

ใบงาน นักปราชญ์พิชิตการอ่าน



คำสั่ง ให้นักเรียนจับใจความสำคัญของข้อความต่อไปนี้ โดยใช้เทคนิคการอ่าน บันไดขั้นที่ 1 และ 2

ผักและผลไม้สดจะมีเอนไซม์เป็นตัวช่วยย่อยอาหารให้เป็นโมเลกุลที่เล็กที่สุดเข้าสู่กระแสเลือดไปใช้ประโยชน์ในร่างกายอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด และเร่งปฏิกิริยาการย่อยอาหารให้สมบูรณ์ เอนไซม์หลายชนิดเป็นเอนไซม์ที่ร่างกายไม่สามารถสร้างขึ้นมาได้จึงต้องได้รับจากการรับประทานผัก ผลไม้เท่านั้น เอนไซม์บางชนิดยังช่วยเปลี่ยนอนุมูลอิสระเป็นน้ำและออกซิเจน บางชนิดช่วยเผาผลาญพลังงาน สลายไขมัน และกำจัดสารพิษในร่างกาย

5W1H	เติมข้อความ
WHO (ใคร)	
WHAT (ทำอะไร)	
WHERE (ที่ไหน)	
WHEN (เมื่อไร)	
WHY (ทำไม)	
HOW (อย่างไร)	

Key Words สำคัญได้แก่คำอะไรบ้าง

.....

.....

จงสรุปใจความสำคัญของข้อความข้างต้น

.....

.....