงจุลินทรีย์ เช่น ยีสต์ สาหร่าย เห็ด หนอน แมลงที่กินได้

2.ประกอบไปด้วยข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน ฯลฯ รวมไปถึงผลิตภัณฑ์ที่ทำจากข้าว แป้ง

3.ประกอบไปด้วยพืช ผัก ชนิดต่าง ๆ ทั้งผักใบเขียวและผักใบสีต่าง ๆ เช่น สีเหลือง สีขาว สีม่วง สีส้ม ฯลฯ

4.ประกอบไปด้วยผลไม้ชนิดต่าง ๆ

5.ไขมันจากพืชและสัตว์ ซึ่งเรามักจะนิยมนำมาใช้ในการประกอบอาหารเพื่อให้อาหารมีรสชาติและมีกลิ่น



รายงานการอบรมการสร้างใบงานออนไลน์ ด้วย LIVEWORKSHEETS

ปีการศึกษา 2564



นายชินพัฒน์ แก้วลายคำ
ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนลาดยาววิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษานครสวรรค์



ใบงานที่ 1

ใบกิจกรรมที่ 1 เรื่อง การรู้จักใช้กีฬาตามความถนัด

ชื่อ-นามสกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงหนึ่งคำตอบ

1.  
2.  
3.  
4.  
5.  

ใบงานที่ 2

ใบกิจกรรมที่ 2 เรื่อง สืบหาแหล่งข้อมูล

ชื่อ-นามสกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนสืบหาข้อมูลตามใบงาน

- | | |
|---|----------------------|
| 1. การนำข้อมูลสืบค้นมาประมวลเป็นคำบอกเล่า | <input type="text"/> |
| 2. สืบหาข้อมูลตามสืบค้นมาเพื่อหาแนวทางแก้ไขปัญหานักเรียน | <input type="text"/> |
| 3. สืบหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูล | <input type="text"/> |
| 4. ดูแหล่งสืบค้นข้อมูลจากข้อมูลจากแหล่งข้อมูลไปทำแบบฝึกหัด | <input type="text"/> |
| 5. การนำข้อมูลไปใช้ : การนำข้อมูลมาใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |
| 6. การนำข้อมูลมาใช้ในการเรียนและการนำข้อมูลไปใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |
| 7. การนำข้อมูลไปใช้ในการเรียนและการนำข้อมูลไปใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |
| 8. การนำข้อมูลไปใช้ในการเรียนและการนำข้อมูลไปใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |
| 9. การนำข้อมูลไปใช้ในการเรียนและการนำข้อมูลไปใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |
| 10. การนำข้อมูลไปใช้ในการเรียนและการนำข้อมูลไปใช้ในการเรียน | <input type="text"/> |

ใบงานที่ 3

แบบทดสอบวิชาภาษาไทย

ชื่อ-นามสกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
2. ใ้คำต่อไปนี้ที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
3. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
4. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
5. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
6. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
7. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
8. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
9. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)
10. พยางค์ใดที่มี 2 พยางค์ (เลือกคำตอบที่ถูกต้อง)