



ผู้เรียบเรียง

นางสาวสายทิพย์ คำนำ
นางศรดา โพธิ์เพชร

ค.บ. (คหกรรมศาสตร์)
ศศ.บ. (อุตสาหกรรมเครื่องแต่งกาย)

ผู้ตรวจ

นายวิสกา ดวงอ่อนนาม
นางสาวปิยวีร์ จุติพงษ์รักษา
นายชลอ การทวี

วท.ม. (ครุศาสตร์เกษตร)
ศศ.ม. (คหกรรมศาสตร์ศึกษา)
ค.อ.บ. (อุตสาหกรรม-เครื่องมือกล)

บรรณาธิการ

นางสาวสุชาดา วราหพันธ์
นางสาวจริยา บุรพุกุลศรี

กศ.บ. (สังคมศึกษา), ค.ม. (พื้นฐานการศึกษา)
กศ.บ. (คหกรรมศาสตร์),
ศศ.ม. (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน)



จัดพิมพ์โดย บริษัท สำนักพิมพ์แอมพันธ์ จำกัด

ฝ่ายการตลาด, ฝ่ายผลิตและจัดส่ง, ฝ่ายการเงินและบัญชี :
๖๙/๑๐๙ หมู่ ๑ ซ.พระแม่กรุณย์ ต.บ้านใหม่ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี ๑๑๑๒๐
โทร. ๐ ๒๕๘๘ ๕๕๘๘, ๐ ๒๕๘๘ ๕๕๙๓, ๐ ๒๕๖๑ ๕๕๘๐-๒
โทรสาร ๐ ๒๕๖๑ ๕๕๙๓, ๐ ๒๕๖๒ ๒๓๑๓

ฝ่ายวิชาการ :
๘๙/๑๒๒ ต.เทศบาลสงเคราะห์ แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐
โทร. ๐ ๒๕๕๕ ๔๘๑๘-๒๐, ๐ ๒๕๕๓ ๘๑๖๘-๕ โทรสาร ๐ ๒๕๘๐ ๒๕๒๓

ปีที่พิมพ์ ๒๕๖๖
พิมพ์ครั้งที่ ๑
จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม
ISBN 978-616-07-2581-6
ราคา ๖๕ บาท

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ
ลิขสิทธิ์เป็นของบริษัท สำนักพิมพ์แอมพันธ์ จำกัด



หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน **การงานอาชีพ ๑** เล่มนี้ ได้เรียบเรียงขึ้นสำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ โดยได้ยึดมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ โดยยกเลิกมาตรฐานการเรียนรู้
และตัวชี้วัด สาระที่ ๒ การออกแบบและเทคโนโลยี และสาระที่ ๓ เทคโนโลยีสารสนเทศและ
การสื่อสาร

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ จึงประกอบด้วย ๑ สาระ แบ่งออกเป็น ๖ หน่วยการเรียนรู้ ดังนี้

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เสื้อผ้าแสนงาม เครื่องแต่งกายแสนสวย
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ บ้านน่าอยู่
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ กินดีอยู่ดี
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ นักประดิษฐ์คิดสร้างสรรค์
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕ หนูน้อยเกษตรกร
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ นายช่างน้อย

หนังสือเรียนเล่มนี้ ได้ส่งเสริมและพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์
การคิดแก้ปัญหาด้วย**กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)**

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน **การงานอาชีพ ๑** เล่มนี้ จะอำนวย
ประโยชน์ต่อนักเรียนและครูผู้สอนที่จะนำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ เพื่อให้นักเรียนได้พัฒนา
เต็มตามศักยภาพและบรรลุเป้าหมายของหลักสูตร



ฝ่ายวิชาการ บริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด



งานบ้าน



เสื้อผ้าแสนงาม เครื่องแต่งกายแสนสวย

๒



- ความหมายและประโยชน์ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย..... ๓
- วิธีการเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่เหมาะสม..... ๗
- การดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย..... ๑๔
- การแต่งกายด้วยตนเอง..... ๑๙
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๒๓
 - หนูน้อยตอบได้..... ๒๕



บ้านน่าอยู่

๒๖



- งานบ้านที่นักเรียนสามารถทำได้..... ๒๗
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๔๔
 - หนูน้อยตอบได้..... ๔๖



กินดีอยู่ดี

๕๗



- การเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม..... ๕๘
- มารยาทในการรับประทานอาหาร..... ๕๖
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๕๙
 - หนูน้อยตอบได้..... ๖๑

งานประดิษฐ์



นักประดิษฐ์คิดสร้างสรรค์

๖๓



- 📌 ความหมายและประโยชน์ของงานประดิษฐ์..... ๖๔
- 📌 ประเภทของงานประดิษฐ์..... ๖๕
- 📌 วัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในงานประดิษฐ์..... ๖๗
- 📌 ขั้นตอนในการทำงานประดิษฐ์..... ๗๑
- 📌 การประดิษฐ์ของเล่นจากกระดาษ..... ๗๓
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๘๒
 - หนูน้อยตอบได้..... ๘๓

งานเกษตร



หนูน้อยเกษตรกร

๘๕



- 📌 ความหมายของการเกษตรและการปลูกพืช..... ๘๖
- 📌 ประโยชน์ของการปลูกพืช..... ๘๙
- 📌 การดูแลและบำรุงรักษาพืช..... ๙๖
- 📌 เครื่องมือที่ใช้ในการดูแลและบำรุงรักษาพืช..... ๙๖
- 📌 วิธีการดูแลและบำรุงรักษาพืช..... ๑๐๑
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๑๑๐
 - หนูน้อยตอบได้..... ๑๑๒

งานช่าง



นายช่างน้อย

๑๑๔



- 📌 ความหมายของงานช่าง..... ๑๑๕
- 📌 ประโยชน์ของงานช่าง..... ๑๑๗
- 📌 เครื่องมือช่างที่ควรรู้..... ๑๒๐
- 📌 การใช้เครื่องมือช่างให้ปลอดภัย..... ๑๒๓
- 📌 รู้ใช้ รู้รักษา..... ๑๒๕
 - กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)..... ๑๒๙
 - หนูน้อยตอบได้..... ๑๓๐

บรรณานุกรม..... ๑๓๑



แผนผัง แสดงสาระการเรียนรู้



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

เสื้อผ้าแสนงาม เครื่องแต่งกายแสนสวย

- 📌 ความหมายและประโยชน์ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
- 📌 วิธีการเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่เหมาะสม
- 📌 การดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
- 📌 การแต่งกายด้วยตนเอง



งานบ้าน



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

กินดีอยู่ดี

- 📌 การเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่ม
- 📌 มารยาทในการรับประทานอาหาร



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒

บ้านน่าอยู่

- 📌 งานบ้านที่นักเรียนสามารถทำได้

เสื้อผ้าแสนงาม เครื่องแต่งกายแสนสวย

บทเรียนนี้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

มาตรฐาน ง ๑.๑ เข้าใจการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะกระบวนการทำงาน ทักษะการจัดการ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการทำงานร่วมกัน และทักษะการแสวงหาความรู้ มีคุณธรรม และลักษณะนิสัยในการทำงาน มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เพื่อการดำรงชีวิตและครอบครัว

ตัวชี้วัด : สิ่งที่นักเรียนพึงรู้และปฏิบัติได้

- ง ๑.๑ (๑) บอกวิธีการทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง
(๒) ใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมืออย่าง ง่าย ในการทำงานอย่างปลอดภัย
(๓) ทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเองอย่างกระตือรือร้นและตรงเวลา



แนวคิด

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีความสำคัญต่อมนุษย์ ดังนั้นนักเรียนจึงจำเป็นต้องรู้จักวิธีการเลือกใช้ที่เหมาะสมและการดูแลรักษาที่ถูกขั้นตอน ตลอดจนสามารถแต่งกายด้วยตนเองได้



สาระการเรียนรู้

๑. ความหมายและประโยชน์ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
๒. วิธีการเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่เหมาะสม
๓. การดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
๔. การแต่งกายด้วยตนเอง

เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับนักเรียน ดังนั้นจึงควรรู้จักวิธีการแต่งกายด้วยตนเอง และการเก็บรักษาเครื่องแต่งกายให้ถูกต้อง



ความหมายและประโยชน์ ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

เสื้อผ้า หมายถึง สิ่งที่ใช้สำหรับห่อหุ้มร่างกาย ทำจากผ้า เรียกชื่อต่าง ๆ กัน เช่น เสื้อ กระโปรง กางเกง ผ้าถุง เป็นต้น

เครื่องแต่งกาย หมายถึง ส่วนประกอบที่ใช้ในการแต่งตัว เครื่องแต่งกายที่จำเป็นต้องใช้ เช่น เข็มขัด หมวก ผ้าพันคอ ถุงเท้า รองเท้า เป็นต้น





เสื้อผ้าแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท ได้แก่



เสื้อผ้าสำหรับใช้สวมใส่ภายนอก ได้แก่
เสื้อ กางเกง กระโปรง เป็นต้น



เสื้อผ้าสำหรับใช้สวมใส่ภายใน ได้แก่
เสื้อชั้นใน กางเกงชั้นใน เป็นต้น



เครื่องแต่งกาย ที่เป็นส่วนประกอบในการแต่งตัว

เช่น เข็มขัด หมวก ถุงเท้า ผ้าพันคอ รองเท้า เป็นต้น



รองเท้า



ถุงมือ



หมวก



ประโยชน์ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๒.



ทำให้ร่างกายอบอุ่น

๑.

จากอากาศที่หนาวเกินไป



ช่วยปกปิด
ร่างกาย

๓.



ป้องกันผิวหนัง
ไม่ให้ถูกแสงแดด
มากเกินไป

๕.



ป้องกันอันตราย
หรือเชื้อโรค
เข้าสู่ร่างกาย

๔.



ทำให้เกิดความ
เรียบร้อยและสวยงาม



กิจกรรมการเรียนรู้ที่ ๑

นักเรียนสังเกตภาพ แล้วช่วยกันบอกว่า เป็นเสื้อผ้าหรือเครื่องแต่งกาย



กิจกรรมการเรียนรู้ที่ ๒

นักเรียนบอกประโยชน์ของเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย



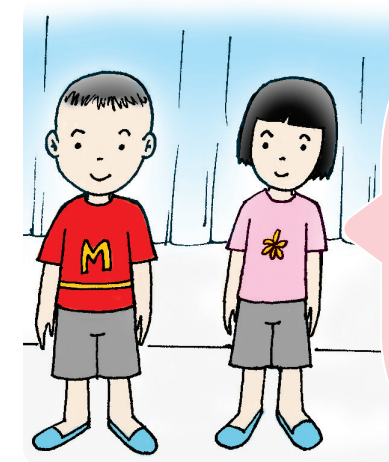
วิธีการเลือกเสื้อผ้า และเครื่องแต่งกายที่เหมาะสม



เลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายให้เหมาะสมกับสภาพอากาศ



สภาพอากาศร้อน



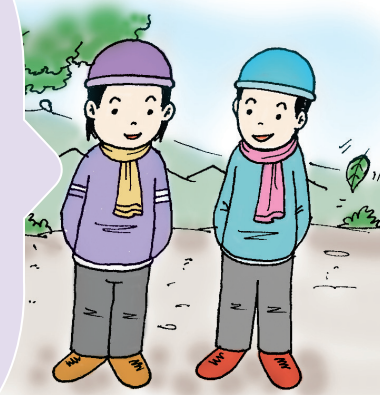
ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่ เนื้อผ้าโปร่ง บาง สวมใส่สบาย แบบเสื้อผ้าที่ควรสวมใส่ เช่น เสื้อคอกลม กางเกงขาสั้น ซึ่งทำให้ไม่ร้อนมาก



☀ สภาพอากาศหนาว

ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่หนา
เช่น ผ้าสำลี ผ้าขนสัตว์ ผ้าที่ถักทอ
จากไหมพรม

แบบเสื้อผ้าที่ควรสวมใส่
เช่น เสื้อแขนยาวที่ปกปิดคอ
แขน กางเกงขายาว ใช้ผ้าพันคอ
สวมหมวก ใส่ถุงเท้าเพื่อให้ร่างกาย
อบอุ่น



☁ สภาพอากาศที่มีฝนตก



เมื่อจำเป็นต้องออกนอกบ้าน
ควรสวมใส่เสื้อผ้าที่ป้องกันไม่ให้
ร่างกายถูกฝน

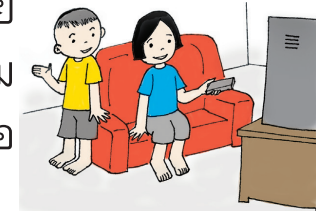
แบบเสื้อผ้าที่ควรสวมใส่
เช่น เสื้อกันฝน หรือกางร่ม
เพื่อป้องกันไม่ให้เปียก



เลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย ให้เหมาะสมกับโอกาสและสถานที่

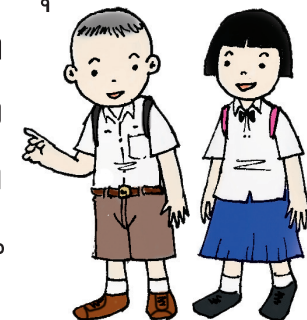
🏠 การแต่งกายเมื่ออยู่ที่บ้าน

ควรสวมเสื้อผ้าที่สวมใส่สบาย
ทำความสะอาดง่าย เนื้อผ้าเหมาะสม
กับสภาพอากาศ เช่น ใส่เสื้อ
ผ้าฝ้ายคอกลม กางเกงขาสั้น



🏫 การแต่งกายไปโรงเรียน

ควรสวมเสื้อผ้าที่สะอาด เรียบร้อย ถูกต้อง
ตามกฎระเบียบของโรงเรียน เช่น นักเรียนชาย
ใส่เสื้อเชิ้ตแขนสั้นสีขาว นุ่งกางเกงขาสั้น ชายเสื้อ
ใส่ไว้ในกางเกง คาดเข็มขัด สวมถุงเท้า รองเท้า
ตามแบบและสีที่โรงเรียนกำหนด
นักเรียนหญิงใส่เสื้อแขนสั้นสีขาว
นุ่งกระโปรงยาวคลุมเข่า สวมถุงเท้า
รองเท้า ตามแบบและสีที่โรงเรียน
กำหนด





๑๐ การแต่งกายไปเที่ยว

การแต่งกายไปเที่ยวเราควรสวมใส่เสื้อผ้า และเครื่องแต่งกายที่เหมาะสมกับสถานที่ที่ไป เช่น

๘ ไปเที่ยวทะเล ควรสวมใส่เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายแบบสบาย เช่น เสื้อยืด กางเกงขาสั้น สวมหมวก เพื่อป้องกันแสงแดด และสีที่ใช้ควรเป็นสีที่สดใส



๘ ไปเที่ยวสวนสัตว์ ควรนุ่งกางเกงขายาวหรือสามส่วน สวมเสื้อยืด ใส่รองเท้าที่เดินสะดวก เพื่อความคล่องแคล่วและปลอดภัย



๘ ไปเที่ยวชมสถานที่สำคัญ เช่น พระบรมมหาราชวัง วัด ควรแต่งกายให้สุภาพ ผู้หญิงนุ่งกระโปรงยาวหรือผ้าถุง ใส่เสื้อคอปิด ใส่รองเท้าหุ้มส้น ผู้ชายสวมเสื้อเชิ้ต นุ่งกางเกงขายาว สวมถุงเท้า และรองเท้าให้เรียบร้อย ถ้าเข้าไปเที่ยวภายในสถานที่สำคัญจะต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าไปเยี่ยมชม



ผู้เข้าชมสถานที่สำคัญควรถอดรองเท้า หรือสวมเฉพาะถุงเท้า



กิจกรรมการเรียนรู้ที่

๓

นักเรียนสังเกตภาพ แล้วบอกว่าการแต่งกาย
ในภาพเหมาะสมกับฤดูกาลใด พร้อมทั้งบอกเหตุผล
ประกอบ

๑.



๒.



๓.



กิจกรรมการเรียนรู้ที่

๔

๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔-๖ คน
๒. สมาชิกในกลุ่มจัดหาเสื้อผ้า ไม่ให้ซ้ำแบบกัน
คนละ ๑ ชุด
๓. นักเรียนแต่งกายตามชุดที่ตนเองจัดหามา
แล้วออกมาแสดงหน้าชั้นเรียน
๔. นักเรียนสังเกตการแต่งกายของเพื่อนว่า
เหมาะที่จะแต่งไปในโอกาสและสถานที่ใด
แล้วบอกสิ่งใดที่น่าชื่นชมและสิ่งใดที่ควรแก้ไข
อย่างไร





เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายที่นักเรียนสวมใส่นอกจากจะเป็นเสื้อผ้าที่สวยงามน่ารักเหมาะสมกับวัยแล้วจะต้องเป็นเสื้อผ้าที่สะอาด และถ้าจะให้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายสะอาดเรียบร้อยจะต้องหมั่นดูแลรักษาความสะอาดอยู่เป็นประจำ



การซักเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายให้สะอาด เป็นสิ่งที่ควรทำเป็นประจำ



ข้อควรปฏิบัติในการดูแลรักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายขณะสวมใส่

๑. ขณะนักเรียนรับประทานอาหารระวังอย่าให้อาหารหกเลอะเสื้อผ้า และอย่าใช้เสื้อเช็ดปากแทนผ้าเช็ดปาก



ระวังอย่าให้อาหารหกเลอะเสื้อผ้า



ไม่ควรเล่นในสถานที่ที่มีน้ำขัง

๒. ขณะนักเรียนเล่นควรระวังอย่าเล่นใกล้สถานที่ที่อาจทำให้เสื้อผ้าสกปรก เช่น ถังขยะหรือสถานที่ที่มีน้ำขัง



๓. ทุกครั้งที่นักเรียนจะนั่ง ควรระมัดระวังว่าสถานที่ หรือเก้าอี้นั้นสะอาดหรือไม่



ไม่สัมผัสหรือนั่งเก้าอี้ที่สกปรก

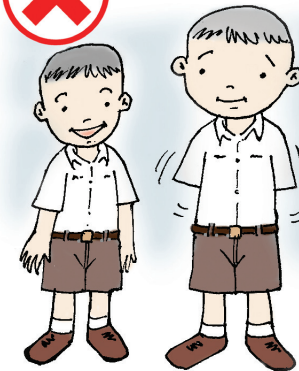
๔. ขณะนักเรียนเล่นกัน ไม่ควรเล่นดึงหรือกระชาก เสื้อผ้ากัน

ไม่ดึงหรือกระชากเสื้อผ้ากัน

๕. นักเรียนไม่ควรนำ เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย ไปใช้งานผิดประเภท เช่น นำผ้าเช็ดหน้าไปเช็ดหนังสือ เช็ดกระเป๋า หรืออื่น ๆ



ไม่นำผ้าเช็ดหน้า ไปเช็ดกระเป๋า



๖. นักเรียนไม่ควร เล่นหัดแขนให้หายไปใน ตัวเสื้อ เพราะจะทำให้ เสื้อผ้าขาดหรือยืด้วย เสียรูปทรง

ไม่ควรเล่นหัดแขน ให้หายไปในตัวเสื้อ



๕ กิจกรรมการเรียนรู้ที่

๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔-๖ คน
๒. นักเรียนช่วยกันบอกเกี่ยวกับวิธีการระวัง รักษาเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายขณะสวมใส่
๓. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนองาน หน้าชั้นเรียน