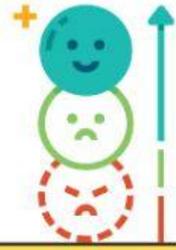




ชื่อ: \_\_\_\_\_

วันที่ : \_\_\_\_\_

# บันทึกอารมณ์ประจำวันของฉัน



เลือก 2 คำจากรายการเพื่ออธิบายว่า คุณรู้สึกอย่างไรในวันนี้  
ไม่พบอารมณ์ของคุณหรือ? ใช้คำอื่น ๆ ได้ตามสบาย

ฉันคิดว่าความรู้สึกเหล่านี้คือ:



- เชิงบวกทั้งคู่
- เชิงลบทั้งคู่
- เชิงบวกและเชิงลบ
- เชิงลบทั้งคู่

ฉันรู้สึกเช่นนี้เพราะว่า \_\_\_\_\_

---



---

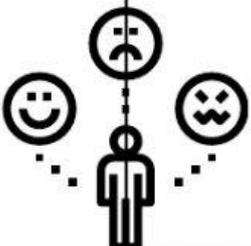


---



---

อะไรสามารถทำให้คุณรู้สึกดีขึ้นได้ หรือช่วยให้คุณ  
มีความสุขต่อไปได้วันนี้ วาดรูปคำตอบของคุณด้านล่างนี้



## รายการอารมณ์ต่าง ๆ

- โกรธ
- รำคาญ
- วิตกกังวล
- ละอายใจ
- อึดอัดใจ
- กลัว
- หงุดหงิด
- สบาย
- ร่าเริง
- สบายใจ
- สับสน
- ไม่กล้า
- รังเกียจ
- ใจออกแฉก
- อับอาย
- ตื่นเต้น
- เป็นมิตร
- รู้สึกผิด
- มีความสุข
- มีความหวัง
- อิจฉา
- เหงา
- เป็นที่รัก
- ประหม่า
- ไม่พอใจ
- กลัว
- รอบคอบ
- เหนื่อย
- ไม่สบายใจ
- ไม่แน่ใจ
- กังวล



ชื่อ: \_\_\_\_\_

วันที่ : \_\_\_\_\_

# ใบงานที่ 1 เรื่อง ช่วยหาฉันที

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมตัวเลขที่หายไป จาก 1-100 .

1	2		4	5			8		10
11		13			16		18	19	
21	22		24		26	27		29	30
		33	34	35		37		39	
41	42			45		47	48		50
51		53	54	55	56			59	60
61	62	63		65		67			70
71		73	74		76		78		
	82	83		85	86	87	88		90
91			94	95		97		99	

นางเกสรารักษ์ ห้าวเส็ง ครูผู้ช่วย



ชื่อ: \_\_\_\_\_

วันที่ : \_\_\_\_\_

### ใบงาน เรื่อง การเปรียบเทียบความเหมือน-แตกต่าง

คำชี้แจง ให้ นักเรียน เปรียบเทียบ เด็กชาย กับ หุ่นยนต์ แล้วเขียนสิ่งที่ ทั้งสองมีเหมือนกัน ต่างกัน



สิ่งที่เหมือนกัน



สิ่งที่ต่างกัน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....