

## แบบทดสอบความสามารถในการอ่าน

ชื่อ.....ชั้น.....โรงเรียนวัดปากฟิงตะวันตก

### ฉบับที่ ๑ การอ่าน

### ตอนที่ ๒ การอ่านรู้เรื่อง

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

ให้นักเรียนตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. หน้าคำตอบที่ถูกต้อง  
ใช้เวลา ๓๐ นาที



มะระขี้นก เป็นผักพื้นบ้านของไทย ที่มีความสำคัญทางเศรษฐกิจ นิยมบริโภคผล และยอดอ่อน มีรสขม แต่เป็นพืชที่ปลูกง่าย ในทางโภชนาการเป็นผักที่มีคุณค่าทางอาหารสูง มีวิตามิน แร่ธาตุและสารอาหารอีกหลายชนิดด้วยกัน

มะระขี้นกเป็นไม้เถา มีขน มักมีมือพันอยู่บริเวณข้อตรงข้ามใบ ใบเป็นใบเดี่ยว เรียงเวียน รูปฝ่ามือที่มีแฉก ปลายแหลม โคนรูปหัวใจ ขอบหยักซี่ฟัน ดอก เป็นดอกเดี่ยว โคนติดกันเป็นรูปประฆัง ปลายหยัก ๕ แฉก รูปไข่แกมรูปสามเหลี่ยม มีขน กลีบดอกสีเหลืองอมสีส้ม โคนติดกันเล็กน้อย ปลายแยกเป็น ๕ กลีบ

ผลอ่อนมะระขี้นก มีรสขม ช่วยในการเจริญอาหาร บำรุงน้ำดี น้ำต้มแก้ไข้ น้ำคั้น แก้ปากเปื่อยเป็นขุย และบำรุงโลหิต มะระขี้นกเป็นพืชสมุนไพรในบัญชียาสมุนไพรในบัญชียาหลักแห่งชาติ เพื่อใช้ในอาการแก้ไข้ แก้ร้อนใน มะระขี้นก ไม่แนะนำให้ใช้ในผู้ที่สงสัยว่าเป็นไข้เลือดออก เนื่องจากอาจบดบังอาการของไข้และควรระวังการใช้ร่วมกับยาลดน้ำตาล ในเลือดชนิดรับประทาน (Oral Hypoglycemic Agents) อื่น ๆ หรือร่วมกับการฉีด Insulin เพราะอาจทำให้เกิดการเสริมฤทธิ์กันได้

ปรับจาก กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

๑. ข้อใดคือจุดมุ่งหมายของบทอ่านนี้

ก. จูงใจ

ค. อธิบาย

ข. เล่าเรื่อง

ง. วิพากษ์วิจารณ์

๒. ข้อใดไม่ได้กล่าวถึงในบทอ่านข้างต้น

ก. สรรพคุณ

ค. แหล่งในการเพาะปลูก

ข. ข้อควรระวัง

ง. ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

๓. บุคคลในข้อใดที่ไม่ควรรับประทานมะระขี้นก

ก. คุณแม่รู้สึกเบื่ออาหาร

ข. คุณพ่อรู้สึกปวดหัวเพราะมีไข้

ค. พี่ชายเจ็บปากจากอาการร้อนใน

ง. น้องคนเล็กมีอาการของไข้มืดดอก

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๔ - ๗

### เชิญชวนนักเรียน

### ประกวดวาดภาพ

ในหัวข้อ “การดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากโควิด-๑๙”

\*\*\*\*\*

#### คุณสมบัติผู้เข้าประกวด

นักเรียนที่ศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖

#### กติกาการประกวด

๑. แบ่งการประกวดเป็น ๒ ประเภท คือ

◆ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓

◆ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ - ๖

๒. วาดภาพผลงานลงบนกระดาษ A3 ไม่ใส่กรอบ (จำกัดการส่งผลงานคนละ ๑ ภาพเท่านั้น)

๓. สีที่ใช้ (ใช้ชนิดของสีตามที่กำหนดเท่านั้น)

◆ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ ใช้สีไม้

◆ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ - ๖ ใช้สีน้ำ

๔. ส่งผลงานได้ที่ห้องศิลปะของโรงเรียน ตั้งแต่วันที่ - ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๔

๕. ขั้นตอนการคัดเลือกและตัดสิน

◆ รอบแรก - คัดเลือกผู้เข้ารอบจำนวน ประเภทละ ๑๐ ภาพ

◆ รอบตัดสิน - ตัดสินโดยคณะกรรมการ และประกาศผลในวันที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๔

#### รางวัลแต่ละประเภท

๑. รางวัลยอดเยี่ยม ๑ รางวัล เงินสด ๒,๐๐๐ บาท พร้อมรับเกียรติบัตร

๒. รางวัลดีเด่น ๓ รางวัล เงินสด ๕๐๐ บาท พร้อมรับเกียรติบัตร

๓. รางวัลชมเชย ๖ รางวัล เงินสด ๓๐๐ บาท พร้อมรับเกียรติบัตร

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ห้องศิลปะ

๔. ข้อใดคือวัตถุประสงค์ของบทอ่านนี้
- ก. เล่าเรื่อง
  - ข. โน้มน้าวใจ
  - ค. ประชาสัมพันธ์
  - ง. รายงานข้อมูล
๕. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ คนใดไม่ได้ปฏิบัติตามกติกาการประกวด
- ก. พัดใช้สีไม้ในการวาดภาพเพื่อส่งประกวด
  - ข. พิวาดภาพผลงานของตนเองลงในกระดาษ A3
  - ค. พายส่งภาพวาดของตนเองเข้าประกวดจำนวน ๒ ภาพ
  - ง. แพนส่งผลงานภาพวาดของตนเองที่ห้องศิลปะของโรงเรียน
๖. ข้อใดสรุปไม่ถูกต้องจากบทอ่านนี้
- ก. นักเรียนที่ได้รับรางวัลทุกคนจะได้รับเกียรติบัตร
  - ข. นักเรียนที่ผ่านรอบคัดเลือกจะได้รับรางวัลทุกคน
  - ค. นักเรียนสอบถามรายละเอียดได้จากคุณครูทุกคนในโรงเรียน
  - ง. นักเรียนสามารถส่งภาพวาดเข้าประกวดได้เพียงคนละ ๑ ภาพ
๗. ข้อมูลใดไม่ปรากฏในบทอ่านนี้
- ก. สถานที่จัดส่งผลงาน
  - ข. ระดับชั้นที่ส่งผลงาน
  - ค. รายละเอียดใบสมัคร
  - ง. ระยะเวลาจัดส่งผลงาน

อ่านบทอ่านต่อไปนี่ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๘ - ๑๐

# วุ้นเส้น

## พลังงานน้อยกว่าเส้นชนิดอื่น จริงหรือ?

**จริง**

หากเทียบกับเส้นที่ผลิตจากแป้ง  
ในรูปแบบเส้นลักษณะที่นำมาบริโภค  
และปริมาณที่รับประทานกันทั่วไป

**สรุป** วุ้นเส้นให้พลังงานเท่ากับขนมจีน ซึ่งให้พลังงานน้อยกว่าเส้นชนิดอื่น

**พลังงานต่อ 100 กรัม ของเส้นแต่ละชนิด**

ขนมจีน	106 กิโลแคลอรี
เส้นหมี่แช่น้ำ	จากเส้นแห้ง 47 กรัม ให้พลังงาน 168 กิโลแคลอรี
วุ้นเส้นแช่น้ำ	จากเส้นแห้ง 47 กรัม ให้พลังงาน 172 กิโลแคลอรี
เส้นเล็กสด	220 กิโลแคลอรี
บะหมี่เหลืองสด	298 กิโลแคลอรี

ผู้ที่ต้องควบคุมน้ำหนักแนะนำให้เลือกรับประทานขนมจีน เส้นหมี่ขาว และวุ้นเส้น

**พลังงานที่เพียงพอ  
กับความต้องการต่อวัน**

ชายวัยทำงาน วัยรุ่น	2,000 กิโลแคลอรี
หญิงวัยทำงาน หรือ ผู้สูงอายุเกิน 60 ปี	1,600 กิโลแคลอรี

รับประทานอาหารชนิดอื่นร่วมด้วย  
เพื่อให้ได้สารอาหารครบ 5 หมู่

**คำแนะนำ วิธีการเลือกซื้อวุ้นเส้น**

- บรรจุภัณฑ์ต้องสมบูรณ์ ไม่มีรูรั่วหรือฉีกขาด
- อ่านฉลาก
- สังเกตเครื่องหมาย อย. ก่อนซื้อทุกครั้ง

๘. ข้อใดคือวัตถุประสงค์ของบทอ่านนี้

ก. ให้ข้อเท็จจริง

ค. ประชาสัมพันธ์

ข. โน้มน้าวใจ

ง. รายงานข้อมูล

๙. ข้อใดไม่ได้กล่าวถึงในข้อความนี้

ก. ปริมาณพลังงานที่บุคคลต้องการ

ค. วิธีการเลือกซื้อวันเส้นเพื่อนำมาบริโภค

ข. วิธีการผลิตอาหารเส้นประเภทต่าง ๆ

ง. การเปรียบเทียบพลังงานของอาหารเส้น

๑๐. ข้อความใดมีรูปแบบการเขียนแตกต่างจากข้ออื่น

ก. วันเส้นให้พลังงานเท่ากับขนมจีน

ข. วันเส้นพลังงานน้อยกว่าเส้นชนิดอื่นจริงหรือ

ค. ผู้สูงอายุต้องการพลังงาน ๑,๖๐๐ กิโลแคลอรี/วัน

ง. เส้นเล็กสด ๑๐๐ กรัมให้พลังงาน ๒๒๐ กิโลแคลอรี