

ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

## ใบงาน

### เรื่อง อาหารหลัก 5 หมู่

#### วิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนเลือกหมายเลขหมู่ 1-5 ลงในช่องว่างได้ภาพอาหารให้ถูกต้อง

หมู่ที่ 1



หมู่ที่ 2



หมู่ที่ 3

หมู่ที่ 4

หมู่ที่ 5



ตอนที่ 2 ให้นักเรียนเลือกหมู่อาหารให้ตรงกับประโยชน์ที่กำหนดให้



ให้พลังงานแก่ร่างกาย



ช่วยในการขับถ่าย



ช่วยเสริมสร้างและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย



ช่วยให้สมองทำงานได้ดีและช่วยดูดซึมวิตามินได้



ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงและป้องกันโรค