



เครื่องมือคัดกรอง
“ความสามารถในการอ่านและการเขียน”
(ฉบับนักเรียน)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕
ภาคเรียนที่ ๑ : กรกฎาคม ๒๕๖๘

สถาบันภาษาไทย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ
สงวนลิขสิทธิ์

ฉบับที่ ๑ การอ่าน

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

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

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามข้อ ๑-๓

พระมีปีติตื่น	เต็มมาน
ประณตน์ขสโมธาน	เทิดเกล้า
พระทรงอธิษฐาน	ขอเดช พระเอย
คัมแต่ข้าพเจ้า	จักสู้ศึกเข็ญ
เป็นศรีสวัสดิ์แต่ข้อย	ขอชัย
ขอชนะไพร่	ทั่วทั้ง
ขอเป็นธวัชไป	ปักทัพ เฉลิมนา
ขอพระเป็นฉัตรกัณฑ์	เกลื่อนร้อนผ่อนเกษม
พระเปรมปราโมทย์น้อม	วันทนา
พลาญพระทรงไอยรา	ฤทธิ์เกล้า
พระคเชนทร์ชื้อไชยยา	นุภา พันธ
อาจเข่นคชศึกแผ้ว	แผกแผ่ทุกพาย ๖

ลิลิตตะเลงพ่าย, สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส

๑. จากบทอ่าน กล่าวถึงความรู้สึก

- ก. ร้อนใจ
ค. อิ่มเอมใจ

- ข. หวั่นใจ
ง. ภาควมมีใจ

๒. “พระทรงอธิษฐาน ขอเดช พระเอย” แสดงถึงข้อใด

- ก. ความเชื่อ
ค. ความกล้าหาญ

- ข. ความทุกข์
ง. ความเชี่ยวชาญ

๓. คำที่พิมพ์ตัวหนาในข้อใดไม่ได้กล่าวถึงบุคคลเดียวกันกับข้ออื่น

- ก. พระทรงอธิษฐาน
ค. พลาญพระทรงไอยรา

- ข. ขอพระเป็นฉัตรกัณฑ์
ง. พระเปรมปราโมทย์น้อม

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามข้อ ๔-๖

เหินห่างโมหะร้อน	ริษยา
สละส่อเสียดมารชา	ใส่ร้าย
คำหยาบจาบจ้วงอา-	ฆาตหมู่ เข็ญเฮย
ไปหมิ่นนินทาบาย	โทษให้ผู้ใด ๖

โคลงสุภาษิตนฤทมนการ, พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว

๔. จากบทอ่าน เกี่ยวข้องกับเรื่องใดเป็นสำคัญ

ก. การคิดก่อนพูด

ค. การไม่พูดว่าร้ายผู้อื่น

ข. การไม่ฟังคำส่อเสียด

ง. การพูดจาสุภาพอ่อนหวาน

๕. บทใดไม่สื่อความหมายถึงการพูด

ก. เห็นท่างโมหะร้อน ริษยา

ค. คำหยาบจาบจ้วงอา- ฆาตชู้ เชิญเฮย

ข. สละส่อเสียดมารชา ใส่ร้าย

ง. ไปหมิ่นนินทาป้าย โทษให้ผู้ใด

๖. “ไปหมิ่นนินทาป้าย โทษให้ผู้ใด” คำที่พิมพ์ตัวหนามีความหมายตรงตามข้อใด

ก. การดูหมิ่นผู้อื่น

ค. การพูดนินทาเกี่ยวกับผู้อื่น

ข. การยกโทษให้ผู้อื่น

ง. การโยนความผิดให้ผู้อื่น

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถามข้อ ๗-๑๐

ให้เลิกพหลโยธี	ทุกหมู่เสนีทวยหาญ
วานรไชยามพวาม	โบกธงหน้าฉานนำพล
กลองชัยกลองชนะโครมครึก	โยธาให้อีกกุลาหล
แตรงอนแตรงฝรั่งอิงอล	ตั้งแผ่นดินดลจะโถมทรุด
อันหมู่จิ้งเกียทั้งหลาย	กับตัวนายสิบแปดมงกุฎ
ต่างตนสำแดงฤทธิ์ฤทธิ์	ดำดินและผุดขึ้นมา
บ้างลงเดินหลังชลธาร	บ้างเหาะทะยานโดยเวหา
บ้างไปในกลีบเมฆา	บ้างโจนลงมาแต่อัมพร
บ้างทำอึดใจหายตน	บ้างดันไปในสิงขร
บ้างเดินบนยอดดอยคุณธร	วานรลำพองค่นองฤทธิ์
พสุธาอากาศหวาดไหว	เสียงสนั่นลั่นไปถึงดุสิต
มีดมนอนธการไปทุกทิศ	พระทรงฤทธิ์รับแรงพลมา ฯ

บทละครเรื่องรามเกียรติ์, พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช

๗. จากบทอ่าน สัมพันธ์กับข้อใดมากที่สุด

ก. ว้าวุ่น

ค. เร่งรีบ

ข. สับสน

ง. ตระหนก

๘. วรรคใดมีความหมายสื่อถึง “เสียง”

ก. โบกธงหน้าฉานนำพล

ค. พสุธาอากาศหวาดไหว

ข. บ้างลงเดินหลังชลธาร

ง. มีดมนอนธการไปทุกทิศ

๙. จากบทอ่าน ไม่ปรากฏข้อมูลใด

ก. ท้องฟ้ามีดมัว

ค. เครื่องเคียดสับสน

ข. อีกทีก็ครึกโครม

ง. เคลื่อนไหวอลหม่าน

๑๐. ข้อใดมีความหมายแตกต่างกัน

ก. เวหา-อัมพร

ค. วานร-จิ้งเกีย

ข. โจน-ทะยาน

ง. อิงอล-โถมทรุด

อ่านบทอ่านต่อไป แล้วตอบคำถามข้อ ๑๑-๑๒

บัวบานกลับขยาย

ไม่ควรคิดก็อย่าคิดเข้าต่อล้อ ไม่ควรขอขอเขาด้วยโวหาร ไม่ควรเป็นก็อย่าเป็นเหมือน
เช่นพาล ไม่ควรสมานอย่าสมัครสมาน ไม่ควรรอกก็อย่าต่อเข้าด้านตัด ไม่ควรทัดทานถ้อยอย่าทับถม
ไม่ควรชิตอย่าสนิสนมขม ไม่ควรข่มก็อย่าข้อนให้เคืองคำ ไม่ควรหาญอย่ารานให้ร้อนราว ไม่ควรกล่าว
พิเรนอย่าพาล้างถลา ไม่ควรเปิดก็อย่าเชิดชูเงื่อนงำ ไม่ควรทำตรงทำพุงงูง ๆ ๖ คำๆ

กลบทสุภาพิต, หลวงธรรมาภิรมย์ (ถึก จิตรกรถึก)

๑๑. จากบทอ่านสอนเรื่องใดเด่นชัดที่สุด

ก. การพูด

ข. การคิด

ค. การคบเพื่อน

ง. การศึกษาหาความรู้

๑๒. จากบทอ่านสะท้อนให้เห็นลักษณะใดเด่นชัดที่สุด

ก. ประนีประนอม

ข. ใคร่ครวญ ไตร่ตรอง

ค. เชื่อถือและเชื่อฟังผู้ใหญ่

ง. อ่อนน้อมและเคารพผู้ใหญ่

อ่านบทอ่านต่อไป แล้วตอบคำถามข้อ ๑๓-๑๕

ลองคิดว่า เราอยากได้เพื่อนแบบไหนอยู่กับเรา ยามเราทุกข์ หรือมีปัญหา

นั่นแหละ เพื่อนที่ดีต่อใจ เพิ่มเติมคือ... คอยสนับสนุน ให้กำลังใจ หรือผลักดันชีวิตเราให้ดีขึ้น
คนที่เราอยากพูดคุยด้วยเมื่อเกิดปัญหา มีความชอบ (สิ่งดี ๆ) เหมือน ๆ กัน (เพื่อนที่มีนิสัยต่างกันมากไป
มักทะเลาะหรือเข้ากันไม่ได้)

เพื่อนที่เรารู้จักก็มีหลายระดับความสนิทสนม บางคนมนุษย์สัมพันธ์ดีก็เป็นที่รู้จักในหมู่เพื่อน
แต่ใช้ว่าการมีเพื่อนน้อย แปลว่า เราไม่ดีพอ เพราะความจริงแล้ว ก็ไม่ใช่ทุกคนที่เราจะพูดคุยได้ทุกเรื่อง
การมีเพื่อนไม่กี่คน แต่คบแล้วสบายใจทุกคน ก็น่าจะเพียงพอ

สังเกตให้ดีๆ ว่าเพื่อนเรามีข้อดี-ข้อเสียตรงไหนบ้าง

ข้อเสียของเพื่อน เราต้องระวังอย่าเผลอทำตาม (เรากับเพื่อนที่เหมือนกัน อาจมีข้อเสียที่เหมือนกันได้
เช่น ใจร้อนทั้งคู่ หรือเฉื่อยชาทั้งคู่ ถ้าไม่มีใครเตือนใคร ก็จะไม่ส่งผลดี) สังเกตให้ดีๆ ว่าเพื่อนเรามีข้อดี-ข้อเสีย
ตรงไหนบ้าง

ปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน แต่อย่าเสียความเป็นตัวเอง

อย่าลืมนั่นตัวตนของเราไปว่าเราเป็นใคร เราชอบอะไร ไม่ชอบอะไร การที่เราทำตามเพื่อน เพราะกลัว
แปลกแยกหรือกลัวเพื่อนไม่คบ เช่น แต่งตัวตามเพื่อน ใช้เงินฟุ่มเฟือยเหมือนเพื่อน ชื่อของเหมือนเพื่อน
เข้าสังคมแบบที่ไม่ใช่ตัวเรา ทำที่สุด ตัวเราก็จะไม่มีความสุขกับเพื่อนอย่างแท้จริง เพราะเราเสียความเป็นตัวเอง

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

๑๓. จากบทอ่าน กล่าวถึงเรื่องใดเป็นประเด็นสำคัญ

ก. การเลือกคบเพื่อน

ข. เพื่อนที่ดี-เพื่อนที่ไม่ดี

ค. การปฏิบัติตนต่อเพื่อน

ง. การทำตามกลุ่มเพื่อน

๑๔. ข้อใดสรุปไม่ถูกต้องจากบทอ่าน

ก. มีเพื่อนน้อยแต่จริงใจก็เพียงพอแล้ว

ข. ควรสังเกตข้อดีและข้อเสียของเพื่อน

ค. ไม่ควรปรับปรุงตัวเองตามที่เพื่อนบอก

ง. เพื่อนที่ดีจะคอยให้กำลังใจยามทุกข์ใจ

๑๕. ข้อใดคือวัตถุประสงค์ของบทอ่านนี้

ก. แนะนำ

ข. สั่งสอน

ค. ตักเตือน

ง. โนมน้าวใจ



เลือกแคลเซียมอย่างไร? ให้เหมาะสมสำหรับคุณ



ปริมาณแคลเซียม
ที่แนะนำให้
บริโภคต่อวัน

เด็กเล็ก วัยเรียน วัยรุ่น และวัยทำงาน

800 - 1,000 มิลลิกรัม/วัน



นมสด 1 กล่อง
(200 มล.)



ยาเม็ดแคลเซียม 1 เม็ด



Vitamin B₁
0.06 มิลลิกรัม

Protein
6.20 กรัม

Calcium
200 มิลลิกรัม

Vitamin B₂
0.42 มิลลิกรัม



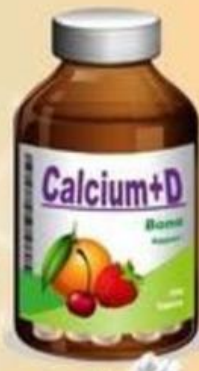
Vitamin A
0.14 มิลลิกรัม

VS

Calcium

แคลเซียม 100-600 มิลลิกรัม

Vitamin D₃
200 มิลลิกรัม



ความแตกต่าง "แคลเซียม" จาก นม และ ยาเม็ดแคลเซียม



- นม 1 แก้ว (200 มล.) มีแคลเซียมตามธรรมชาติ ประมาณ 200 มก.
- มีสารอาหาร เช่น โปรตีน วิตามิน A วิตามิน B1, B2 และสารอาหารอื่นๆ



ในการดูดซึมแคลเซียม
ร่างกายสามารถดูดซึมได้ประมาณ
30 - 35% ของแคลเซียมในนม



เหมาะสำหรับคนทั่วไป
ที่ไม่มีปัญหาแพ้อแลคโตส



เป็นแคลเซียมเสริม (supplement)
ในรูปแบบต่างๆ เช่น

- แคลเซียมคาร์บอเนต มีแคลเซียม 40%
- แคลเซียมซิเตรต มีแคลเซียม 21%
- แคลเซียมกลูโคเนต มีแคลเซียม 9%
- แคลเซียมแลกเตต มีแคลเซียม 13%



- แคลเซียมคาร์บอเนต ต้องกินพร้อมอาหารเพื่อให้ดูดซึมได้ดี
- อาจมีการเติม วิตามิน D เพื่อช่วยดูดซึมซึ่งดูดซึมได้ไม่ดีเท่าจากอาหารธรรมชาติ



เหมาะสำหรับคนที่ได้รับแคลเซียมจาก
อาหารไม่เพียงพอ เช่น คนแพ้นม
มีภาวะกระดูกพรุน

คำแนะนำ



"ควรกินอาหารที่หลากหลาย
ครบ 5 หมู่ ตามสัดส่วน
และปริมาณที่เหมาะสม"

ข้อควรระวัง! สำหรับผู้รับประทานยาเม็ดแคลเซียม

1. ไม่ควรทานเกิน 1,000-1,500 มก./วัน (รวมจากอาหารและเสริม)
2. ผลข้างเคียงอาจทำให้เกิดท้องอืด ท้องผูก
3. รบกวนการดูดซึมแร่ธาตุ เหล็ก และ สังกะสี
4. หากได้รับแคลเซียมในปริมาณที่มากเกินไป ทำให้มีปริมาณแคลเซียมสูงขึ้นในปัสสาวะ และเป็นปัจจัยเสี่ยงหนึ่งต่อการเกิดนิ่วในไต
5. ใช้เมื่อจำเป็น และควรได้รับคำแนะนำจาก แพทย์ หรือ เภสัชกร

๑๖. ข้อมูลใดไม่ปรากฏในบทอ่านนี้

ก. ปริมาณนมที่ควรดื่มในแต่ละวัน

ค. สารปรุงแต่งที่มีในนมและยาเม็ดแคลเซียม

ข. การดูดซึมแคลเซียมของร่างกาย

ง. ผลข้างเคียงจากการรับประทานยาเม็ดแคลเซียม

๑๗. จากบทอ่าน พฤติกรรมใดที่นักเรียนไม่ควรปฏิบัติ

ก. รับประทานยาเม็ดแคลเซียมแทนอาหารมื้อปกติ

ข. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์อย่างหลากหลาย

ค. ควรปรึกษาแพทย์ก่อนที่จะเลือกรับประทานยาเม็ดแคลเซียม

ง. ปรึกษาเภสัชกรก่อนซื้อยาเม็ดแคลเซียมแคลเซียมมารับประทาน

อ่านบทอ่านต่อไปนี แล้วตอบคำถามข้อ ๑๘-๒๐

สรุปข้อมูลโรคฮีทสโตรก (Heatstroke) ที่ได้รับรายงานในปี พ.ศ. 2567



เกิดขึ้นเมื่อร่างกายมีอุณหภูมิความร้อนสูงมากโดยเฉพาะมากกว่า 40 องศาเซลเซียส จนทำให้ร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนได้

อาการ
ตัวร้อน วิงเวียน ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย ภาวะขาดน้ำ เหงื่อออกมาก หัวใจเต้นแรง เป็นลม อาจมีอาการทางระบบประสาท เช่น ชัก พุดจาซบสน

การป้องกัน

- หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ที่มีแดดจัดต่อเนื่อง อากาศร้อน อับ และถ่ายเทไม่ดี
- ดื่มน้ำสะอาดบ่อย ๆ หากสูญเสียเหงื่อมาก ควรดื่มเครื่องดื่มประเภทเกลือแร่
- เลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์
- ใส่เสื้อผ้าที่ระบายความร้อนได้ดี ไม่รัดแน่น หลีกเลี่ยงสีทึบดำ
- ห้ามทิ้งใครไว้ในรถที่จอดอยู่กลางแจ้งโดยเฉพาะเด็กเล็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว รถที่จอดตากแดดโดยไม่เปิดแอร์อาจมีอุณหภูมิสูงขึ้นได้เร็วมากภายใน 10-20 นาที

หากพบผู้เริ่มมีอาการดังกล่าว ให้รีบนำผู้ป่วยเข้าที่ร่มหรือห้องที่มีความเย็น และให้ดื่มน้ำมาก ๆ

การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ให้ผู้ป่วยนอนราบ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตามตัว ชокคอ

รักแร้ ศีรษะ ร่วมกับใช้พัดหรือพัดลมเป่าระบายความร้อนตามจุดชีพจร หากผู้ป่วยหมดสติ ให้จับนอนตะแคงเพื่อป้องกันคลื่นลมพัดตกศีรษะ หายใจ รีบนำส่งโรงพยาบาล หรือโทรแจ้งสายด่วน 1669

รายงานการเสียชีวิตที่อาจเกี่ยวข้องกับความร้อนจากภาวะอากาศร้อน ปี 2567

มีรายงานผู้เสียชีวิต 63 ราย

• เพศชาย 54 ราย

• เพศหญิง 9 ราย

• อายุระหว่าง 30-95 ปี (เฉลี่ย 62 ปี)

• ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ร้อยละ 25

• พบรายงานใน 31 จังหวัด

อันดับ 1

อุดรธานี 9 ราย

อันดับ 2

ชัยภูมิ นครราชสีมา

และศรีสะเกษ จังหวัดละ 4 ราย



ร้อยละ 70
พบมากที่สุด
ในเดือนเมษายน

ร้อยละ 51 ของผู้เสียชีวิต
ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว*

ได้แก่ ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจและหลอดเลือด

* **พฤติกรรม**
และปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ

การดื่มสุราในภาวะอากาศร้อน
และการเสียชีวิตจากการ
ปฏิบัติงานกลางแจ้ง ร้อยละ 62



ซึ่งเดือนเมษายน
เป็นเดือนที่มีอุณหภูมิสูงถึง
44 องศาเซลเซียส

- ขอนแก่น บุรีรัมย์ สุรินทร์ และสมุทรสงคราม จังหวัดละ 3 ราย
- ชลบุรี ชัยนาท ปราจีนบุรี แพร่ ลำปาง ลำพูน และสุราษฎร์ธานี จังหวัดละ 2 ราย

ที่มา : กลุ่มพัฒนาระบบวิชาการและเฝ้าระวังโรคไม่ติดต่อ กองระบาดวิทยา



ddc.moph.go.th/doe



กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค



สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422

เผยแพร่ :
18 มีนาคม 2568

๑๘. ข้อมูลใด**ไม่ปรากฏ**ในบทอ่านนี้

ก. สถิติผู้ป่วยโรคลมร้อน

ข. อาการของผู้ป่วยโรคลมร้อน

ค. ปัจจัยเสี่ยงของผู้ป่วยโรคลมร้อน

ง. โรคประจำตัวที่เป็นสาเหตุของโรคลมร้อน

๑๙. ข้อใด**ไม่ถูกต้อง**เกี่ยวกับรายงานผู้ป่วยโรคลมร้อน

ก. ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง ๓๐-๔๕ ปี

ข. ผู้ป่วยเพศชายมีจำนวนมากกว่าเพศหญิง

ค. นักกีฬากลางแจ้งจะเกิดโรคลมร้อนมากที่สุด

ง. ผู้ป่วยที่เสียชีวิตมากกว่าร้อยละ ๕๐ จะมีโรคประจำตัวอยู่เดิม

๒๐. นักเรียน**ไม่ควร**ปฏิบัติตามข้อใด กรณีเพื่อนมีอาการวิงเวียน อ่อนเพลียจากการออกกำลังกายกลางแจ้งเป็นเวลานาน

ก. รีบพุงเข้าในที่ร่มได้ทันที

ข. ใช้ผ้าเย็นเช็ดใบหน้า แขนขา และตามตัว

ค. ให้รับประทานยาลดไข้หรือยาแก้แพ้ทันที

ง. คลายเสื้อผ้ารัดแน่น หรือปลดเสื้อผ้าที่ไม่จำเป็นออก

ฉบับที่ ๒ การเขียน

คำชี้แจง (ครูอ่านคำชี้แจงให้นักเรียนฟัง)

ให้นักเรียนเขียนแสดงความคิดเห็นในประเด็น “การอ่านคือการเรียนรู้ที่ยั่งยืน” ด้วยตัวบรรจงครึ่งบรรทัด ความยาว ๑๒-๑๕ บรรทัด และตั้งชื่อเรื่องให้เหมาะสม ใช้เวลา ๒๐ นาที