



เครื่องมือวัดและประเมินผล  
“ความสามารถในการอ่านและการเขียน”  
(ฉบับนักเรียน)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔  
ภาคเรียนที่ ๒ : มกราคม ๒๕๖๒

สถาบันภาษาไทย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กระทรวงศึกษาธิการ  
สงวนลิขสิทธิ์

## ฉบับที่ ๑ การอ่าน

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

ให้นักเรียนตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง.  
หน้าคำตอบที่ถูกต้อง ใช้เวลา ๖๐ นาที

๑. ควรเติมคำใดลงในช่องว่าง “คุณแม่ตัดเย็บชุดราตรีอย่าง ..... เพราะต้องการ  
ให้ได้ชุดที่สวยงามที่สุด”

ก. พิถีพิถัน

ข. รอบคอบ

ค. ขะมักเขม้น

ง. ละเอียดย่อน

๒. ควรเติมคำใดลงในช่องว่าง “พี่ซื้อวิทยุสี ..... เพื่อใช้ประ  
งานที่ ..... จังหวัด”

ก. สาร / สารสี / ศาล

ข. สาน / สาร / ศาล

ค. สาร / สาน / ศาล

ง. สารสี / สาร / ศาล

๓. คำจากข้อความ คำหมายเลขใดเป็นคำวิเศษณ์

|                                                 |      |    |
|-------------------------------------------------|------|----|
| ๑                                               | ๒    | ๓  |
| เด็กชายตัว                                      | เล็ก | พบ |
| ลูกนกตกอยู่บนพื้น                               |      |    |
| เขาเห็นรังนก                                    |      |    |
| ๔                                               |      |    |
| อยู่บนต้นไม้ใหญ่จึงนำลูกนกกลับไปไว้ในรังตามเดิม |      |    |

ก. หมายเลข ๑ และ ๒

ข. หมายเลข ๒ และ ๓

ค. หมายเลข ๓ และ ๔

ง. หมายเลข ๑ และ ๔

๔. ข้อใดเรียงคำและใช้คำไม่ถูกต้องตามหลักการใช้ภาษา

ก. เจ้าต่างวังไล่กัดแมวมันจึงถูกตี

ข. คุณครูอยู่ในห้องแกกำลังสอนหนังสือ

ค. เด็กชายกล้าตั้งใจเรียนเขาจึงสอบได้ที่ ๑

ง. เด็กหญิงแบ่งตัวเล็กเพราะเธอไม่ชอบตีมนม

๕. ข้อใดเรียงลำดับคำตามพจนานุกรมได้ถูกต้อง

- ก. สวนหย่อม สวมรอย สวัสดิ์ สวรรคต
- ข. พรสวรรค์ พรังพรู พรรคพวก พรวนดิน
- ค. กลบเกลื่อน กล่องเสียง กลัดกลุ้ม เกลี้ยกล่อม
- ง. ครึกครื้น ครอบครัว ครวญคราง ครบครัน

๖. ข้อใดเป็น “ประโยคสมบูรณ์”

- ก. เฒ่าหัวงู
- ข. ดาบสองคม
- ค. กบนอกกะลา
- ง. หนูตกถังข้าวสาร

๗. “น้องวิ่งเร็ว” มีส่วนประกอบเหมือนกับประโยคในข้อใด

- ก. แมววิ่งไล่หนูตัวเล็ก
- ข. ไก่จิกหนอนตัวอ้วน
- ค. พี่สาวกินขนมอร่อย
- ง. คุณพ่อนอนหลับสนิท

๘. ควรเติมข้อใดในที่ว่างจึงจะได้ใจความสมบูรณ์และมีสัมผัสคล้องจอง

|               |              |
|---------------|--------------|
| ฉันไปโรงเรียน | .....        |
| เข้าห้องทันใด | ตั้งใจฟังครู |

- ก. นั่งเรียนหนังสือ
- ข. ฝึกเขียนฝึกอ่าน
- ค. หมั่นเพียรศึกษา
- ง. อ่านเขียนคัดไทย

๙. ควรเติมสำนวนใดลงในช่องว่าง “การช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ แต่กลับได้รับโทษ หรือผลร้ายตอบแทน เรียกว่า.....”

- ก. ทำดีที่เหลว
- ข. ทำคุณบูชาโทษ
- ค. ทำนาบนหลังคน
- ง. ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว

๑๐. ข้อความใดไม่ถูกต้องตามหลักการใช้ภาษาเขียน

- ก. หนังสือนี้ราคากีบาท
- ข. คุณพ่อปวดศีรษะมาก
- ค. กระเป๋าสตางค์ตกอยู่ใต้โต๊ะ
- ง. วันนี้เกิดเหตุเพลิงไหม้ที่ตลาด

## อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๑ - ๑๒

อันดีกงามกับสนามกว้างสร้างขึ้นได้ มีเงินหยิบโยนให้ก็เสร็จสรรพ  
แต่งามจิตใจกว้างนั้นต่างกัน การอบรมเท่านั้นเป็นปัจจัย

หม่อมหลวงปิ่น มาลากุล

๑๑. คำประพันธ์นี้สรุปความได้อย่างไร

- ก. ความงามของคนขึ้นอยู่กับได้รับการอบรม
- ข. ทรัพย์สินเงินทองมีผลต่อการเกิดความงาม
- ค. การมีทรัพย์ถ้าใช้ถูกต้องจะได้สิ่งก่อสร้างที่สวยงาม
- ง. ความงดงามของจิตใจดีกว่าความงามของสิ่งก่อสร้าง

๑๒. คำสัมผัสคู่ใดไม่ใช่คำสัมผัสบังคับ

- ก. ได้ - ให้
- ข. กัน - นั้น
- ค. สรรพ์ - กัน
- ง. กว้าง - สร้าง

## อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๓ - ๑๕

แม่นไม่มีศึกเสียดข้างเหนือไต้ ลูกไม่ไปจากท่านครูอยู่อาศรม  
อยู่กับมารดาเหมือนอารมณ์ ได้เซยชมชนนีพอปรีดีเปรม  
แม่เจ็บไข้ก็จะได้ปรนนิบัติ มิได้ขัดเคืองใจให้เกษม  
แล้วเป็นห่วงพระมุนีไม่ปรีดีเปรม แม้นสุขเกษมแล้วไม่ไปไกลมารดา

พระอภัยมณี พระสุนทรโวหาร (ภู่)

๑๓. คำประพันธ์วรรคใดแสดงเจตนาว่ารู้บุญคุณ

- ก. แม่เจ็บไข้ก็จะได้ปรนนิบัติ
- ข. ได้เซยชมชนนีพอปรีดีเปรม
- ค. ลูกไม่ไปจากท่านครูอยู่อาศรม
- ง. แม้นสุขเกษมแล้วไม่ไปไกลมารดา

๑๔. ตามคำประพันธ์นี้ข้อใดไม่ใช่สัมผัสบังคับ

ก. ไต้ - ไป

ข. ครู - อยู่

ค. (ปรนนิ)บัติ - ชัด

ง. (อา)ศรม - (อา)รมณ์

๑๕. การปฏิบัติตนในข้อใดไม่สอดคล้องตามคำประพันธ์นี้

ก. คอยปรนนิบัติดูแลพ่อแม่

ข. การกลับไปไหว้คุณครูทุกปีเมื่อมีโอกาส

ค. ตอบแทนพระคุณพ่อแม่เมื่อมีฐานะร่ำรวย

ง. ตอบแทนพระคุณพ่อแม่ครูอาจารย์ในขณะที่ท่านยังมีชีวิตอยู่

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๖ - ๑๗

|                   |               |
|-------------------|---------------|
| พ่อแม่เป็นแบบให้  | ลูกตาม        |
| ดีชั่วลูกยกยาม    | อยู่ใกล้      |
| ลูกโตค่อยรู้ความ  | ตระหนัก       |
| ตัวอย่างดีดลได้   | ยิ่งด้วยคำสอน |
| ฐะปะนีย์ นาครทรรพ |               |

๑๖. ใจความสำคัญของบทประพันธ์นี้คืออะไร

ก. ลูกเรียนรู้ทุกอย่างได้จากพ่อแม่

ข. แบบอย่างที่ดีของพ่อแม่มีค่ามากกว่าคำสอน

ค. ลูกแยกแยะความดีความชั่วได้เมื่อตนเติบโตใหญ่

ง. เวลาจะทำให้ลูกเรียนรู้โลกกว้างได้อย่างถ่องแท้

๑๗. ข้อใดแสดงถึง “ผล” ที่เกิดขึ้น

ก. พ่อแม่เป็นแบบให้ ลูกตาม

ข. ดีชั่วลูกยกยาม อยู่ใกล้

ค. ลูกโตค่อยรู้ความ ตระหนัก

ง. ตัวอย่างดีดลได้ ยิ่งด้วยคำสอน

## อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๘ - ๒๐

จอมเห็นนกเอี้ยงตัวหนึ่งพยายามตะเกียกตะกายจะบินหนีเขาแต่บินไม่ได้ จอมเดินเข้าไปใกล้จนถึงตัวของมัน แล้วจับขึ้นมาดู พบว่า ขาข้างหนึ่งของมันเจ็บ จึงพาไปให้พ่อดู

“มันโดนยิง” พ่อชี้ให้ดูตรงแผลที่ขา

จอมสงสัยถามพ่อว่า “ทำอย่างไรดีพ่อ ปล่อยมันไปก็บินลำบาก”

“ถ้าปล่อยไป หมาหรือแมวเห็นเข้าก็เสร็จมันแน่ ๆ” พ่อว่า

“เอาไปปล่อยให้มันจับถึงไม่ไวก่อนได้ไหมพ่อ”

“มันก็ตกลงมาอยู่ดี”

“จ้ะทำอย่างไรดีครับ”

“รักษาให้หายเสียก่อนแล้วปล่อยมันไป”

อีกหลายวันต่อมา จอมบอกพ่อด้วยความตื่นเต้นว่า “นกเอี้ยงหายดีแล้วพ่อ .....”

“จ้ะหรือ” พ่อหันมามองหน้าจอม

“ครับพ่อ” จอมยิ้มอย่างภาคภูมิใจ

บ้านเรา สว่าง คงยก

๑๘. จากบทประพันธ์ข้อใดสรุปความไม่ถูกต้อง

ก. การมีน้ำใจต่อผู้อื่น

ข. การให้อิสระภาพแก่ผู้อื่น

ค. การเห็นอกเห็นใจผู้ที่ตกทุกข์ได้ยาก

ง. การช่วยเหลือผู้อื่นโดยหวังสิ่งตอบแทน

๑๙. จากบทประพันธ์แสดงให้เห็นลักษณะนิสัยของจอมในข้อใดเด่นชัดที่สุด

ก. มีน้ำใจ

ข. ช่างสังเกต

ค. ชอบแก้ปัญหา

ง. มองการณ์ไกล

๒๐. ความภูมิใจของจอมเกิดจากอะไร

ก. จับนกเอี้ยงได้

ข. ได้รักษานกเอี้ยง

ค. นกเอี้ยงหายเป็นปกติ

ง. มีความคิดสอดคล้องกับพ่อ

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๒๑ - ๒๓

**รับพัสดุ สะดวก ได้ทุกวัน ผ่านตู้ไปรษณีย์อัจฉริยะ iBox ฟรี!**

ง่าย ๆ เพียง 3 ขั้นตอน

1. บอกผู้ฝากส่งให้เจ้าหน้าที่ผู้รับที่ตู้ iBox ที่จะรับพัสดุ
2. รอรับ SMS จากไปรษณีย์
3. มารับพัสดุที่ตู้ iBox

**ตัวอย่างการเจ้าหน้าที่**

ที่อยู่ผู้รับ

คุณหนุ่ม ไปรษณีย์

เบอร์โทร (มือถือ) xx xxxx xxxx

ตู้ iBox ปณ.คลองหลวง

12120

**ตัวอย่างการเจ้าหน้าที่**

1. เลือกตู้ iBox ปลายทางที่สะดวกในการรับพัสดุ
2. ให้บริการเฉพาะสิ่งของที่มีหลักฐาน ได้แก่ EMS ลงทะเบียน พัสดุ และรับของที่สามารถใส่ในตู้ iBox ได้เท่านั้น ไม่รวมบริการเก็บเงิน ปลายทางและบริการตอบรับ
3. รับพัสดุภายใน 48 ชั่วโมง หากเกินกำหนดพัสดุจะถูกนำกลับ มารอจ่าย ณ ที่ทำการไปรษณีย์ปลายทาง

รับจาก <http://ibox.thailandpost.co.th> เมื่อวันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

๒๑. จากข้อความนี้ระบุสาระสำคัญเกี่ยวกับเรื่องใด

ก. ชนิดของพัสดุ

ข. วิธีการรับ - ส่งพัสดุ

ค. การติดต่อรับพัสดุ

ง. หลักฐานการส่งพัสดุ

๒๒. ข้อใดเป็นข้อคิดเห็น

ก. รับพัสดุ สะดวก ได้ทุกวัน

ข. รอรับ SMS จากไปรษณีย์

ค. รับของที่สามารถใส่ในตู้ iBox ได้เท่านั้น

ง. ให้บริการเฉพาะสิ่งของที่มีหลักฐาน

๒๓. พัสดุที่ไม่มีผู้มารับภายในเวลาที่กำหนด ไปรษณีย์จะดำเนินการอย่างไร
- ก. นำส่งกลับให้ผู้ฝากตามที่อยู่ที่ระบุ
  - ข. ส่งกลับ ณ ที่ทำการไปรษณีย์ต้นทาง
  - ค. นำกลับมารอจ่าย ณ ที่ทำการไปรษณีย์ปลายทาง
  - ง. ส่ง SMS ให้ผู้รับเพื่อรับพัสดุ ณ ที่ทำการไปรษณีย์ใกล้บ้าน

### อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๒๔ - ๒๕

เมื่อวันที่ ๒๔ เม.ย. ๖๑ วัดอุณหภูมิตั้งอยู่ในจังหวัดลพบุรี ทะลุ ๔๐ องศา ซึ่งถือว่าร้อนที่สุดในเขตพื้นที่ภาคกลาง ไม่เพียงแต่คนที่ร้อน เจ้าจ้อก็ร้อนไม่แพ้กับคน เจ้าหน้าที่เร่งนำน้ำเพิ่มเติมในบ่อน้ำบริเวณที่ลิงอาศัยอยู่สร้างความชุ่มเย็นให้กับร่างกาย เพื่อให้ลิงได้ผ่อนคลายความเครียด ป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวดุร้าย และยังสร้างความเพลิดเพลินให้กับนักท่องเที่ยวที่ได้ชมความน่ารักของลิงเล่นน้ำอย่างสนุกสนาน สร้างความประทับใจให้กับนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างประเทศได้เป็นอย่างดี โดยเจ้าหน้าที่จะจัดที่นั่งพักผ่อนให้กับนักท่องเที่ยวไว้บริเวณโคนต้นไม้ใต้ร่มเงาต้นไม้ เพื่อให้ทุกคนและลิงได้คลายร้อน

ดัดแปลงจาก [www.khaosod.co.th/around-thailand/new\\_1005244](http://www.khaosod.co.th/around-thailand/new_1005244) สืบค้นเมื่อวันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

๒๔. จุดประสงค์ที่สำคัญที่สุดที่เจ้าหน้าที่เติมน้ำในบ่อคืออะไร

- ก. กระตุ้นการท่องเที่ยว
- ข. สร้างความสนุกสนานให้กับลิง
- ค. สร้างความประทับใจให้แก่นักท่องเที่ยว
- ง. ป้องกันพฤติกรรมที่เป็นภัยต่อนักท่องเที่ยว

๒๕. ในที่นี้การสร้าง ความประทับใจให้แก่ นักท่องเที่ยว คืออะไร

- ก. การได้มาพักผ่อนกับครอบครัว
- ข. การป้องกันพฤติกรรมดุร้ายของลิง
- ค. การให้อาหารลิงและปลาในบริเวณนั้น
- ง. การได้ชมธรรมชาติและคลายความร้อน



## อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถาม ข้อ ๒๖ - ๒๗

ตาของเด็กเป็นอวัยวะหนึ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง หลักใหญ่ ๆ สำหรับการดูแลดวงตาก็คือ ทำให้ร่างกายแข็งแรง รับประทานอาหารให้ครบทุกหมู่ พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ การจัดสถานที่อ่านหนังสือหรือสถานที่เล่นให้มีแสงสว่างเพียงพอ และควรหลีกเลี่ยงสิ่งที่จะเกิดอันตรายต่อดวงตา เช่น การเล่นของเล่นที่มีความแหลมคม ซึ่งอาจพุ่งมากระทบตา การเล่นโทรศัพท์มือถือหรือใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน

สืบค้นจาก [www.bangkokhealth.com/health/article](http://www.bangkokhealth.com/health/article) วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

### ๒๖. สาระสำคัญของเรื่องคือข้อใด

ก. วิธีการดูแลดวงตา

ข. ความสำคัญของดวงตา

ค. อาหารที่ช่วยบำรุงดวงตา

ง. การป้องกันการบาดเจ็บของดวงตา

### ๒๗. พฤติกรรมในข้อใดที่เป็นอันตรายต่อดวงตา

ก. รับประทานอาหารครบ ๕ หมู่

ข. นอนหลับพักผ่อนวันละ ๘ ชั่วโมง

ค. อ่านหนังสือในสวนที่มีแสงไฟตอนเย็น

ง. เล่นเกมคอมพิวเตอร์ติดต่อกันหลายชั่วโมง

## อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถาม ข้อ ๒๘ - ๒๙

การหักเหของแสงเกิดจากการที่แสงเคลื่อนที่ผ่านตัวกลางที่มีความหนาแน่นต่างกัน เป็นผล ทำให้ทิศทางของแสงเปลี่ยนแปลงไป ซึ่งในขณะที่แสงเกิดการหักเหก็จะเกิดการสะท้อนของแสงขึ้นพร้อม ๆ กันด้วย เมื่อแสงเดินทางผ่านวัตถุหรือตัวกลางโปร่งใส เช่น อากาศ แก้ว น้ำ พลาสติกใส ที่มีความหนาแน่นไม่ต่างกัน จึงไม่เกิดหักเห ถ้าแสงจะเดินทางผ่านตัวกลางชนิดเดียวกันแสงจะเดินทางเป็นเส้นตรงเสมอ แต่ถ้าแสงเดินทางผ่านตัวกลางหลายตัวกลางแสงจะหักเห

ตัดตอนจากบทความเรื่อง “การหักเหของแสง” วิฑิต วรรณเลิศลักษณ์

### ๒๘ จากข้อความนี้ ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. ความหนาแน่นของตัวกลางมีผลต่อการหักเหของแสง
- ข. วัตถุโปร่งใสเป็นตัวกลางที่ทำให้แสงเดินทางเป็นเส้นตรง
- ค. ของที่มีความหนาแน่นไม่ต่างกันไม่ทำให้เกิดการหักเหของแสง
- ง. ตัวกลางโปร่งใสที่มีความหนาแน่นเท่ากันจะมีการหักเหของแสง

### ๒๙. จากบทอ่านนี้ น่าจะเกิดการหักเหของแสงเมื่อแสงผ่านวัตถุตามข้อใด

- |                    |                            |
|--------------------|----------------------------|
| ก. แก้วใสไม่ใส่น้ำ | ข. แก้วใสใส่น้ำเปล่า       |
| ค. แก้วใสใส่น้ำชา  | ง. ขวดพลาสติกใสใส่น้ำเปล่า |

## อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถาม ข้อ ๓๐ - ๓๒

หากเปรียบหนังสือเป็นประตูสู่โลกกว้าง การเดินทางของทุกคนก็คงสะดวกสบาย ไปสู่สถานที่แห่งใดก็ได้ แต่สำหรับผู้พิการทางสายตาแล้วปริมาณหนังสือที่มีไม่เพียงพอกับความต้องการ ย่อมเป็นอุปสรรคต่อการเดินทางครั้งนี้แน่นอน

ชมรมจิตอาสา ขอเชิญชวนน้อง ๆ ร่วมกันผลิตหนังสือเสียง เพื่อมอบแก่เพื่อน ๆ ผู้พิการทางสายตา โดยสามารถเข้ามาอ่านบันทึกเสียงได้ที่ชมรมจิตอาสา หรือนำหนังสือกลับไปอ่านที่บ้าน แล้วบันทึกเสียงมาให้ที่ชมรม สามารถร่วมกิจกรรมได้ตั้งแต่วันที่ถึง ๓๑ มกราคม ๒๕๖๒

“จะมีความสุขครั้งใด ยิ่งใหญ่เท่าการให้ครั้งนี้”

๓๐. จากข้อความว่า “อุปสรรคต่อการเดินทางครั้งนี้” เกี่ยวข้องกับเรื่องใด

- ก. การขาดการแบ่งปัน
- ข. การขาดแคลนหนังสือ
- ค. ความพิการทางสายตา
- ง. ความไม่สะดวกสบายในการเดินทาง

๓๑. สาระสำคัญของข้อความนี้คืออะไร

- ก. การชักชวนให้ผลิตหนังสือเสียง
- ข. การโน้มน้าวใจให้บริจาคหนังสือ
- ค. การส่งเสริมนิสัยรักการอ่านของเด็กพิการ
- ง. การรณรงค์ให้ช่วยเหลือผู้พิการทั่วประเทศ

๓๒. จากข้อความนี้ ข้อใดไม่เป็นข้อคิดเห็น

- ก. หนังสือเป็นประตูสู่โลกกว้าง
- ข. การเดินทางของทุกคนก็คงสะดวกสบาย
- ค. จะมีความสุขครั้งใด ยิ่งใหญ่เท่าการให้ครั้งนี้
- ง. ชมรมจิตอาสาเชิญน้อง ๆ ร่วมผลิตหนังสือเสียง

## อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๓๓ - ๓๖

การห่มสไบเป็นวิธีการแต่งกายของคนไทยสมัยก่อน การห่มสไบให้งามนั้น ต้องจัดทิศทางผ้าให้เข้ากับตัวเอง ไม่หลวมเกินไป และไม่รัดเกินไป การห่มสไบ จะห่มสไบซ้าย (เฉียงทับบ่าซ้าย) พาดลงมาทางขวา เพื่อให้สะดวกต่อการทำงาน หรือหยิบจับสิ่งของต่าง ๆ เนื่องจากคนส่วนใหญ่ในสมัยนั้นถนัดมือขวา ทำให้สไบไม่ย้อย ลงมาเกะกะ จึงกลายเป็นธรรมเนียมปฏิบัติสืบต่อกันมา ส่วนการเลือกสีผ้านุ่ง กับสไบ ถ้าเป็นสาวชาวบ้านธรรมดาทั่วไปจะเน้นการย้อมผ้าด้วยสีของเปลือกไม้ ที่ดูไม่ฉูดฉาด ส่วนเจ้านายในวังต้องนุ่งห่มสีตามวัน โดยวันจันทร์ นุ่งเหลืองอ่อน ห่มน้ำเงินอ่อนหรือสีบานเย็น วันอังคาร นุ่งสีปูนม่วงเม็ดมะปราง ห่มโศก วันพุธ นุ่งสีถั่ว หรือสีเหล็ก ห่มจำปา วันพฤหัสบดี นุ่งเขียวใบไม้ห่มแดงเลือดนก หรือนุ่ง สีเสดห่มโศก หรือนุ่งผ้าลายพื้นสีม่วงห่มโศก วันอาทิตย์ แต่งเหมือนวันพฤหัสบดี

สี่แผ่นดิน ม.ร.ว. คึกฤทธิ์ ปราโมช

๓๓. ข้อความนี้กล่าวถึงเรื่องใด

- ก. การห่มสไบของสาวชาววัง
- ข. การแต่งกายของคนสมัยก่อน
- ค. การนำภูมิปัญญามาใช้ในการแต่งกาย
- ง. การออกแบบเครื่องแต่งกายให้เหมาะกับยุคสมัย

๓๔. “การห่มสไบซ้าย” มีความหมายสัมพันธ์เกี่ยวกับเรื่องใด

- ก. ความเชื่อ
- ข. การทำงาน
- ค. ความสวยงาม
- ง. ความเหมาะสมกับฐานะ

๓๕. การเลือกสีผ้านุ่งกับสไบของสาวชาวบ้านแสดงลักษณะตามข้อใด

- ก. ความงาม
- ข. ความประหยัด
- ค. ความเป็นระเบียบเรียบร้อย
- ง. ความเชื่อเรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์

๓๖. การนุ่งห่มสีตามวันของเจ้านายในวังมีลักษณะตามข้อใด

- ก. สีตัดกัน
- ข. สีไม่ฉูดฉาด
- ค. สีคล้ายกันของผ้านุ่งกับสไบ
- ง. สีทำมาจากเปลือกไม้ตามธรรมชาติ

## ผลไม้ที่ห้ามกินตอนท้องว่าง

www.kapook.com

### มะละกอ

เป็นผลไม้ที่มีเอนไซม์มาก  
ไม่ควรกินตอนท้องว่าง

### ลูกพลับ

เมื่อกรดในกระเพาะอาหาร  
รวมตัวกับยางและสารแขวนลอย  
ในลูกพลับ อาจทำให้คลื่นไส้และ  
ระคายเคืองในกระเพาะอาหารได้

### สับปะรด ส้ม มะนาว

เพราะรสเปรี้ยวของผลไม้  
ทำให้ระคายเคืองกระเพาะ  
อาหารได้

ถ้าอยากกินผลไม้  
เหล่านี้ก่อนอาหารจริงๆ  
อาจจะกินแค่ 2-3  
ชิ้นเล็กๆ ก็พอ

### ควรกินผลไม้มากน้อยแค่ไหน?

ในหนึ่งวันควรกินผลไม้ให้ได้ **มีอะ 1-2 ส่วน**  
ตามแต่ละประเภท เช่น

- มะละกอสุก  ชิ้นพอคำ
- สับปะรด  ชิ้นพอคำ
- มะม่วง  ผลขนาดกลาง
- ชมพู่  ผลขนาดใหญ่
- ฝรั่ง  ผล
- เหวะ  ผล
- กล้วยน้ำว้า  ผล

### ประโยชน์ของการกินผลไม้

การกินผลไม้เป็นประจำจะช่วย **ลดความเสี่ยง**  
**การเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง** เช่น

- ✓ โรคหัวใจและหลอดเลือด
- ✓ ความดันโลหิตสูง
- ✓ ปิ่อกันมะเร็งบางชนิด
- ✓ ปัญหาเรื่องการขับถ่าย
- ✓ เบาหวาน
- ✓ ควบคุมน้ำหนัก

ข้อมูลจาก กรมอนามัย

๓๗. แผนภาพข้างต้นไม่ได้มุ่งนำเสนอข้อมูลใด

- ก. สารอาหารในผลไม้
- ข. สัดส่วนของการกินผลไม้
- ค. ข้อควรระวังในการกินผลไม้
- ง. ชนิดของผลไม้และข้อดีของการรับประทานผลไม้

๓๘. ข้อใดไม่สอดคล้องกับข้อความข้างต้น

- ก. ใน ๑ มื้อ กินกล้วยน้ำว้าได้ ๑ ผล
- ข. การกินผลไม้มีผลกับการควบคุมน้ำหนัก
- ค. ปริมาณการรับประทานสับปะรดได้เท่ากับมะละกอ
- ง. รสเปรี้ยวของมะนาวช่วยให้รับประทานอาหารได้มากขึ้น

๓๙. การรับประทานลูกพลับในขณะท้องว่างจะเป็นอย่างไร

- ก. ทำให้คลื่นไส้
- ข. ทำให้ขับถ่ายได้ดี
- ค. ช่วยป้องกันโรคมะเร็ง
- ง. ช่วยให้น้ำหนักเพิ่มขึ้น

๔๐. ถ้าต้องการกินผลไม้ในหนึ่งวัน ข้อใดเหมาะสมที่สุด

- ก. กล้วย ๑ ผล
- ข. เงาะ ๑ ผล
- ค. สับปะรด ๑ ผล
- ง. ฝรั่ง ๑ ผล

## ฉบับที่ ๒ การเขียน

### ตอนที่ ๑ การเขียนสรุปใจความสำคัญ

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

ให้นักเรียนเขียนสรุปใจความสำคัญจากเรื่องที่กำหนดให้ ด้วยตัวบรรจงครึ่งบรรทัด ความยาวไม่เกิน ๕ บรรทัด ใช้เวลา ๓๐ นาที

#### ไข้หวัดใหญ่

ไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคที่พบได้บ่อย มีการระบาดเป็นระยะ หากไม่มีการป้องกันที่ดี และดูแลสุขภาพให้แข็งแรง อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ เพื่อลดความรุนแรงของโรค การให้วัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่เป็นมาตรการสำคัญที่จะช่วยลดอัตราการป่วยและเสียชีวิตได้ การฉีดวัคซีนป้องกันทุกปีจึงเป็นสิ่งจำเป็นและเป็นการป้องกันโรคที่มีประสิทธิภาพ

กระทรวงสาธารณสุขโดย สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ร่วมกับ กรมควบคุมโรคได้เตรียมวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ฤดูกาลใหม่ ๓.๑ ล้านโดส บริการฉีดให้กับ ประชาชนกลุ่มเสี่ยง ๔ กลุ่ม ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ อายุครรภ์ ๔ เดือนขึ้นไป เด็กอายุ ๖ เดือน ถึง ๒ ปี ผู้ที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว ได้แก่ ปอดอุดกั้นเรื้อรัง หัวใจ หืด ไตวาย ผู้สูงอายุ ตั้งแต่ ๖๕ ปีขึ้นไป ทั้งนี้ตั้งแต่วันที่ ๑ มิถุนายน ถึง ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๐ โดยไม่มีค่าใช้จ่าย วัคซีนที่ฉีด ประกอบด้วย ๓ สายพันธุ์ ได้แก่ สายพันธุ์ A Michigan ( H1N1) สายพันธุ์ A HongKong ( H3N2) และสายพันธุ์ B Brisbain (ออสเตรเลีย)

สำหรับประชาชนทุกสิทธิ์ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ได้ โดยรายละเอียดการขอเข้ารับสิทธิ์ สอบถามได้ที่สายด่วน สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ๑๓๓๐ ได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง

สืบค้นจาก <http://www.thaihealth.or.th/Content/37289> เมื่อวันที่ ๒๖ เมษายน ๒๕๖๑

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## ฉบับที่ ๒ การเขียน

### ตอนที่ ๒ การเขียนเรื่องตามจินตนาการ

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

ให้นักเรียนเขียนเรื่องตามจินตนาการจากภาพที่กำหนดให้ได้ใจความสมบูรณ์ ด้วยตัวบรรจง  
ครึ่งบรรทัด ความยาว ๑๐ บรรทัด และตั้งชื่อเรื่องให้เหมาะสม ใช้เวลา ๓๐ นาที



ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....