



คำชี้แจง

เครื่องมือวัดและประเมินผล

“การรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy)

ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ PISA”

(ฉบับกรรมการสอบ)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

ภาคเรียนที่ ๒ : พฤศจิกายน ๒๕๖๐

สถาบันภาษาไทย

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

คำชี้แจง

เครื่องมือวัดและประเมินผล

“การรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ PISA”
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ (ภาคเรียนที่ ๒ : พฤศจิกายน ๒๕๖๐)

๑. เครื่องมือวัดและประเมินผล

เครื่องมือวัดและประเมินผลฉบับนี้ มีจุดประสงค์เพื่อประเมินการรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ (PISA) โดยประเมินใน ๓ ด้าน ดังนี้

๑.๑ การเข้าถึงและค้นคืนสาระ (Access and retrieve) เป็นการวัดความสามารถในการดึงสาระของสิ่งที่ได้อ่าน

๑.๒ การบูรณาการและตีความ (Integrate and interpret) เป็นการวัดความเข้าใจข้อความที่ได้อ่าน ความสามารถในการตีความ แปลความสิ่งที่ได้อ่าน และความสามารถในการคิดวิเคราะห์เนื้อหาและรูปแบบของข้อความที่เกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตหรือโลกที่อยู่

๑.๓ การสะท้อนและประเมิน (Reflect and evaluate) เป็นการวัดความเข้าใจข้อความที่ได้อ่าน ความสามารถในการตีความ แปลความสิ่งที่ได้อ่าน ความสามารถในการคิดวิเคราะห์เนื้อหาและรูปแบบของข้อความที่เกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตหรือโลกที่อยู่ พร้อมทั้งความสามารถในการประเมินข้อความที่อ่าน และความสามารถในการให้ความเห็นหรือโต้แย้งจากมุมมองของตน

๒. เครื่องมือในการวัดและประเมินผล

เครื่องมือวัดและประเมินผลฉบับนี้ มี ๑ ฉบับ คือ แบบทดสอบการรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ (PISA) โดยให้นักเรียนอ่านเรื่องแล้วตอบคำถามจากเรื่องที่อ่าน จำนวน ๒๕ ข้อ คะแนนเต็ม ๓๒ คะแนน

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านบทอ่านที่กำหนดให้แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. หน้าคำตอบที่ถูกต้อง หรือเขียนตอบในที่ว่างที่กำหนดให้ ใช้เวลา ๙๐ นาที

บทอ่านที่ ๑ (คะแนนเต็ม ๓ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๑ - ๓

“ก่องข้าว กระจิบข้าว ถึง แอบข้าว”

หัตถกรรมเพื่อชีวิตในวิถีไท - ลาว ความเหมือนที่แตกต่าง

ผู้คนในอุษาคเนย์โดยเฉพาะกลุ่มวัฒนธรรมทางภาษาไทย - ลาวมีวัฒนธรรม “กินข้าวเหนียว” หลายพันปีมาแล้ว จวบจนมาถึงยุคปัจจุบัน ดังมีคำกล่าวเชิงเปรียบเทียบกับว่า “อยู่เหนือสูง นุ่งขึ้น กินข้าวเหนียว เคี้ยวปลาร้า สักขาลาย แม่นแล้วคือลาว”

ในประวัติศาสตร์โบราณคดีกล่าวถึงวัฒนธรรมการกินข้าวเหนียวว่า เป็นอาหารหลักเก่าแก่ที่สุดในประเทศไทย และสุวรรณภูมิ แต่กลับไม่ค่อยมีการพูดถึงภาษาชนชาติที่ใส่ข้าวเหนียวหรือหีบห่อบรรจุ มีเพียงหลักฐานทางโบราณคดีว่าเป็นภาษาชนชาติเผ่าลายจกสานที่พบที่บ้านเชียง อำเภอหนองหาน จังหวัดอุดรธานี ดังนั้นเมื่อกล่าวถึงหัตถกรรมไม้ไผ่ประเภทบรรจุภัณฑ์ที่อยู่ในวิถีชีวิตของผู้คนในวัฒนธรรมนี้แล้ว รูปแบบของก่องข้าว กระจิบข้าว และแอบข้าว ถือเป็นนวัตกรรมอันเป็นภูมิปัญญาของบรรพชน ที่คิดค้นผ่านการลองผิดลองถูก จนก่อเกิดเป็นความลงตัวด้านประโยชน์ใช้สอย ตลอดจนสุนทรียภาพความงามทางศิลปะ ไม่ว่าจะป็นรูปทรงสัดส่วน และแบบแผนลวดลายที่จักสาน

ดังนั้นหากพิจารณาถึงเรื่องประโยชน์ใช้สอย “บรรจุภัณฑ์” เหล่านี้มีหน้าที่หลักเหมือนกัน คือ ใช้เก็บรักษาข้าวเหนียว แต่ในด้านรูปแบบย่อมมีความแปลกแตกต่างกันไป ตามปัจจัยแวดล้อมทางด้านวัสดุและคตินิยมของสังคมนั้น ๆ เปรียบเช่นในภาคอีสาน “ก่องข้าวขวัญ” จะมีลักษณะพิเศษ คือ ส่วนฐานนิยมทำเป็นไม้จริงรูปกากบาทติดอยู่กับส่วนก้นสูง ขณะที่ส่วนยอดจับสูงแหลมเป็นไม้จริงเช่นกัน มีการตกแต่งจำหลักด้วยลวดลายพื้นบ้าน

ก่องข้าวในลักษณะนี้จะใช้พิธีเรียกขวัญคนป่วย โดยญาติพี่น้องเห็นพ้องกันจัดแจงหา “ก่องข้าว” สูงประมาณศอก โดยถ้าเป็นผู้ชายจะจัดหวี แป้ง น้ำหอม ผ้า แหวน กระจกเงา เครื่องแต่งตัว พร้อมชื่อผู้ป่วยใส่ลงไป ในก่องข้าว และมีดอกไม้ธูปเทียนนำไปถวายพระเพื่อสวดมงคลเรียกขวัญ

ก่องข้าวชนิดนี้จะมีขนาดเล็กและสูงเด่นจำหลักตกแต่งสวยงามพิเศษ มากกว่ามุ่งเน้นเรื่องประโยชน์ใช้สอย ส่วน “กระจิบข้าว” มีส่วนฐานเป็นรูปทรงกระบอก (เป็นความแตกต่างระหว่างก่องข้าวกับกระจิบข้าว) ไม่นิยมตกแต่งยอดฝาดปิด โดยจะปาดเรียบเป็นทรงกระบอก แต่ทั้ง ๒ ชนิดจะมีสายสำหรับหิ้วเหมือนกัน ส่วน “แอบข้าว” จะมีเอกลักษณ์สำคัญ คือ ไม่มีส่วนฐานที่เป็นดินเหมือนกับก่องข้าวและกระจิบข้าว แต่มีความคล่องตัวในการใช้งาน

นอกจากนี้ยังมี “กระจิบข้าวจันทน์” บ้านทรายขาว เมืองเลย หรือกระจิบข้าวจอมบ้านทรายขาวที่มีการตกแต่งยอดเป็นพุ่ม ๆ นิยมใช้ถวายเป็นข้าวเหนียวแก่พระสงฆ์ โดยฆราวาสจะไม่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

“ภาษาชนบรรจุภัณฑ์” ซึ่งเป็นงานหัตถกรรมที่อยู่ในวิถีชีวิต ไท - ลาว อาจมีรูปแบบรายละเอียดปลีกย่อย และชื่อเรียกที่แปลกแตกต่างกันไป เช่น จังหวัดลำปาง เรียกก่องข้าวดอกหรือก่องข้าวใบตาล (นิยมทำกันในภาคเหนือ) ส่วนในกลุ่มวัฒนธรรมเขมร บริเวณอำเภอพนมสารคาม เรียกลักษณะ “ก่องข้าว” ว่า “กระจุก” แม้จะมีชื่อเรียกที่แตกต่างกันไป แต่ภาษาชนบรรจุภัณฑ์เหล่านี้ล้วนสะท้อนให้เห็นภูมิปัญญาสร้างสรรค์ในการ “ถนอมอาหาร” ได้อย่างแยบคาย แต่งานหัตถกรรมเหล่านี้ กำลังถูกแทนที่ด้วยกระติกน้ำพลาสติก ส่งผลให้วัฒนธรรมการกิน และอรรถรสของข้าวเหนียวด้อยลงไป ทั้งในด้านกลิ่นหอมของไม้ไผ่และรสชาติที่แตกต่าง

ปรับจาก ตึก แสนบุญ. (๒๕๔๙).

ก่องข้าว กระจิบข้าว ถึงแอบข้าว หัตถกรรมเพื่อชีวิตในวิถีไท - ลาว ความเหมือนที่แตกต่าง. ศิลปวัฒนธรรม, ปีที่ ๒๗ (๑๑), ๖๒.

๑. จุดประสงค์หลักของการประดิษฐ์ ก่องข้าว กระติบข้าว และแอบข้าว คือข้อใด (๑ คะแนน)
- ก. สะท้อนภูมิปัญญาท้องถิ่น
ข. ใช้เป็นบรรจุกัญชีในการเก็บรักษาข้าวเหนียว
- ค. ใช้ประกอบพิธีกรรม ตามความเชื่อของท้องถิ่น
ง. แสดงเอกลักษณ์ของงานหัตถกรรมในแต่ละท้องถิ่น

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ข. ใช้เป็นบรรจุกัญชีในการเก็บรักษาข้าวเหนียว

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒. ข้อใดเป็นวัตถุประสงค์สำคัญของบทความข้างต้น (๑ คะแนน)
- ก. บอกที่มาของวัฒนธรรมการกินข้าวเหนียว
- ข. แสดงความสัมพันธ์ของกลุ่มชนในอุษาคเนย์
- ค. เพื่อจำแนกลักษณะบรรจุกัญชีที่ใช้ใส่ข้าวเหนียวของแต่ละท้องถิ่น
- ง. บอกประโยชน์และคุณค่าของบรรจุกัญชีที่มาจากภูมิปัญญาของคนในอดีต

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. เพื่อจำแนกลักษณะบรรจุกัญชีที่ใช้ใส่ข้าวเหนียวของแต่ละท้องถิ่น

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๓. บรรจุกัญชีงานหัตถกรรมไม้ไผ่ชนิดใดมีประโยชน์ใช้สอยแตกต่างจากบรรจุกัญชีชนิดอื่นชัดเจนที่สุด เพราะเหตุใด (๑ คะแนน)

.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ระบุคำตอบว่า ก่องข้าวขวัญ พร้อมระบุเหตุผลที่เกี่ยวข้องกับประโยชน์ใช้สอย เช่น เพราะบรรจุกัญชีหัตถกรรมชนิดอื่น ๆ ใช้ประโยชน์เพื่อเก็บรักษาข้าวเหนียว แต่ก่องข้าวขวัญไม่ได้ใช้ใส่ข้าวเหนียวแต่ใส่อุปกรณ์เพื่อใช้ในการเรียกขวัญ เช่น หวี กระจก

ไม่มีคะแนน

- คำตอบอื่น ๆ

- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน
โครงสร้างภาษา : การบรรยาย
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน
บริบท : การศึกษา
รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

บทอ่านที่ ๒ (คะแนนเต็ม ๔ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๔ - ๖

ระวัง ! หมูมเกือบช็อก เหตุจากลิ้มเลือดอุดตัน

"อโรคยา ปรมาลาภา" ความไม่มีโรค เป็นลาภอันประเสริฐ สามารถใช้ได้ทุกยุคทุกสมัย ซึ่งเรื่องราวที่น่าเสนอนี้เพื่อเป็นอุทาหรณ์ ในการใช้ชีวิตประจำวัน เพราะใครจะรู้ว่า เพียงแค่พฤติกรรมการกิน การนั่งท่าเดิมนาน ๆ จะส่งผลให้เราเจ็บป่วยได้

ล่าสุด (๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๙) ได้มีการแชร์อุทาหรณ์ผ่านเฟซบุ๊กหนึ่ง ที่บอกเล่าอาการเจ็บป่วยของสามีว่า โรคที่เขาเป็น คือ ติดเชื้อในกระแสเลือด และมีโรคมามาก่อนหน้านี้ อันเกิดจากนิสัยการกินและการใช้ชีวิตประจำวัน โดยเมื่อเดือนพฤษภาคม เขาข้างขวาตั้งแต่เท้าจนถึงเหนือข้อเท้าขึ้นมาเล็กน้อยมีอาการบวมโดยไม่ทราบสาเหตุราว ๆ ๒ - ๓ อาทิตย์ได้ไปพบแพทย์ ก่อนไปได้ซื้อยาคลายกล้ามเนื้อ ยาแก้เส้นกินเองแต่ไม่หาย เมื่อไปพบแพทย์ แพทย์วินิจฉัยว่ามีลิ้มเลือดอุดตันบริเวณข้อเท้าด้านหน้าและด้านข้าง ๒ จุด

ความเป็นคนนิสัยชอบกินของมัน ของหวาน และน้ำอัดลม ทำให้ตรวจเลือดพบว่า ค่าเลือดหนืดมาก ซึ่งส่งผลให้มีลิ้มเลือด และเมื่อลิ้มเลือดนี้สามารถลอบไปอุดตันอวัยวะอื่น ๆ ก็อาจส่งผลให้เสียชีวิตได้ เฟซบุ๊กนี้ยังเล่าอาการของสามีด้วยว่า ทั้งอาเจียน ถ่ายหนัก ไข้ขึ้น และขาบวมแดง แม้จะรักษาตัวมาเดือนกว่าแล้ว เขาก็ยังไม่กลับไปเป็นปกติ ยังคงบวมและแดงอยู่ ซึ่งหมอบอกว่า ต้องรักษาที่ละอย่าง ตอนนี้รักษาอาการติดเชื้อก่อน หายสนิทเมื่อไรค่อยรักษาลิ้มเลือด

ข้อมูลจาก <https://highlight.kapook.com/view/146448>

๔. คำกล่าวที่ว่า "อโรคยา ปรมาลาภา" มีความหมายตรงกับข้อใด (๑ คะแนน)

- ก. ความไม่มีโรคคือการได้ลาภก้อนใหญ่
ข. ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ
ค. ความไม่มีโรคนับว่ามีบุญอันประเสริฐ
ง. ความไม่มีโรคดีกว่าได้ลาภก้อนใหญ่

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ข. ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ
โครงสร้างภาษา : การบรรยาย
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน
บริบท : สาธารณะ
รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๕. การกินอาหารชนิดใดที่ไม่ส่งเสริมการเกิดลิ่มเลือด (๑ คะแนน)

ก. ไก่ทอด

ข. ปลาหนึ่ง

ค. ฝอยทอง

ง. น้ำอัดลม

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ข. ปลาหนึ่ง

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๖. แก้วตารับประทานข้าวหมูทอดกับบัวลอยไข่หวานเป็นประจำ ส่งผลให้แก้วตาเกิดอาการลิ่มเลือด
นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่ เพราะเหตุใด (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)

เมื่อระบุคำตอบว่า “เห็นด้วย” หรือ “ไม่เห็นด้วย” พร้อมระบุเหตุผลเกี่ยวกับการรับประทานข้าวหมูทอดกับบัวลอยไข่หวานเป็นประจำส่งผลให้เกิดอาการลิ่มเลือด อย่างสมเหตุสมผลชัดเจน เช่น

เห็นด้วย

- เพราะ เป็นอาหารประเภทของมันและของหวานเสี่ยงต่อการเกิดลิ่มเลือด
- เวลาทานอาหารประเภทนี้มากเกินไป จะทำให้เลือดข้นส่งผลให้เกิดลิ่มเลือด

ไม่เห็นด้วย

- เพราะปริมาณน้ำมันและน้ำตาลที่อยู่ในอาหารมีปริมาณที่น้อยจึงไม่สามารถเกิดอาการลิ่มเลือด
- ไม่เห็นด้วย เพราะอาการลิ่มเลือดอาจเกิดจากสาเหตุอื่นที่ไม่ใช่เกิดจากการรับประทานข้าวหมูทอดและบัวลอยไข่หวาน

ไม่มีคะแนน

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๓ (คะแนนเต็ม ๕ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๗ - ๑๐

โรคเหงือกบวมสามารถรักษาได้ด้วยผักและผลไม้

๑. มะนาว ทำได้โดยการใช้สำลีชุบน้ำมะนาว เช็ดบริเวณเหงือกวันละ ๒ ครั้ง จะช่วยฆ่าเชื้อแบคทีเรีย และช่วยลดอาการเหงือกบวมได้

๒. ฝรั่ง ให้นำใบฝรั่งมาต้มกับเกลือเพียงเล็กน้อย กรองเอาเฉพาะน้ำมาใช้กลั้วปากทุกวัน ในเวลาเช้า และเย็น หลังจากแปรงฟันเสร็จ จะช่วยให้เหงือกที่บวมค่อย ๆ หายได้ รวมทั้งยังช่วยทำให้ลมหายใจหอมสดชื่น โดยไม่ต้องใช้สารเคมีใด ๆ อีกด้วย

๓. สับปะรด โดยการนำเนื้อสับปะรดมาปั่นกับน้ำสะอาด จากนั้นกรองเอาแต่น้ำ แล้วนำมาบ้วนปาก หรือกลั้วปากวันละ ๑ - ๒ ครั้ง

๔. เปลือกมังคุดมีสารช่วยทำให้แผลหายเร็ว ลดอาการอักเสบ และมีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรียที่ทำให้เกิดหนอง ได้เป็นอย่างดี จึงสามารถนำเปลือกมังคุดมาใช้ลดอาการเหงือกบวมได้ โดยนำมาต้มกับน้ำ แล้วกรองเอาแต่น้ำมาใช้ บ้วนปากหลังแปรงฟันเสร็จทุกวัน ในเวลาเช้าและเย็น

อย่างไรก็ตาม เราควรรักษาช่องปากเพื่อป้องกันไม่ให้เหงือกบวม โดยใช้แปรงสีฟันที่มีขนอ่อนนุ่มแปรงฟัน อย่างสม่ำเสมอ เพื่อลดการสะสมของแบคทีเรียในช่องปาก

รับจาก สุขภาพดี <https://www.thaibodycare.com/home-remedies-for-swollen-gums.html>

๗. ผักหรือผลไม้ชนิดใด ที่ไม่ได้เป็นส่วนของผลมาใช้ในการรักษาโรคเหงือกบวม (๑ คะแนน)

ก. ฝรั่ง

ข. มังคุด

ค. มะนาว

ง. สับปะรด

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ก. ฝรั่ง

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๘. อะไรเป็นสาเหตุสำคัญทำให้เหงือกบวม (๑ คะแนน)

.....

<p>คะแนนเต็ม (๑ คะแนน) แบบที่เรีย ไม่มีคะแนน - คำตอบอื่น ๆ - ไม่มีคำตอบ</p>

<p>กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ โครงสร้างภาษา : การบรรยาย รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน บริบท : สาธารณะ รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ</p>
--

๙. ใช้บทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า “เป็นความจริง” หรือ “ไม่เป็นความจริง” (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง จริง

ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง ไม่จริง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	การนำผักและผลไม้มาใช้รักษาอาการเหงือกบวม ต้องนำไปผ่านความร้อนก่อน เพื่อฆ่าเชื้อแบคทีเรีย
๒.	สาระสำคัญของบทอ่าน คือ วิธีการใช้ผักผลไม้รักษาเหงือกบวม
๓.	การใช้ผักและผลไม้รักษาอาการเหงือกบวมให้ได้ผลดี ต้องทำควบคู่กับการแปรงฟันอย่างถูกวิธีทุกวันด้วย

<p>คะแนนเต็ม (๑ คะแนน) ตอบถูกทั้ง ๓ ข้อ ไม่จริง จริง จริง ตามลำดับ ไม่มีคะแนน - ตอบไม่ถูกเลย - ตอบถูก ๑ - ๒ ข้อ - ไม่มีคำตอบ</p>

<p>กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ โครงสร้างภาษา : การบรรยาย รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน บริบท : สาธารณะ รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน</p>

๑๐. วิธีการใดใช้รักษาอาการเหวี่ยงกบวมได้ง่ายและสะดวกที่สุด เพราะเหตุใด (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)

เมื่อระบุคำตอบว่า “ใช้น้ำมะนาว” พร้อมระบุเหตุผลประกอบ เช่น

- เพราะ นำสาลีชุบน้ำมะนาวแล้วทาบริเวณเหวี่ยงได้ทันที
- เพราะ ไม่ต้องผ่านการต้ม
- เพราะ ไม่ต้องผ่านการนำไปปั่นกับน้ำ
- เพราะ ไม่ต้องผ่านการกรอง

ไม่มีคะแนน

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๔ (คะแนนเต็ม ๔ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๑๑ - ๑๔

วิธีรับมือ แผ่นดินไหว

ข้อควรปฏิบัติ ขณะเกิดแผ่นดินไหว

- 1** อย่าตื่นตกใจ พยายามควบคุมสติ อย่าตื่นตระหนก
- 2** กรณีอยู่ในบ้าน ให้อยู่ห่างจากประตู ระเบียง และหน้าต่าง
- 3** กรณีอยู่ในอาคาร หากที่หลบที่ปลอดภัย เช่น หมอบใต้โต๊ะ หรือจุดที่มีโครงสร้างแข็งแรง
- 4** ถ้าอยู่ในที่โล่งแจ้ง ให้อยู่ห่างจากเสาไฟฟ้า ป้ายโฆษณา อาคาร และสิ่งห้อยแขวนต่างๆ
- 5** อย่าใช้สิ่งที่ทำให้เกิดประกายไฟ เพราะอาจมีแก๊สรั่วอยู่บริเวณนั้น
- 6** หากกำลังขับรถ ให้อยู่ตรงในบริเวณที่ปลอดภัย
- 7** ห้ามใช้ลิฟต์โดยเด็ดขาด ขณะเกิดแผ่นดินไหว
- 8** กรณีอยู่ชายทะเล หากสังเกตเห็นน้ำทะเลลดระดับอย่างรวดเร็ว ให้รีบหนีขึ้นที่สูง เพราะอาจเกิดคลื่นสึนามิ

ข้อควรปฏิบัติ หลังเกิดแผ่นดินไหว

- 1** ควรตรวจตัวเองและคนข้างเคียง ว่าได้รับบาดเจ็บหรือไม่
- 2** ควรรีบออกจากอาคารที่เสียหายทันที
- 3** ใส่รองเท้าหุ้มส้นเสมอ เพราะอาจมีวัสดุแหลมคมแหว่งได้
- 4** ตรวจสอบสายไฟ ถอนน้ำ ถอนแก๊ส
- 5** ออกจากบริเวณที่สายไฟขาด
- 6** เปิดวิทยุ ทวี พังคำแนะนำฉุกเฉิน
- 7** ตรวจสอบความเสียหายของท่อส้วม และท่อน้ำทิ้งก่อนใช้
- 8** อย่าเป็นไทยมูว หรือเข้าไปในเขตที่มีความเสียหายสูง
- 9** อย่าแพร่ข่าวลือ หรือหลงเชื่อข่าวลือ

ข้อมูลจาก กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

ข้อมูลจาก <https://hilight.kapook.com/view/23826>

๑๑. ข้อใด**ไม่ใช่**วิธีรับมือขณะเกิดแผ่นดินไหว (๑ คะแนน)

- ก. กรณียอยู่ในตึก ควรดใช้ลิฟต์โดยเด็ดขาด
- ข. กรณียอยู่ในอาคาร ควรหลบในจุดที่มีโครงสร้างแข็งแรง
- ค. กรณียอยู่ในบ้าน ควรอยู่ห่างจากประตู ระเบียง และหน้าต่าง
- ง. กรณียอยู่ในที่โล่งแจ้ง ควรรีบวิ่งเข้าไปหลบใต้อาคารและหาที่กำบังให้เร็วที่สุด

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ง. กรณียอยู่ในที่โล่งแจ้ง ควรรีบวิ่งเข้าไปหลบใต้อาคารและหาที่กำบังให้เร็วที่สุด

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความไม่ต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๑๒. ข้อใดที่นักเรียน**ไม่ควรปฏิบัติ** หลังเกิดแผ่นดินไหว (๑ คะแนน)

- ก. สํารวจท่อส้วม ท่อน้ำ ท่อแก๊ส ก่อนใช้งาน
- ข. สํารวจความปลอดภัยของตนเองว่าได้รับบาดเจ็บหรือไม่
- ค. สํารวจพื้นที่ที่เกิดแผ่นดินไหว โดยเฉพาะเขตที่มีความเสียหายสูง
- ง. สํารวจความเสียหายของสายไฟ หากพบว่าสายไฟขาด ให้ออกจากบริเวณนั้นโดยด่วน

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. สํารวจพื้นที่ที่เกิดแผ่นดินไหว โดยเฉพาะเขตที่มีความเสียหายสูง

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความไม่ต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๑๓. พฤติกรรมใดต่อไปนี้เป็นวิธีการรับมือ ขณะเกิดและหลังเกิดแผ่นดินไหว ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใต้คำว่า “ถูกต้อง” หรือ “ไม่ถูกต้อง” ในตาราง (๑ คะแนน)

ข้อ	ข้อความ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง
๑.	ขณะเกิดแผ่นดินไหว นิดรีบมุดเข้าไปหมอบใต้โต๊ะทำงานที่ทำจากเหล็ก
๒.	เมื่อเกิดแผ่นดินไหวรุนแรง น้อยหยุดรถใต้แผ่นป้ายโฆษณาใหญ่ เพื่อหาที่กำบัง
๓.	เมื่อเกิดแผ่นดินไหว นุ่มรีบวิ่งไปที่ระเบียง และตะโกนร้องขอความช่วยเหลือ
๔.	เมื่อเห็นน้ำทะเลลดระดับอย่างรวดเร็ว น้อยรีบถ่ายภาพลงเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เพื่อเตือนภัยสึนามิ

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๔ ข้อ ถูกต้อง ไม่ถูกต้อง ไม่ถูกต้อง ไม่ถูกต้อง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย
- ตอบถูก ๑ - ๓ ข้อ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความไม่ต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

๑๔. สาระสำคัญของบทอ่านนี้ คืออะไร (๑ คะแนน)

.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ข้อควรปฏิบัติขณะเกิดและหลังเกิดแผ่นดินไหว

ไม่มีคะแนน

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความไม่ต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

บทอ่านที่ ๕ (คะแนนเต็ม ๔ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๑๕ - ๑๗

ตื่นนอนตามนาฬิกาชีวิตช่วยบำรุงอวัยวะในร่างกาย

ตื่นนอนตามนาฬิกาชีวิต

รู้ไหมว่า ถ้าตื่นนอนให้ถูกช่วงเวลา จะสามารถบำรุงอวัยวะต่าง ๆ ได้ดีทีเดียว

- 05.00 - 07.00 น.**
ลำไส้ใหญ่กำลังทำงาน การตื่นนอนเปรี๊ยะที่มีจุลินทรีย์ จะช่วยกระตุ้นการขับถ่ายได้ดี
- 07.00 - 09.00 น.**
เติมพลังในมือเช้าและกระตุ้นการทำงานของกระเพาะอาหาร ด้วยการตื่นนอน พาสเจอร์ไรส์หรือมอลต์
- 09.00 - 12.00 น.**
พักผ่อนด้วยโยเกิร์ตไขมันต่ำ เพื่อกระตุ้นสมองในเรื่องความจำ และการตัดสินใจฉับไว
- 12.00 - 15.00 น.**
การตื่นนอนเปรี๊ยะไขมัน 0% หลังอาหาร จะช่วยให้ลำไส้เล็ก ย่อยและดูดซึมสารอาหารดีขึ้น
- 15.00 - 17.00 น.**
เป็นเวลาของกระเพาะปัสสาวะ ตื่นนอนเปรี๊ยะรสผลไม้ จะช่วย ขับถ่ายของเสียจากร่างกายได้
- 17.00 - 21.00 น.**
กระตุ้นการไหลเวียนของเลือด และหัวใจ ด้วยการออกกำลังกาย และตื่นนอนที่บริเวณ C และ E สูง แทนมือเย็น
- 21.00 - 23.00 น.**
ตื่นนอนจืดจืดๆ ก่อนนอนจะช่วยให้ร่างกายอบอุ่น หลับง่าย และเป็นช่วงที่ร่างกายรับแคลเซียมได้ดีที่สุด

ที่มา : www.thaihealth.or.th/Content/6959-กรีกตื่นนอนตามนาฬิกาชีวิต.html ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ ThaiHealthCenter

ได้ยินมาตั้งแต่เด็ก ๆ ว่าตื่นนอนแล้วดี ตื่นนอนสัปดาห์จะสูงร่างกายจะแข็งแรง เพราะประโยชน์ของนมดีต่อร่างกายมาก ๆ แต่ก็ยังสงสัยอยู่ว่าตื่นนอนเวลาไหนดีที่สุด ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะจึงทำอินโฟกราฟฟิก (Infographic) ตื่นนอนตามนาฬิกาชีวิต ให้เข้าใจกันได้ง่ายๆ ตื่นนอนมีประโยชน์เสมอไม่ว่าช่วงเวลาไหน เพราะอวัยวะในร่างกายมีเวลาการทำงานแตกต่างกัน การตื่นนอนตามนาฬิกาชีวิตจะช่วยกระตุ้นการทำงานของอวัยวะในช่วงเวลาต่างกันไป

เวลา ๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น. ช่วงเวลานี้ลำไส้ใหญ่กำลังทำงาน การตื่นนอนเปรี๊ยะที่มีจุลินทรีย์ในช่วงเวลานี้ ประโยชน์ของนมจะช่วยกระตุ้นการขับถ่าย ซึ่งในแต่ละวันหากได้ขับถ่ายในช่วงเช้าจะดีที่สุด

เวลา ๐๗.๐๐ - ๐๙.๐๐ น. การเติมพลังในมือเช้าและกระตุ้นการทำงานของกระเพาะอาหารเป็นสิ่งที่ดีควรทำให้ได้ในทุกวัน การตื่นนอนแล้วดีต่อกระเพาะอาหารที่สุดจึงเป็นเวลานี้ เพื่อเติมเต็มทุกเช้าให้สดใสด้วยการตื่นนอนพาสเจอร์ไรส์หรือมอลต์

เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น. ก่อนจะไปทานข้าวกลางวันควรรับประทานโยเกิร์ตไขมันต่ำ ซึ่งจะช่วยกระตุ้นสมองในเรื่องความจำและการตัดสินใจที่ฉับไว

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ผ่านช่วงเวลาบำรุงลำไส้ใหญ่กันไปแล้ว ถ้าสงสัยว่าตีมนมเวลาไหนดีต่อลำไส้เล็ก ก็ต้องเป็นช่วงเที่ยงไปจนถึงบ่ายสาม การได้ตีมนมเปรี้ยวไขมัน ๐ % หลังอาหารจะช่วยให้ลำไส้เล็กย่อยและดูดซึมสารอาหารเข้าสู่ร่างกายได้ดียิ่งขึ้น

เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ประโยชน์ของนมในช่วงเวลานี้จะเป็นเวลาของกระเพาะปัสสาวะ การได้ตีมนมเปรี้ยวรสผลไม้จะช่วยเรื่องการขับถ่ายของเสียจากร่างกายได้

เวลา ๑๗.๐๐ - ๒๑.๐๐ น. การตีมนมเวลาไหนดีต่อหัวใจ? ช่วงเวลานี้ ประโยชน์ของนมจะช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือดและหัวใจ ควรตีมนมควบคู่ไปกับการออกกำลังกาย โดยเลือกตีมนมที่มีวิตามินซีและวิตามินอีสูงแทนมือเย็น

เวลา ๒๑.๐๐ - ๒๓.๐๐ น. เพื่อให้เป็นคืนที่หลับสบาย การได้ตีมนมจืดอุ่น ๆ ก่อนนอนจะช่วยให้ร่างกายอบอุ่นหลับง่าย ช่วงเวลานี้ร่างกายจะรับแคลเซียมได้ดีที่สุดอีกด้วย

ปรับจาก http://www.krajokhokdan.com/talk/talk_21.html

๑๕. ถ้านักเรียนมีปัญหาสุขภาพเกี่ยวกับเรื่องโรคกระดูก ควรตีมนมในช่วงเวลาใดจึงเหมาะสมที่สุด (๑ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

เวลา ๒๑.๐๐ - ๒๓.๐๐ น.

ไม่มีคะแนน

- คำตอบอื่น ๆ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

๑๖. ใจความสำคัญของบทอ่านข้างต้น คืออะไร (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)

เมื่อระบุคำตอบเกี่ยวกับประโยชน์ของการตีมนม เช่น การตีมนมตามนาฬิกาชีวิตช่วยบำรุงอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย

ไม่มีคะแนน

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

๑๗. ใช้บทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า “เป็นความจริง” หรือ “ไม่เป็นความจริง” (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง จริง
 ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง ไม่จริง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	การตื่นนอนก่อนทานข้าวเช้าช่วยในเรื่องความจำ
๒.	ช่วงเวลาที่ตื่นนอนแล้วตื่นต่อลำไส้เล็ก คือ ช่วงเวลาบ่าย
๓.	นมมีประโยชน์ต่อร่างกายมากไม่ว่าจะดื่มเวลาใด

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๓ ข้อ ไม่จริง ไม่จริง จริง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย
- ตอบถูก ๑ - ๒ ข้อ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

บทอ่านที่ ๖ (คะแนนเต็ม ๖ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๑๘ - ๒๐

10 เทคนิคเด็ด
 ช่วยให้งานเสร็จก่อนเวลา

- 1 สร้างพลัง แอคทีฟ
- 2 บริพงาน ตัวเองก่อน
- 3 ไม่นิ่ง นอนใจ
- 4 กำหนด เส้นตาย
- 5 รู้จัก กระจายงาน
- 6 ความหา ทางลัด
- 7 กำจัด สิ่งรบกวน
- 8 แพนรวน เร่งแก้ไข
- 9 อย่าทสมองใจ ีต้องพัก
- 10 พักไฟ ความสำเร็จ

เลิกชะ!
 ข้ออ้างที่ทำให้ งานไม่เสร็จ

- 1 เดี่ยวค่อยเริ่ม ยังไม่มีอารมณ์
- 2 พรุ่งนี้ค่อยมาทำ
- 3 งานเยอะมาก ยังไม่มีเวลาทำ
- 4 ขอเช็กเฟซบุ๊กก่อน
- 5 เช็กเมลแป็บเดียว
- 6 ยังใจก็กิน เวลาเหลืออีกเยอะ
- 7 คิดไม่ออก ไปหาอะไรกินดีกว่า
- 8 ลืมไฟล์งานไว้ที่บ้าน
- 9 ลืม Thumb Drive ไว้ที่ออฟฟิศ
- 10 คอมพิวเตอร์ยังไม่ได้เซฟ

บ่อยครั้งที่คนทำงานประสบปัญหางานล้นมือ ทำไม่ทัน จนต้องมานั่งปั่นหัว รุ่งหามค่า และส่งงานเอาในนาทีสุดท้ายเสมอ ในที่นี้ขอแนะนำ ๑๐ เทคนิคสุดเด็ดที่จะทำให้งานเสร็จก่อนเวลา โดยคุณก็สบายใจ งานที่ได้รับมอบหมายก็มีประสิทธิภาพ

๑. การสร้างพลังแอคทีฟ วิธีนี้สร้างได้ไม่ยากด้วยการกระตุ้นตัวเองให้เกิดความกระตือรือร้น หรือความตื่นตัวในการทำงานนั้น ๆ เพียงเท่านี้ พลังแอคทีฟก็จะส่งให้คุณอยากเริ่มต้นลงมือทำงาน ซึ่งหมายถึงโอกาสที่งานนั้นจะสำเร็จก็มีมากขึ้น

๒. การบริพัตนเองก่อน งานจะเสร็จเร็วได้ ต้องมีการวางแผนที่ดี คุณจึงควรทำ To - do list ในการจัดลำดับสิ่งที่จะต้องทำ เพื่อที่จะไม่ต้องทำงานซ้ำไปซ้ำมา หรือผิดพลาดเพราะหลงลืมอะไรไป

๓. การไม่นั่งนอนใจ แม้คุณจะมีเวลามากพอที่จะทำงานให้เสร็จได้ โดยไม่ต้องรีบเร่ง คุณก็ไม่ควรปล่อยเวลาผ่านไปจนถึงนาทีสุดท้ายแล้วค่อยลงมือทำ แต่ควรบริหารเวลาให้ทำงานได้เสร็จทันเวลาแบบสบาย ๆ

๔. การกำหนดเส้นตาย การกระตุ้นตัวเองด้วยการกำหนดเวลาในการทำงานแต่ละขั้นตอน และทำให้ได้ตามนั้น สุดท้ายงานก็จะเสร็จสมบูรณ์ได้ตามเวลาที่ตั้งใจไว้

๕. การรู้จักกระจายงาน การกระจายงานไปให้คนที่เก่งในแต่ละส่วนช่วยทำ แล้วจึงนำงานมารวมกัน งานย่อมเสร็จเร็วกว่าการให้คนเพียงคนเดียวทำ

๖. การค้นหาทางลัด ผลลัพธ์แบบเดียวกัน สามารถดำเนินการให้สำเร็จได้โดยใช้หลากหลายวิธี ดังนั้นการเลือกวิธีที่มีประสิทธิภาพย่อมช่วยให้ทำงานได้เร็วขึ้น

๗. การกำจัดสิ่งรบกวนที่ทำให้เสียสมาธิ เช่น การรับโทรศัพท์ การตอบอีเมล หรือการพูดคุยในวงสนทนา การทำงานให้มีประสิทธิภาพต้องอาศัยสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปราศจากสิ่งรบกวนสมาธิ

๘. แผนรวมแรงแก้ไข หากอะไร ๆ ไม่เป็นไปตามที่คิดไว้ อย่าฝืนทำต่อ แต่ควรปรับเปลี่ยนแผนใหม่โดยเร็ว

๙. อยากสมองไวต้องพัก การโหมงานจนไม่ได้พักผ่อนนั้น แทนที่งานจะเสร็จเร็ว กลับผิดพลาด เพราะร่างกายไม่พร้อม การพักผ่อนอย่างเพียงพอช่วยให้สมองแล่น คิดงานไว ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑๐. ฝึกฝนความสำเร็จ หมั่นสร้างแรงจูงใจให้กับตัวเอง แม้งานจะมีอุปสรรค แต่หากคุณคิดบวก และฝืนถึงความสำเร็จ ก็จะมีพลังและทำงานได้จนสำเร็จ

ปรับจาก <https://th.jobsdb.com/th-th/>

๑๘. ถ้านักเรียนได้รับมอบหมายให้ทำรายงานเดี่ยวส่งเรื่องหนึ่ง ภายใน ๑ สัปดาห์ ให้นักเรียนนำวิธีปฏิบัติจากบทอ่าน มาใช้เตรียมทำรายงาน โดยลำดับวิธีปฏิบัติ มา ๕ ข้อ เพื่อให้งานเสร็จได้ตามเวลาที่กำหนด (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)

เมื่อระบุดำเนินการเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติงาน โดยเรียงตามลำดับจากบทอ่าน

๑. สร้างพลังแอคทีฟ เพื่อกระตุ้นให้อยากลงมือทำรายงาน
๒. บริพัตนเองก่อน เพื่อจัดลำดับงานที่ต้องทำ
๓. ไม่นั่งนอนใจ ไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปจนไม่มีเวลาเหลือ
๔. ค้นหาทางลัด เพื่อหาวิธีการที่ทำให้งานสำเร็จ
๕. ฝึกฝนความสำเร็จ เพื่อให้มีพลังทำงานได้จนสำเร็จ

ไม่มีคะแนน

- ระบุดำเนินการอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ระบุดำเนินการโดยมีข้อต่าง ๆ ดังนี้ รวมอยู่ด้วย
 ๑. กระจายงาน เพราะเป็นงานเดี่ยว
 ๒. กำหนดเส้นตาย เพราะเส้นตายถูกกำหนดแล้ว
 ๓. ข้อ ๗ - ๙ เพราะเป็นขั้นตอนการลงมือทำแล้ว
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน
โครงสร้างภาษา : คำสั่งหรือวิธีทำ
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง
บริบท : การศึกษา
รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

๑๙. นักเรียนคิดว่า ๑๐ เทคนิคเด็ดข้อใด สามารถนำมาใช้ปรับเปลี่ยนนิสัยการทำงานแบบผัดวันประกันพรุ่ง ได้ดีที่สุดใน (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)
เมื่อระบุคำตอบ เช่น
- ไม่นิ่งนอนใจ (เพราะจะได้ลงมือทำเลย และเกิดความกระตือรือร้นในการทำงาน)
- กำหนดเส้นตาย (เพราะจะเป็นแรงผลักดันให้ลงมือการทำงานทันที)
ไม่มีคะแนน
- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน
โครงสร้างภาษา : คำสั่งหรือวิธีทำ
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง
บริบท : การศึกษา
รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

๒๐. นักเรียนเห็นด้วยกับคำกล่าว “เวลาไม่เคยหยุดนิ่ง แต่เราวิ่งนำเวลาได้” หรือไม่ เพราะเหตุใด (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)
เมื่อระบุคำตอบว่า “เห็นด้วย” หรือ “ไม่เห็นด้วย” พร้อมระบุเหตุผลที่เกี่ยวข้องกับการทำงานกับเวลา
เห็นด้วย
- ทุกคนต้องทำงานแข่งกับเวลา
- งานต้องเสร็จก่อนเวลาที่กำหนด
- ถ้ารู้จักบริหารจัดการเวลา
ไม่เห็นด้วย
- ไม่มีใครหยุดเวลาได้
- บางครั้งอาจเกิดเหตุไม่คาดฝันเกิดขึ้น
- ทำงานเร็วอาจเกิดข้อผิดพลาดได้
ไม่มีคะแนน
- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน
โครงสร้างภาษา : คำสั่งหรือวิธีทำ
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง
บริบท : การศึกษา
รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๗ (คะแนนเต็ม ๖ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๒๑ - ๒๕

เมล็ดแฟลกซ์ : ธัญพืชแปลกใหม่ให้คุณค่าสูง



เมล็ดแฟลกซ์ (Flaxseed) เป็นเมล็ดธัญพืชที่คล้ายกับเมล็ดงา แต่มีขนาดใหญ่กว่า นิยมนำมาบดรับประทาน เพื่อให้ร่างกายสามารถดูดซึมสารอาหารได้ดีกว่าการรับประทานทั้งเมล็ด

ประโยชน์ของเมล็ดแฟลกซ์มีหลายประการ ดังนี้

๑. ช่วยบำรุงตับให้แข็งแรง หากรับประทานในปริมาณ ๑๐๐ กรัม/วัน ร่วมกับการหลีกเลี่ยงการดื่มแอลกอฮอล์
 ๒. ช่วยป้องกันและแก้อาการจากโรคซึมเศร้า เนื่องจากมีสารสำคัญที่ช่วยเรื่องการปรับสมดุลของร่างกายอย่าง EPA และ DHA
 ๓. ช่วยป้องกันการมีบุตรยาก เพราะมีสารที่ช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี และช่วยให้สเปิร์มในผู้ชายแข็งแรง
 ๔. ช่วยบำรุงเส้นผมและเล็บให้แข็งแรงไม่เปราะบางหรือแตกหักง่าย เนื่องจากมีกรดโอเมกา ๓
 ๕. ดีต่อระบบขับถ่าย เนื่องจากมีกากใยอาหารหรือไฟเบอร์ทั้งชนิดละลายน้ำและไม่ละลายน้ำอยู่สูง ทำให้ไม่เสี่ยงต่อโรคนิ่วในไตหรือภาวะท้องผูกและโรคริดสีดวงทวาร
 ๖. ช่วยให้ผิวพรรณดีและป้องกันโรคต่าง ๆ ทำให้ร่างกายแข็งแรง เพราะมีสารต้านอนุมูลอิสระสูง
 ๗. ช่วยป้องกันโรคหัวใจและโรคความดันโลหิตสูง เนื่องจากมีทั้งไขมันโอเมกา ๓ และกรดอัลฟาไลโปอิก
 ๘. ช่วยป้องกันโรคมะเร็งร้ายต่าง ๆ เนื่องจากมีสารต้านอนุมูลอิสระสูง
- แม้ว่าเมล็ดแฟลกซ์จะอุดมด้วยประโยชน์และคุณค่าที่ดีต่อร่างกาย ก็ควรรับประทานในปริมาณที่เหมาะสม เพราะหากรับประทานมากเกินไป อาจก่อให้เกิดโทษแก่ร่างกายได้ นอกจากนี้ ผู้หญิงที่กำลังตั้งครรภ์หรือให้นมบุตร รวมทั้งผู้ที่มีความดันโลหิตต่ำ ลำไส้อุดตัน หรือผู้ที่มีภาวะเลือดออกง่าย ควรงดหรือหลีกเลี่ยงการรับประทานเมล็ดธัญพืชชนิดนี้ เพราะอาจก่อให้เกิดอันตรายได้

ปรับจาก : <http://www.เกร็ดความรู้.net/>

๒๑. เราควรรับประทานเมล็ดแฟลกซ์อย่างไร ร่างกายจึงจะสามารถดูดซึมสารอาหารได้ดีที่สุด (๑ คะแนน)

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| ก. นำไปต้มก่อนรับประทาน | ข. นำไปคั่วก่อนรับประทาน |
| ค. นำไปบดก่อนรับประทาน | ง. นำไปผึ่งแดดก่อนรับประทาน |

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. นำไปบดก่อนรับประทาน

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบอกเล่าอธิบายเหตุผล

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๒. สารสำคัญของบทความนี้คือข้อใด (๑ คะแนน)

ก. ลักษณะของเมล็ดแฟลกซ์

ข. ประโยชน์ของเมล็ดแฟลกซ์

ค. ความเป็นมาของเมล็ดแฟลกซ์

ง. วิธีการรับประทานเมล็ดแฟลกซ์

คำตอบถูก (๑ คะแนน)
 ข้อ ข. ประโยชน์ของเมล็ดแฟลกซ์
 ไม่มีคะแนน
 คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ
 โครงสร้างภาษา : การบอกเล่าอธิบายเหตุผล
 รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน
 บริบท : การศึกษา
 รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๓. สารชนิดใดในเมล็ดแฟลกซ์ที่ช่วยให้มีสุขภาพจิตดีขึ้น (๑ คะแนน)

ก. EPA และ DHA

ข. ไขมันโอเมกา ๓

ค. กรดอัลฟาไลโปอิก

ง. กากใยอาหารหรือไฟเบอร์

คำตอบถูก (๑ คะแนน)
 ข้อ ก. EPA และ DHA
 ไม่มีคะแนน
 คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ
 โครงสร้างภาษา : การบอกเล่าอธิบายเหตุผล
 รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน
 บริบท : การศึกษา
 รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๔. ใช้บทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า “เป็นความจริง” หรือ “ไม่เป็นความจริง” (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง จริง

ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง ไม่จริง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	กากใยอาหารช่วยให้ขับถ่ายได้ดีขึ้น
๒.	เมล็ดแฟลกซ์ช่วยทำให้คนที่น้ำหนักสามารถมีลูกได้
๓.	อนุมูลอิสระในเมล็ดแฟลกซ์ช่วยลดภาวะเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็ง
๔.	หญิงมีครรภ์ที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ควรรับประทานเมล็ดแฟลกซ์ทุกวัน
๕.	เมล็ดแฟลกซ์มีประโยชน์ต่อคนทุกเพศทุกวัย ทุกคนจึงควรรับประทานเป็นประจำทุกวัน

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๕ ข้อ จริง ไม่จริง จริง ไม่จริง ไม่จริง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย
- ตอบถูก ๑ - ๔ ข้อ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบอกเล่าอธิบายเหตุผล

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

๒๕. เด็กวัยรุ่นที่เป็นสิ่วหัวหนองและสิ่วอุดตันควรรับประทานเมลิทแฟลกซ์หรือไม่ เพราะเหตุใด (๒ คะแนน)

คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)

เมื่อระบุคำตอบว่า “ควร” หรือ “ไม่ควร” หรือตอบทั้ง ๒ แบบ พร้อมทั้งให้เหตุผลประกอบคำตอบที่สอดคล้องกับคำตอบแรก เช่น

- ควร เพราะมีสารต้านอนุมูลอิสระที่จะช่วยให้ผิวพรรณดี
- ไม่ควร เพราะหากมีโรคประจำตัว เช่น เป็นโรคไตเสื่อม เลือดออกง่าย หรือความดันโลหิตสูง อาจเป็นอันตรายได้

ไม่มีคะแนน

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบอกเล่าอธิบายเหตุผล

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

๓. การแปลผลการประเมิน

การประเมินผลให้รวมคะแนนจากการวัดทุกข้อของแต่ละบทอ่านมารวมกัน (คะแนนเต็ม ๓๒ คะแนน) ดังนี้

บทความที่ ๑	จำนวน ๓ ข้อ	คะแนนเต็ม ๓ คะแนน
บทความที่ ๒	จำนวน ๓ ข้อ	คะแนนเต็ม ๔ คะแนน
บทความที่ ๓	จำนวน ๔ ข้อ	คะแนนเต็ม ๕ คะแนน
บทความที่ ๔	จำนวน ๔ ข้อ	คะแนนเต็ม ๔ คะแนน
บทความที่ ๕	จำนวน ๓ ข้อ	คะแนนเต็ม ๔ คะแนน
บทความที่ ๖	จำนวน ๓ ข้อ	คะแนนเต็ม ๖ คะแนน
บทความที่ ๗	จำนวน ๕ ข้อ	คะแนนเต็ม ๖ คะแนน

บันทึกผลของคะแนนจากการวัดเป็นรายบุคคล ดังตัวอย่าง

ตัวอย่างแบบสรุปผล
การวัดและประเมินผล “การรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ PISA”
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ (ภาคเรียนที่ ๒ : พฤศจิกายน ๒๕๖๐)

โรงเรียน ชั้น

ที่	ชื่อ - สกุล	บทอ่าน (ข้อ)*																									รวมคะแนน** (คะแนนเต็ม ๓๒ คะแนน)	การแปลผล***		
		บทอ่าน ที่ ๑			บทอ่าน ที่ ๒			บทอ่าน ที่ ๓				บทอ่าน ที่ ๔				บทอ่าน ที่ ๕			บทอ่าน ที่ ๖		บทอ่าน ที่ ๗									
		๑	๒	๓	๔	๕	๖	๗	๘	๙	๑๐	๑๑	๑๒	๑๓	๑๔	๑๕	๑๖	๑๗	๑๘	๑๙	๒๐	๒๑	๒๒	๒๓	๒๔	๒๕				
๑.																														
๒.																														
๓.																														
๔.																														
๕.																														
๖.																														
๗.																														
๘.																														
๙.																														
๑๐.																														
	รวม																													

หมายเหตุ

- * ใส่คะแนนที่นักเรียนได้ในแต่ละข้อของแต่ละบทอ่าน
- ** รวมคะแนนทั้งหมด
- *** แปลผลโดยเทียบกับเกณฑ์

จากนั้นให้นำคะแนนมาเทียบกับเกณฑ์ ดังนี้

เกณฑ์ของระดับคะแนน	ช่วงคะแนน (คะแนนเต็ม ๓๒ คะแนน)	การแปลผล
ร้อยละ ๗๕ - ๑๐๐	๒๔ - ๓๒	ดีมาก
ร้อยละ ๕๐ - ๗๔	๑๖ - ๒๓	ดี
ร้อยละ ๒๕ - ๔๙	๘ - ๑๕	พอใช้
ร้อยละ ๐ - ๒๔	๐ - ๗	ปรับปรุง