



เครื่องมือวัดและประเมินผลความสามารถและทักษะ “อ่านคล่อง”

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔
ภาคเรียนที่ ๑

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

ฉบับที่ ๑

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านออกเสียงบทร้อยกรองที่กำหนดให้ โดยอ่านแบบร้อยแก้ว
โดยใช้เวลา ๓ นาที

ก้าวแรกต้องกล้าเริ่ม

ความสำเร็จอยู่ที่ไหนใครจะรู้
ความสำเร็จมากมีอยู่ที่ใคร
ตรึงตราว่าความเพียรอยู่ที่ไหน
เพียงยกเท้าก้าวนำใจคำนึง
มีก้าวหนึ่งก้าวสองต้องก้าวตาม
ทุกอย่างก้าวคือก้าวก่อนที่ต่อเติม
จึงสำคัญก้าวแรกต้องกล้าเริ่ม
แลทุกก้าวที่ทบทวนให้ยาวไกล
ด้วยศรัทธาจักเติมแต่งแกร่งพลัง
พร้อมจะปลุกลุกสู้รื้อนำพา

แต่คนสู้เคยทำสำเร็จได้
คนมีใจปรารถนาย่อมตราตรึง
ความสำเร็จถึงไกลก็ไปถึง
เพียงก้าวหนึ่งก็ก้าวหน้าไกลกว่าเดิม
ถึงก้าวสามก้าวสี่ที่พูนเพิ่ม
และสร้างเสริมไปสู่ประตูชัย
เพื่อประเดิมสู่ฝันอันยิ่งใหญ่
ต้องก้าวด้วยหัวใจใสศรัทธา
ไปเก็บหวังเก็บฝันอันปรารถนา
รู้จะฝ่าข้ามฝั่งไม่รังรอ

รัตนธาดา แก้วพรหม
สำนักวันน้อยเมืองนคร
๒๗ ตุลาคม ๒๕๕๕

ฉบับที่ ๒

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ แล้วเขียนเครื่องหมาย × ทับข้อที่ถูกต้อง โดยใช้เวลา ๑๕ นาที

การดูแลสุขภาพที่บ้าน

การดูแลสุขภาพนั้นต้องดูแลให้เหมาะสมกับวัยด้วย เมื่อครอบครัวอยู่รวมกันหลายคน และต่างวัยกัน ผู้ที่ดูแลอาจเป็นบิดา มารดาหรือญาติพี่น้อง ก็แล้วแต่สภาวะของแต่ละคน โดยเมื่อรวมตัวกันอยู่ในบ้าน ผู้ใหญ่ก็ต้องดูแลผู้ที่อ่อนวัยกว่า สำหรับวัยเด็กนั้นเป็นวัยที่ต้องเอาใจใส่ดูแลเป็นพิเศษ เพื่อให้เขามีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ แต่ทั้งนี้ สิ่งใดที่เด็กสามารถทำเองได้ ก็ควรจะให้ทำเพราะไม่มีใครสามารถช่วยให้ผู้อื่นมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตดีพร้อมได้เท่ากับการพึ่งพาตนเอง

ในการที่จะให้ทุกคนในครอบครัวมีสุขภาพดี สิ่งที่จะต้องเอาใจใส่เป็นอันดับแรก คือ อาหาร เพราะการที่จะมีสุขภาพดีได้นั้นจะต้องรับประทานอาหารหลากหลายชนิด เพื่อให้ครบทั้ง ๕ หมู่ และพยายามควบคุมน้ำหนักตัวให้เหมาะสม

ปัจจุบันคนส่วนใหญ่มักละเลยสุขนิสัยในการรับประทานอาหาร เนื่องจากวิถีชีวิต เปลี่ยนไปมาก จนทำให้ไม่มีเวลาทำอาหารด้วยตนเอง

สุขนิสัยในการรับประทานอาหารจะเกิดขึ้นได้ ก็ต่อเมื่อรู้จักเลือกอาหารที่ดี และมีประโยชน์ ให้เวลาที่มีมากพอกับการรับประทานอาหารเป็นเรื่องที่น่าเบื่อ เช่น เมื่อถึง เวลารับประทานอาหารก็บ่นว่า “ไม่รู้จะรับประทานอะไร เบื่อจริงๆ” หรือบางคนก็ทำให้ เป็นเรื่องพิเศษมากเกินไปจนดูยุ่งยากกับการหาอาหารมารับประทาน การจะทำอะไร ต้องมีการวางแผนที่ดี การที่จะทำอาหารรับประทานก็ต้องมีการคิดและเตรียมตัวล่วงหน้า เช่นกัน การเลือกซื้ออาหารทั้งอาหารสด อาหารแห้งก็ต้องศึกษา เช่น ควรซื้อผักผลไม้ ตามฤดูกาล นอกจากนั้น ควรรู้ว่าธัญพืช เช่น ข้าวกล้องหรือข้าวซ้อมมือ มีประโยชน์ มากกว่าข้าวขัดขาว เพราะช่วยเพิ่มอาหารและวิตามินมากกว่า

บางครั้งเราไม่มีเวลาพอที่จะทำอาหารสดได้เรามักรับประทานอาหารสำเร็จรูป เช่น อาหารกระป๋อง อาหารพร้อมปรุง ในการเลือกซื้ออาหารสำเร็จรูป ควรอ่านฉลากอาหาร ให้เข้าใจ ดูวัน เดือน ปี ที่จะหมดอายุ เรื่องนี้ควรระวังอย่างยิ่ง นอกจากนั้นควรสร้างสุขนิสัย ในการรับประทานอาหารให้เป็นเวลา

ที่มา: สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน

โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เล่ม ๒๙

๑. ใจความสำคัญของย่อหน้าแรกเกี่ยวกับเรื่องใด

- ก. การอยู่ร่วมกัน
- ข. การช่วยเหลือกัน
- ค. การดูแลสุขภาพเด็ก
- ง. การให้เด็กช่วยเหลือตนเอง

๒. ย่อหน้าที่สองชี้ให้เห็นความสำคัญของอะไร

- ก. สิ่งที่ต้องเอาใจใส่
- ข. ครอบครัวสุขภาพดี
- ค. การควบคุมน้ำหนัก
- ง. การรับประทานอาหาร

๓. จากบทอ่าน ถ้าต้องการมีสุขภาพที่ดีต้องทำอะไร

- ก. รับประทานอาหารผักสดและผลไม้
- ข. รับประทานอาหารที่มีเนื้อสัตว์ดีๆ
- ค. รับประทานอาหารที่ปรุงรสจัดรสอร่อย
- ง. รับประทานอาหารหลากหลายครบ ๕ หมู่

๔. ข้าวกล้องมีประโยชน์มากกว่าข้าวขัดขาวอย่างไร

- ก. มีรสอร่อย
- ข. ทำให้ไม่เบื่ออาหาร
- ค. มีคุณค่าทางอาหาร
- ง. มีสีสวยงามแปลกตา

๕. สุขนิสัยในการรับประทานอาหารเกี่ยวข้องกับอะไร

- ก. การรับประทานอาหารสดที่มีประโยชน์
- ข. การรับประทานอาหารเฉพาะอาหารสด
- ค. การเลือกรับประทานอาหารโดยไม่เบื่ออาหาร
- ง. การเอาใจใส่ในการรับประทานอาหารที่มีคุณค่า

ชาวสวนนั่งมองฝูงนกที่บินอยู่บนท้องฟ้า แล้วหันมามองฟักแพงที่ปลุกไว้ใกล้กองฟางที่มีฝุ่นจับเต็ม เขาฝันว่าปีนี้จะขายฟักแพงได้ราคาดี จะได้นำเงินไปซื้อหม้อหุงข้าวไฟฟ้าตามที่เขาใฝ่ฝัน

๖. จากข้อความนี้สะท้อนให้เห็นเกี่ยวกับเรื่องอะไร

- ก. สภาพดินฟ้าอากาศ
- ข. บรรยากาศบนท้องฟ้า
- ค. ความใฝ่ฝันของชาวสวน
- ง. ความภาคภูมิใจของชาวสวน

แก้วและขวัญเดินไปที่ร้านหนังสือและพบบทร้อยกรองบทหนึ่ง จึงอ่านด้วยความสนใจและเสียงดังว่า“เดินชมร้านขายหนังสือหาซื้ออ่าน ดูแล้วผ่านร้านนักร้อยพลอยนักจิต เล่มนั้นก็ดีเล่มนี้ก็ดีนั่งครุ่นคิด เพื่อนสะกิดชวนไปซื้อหนังสือกลอน” แก้วพูดว่า “ลืมตัวไป อ่านเสียงดัง... คนเขาเหลียวมามองนะเธอ ขวัญตอบ “จริงด้วย... เราไม่มีมารยาทการอ่านหรือนี่...เพราะในร้านนี้ทุกคนอ่านหนังสือกันเงียบๆ ฉันน่าจะอ่านในใจนะไม่ควรตะโกนเสียงดังอย่างนี้” แก้วตอบ “อายจังเลย... ขอโทษนะค่ะ”

๗. จากข้อความนี้ แสดงให้เห็นว่าแก้วเป็นคนอย่างไร

- ก. ขี้อาย
- ข. ขาดสติ
- ค. ประมาท
- ง. ไม่มีมารยาท

ตารางแสดงการใช้สารสกัดจากสมุนไพรกำจัดแมลงศัตรูยาสูบ

ชื่อพืช	ต้นทุน(บาท/ไร่)	วิธีใช้และอัตราการใช้(ต่อน้ำ ๒๐ ลิตร)
ตะไคร้หอม	๘๓๖	น้ำมันสกัดจากใบตะไคร้หอมอัตรา ๓๐ ซีซี
โหระพา	๘๔๙	น้ำมันสกัดจากใบโหระพา พ่นในอัตรา ๓๐ ซีซี
กระเทียม	๘๖๕	น้ำมันสกัดจากใบกระเทียม พ่นในอัตรา ๓๐ ซีซี
กะเพรา	๘๔๔	น้ำมันสกัดจากใบกะเพรา พ่นในอัตรา ๒๐ ซีซี
มะกรูด	๘๔๗	น้ำมันสกัดจากผิวมะกรูด พ่นในอัตรา ๓๐ ซีซี

๘. จากตารางการใช้สารสกัดจากสมุนไพรกำจัดแมลงศัตรูยาสูบนี้ ให้ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในเรื่องใดน้อยที่สุด

- ก. ต้นทุนของสมุนไพร
- ข. ชื่อพืชสมุนไพรต่างๆ
- ค. ประโยชน์ของสมุนไพร
- ง. วิธีใช้และอัตราการใช้ต่อน้ำ ๒๐ ลิตร

ฟังได้รู้เรื่อง เปรียบลิ้นชินน้ำตาล ฟังได้ไม่รู้อะไร เปรียบจวกตักใดใด	ก็ปราดเปรื่องปรีชาชาญ รู้สรวนฮาบชานใจ วิชาทราวมจะงามไหน ไปรู้รสหมดทั้งมวล
--	--

๙. ใจความสำคัญของเรื่องนี้คืออะไร

- ก. การฟังที่ชำนาญ
- ข. การฟังที่ได้ประโยชน์
- ค. การฟังอย่างมีความสุข
- ง. การฟังแล้วเข้าใจในเรื่องที่ฟัง

เป็นชาวนาหน้าดำกรำแดดฝน
ผลิตข้าวเลี้ยงชีพชนคนทุกชั้น

ต้องดิ้นรนสู้ไปไม่หวาดหวั่น
แม้จะถูกเย้ยหยันงานที่ทำ

๑๐. จากบทคำว่า “งานที่ทำ” หมายถึงข้อใด

- ก. ปลุกผัก
- ข. ปลุกข้าว
- ค. ปลุกอ้อย
- ง. ปลุกข้าวโพด