หน่วยที่ 1 อาหารและการย่อยอาหาร

ใบงานที่ 2 ประโยชน์ของสารอาหาร

◇ สุดยอด
◇ ดีมากๆ
◇ โอเค
◇ พยายามอีก

ชื่อ-นามสกุล _____ชั้น_____ เลขที่_____

: ให้นักเรียนโยงเส้นจับคู่สารอาหารและประโยชน์ให้สัมพันธ์กัน

1)	วิตามินเอ	●	● ป้องกันการเกิดโรคเหน็บชา
2)	วิตามินดี	●	● ป้องกันการเป็นหมัน
3)	วิตามินบี 1	●	● ป้องกันการอักเสบที่ตาและปาก (โรคปากนกกระจอก)
4)	วิตามินอี	●	● บำรุงสายตา บำรุงผิวพรรณ
5)	วิตามินเค	●	● ช่วยเสริมสร้างกระดูกและฟันให้แข็ง
6)	วิตามินซี	●	● สร้างเม็ดเลือดแดง ป้องกันโรคโลหิตจาง
7)	วิตามินบี 2	●	● ช่วยในการแข็งตัวของเลือด ให้เลือดแข็งตัวตามปกติ
8)	วิตามินบี 12	●	● ทำให้หลอดเลือดแข็งแรง ป้องกันเลือดออกตามไรฟัน

รู้วิทย์ คิดส์จำ : ให้นักเรียนฝึกท่องและท่องให้ครูฟัง

เอ >> ตา **ชา** >> บี
อี >> หมัน ฟัน >> **ซี**
ดี >> ดูกเด่ **เค** >> เลือดออก
จอก >>**บี 2** **บี 12** >> เลือดจาง



เพจ : รวมสื่อวิทย์ ครูกี้
LIVEWORKSHEETS