



## คำชี้แจง

เครื่องมือวัดและประเมินผล

“การรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy)

ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนร่วมกับนานาชาติ PISA”

(ฉบับกรรมการสอบ)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ภาคเรียนที่ ๑ : มิถุนายน ๒๕๖๑

สถาบันภาษาไทย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

สงวนลิขสิทธิ์

## คำชี้แจง

### เครื่องมือวัดและประเมินผล

“การรู้เรื่องการอ่าน (Reading Literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนร่วมกับนานาชาติ PISA”  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ (ภาคเรียนที่ ๑ : มิถุนายน ๒๕๖๑)

---

๑. เครื่องมือวัดและประเมินผลฉบับนี้ มีจุดประสงค์เพื่อประเมินความสามารถในการรู้เรื่องการอ่าน (Reading literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนร่วมกับนานาชาติ (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 มี ๑ ฉบับ คือ แบบทดสอบการรู้เรื่องการอ่าน (Reading literacy) ตามแนวทางการประเมินผลนักเรียนร่วมกับนานาชาติ (PISA) โดยให้นักเรียนอ่านเรื่องแล้วตอบคำถามจากเรื่อง ที่อ่าน จำนวน ๓๐ ข้อ คะแนนเต็ม ๔๘ คะแนน

## คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านบทความที่กำหนดให้แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. หน้าคำตอบที่ถูกต้อง หรือเขียนตอบในที่ว่างที่กำหนดให้ ใช้เวลา ๖๐ นาที

บทความที่ ๑ (คะแนนเต็ม ๙ คะแนน)

อ่านบทความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑ - ๕

### ชีวิตน่าอัศจรรย์ของ “สตีเฟน ฮอว์คิง” อัจฉริยะผู้ไขความลับแห่งจักรวาล

ศาสตราจารย์สตีเฟน ฮอว์คิง นักฟิสิกส์ผู้เป็นอัจฉริยะร่วมสมัยที่ได้รับการยกย่องจากทั่วโลก เสียชีวิตลงอย่างสงบด้วยวัย ๗๖ ปี ที่บ้านพักใกล้มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ในสหราชอาณาจักร หลังต้องต่อสู้กับโรคเซลล์ประสาทนำคำสั่งเสื่อม (Motor Neurone Disease-MND) หรือโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรงมาเกือบชั่วชีวิต

ศาสตราจารย์ฮอว์คิง คือชายที่เปี่ยมด้วยอารมณ์ขัน เป็นทูตสัมพันธ์ไมตรีของวงการวิทยาศาสตร์ที่ผู้คนนิยมชมชอบ ทั้งเอาใจใส่สม่ำเสมอในเรื่องเปิดให้สาธารณชนสามารถเข้าถึงและศึกษาผลงานของเขาได้ตลอดเวลา หนังสือ "ประวัติย่อของกาลเวลา" (A Brief History of Time) ของศาสตราจารย์ฮอว์คิง เป็นหนึ่งในงานเขียนที่ได้ขึ้นแท่นขายดีอันดับหนึ่ง อย่างที่ไม่มีผู้ใดเคยคาดคิดมาก่อน

นายสตีเฟน วิลเลียม ฮอว์คิง เกิดที่เมืองอ็อกซ์ฟอร์ดของสหราชอาณาจักร เมื่อวันที่ ๘ มกราคม ปี ๑๙๔๒ หลังจากที่พ่อของเขาซึ่งเป็นนักวิจัยด้านชีววิทยาได้ย้ายออกจากบ้านเดิมที่กรุงลอนดอนมายังอ็อกซ์ฟอร์ด เพื่อหนีการทิ้งระเบิดโจมตีของกองทัพเยอรมันในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง เด็กชายฮอว์คิงเติบโตขึ้นโดยได้รับการศึกษาและใช้ชีวิตวัยเด็กทั้งที่กรุงลอนดอนและเมืองเซนต์อัลบันส์ ก่อนจะได้รับปริญญาเกียรตินิยมสาขาฟิสิกส์จากมหาวิทยาลัยอ็อกซ์ฟอร์ด หลังจากนั้นเขาได้ศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นโดยเป็นนักศึกษาวิจัยด้านจักรวาลวิทยาที่มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์

เมื่อยังเป็นวัยรุ่น ศาสตราจารย์ฮอว์คิง ชื่นชอบการเล่นกีฬา รวมทั้งการขี่ม้าและพายเรืออย่างมาก แต่เมื่ออายุได้ ๒๒ ปี แพทย์ตรวจพบว่าเขามีอาการของโรคเซลล์ประสาทนำคำสั่งเสื่อมชนิดหนึ่ง ซึ่งต่อมาทำให้เขาเป็นอัมพาตเกือบทั้งตัว และต้องใช้รถเข็นวีลแชร์ตลอดชีวิต แม้แพทย์จะบอกกับศาสตราจารย์ฮอว์คิงในปี ๑๙๖๔ ขณะที่กำลังเตรียมเข้าพิธีแต่งงานกับเจน ฮอว์คิง ภรรยาคนแรกว่า เขาจะมีชีวิตอยู่ได้เพียง ๒ - ๓ ปีเท่านั้น แต่ในภายหลังปรากฏว่า เขามีอาการทรุดลงช้ากว่าที่คาดมาก ศาสตราจารย์ฮอว์คิงและภรรยามีลูกด้วยกันถึง ๓ คน และต่อมาในปี ๑๙๙๘ เขาเขียนหนังสือ "ประวัติย่อของกาลเวลา" เสร็จสมบูรณ์ แม้ในขณะนั้นจะขยับตัวไม่ได้แล้ว และต้องพูดผ่านอุปกรณ์สังเคราะห์เสียงหลังเข้ารับการผ่าตัดเจาะคอ

### นักวิชาการผู้กลายเป็นคนดังระดับโลก

ศาสตราจารย์ฮอว์คิงเป็นผู้ค้นพบปรากฏการณ์ที่เรียกว่า "การแผ่รังสีฮอว์คิง" (Hawking Radiation) ซึ่งหมายถึงการที่หลุมดำเกิดการรั่วไหลของพลังงานจนค่อย ๆ ระเหยหมดไปได้ในที่สุด โดยการค้นพบนี้และข้อเสนอทางจักรวาลวิทยาของเขาที่รวมเอาทฤษฎีสัมพัทธภาพและหลักกลศาสตร์ควอนตัมเข้าด้วยกัน ทำให้เขาเริ่มมีชื่อเสียงโดยผู้คนที่ต่างทั้งกับวิสัยทัศน์ของศาสตราจารย์ฮอว์คิงในการแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์ โดยไม่ต้องคำนวณหรือทดลองแต่อย่างใด

อย่างไรก็ตาม หลายคนมองว่า "ทฤษฎีแห่งสรรพสิ่ง" (Theory of everything) หรือแนวคิดที่ศาสตราจารย์ฮอว์คิง เสนอว่าจักรวาลมีวิวัฒนาการมาตามกฎเกณฑ์ที่แน่นอนชุดหนึ่ง เป็นแนวคิดที่ดึงดูดความสนใจของคนทั่วไปมากที่สุด "กฎเกณฑ์ที่สมบูรณ์ชุดนี้สามารถให้คำตอบกับเราได้ในคำถามที่ว่า จักรวาลถือกำเนิดขึ้นอย่างไร? กำลังจะไปทิศทางไหน? และจะมีจุดจบหรือไม่? อย่างไร? ถ้าเราพบคำตอบในเรื่องเหล่านี้ เราก็จะล่วงรู้ถึงจิตใจของพระเจ้า" ศาสตราจารย์ฮอว์คิงกล่าว

ปรับจาก <http://www.bbc.com/thai/features-43396461>

๑. เพราะเหตุใดพ่อของสตีเฟน ฮอว์คิงต้องย้ายจากกรุงลอนดอนเข้ามาอาศัยยังเมืองอ็อกซ์ฟอร์ด (๑ คะแนน)
- พ่อของสตีเฟน ฮอว์คิง พาลูกชายมารักษากับหมอที่มีความเชี่ยวชาญด้านโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง
  - พ่อสตีเฟน ฮอว์คิง แต่งงานใหม่กับ เจน ฮอว์คิง จึงต้องย้ายมาอาศัยกับภรรยาคนเมืองอ็อกซ์ฟอร์ด
  - พ่อของสตีเฟน ฮอว์คิง ต้องย้ายเข้ามาศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัยที่มหาวิทยาลัยอ็อกซ์ฟอร์ด
  - พ่อของสตีเฟน ฮอว์คิง หนีการทิ้งระเบิดโจมตีของกองทัพเยอรมันในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง เพื่อความปลอดภัย

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ง. พ่อของสตีเฟน ฮอว์คิง หนีการทิ้งระเบิดโจมตีของกองทัพเยอรมันในช่วงสงครามโลกครั้งที่สองเพื่อความปลอดภัย  
ไม่มีคะแนน  
คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : ส่วนตัว

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒. ปรากฏการณ์การแผ่รังสีฮอว์คิงของสตีเฟนเกิดจากการรวมกันของทฤษฎีใด (๑ คะแนน)
- ทฤษฎีสรรพสิ่งและหลักการเหตุและผล
  - ทฤษฎีสรรพสิ่งและหลักกลศาสตร์ควอนตัม
  - ทฤษฎีสัมพันธภาพและหลักกลศาสตร์ควอนตัม
  - ทฤษฎีสัมพันธภาพและหลักการโครงสร้างเชิงสาเหตุ

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. ทฤษฎีสัมพันธภาพและหลักกลศาสตร์ควอนตัม  
ไม่มีคะแนน  
คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : ส่วนตัว

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๓. ข้อใดคือวัตถุประสงค์หลักของบทอ่าน (๑ คะแนน)
- เพื่อให้ความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีกับผู้อ่าน
  - เพื่อโน้มน้าวใจให้ผู้อ่านเชื่อในทฤษฎีของสติเฟน ฮอว์คิง
  - เพื่อเตือนใจผู้พิจารณาทุกคนไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากที่เผชิญ
  - เพื่อยกย่องความสามารถและการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อ่าน

**คำตอบถูก (๑ คะแนน)**  
 ข้อ ง. เพื่อยกย่องความสามารถและการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อ่าน  
**ไม่มีคะแนน**  
 คำตอบอื่น ๆ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การบูรณาการและตีความ  
**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย  
**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความต่อเนื่องกัน  
**บริบท :** ส่วนตัว  
**รูปแบบของข้อสอบ :** เลือกตอบ

๔. “ในปี ๑๙๘๘ เขาเขียนหนังสือ "ประวัติย่อของกาลเวลา" เสร็จสมบูรณ์ แม้ในขณะนั้นจะขยับตัวไม่ได้แล้ว และต้องพูดผ่านอุปกรณ์สังเคราะห์เสียง” จากข้อความข้างต้นสะท้อนให้เห็นคุณลักษณะใดของสติเฟน ฮอว์คิง (๒ คะแนน)
- .....
- .....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**  
 เมื่อระบุคำตอบที่สะท้อนให้เห็นถึงความสามารถและความพยายามของสติเฟน ฮอว์คิง ที่แม้ร่างกายจะไม่สมบูรณ์ แต่ก็สามารถเขียนหนังสือ "ประวัติย่อของกาลเวลา" ได้จนเสร็จสมบูรณ์  
**ไม่มีคะแนน**  
 - ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง  
 - ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การบูรณาการและตีความ  
**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย  
**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความต่อเนื่องกัน  
**บริบท :** ส่วนตัว  
**รูปแบบของข้อสอบ :** เขียนตอบสั้น ๆ

๕. นักเรียนได้รับข้อคิดอะไรจากการอ่านเรื่องชีวิตน่าอัศจรรย์ของ “สตีเฟน ฮอว์คิง” อัจฉริยะผู้ไขความลับแห่งจักรวาล และจะนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันอย่างไร ระบุ ๒ ข้อ (๔ คะแนน)

ข้อคิดที่ได้รับ (ข้อละ ๑ คะแนน)	การประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (ข้อละ ๑ คะแนน)
๑. .... ..... .....	..... ..... .....
๒. .... ..... .....	..... ..... .....

คะแนนเต็ม (๔ คะแนน)	
เมื่อระบุคำตอบเกี่ยวกับข้อคิดจากบทอ่านและการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น	
ข้อคิดที่ได้รับ (ข้อละ ๑ คะแนน)	ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (ข้อละ ๑ คะแนน)
๑. ความไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่เผชิญ	แม้ว่าเราจะประสบกับอุปสรรคที่ส่งผลต่อร่างกายหรือจิตใจ เราก็ควรที่จะเผชิญหน้ากับอุปสรรคและพยายามแก้ไขปัญหาอย่างเต็มความสามารถ ไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรค แม้ว่ามันจะยากเพียงใด ก็ควรลงมือกระทำ
๒. ความขยันหมั่นเพียร มุ่งมั่น และตั้งใจ	ความขยันหมั่นเพียรเป็นหนทางนำไปสู่ความสำเร็จ แม้ว่าเราจะเรียนไม่เก่ง หรือร่างกายไม่สมบูรณ์เหมือนคนอื่น อาจจะทำบางอย่างได้ไม่รวดเร็วหรือเหมือนคนอื่น หากเราขยันหมั่นเพียร มุ่งมั่น และตั้งใจ ความสำเร็จและสิ่งดีๆ มุ่งหวังย่อมมาสู่ตัวเราเสมอ
๓. การมองโลกในแง่ดี	แม้ว่าชีวิตและโชคชะตาจะเผชิญกับอุปสรรคและปัญหา เราควรมองข้ามปัญหา กล้าที่จะเผชิญกับปัญหาอย่างไม่เกรงกลัวและเรียนรู้ปัญหาเพื่อเป็นประสบการณ์
๔. การใฝ่รู้ใฝ่เรียน	การแสวงหาความรู้อย่างไม่สิ้นสุด แม้ว่าเราจะเชื่อในสิ่งที่เราค้นหาและแสวงหาความรู้มา แต่เราก็ต้องศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ เพื่อให้ผู้อื่นเชื่อมั่นในสิ่งที่เราค้นพบ
ไม่มีคะแนน	
- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง	
- ไม่มีคำตอบ	

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน
โครงสร้างภาษา : การบรรยาย
รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน
บริบท : ส่วนตัว
รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๒ (คะแนนเต็ม ๙ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๖ - ๑๐

### ประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง แจ้งเตือนโรคไข้หวัดใหญ่ระบาด

เนื่องจากตั้งแต่ต้นปีนี้ โรคไข้หวัดใหญ่ในประเทศไทยมีแนวโน้มการระบาดมากกว่าปีก่อน ๆ ทั้งนี้ เนื่องจากปีนี้มีฤดูหนาวที่ยาวนานกว่าทุกปี เชื้อโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์หลักที่ระบาดของปีนี้มี ความรุนแรงทำให้คาดว่าปีนี้จะมีการระบาดในระลอกแรกของปีต่อเนื่องไปอีก ๑ - ๒ เดือน แล้วจะลดลงในฤดูร้อน จากนั้นจะเริ่มระลอกใหญ่ประจำปีตามฤดูกาลอีกครั้ง ในช่วงปลายฤดูฝน จึงคาดว่าจะมีผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตโดยรวมทั้งประเทศตลอดทั้งปีมากกว่าปีที่ผ่านมา กรมควบคุมโรค จึงขอออกประกาศเตือนประชาชน ให้เพิ่มความระมัดระวังป้องกันโรค เพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ และลดผลกระทบจากการป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่

**โรคไข้หวัดใหญ่** เกิดจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่

**การติดต่อ** สามารถติดต่อได้ง่าย ภายในครอบครัว ที่ทำงาน โรงเรียน โดยเชื้อที่อยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย แพร่จากผู้ป่วย เมื่อไอ จาม และปนเปื้อนอยู่ที่ภาชนะ ของใช้ส่วนตัว หรือของใช้สาธารณะ เช่น ลูกบิด ปุ่มกดลิฟท์ ราวบันได ราวรถโดยสาร และติดต่อเข้าสู่ร่างกายโดยมือที่เปื้อนเชื้อ เมื่อแคะจมูก ขยี้ตา เอานิ้วเข้าปาก เป็นต้น

**อาการ** มักจะเกิดขึ้นทันทีทันใดด้วยอาการไข้สูง ตัวร้อน หนาว ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อมาก โดยเฉพาะที่หลังต้นแขน ต้นขา ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คัดจมูก มีน้ำมูกใส ๆ ไอแห้ง ๆ โดยในเด็กอาจพบอาการคลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วงได้มากกว่าผู้ใหญ่ ส่วนอาการคัดจมูก จาม เจ็บคอ พบเป็นบางครั้งในไข้หวัดใหญ่ แต่จะพบในไข้หวัดมากกว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง หายป่วยได้โดยไม่ต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล อาการจะทุเลาและหายป่วยภายใน ๕ - ๗ วัน แต่บางรายที่มีอาการปอดอักเสบ รุนแรง จะพบอาการหายใจเร็ว เหนื่อย หอบ หายใจลำบาก ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้

**การรักษา** ผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ส่วนใหญ่อาการไม่รุนแรงสามารถรักษาหายได้ภายใน ๑ สัปดาห์ ซึ่งโดยมากเป็นการรักษาตามอาการ แต่ในรายที่เป็นกลุ่มเสี่ยงที่จะมีอาการรุนแรง เช่น ผู้สูงอายุมากกว่า ๖๕ ปี ผู้ป่วยเรื้อรัง หญิงมีครรภ์ แพทย์จะพิจารณาให้การรักษาจำเพาะอย่างเหมาะสมเป็นราย ๆ ไป ผู้ป่วยที่มีอาการเล็กน้อย เช่น มีไข้ต่ำ ๆ และยังมีประทานอาหารได้ อาจไปพบแพทย์ หรือซื้อยาและคำแนะนำจากเภสัชกรใกล้บ้าน และดูแลรักษาตนเองที่บ้านได้ โดยนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ในห้องที่อากาศถ่ายเทดี ดื่มน้ำเกลือแร่ น้ำผลไม้ต่าง ๆ งดดื่มน้ำเย็น หากมีไข้ให้ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตัว หากไข้ไม่ลดให้รับประทานยาลดไข้ เช่น พาราเซตามอล ห้ามใช้ยาแอสไพริน หากทานยาแล้วอาการไม่ดีขึ้น ภายใน ๒ วัน ควรพบแพทย์

**กรมควบคุมโรค ขอแนะนำการป้องกันโรคและดูแลสุขภาพ สำหรับประชาชนทั่วไปที่ยังไม่มีอาการป่วย**

**ควรป้องกันตนเองจากการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่ ดังนี้**

๑. ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือ ในกรณีที่มือไม่เปราะเปื้อน
๒. หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไข้หวัด และการใช้สิ่งของ เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อนอาหาร ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น ร่วมกับผู้อื่น
๓. กินอาหารที่มีประโยชน์ เน้นผัก ผลไม้ นม ไข่ กินอาหารปรุงสุกใหม่ ๆ และใช้ช้อนกลาง นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๔. ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่มีผู้คนแออัดและอากาศถ่ายเทไม่ดีเป็นเวลานานโดยไม่จำเป็น เช่น ที่ที่มีคนมาอยู่รวมกันจำนวนมาก ได้แก่ ห้างสรรพสินค้า โรงเรียน โรงพยาบาล
๕. ผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง หญิงมีครรภ์ ผู้สูงอายุมากกว่า ๖๕ ปี เด็กเล็ก ผู้มีภูมิคุ้มกันต่ำ และผู้มีโรคอ้วน ที่หากเป็นโรคไข้หวัดใหญ่อาจมีอาการรุนแรง ควรรับการฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่จากสถานพยาบาลของรัฐตามที่กำหนดไว้ โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เพื่อลดการป่วยและความรุนแรงของโรค อย่างไรก็ตามประชาชนที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มเสี่ยงก็สามารถขอรับบริการวัคซีนไข้หวัดใหญ่จากสถานพยาบาลภาครัฐและเอกชนทั่วประเทศเช่นกัน โดยอาจต้องเสียค่าใช้จ่ายตามที่สถานพยาบาลกำหนด

ปรับจาก : [http://beid.ddc.moph.go.th/beid\\_2014/th/content/ประกาศกรมควบคุมโรค](http://beid.ddc.moph.go.th/beid_2014/th/content/ประกาศกรมควบคุมโรค)

-เรื่อง-แจ้งเตือนโรคไข้หวัดใหญ่ระบาด-1

๖. ข้อใดกล่าวถูกต้อง (๑ คะแนน)

- ก. การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่จะลดลงในช่วงฤดูฝน
- ข. น้ำหนักลดอย่างรวดเร็วเป็นอาการที่บ่งบอกถึงการเป็นโรคไข้หวัดใหญ่
- ค. ความรุนแรงของการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สัมพันธ์กับระยะเวลาฤดูหนาว
- ง. ผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ได้รับประทานยาแอสไพรินและนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. ความรุนแรงของการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สัมพันธ์กับระยะเวลาฤดูหนาว

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๗. บุคคลใดหากป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่จะมีอาการรุนแรงมากกว่าผู้อื่น (๑ คะแนน)

- ก. น้ำใสเป็นหญิงวัยทำงานที่คลุกคลีกับวัยกลางคน
- ข. น้ำหนึ่งเป็นไข้หวัดใหญ่หลังจากผ่าคลอดลูกชาย ๑ เดือน
- ค. น้ำผึ้งเป็นโรค HIV ตั้งแต่วัยรุ่นและเป็นโรคไข้หวัดใหญ่แทรกซ้อน
- ง. น้ำฝนเป็นเด็กชายที่มีรูปร่างสูง แต่มีน้ำหนักต่ำกว่ามาตรฐานมาก

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. น้ำผึ้งเป็นโรค HIV ตั้งแต่วัยรุ่นและเป็นโรคไข้หวัดใหญ่แทรกซ้อน

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ



๘. เพราะเหตุใด ปุ่มกดลิฟท์ ถึงเป็นช่องทางในการกระจายเชื้อโรคใช้หวัดใหญ่ (๑ คะแนน)

.....  
 .....

**คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)**  
 ปุ่มกดลิฟท์อาจมีเชื้อโรคที่เกิดจากการสัมผัสและแพร่กระจายเชื้อโรคไปสู่คนที่สัมผัสปุ่มกดต่อไป

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การบูรณาการและตีความ  
**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย  
**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความต่อเนื่องกัน  
**บริบท :** สาธารณะ  
**รูปแบบของข้อสอบ :** เขียนตอบสั้น ๆ

๙. หากนักเรียนได้รับมอบหมายให้นำประกาศข้างต้นไปติดประกาศ นักเรียนจะเลือกนำประกาศไปติดเพื่อเผยแพร่ในสถานที่ใด ระบุ ๒ แห่ง พร้อมอธิบายเหตุผลประกอบ (๔ คะแนน)

สถานที่ (ข้อละ ๑ คะแนน)	เหตุผล (ข้อละ ๑ คะแนน)
๑. ....	..... ..... .....
๒. ....	..... ..... .....

**คะแนนเต็ม (๔ คะแนน)**  
 เมื่อระบุคำตอบเกี่ยวกับสถานที่ที่จะนำไปติดเพื่อเผยแพร่ และอธิบายเหตุผลประกอบ เช่น

- โรงเรียน เพราะนักเรียนทุกคนควรได้อ่านประกาศเพื่อรู้จักวิธีการสังเกตโรค และรู้จักวิธีการป้องกันการเป็นโรคใช้หวัดใหญ่นอกจากนี้หากเด็กเล็กในโรงเรียนเป็นโรคใช้หวัดใหญ่อาจจะทำให้เกิดความรุนแรงได้มากกว่าผู้ใหญ่ และส่งผลต่อการแพร่เชื้อโรคให้กับเพื่อนในห้องเรียน
- โรงพยาบาล เพราะโรงพยาบาลมีส่วนเกี่ยวข้องกับการให้การรักษาโรคต่าง ๆ ประชาชนที่เข้ามารักษาโรคจะได้อ่านประกาศเพื่อเป็นข้อมูลในการสังเกตโรคและปฏิบัติตามวิธีการป้องกันโรคใช้หวัดใหญ่ได้อย่างถูกต้อง
- ร้านค้าในชุมชน/ห้างสรรพสินค้า เพราะร้านค้าในชุมชน/ห้างสรรพสินค้าเป็นที่สาธารณะที่มีผู้คนเข้าใช้บริการเป็นจำนวนมากและยังเป็นสถานที่ที่ผู้คนสามารถแพร่เชื้อโรคต่อกันได้อย่างง่าย ผู้คนที่เข้ามาใช้บริการจึงควรรู้จักวิธีการป้องกันการเป็นโรคใช้หวัดใหญ่

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การสะท้อนและประเมิน  
**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย  
**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความต่อเนื่องกัน  
**บริบท :** สาธารณะ  
**รูปแบบของข้อสอบ :** สร้างคำตอบแบบอิสระ

๑๐. “เกศสุรางค์อาศัยอยู่กับการะเกดซึ่งกำลังป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่ เกศสุรางค์จึงต้องหลีกเลี่ยงการอยู่ร่วมกันกับการะเกด เธอมักจะออกไปใช้ชีวิตในห้างสรรพสินค้าขณะที่การะเกดป่วย ทุกครั้งที่เธอกลับมาที่บ้าน เธอจะล้างมือทุกครั้งไม่ว่ามือจะเปื้อนหรือไม่เปื้อน เกศสุรางค์ใส่หน้ากากอนามัยขณะอยู่บ้าน และยังคงบังคับให้การะเกดใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาเมื่ออยู่ในบ้านเช่นกัน และห้ามไม่ให้การะเกดออกไปเดินเล่นที่สวนในบ้านเด็ดขาด นอกจากนี้ เกศสุรางค์ยังรับประทานอาหารเฉพาะผักและผลไม้เท่านั้น เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย”

นักเรียนคิดว่าพฤติกรรมการดูแลตนเองเพื่อป้องกันไม่ให้เป็นโรคไข้หวัดใหญ่ของเกศสุรางค์ พฤติกรรมใดเหมาะสม ระบุคำตอบ ๑ คำตอบ พร้อมอธิบายเหตุผลประกอบ (๒ คะแนน)

พฤติกรรมที่เหมาะสม (๑ คะแนน)	เหตุผล (๑ คะแนน)
.....	.....
.....	.....
.....	.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

เมื่อระบุคำตอบเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลตนเองที่เหมาะสมของเกศสุรางค์ และอธิบายเหตุผลประกอบ เช่น

- หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วย เพราะเกศสุรางค์หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยมากที่สุด เพื่อป้องกันตนเองไม่ให้ได้รับเชื้อไข้หวัดใหญ่

- ล้างมือเสมอ แม้ว่ามือจะเปื้อนหรือไม่เปื้อน เพราะการล้างมือช่วยชำระเชื้อโรคที่ติดมือมาระหว่างการสัมผัสกับสิ่งต่าง ๆ แม้ว่ามือของเธอจะไม่เปื้อนสิ่งสกปรก แต่เชื้อโรคอาจจะติดมาระหว่างเกศสุรางค์อยู่นอกบ้านโดยที่เธอไม่รู้ตัว ทำให้ไม่เป็นการแพร่เชื้อโรคภายในบ้าน

- ใส่หน้ากากขณะอยู่ในบ้าน เพราะการใส่หน้ากากอนามัยช่วยป้องกันตนเองไม่ให้ได้รับเชื้อโรคจากผู้ป่วย และป้องกันตนเองไม่ให้แพร่เชื้อโรคที่ได้รับจากข้างนอก เพราะจะทำให้ผู้ป่วยมีอาการรุนแรงมากขึ้น

- รับประทานผักและผลไม้ เพราะการรับประทานอาหาร ผัก และผลไม้เป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย และช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายแข็งแรง ไม่ติดเชื้อไข้หวัดได้ง่าย

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๓ (คะแนนเต็ม ๘ คะแนน)  
อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๑ - ๑๕

# ดูฉลาดอย่างไร ให้ถูกวิธี



**ฉลาดโภชนาการ** คือ ฉลาด  
อาหารที่มีข้อมูลโภชนาการ  
ซึ่งระบุชนิดและปริมาณสาร  
อาหารของอาหารนั้นใน  
กรอบสี่เหลี่ยม

**ฉลาดโภชนาการ**  
ช่วยให้ได้รับสารอาหารตาม  
ที่ต้องการ ซึ่งมีประโยชน์ต่อ  
ผู้ที่ใส่ใจสุขภาพ



## 4 วิธีดูฉลาดที่ถูกต้อง

- ดูปริมาณหนึ่ง  
หน่วยบริโภค
- ดูหน่วยบริโภค  
ต่อภาชนะบรรจุ
- ดูคุณค่าทาง  
โภชนาการ
- ดูปริมาณ  
ที่แนะนำต่อวัน



ที่มา : มูลนิธิส่งเสริมโภชนาการ ในพระบรมราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี  
สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, สำนักอาหาร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา  
ศูนย์เบาหวานศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล



ที่มา : <http://www.thaihealth.or.th/Content>

ฉลากโภชนาการเป็นข้อมูลที่ช่วยให้ได้รับสารอาหารตามความต้องการซึ่งเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ใส่ใจสุขภาพหรือผู้ที่เป็โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคมะเร็ง โรคหัวใจ และโรคอ้วนลงพุง เป็นต้น ขณะเดียวกันยังช่วยให้ทราบถึงชนิดและปริมาณสารอาหารที่จะได้รับจากการบริโภคอาหารนั้น ๆ และยังช่วยให้หลีกเลี่ยงสารอาหารที่ไม่ต้องการได้ เพียงแค่อ่านฉลากโภชนาการ

ฉลากโภชนาการ คือ ฉลากอาหารที่มีการแสดงข้อมูลโภชนาการซึ่งระบุชนิดและปริมาณสารอาหารของอาหารนั้น ในกรอบสี่เหลี่ยม เรียกว่า กรอบข้อมูลโภชนาการ

ปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไป ในหนึ่งวันไม่ควรได้รับพลังงานน้ำตาล ไขมัน และโซเดียมมากกว่าปริมาณสูงสุดที่แนะนำ ดังนี้ พลังงานไม่ควรเกิน ๒,๐๐๐ กิโลแคลอรี น้ำตาลไม่ควรเกิน ๖๕ กรัม ไขมันไม่ควรเกิน ๖๕ กรัม โซเดียมไม่ควรเกิน ๒,๔๐๐ มิลลิกรัม

วิธีการอ่านฉลากโภชนาการ ให้พิจารณาปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคเป็นปริมาณการกินต่อครั้งที่แนะนำให้ ผู้บริโภครับประทาน ดูจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุเป็นจำนวนที่บอกว่าถ้ากินครั้งละหนึ่งหน่วยบริโภคจะแบ่งกินได้กี่ครั้ง ดูคุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภคว่าจะได้พลังงานเท่าใด สารอาหารอะไรบ้างในปริมาณเท่าใด และดู ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน

ฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ (Guideline Daily Amounts : GDA) หรือฉลากหวานมันเค็มจะแสดงปริมาณ สารอาหาร ได้แก่ พลังงาน (กิโลแคลอรี) น้ำตาล (กรัม) ไขมัน (กรัม) และโซเดียม (มิลลิกรัม) ต่อหนึ่งหน่วยบรรจุภัณฑ์ (ถุง ซอง กล่อง) จะแสดงฉลากด้านหน้าบรรจุภัณฑ์โดยมีการบังคับการแสดงฉลากโภชนาการแบบจีดีเอในกลุ่มอาหาร ๕ กลุ่ม คือ กลุ่มอาหารขนมขบเคี้ยว กลุ่มซ็อกโกแลต กลุ่มผลิตภัณฑ์ขนมอบ กลุ่มอาหารกึ่งสำเร็จรูป และกลุ่มอาหาร มือหลักแช่เย็นแช่แข็ง โดยผู้บริโภคสามารถเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการของผลิตภัณฑ์ได้ทันทีจากตัวเลขด้านหน้า และยังสามารถนำไปปรับใช้ในการบริโภคอาหารให้สมดุลดังนี้

หากกำลังควบคุมน้ำหนักควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณพลังงานน้อย หากกังวลเรื่องน้ำตาลหรือเป็นโรคเบาหวาน ควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณน้ำตาลน้อย หากกังวลเรื่องไขมันหรือมีภาวะไขมันในเลือดสูง อ้วน ควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มี ปริมาณไขมันน้อย หากกังวลเรื่องโซเดียมหรือมีภาวะความดันโลหิตสูงควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณโซเดียมน้อย หากต้องการห่างไกลจากโรค NCDs ควรดูแลสุขภาพให้แข็งแรงลดการบริโภคอาหารที่มีพลังงานสูง อาหารหวานจัด มันจัด และเค็มจัด ด้วยการอ่านฉลากโภชนาการทุกครั้งก่อนซื้อ เพียงเท่านี้เราก็สามารถลดความเสี่ยงต่อโรคที่เกิดจาก พฤติกรรมการกินได้แล้ว

ที่มา : ปรับจากบทความของคุณฉัตรชัย นกดี เว็บไซต์สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

๑๑. จากบทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า เป็นความจริง หรือ ไม่เป็นความจริง (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง จริง

ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง ไม่จริง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	ผลิตภัณฑ์อาหารบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปจะต้องมีการแสดงฉลากโภชนาการแบบ GDA	.....	.....
๒.	ฉลากโภชนาการช่วยให้ผู้บริโภคสามารถเลือกบริโภคอาหารที่ได้รับสารอาหารตามความต้องการ	.....	.....
๓.	ฉลากโภชนาการ คือ ฉลากที่แสดงให้ผู้บริโภคทราบถึงกรรมวิธีการผลิตและคุณประโยชน์ของอาหารชนิดนั้น ๆ	.....	.....
๔.	เด็กนักเรียนอายุ ๑๕ ปี ควรบริโภคอาหารที่มีไขมันไม่เกิน ๖๕ กรัม และโซเดียมไม่เกิน ๒,๔๐๐ กรัม ต่อหนึ่งวัน	.....	.....
๕.	วิธีอ่านฉลากโภชนาการให้พิจารณาที่ปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค จำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะที่บรรจุ คุณค่าทางโภชนาการ และปริมาณที่แนะนำต่อวัน	.....	.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๕ ข้อ จริง จริง ไม่จริง จริง จริง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย
- ตอบถูก ๑ - ๔ ข้อ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

๑๒. ให้นักเรียนพิจารณาฉลากด้านล่างนี้เป็นฉลากโภชนาการแบบใด อธิบายเหตุผลประกอบ (๒ คะแนน)

<p><b>ขนมอบกรอบ “บ้านขนม”</b>          คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 ซอง</p> <p>พลังงาน 350 กิโลแคลอรี : 18%          น้ำตาล 10 กรัม : 15%          ไขมัน 16 กรัม : 26%          โซเดียม 180 มิลลิกรัม : 6%</p> <p>* คิดเป็นร้อยละของปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวัน</p>
--

ประเภทของฉลาก (๑ คะแนน)	เหตุผล (๑ คะแนน)
.....	..... .....

<p><b>คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ (Guideline Daily Amounts: GDA)</li> <li>- ฉลากหวานมันเค็ม</li> </ul> <p>เหตุผล เนื่องจากฉลากโภชนาการที่โจทย์กำหนดข้างต้นเป็นการแสดงปริมาณสารอาหาร ได้แก่ พลังงาน น้ำตาล ไขมัน และโซเดียมของกลุ่มผลิตภัณฑ์ขนมอบ ซึ่งเป็นลักษณะรูปแบบของฉลากโภชนาการแบบจีดีเอตามที่อธิบายไว้ในบทอ่าน</p> <p><b>ไม่มีคะแนน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง</li> <li>- ไม่มีคำตอบ</li> </ul>
---

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

๑๓. ผลิตภัณฑ์อาหารใดต่อไปนี้เป็นจำเป็นต้องมีฉลากโภชนาการแบบจีดีเอ (๑ คะแนน)

- |                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| ก. แขนวชิโซ่           | ข. บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป   |
| ค. ขนมปังกรอบแครกเกอร์ | ง. มันฝรั่งทอดหรืออบกรอบ |

<p><b>คำตอบถูก (๑ คะแนน)</b></p> <p>ข้อ ก. แขนวชิโซ่</p> <p><b>ไม่มีคะแนน</b></p> <p>คำตอบอื่น ๆ</p>
--

<p>กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ</p> <p>โครงสร้างภาษา : การบรรยาย</p> <p>รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง</p> <p>บริบท : สาธารณะ</p> <p>รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ</p>
---

๑๔. “จันทร์วาดเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ในทุกวันจันทร์วาดจะต้องดื่มนมเป็นประจำ” จากข้อมูลฉลากโภชนาการนมพร้อมดื่มพาสเจอร์ไรส์ด้านล่างนี้ จันทร์วาดไม่ควรดื่มนมชนิดนี้เกินกี่กล่องต่อหนึ่งวัน อธิบายเหตุผลประกอบ (๒ คะแนน)

ตัวอย่าง ฉลากโภชนาการของนมพร้อมดื่มพาสเจอร์ไรส์				
ข้อมูลโภชนาการ				
หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 กล่อง (200 มล.)				
จำนวนหน่วยบริโภคต่อ กล่อง : 1				
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค				
พลังงานทั้งหมด กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 70 กิโลแคลอรี)				
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*				
ไขมันทั้งหมด	8	ก.	12	%
ไขมันอิ่มตัว	5	ก.	25	%
โคเลสเตอรอล	15	มก.	5	%
โปรตีน	6	ก.		
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	6	ก.	2	%
ใยอาหาร	0	ก.	0	%
น้ำตาล	6	ก.		
โซเดียม	75	มก.	3	%
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*				

จำนวน (๑ คะแนน)	เหตุผล (๑ คะแนน)
.....	.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

๘ กล่อง เพราะปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไป ในหนึ่งวันไม่ควรได้รับไขมันเกิน ๖๕ กรัม จากข้อมูลฉลากโภชนาการนมพร้อมดื่มพาสเจอร์ไรส์ข้างต้นมีปริมาณไขมันจำนวน ๘ กรัมต่อ ๑ กล่อง ดังนั้น ในหนึ่งวันจึงไม่ควรบริโภคเกิน ๘ กล่อง จึงจะได้รับปริมาณไขมันไม่เกิน ๖๕ กรัม

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

๑๕. บทอ่านนี้กล่าวถึงฉลากโภชนาการ เพราะเหตุใดผู้เขียนจึงมีการกล่าวถึงผู้เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs (๒ คะแนน)

.....  
.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

เมื่อระบุดำตอบถึงความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลในฉลากโภชนาการที่ให้ประโยชน์ต่อผู้บริโภคที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หรือโรคอ้วนลงพุง รวมถึงผู้ที่ใส่ใจสุขภาพ เช่น

- บทอ่านนี้ผู้เขียนมุ่งนำเสนอสาระสำคัญของฉลากโภชนาการ โดยนำเสนอส่วนนำให้เห็นถึงประโยชน์ของฉลากโภชนาการ (ย่อหน้าที่ ๑) โดยยกตัวอย่างผู้ที่เป็นโรคติดต่อไม่เรื้อรัง NCDs ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคอ้วนลงพุง ซึ่งเป็นโรคที่ต้องควบคุมชนิดและปริมาณสารอาหารที่ได้รับ รวมถึงสารอาหารที่ควรหลีกเลี่ยง เช่น ผู้ที่เป็นโรคเบาหวาน ต้องควบคุมน้ำตาลก็ต้องเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีปริมาณน้ำตาลน้อย ผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตสูงต้องควบคุมปริมาณโซเดียมจึงต้องเลือกผลิตภัณฑ์อาหารที่มีโซเดียมน้อย ดังนั้น ฉลากโภชนาการจึงมีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง NCDs

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุดำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การสะท้อนและประเมิน

**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย

**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

**บริบท :** สาธารณะ

**รูปแบบของข้อสอบ :** สร้างคำตอบแบบอิสระ



บทอ่านที่ ๔ (คะแนนเต็ม ๘ คะแนน)  
 อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๖ - ๒๐

# ฮีทสโตรก

## โรคที่เกิดช่วงหน้าร้อน

โรคฮีทสโตรก หรือ โรคลมแดด เกิดจากการรับความร้อนมากเกินไป จนทำให้ความร้อนในร่างกาย สูงกว่า 40 °C อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

### กลุ่มเสี่ยง

- นักกีฬาสมัครเล่น
- เด็กผู้สูงอายุ
- คนอดนอน
- คนที่ทำงานในที่อากาศร้อนขึ้น
- คนที่ไม่ได้เตรียมสภาพร่างกายเพื่อเข้ารับการฝึก
- คนดื่มเหล้าจัด
- คนที่เป็โรคความดันโลหิตสูง

### อาการ !

- ไม่มีเหงื่อออก
- กระหายน้ำมาก
- ตัวร้อนจัดขึ้นเรื่อยๆ
- หายใจเร็ว
- อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
- ปวดศีรษะ: คลื่นไส้ อาเจียน
- ความดันต่ำ

### การช่วยเหลือเบื้องต้น

- นำผู้ป่วยเข้าร่ม นอนราบ ยกเท้าสูงทั้งสองข้าง กอดเสื้อพ้อออก
- ใช้ผ้าชุบน้ำเย็น หรือน้ำแข็ง ประคบตามตัว + พัดลมเป่า ระบายความร้อน
- รับนำส่งโรงพยาบาล

### วิธีการป้องกัน

- ✓ ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว
- ✓ ใสเสื้อพ้อสีอ่อน
- ✓ ใ้ใช้ครีมกันแดด SPF15 ขึ้นไป
- ✓ หลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้ง
- ✓ หลีกเลี่ยงการกินยาแก้แพ้
- ✓ หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ✓ ควรดูแลเด็กและผู้สูงอายุเป็นพิเศษ

ที่มา : <https://highlight.kapook.com/view/22320>

นายแพทย์จิโรจ สินธวานนท์ รองอธิบดีกรมการแพทย์เปิดเผยว่าจากสภาพอากาศที่มีอุณหภูมิสูงขึ้นทำให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมาโดยเฉพาะโรคฮีทสโตรก (Heat Stroke) หรือโรคลมแดด ซึ่งเกิดจากการที่ร่างกายอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่อุณหภูมิสูงและได้รับความร้อนมากเกินไป ทำให้เกิดการกักเก็บความร้อนในร่างกาย ทำให้มีอุณหภูมิในร่างกายสูงเกิน ๔๐ องศาเซลเซียส ซึ่งส่งผลต่อระบบไหลเวียนโลหิตและระบบสมอง

สัญญาณเตือนที่สำคัญของโรคฮีทสโตรกคือ ไม่มีเหงื่อออกแม้จะอากาศร้อนหน้าแดง ตัวร้อนจัดขึ้นเรื่อย ๆ รู้สึกกระหายน้ำมาก วิงเวียน ปวดศีรษะ คลื่นไส้ หายใจเร็ว อาเจียน เกร็งกล้ามเนื้อ ชัก มึนงง สับสน รุม่านตาขยายความรู้สึกลดลง อาจหมดสติ หัวใจเต้นเร็วแต่แผ่วเบา ถ้าไม่ได้รับการแก้ไขอย่างถูกต้องและทันเวลาอาจทำให้หัวใจหยุดเต้นและถึงแก่ชีวิตได้ ซึ่งแตกต่างจากอาการเพลียแดดทั่ว ๆ ไปที่จะมีเหงื่อออกด้วย สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงในการเกิดโรคฮีทสโตรก คือ ผู้สูงอายุ เด็ก ผู้ที่อดนอน ผู้ที่ดื่มเหล้าจัด ผู้ที่ทำงานในสภาพอากาศที่ร้อนชื้น และผู้ที่เป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคอ้วน รวมถึงนักกีฬาและทหารที่เข้ารับการฝึกโดยไม่มีการเตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมที่จะเผชิญกับสภาพอากาศร้อนจัด

สำหรับการปรับพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคฮีทสโตรก คือ ดื่มน้ำ ๑ - ๒ แก้วก่อนออกจากบ้าน ในวันที่มีอากาศร้อนจัดควรสวมใส่เสื้อผ้าที่มีสีอ่อน โปร่ง ไม่หนา น้ำหนักเบา สามารถระบายอุณหภูมิความร้อนได้ดี และป้องกันแสงแดดได้ หากต้องอยู่ท่ามกลางสภาพอากาศร้อนหรือออกกำลังกลางสภาพอากาศร้อนควรดื่มน้ำให้ได้ชั่วโมงละ ๑ ลิตร แม้จะรู้สึกกระหายน้ำก็ตามและแม้จะทำงานในที่ร่มก็ควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ ๖ - ๘ แก้วก่อนออกจากบ้านควรใช้ครีมกันแดดที่มีค่า SPF ๑๕ ขึ้นไป หลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งในวันที่อากาศร้อนจัด โดยเฉพาะก่อนการออกกำลังกายหรืออยู่ท่ามกลางสภาพอากาศร้อนเป็นเวลานาน หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และยาเสพติดทุกชนิด ในเด็กเล็กและคนชราควรได้รับการดูแลเป็นพิเศษโดยให้อยู่ในห้องที่มีอากาศระบายได้ดีและไม่ให้เด็กหรือคนชราอยู่ในรถที่ปิดสนิทตามลำพัง ในกรณีที่จะต้องไปทำงานท่ามกลางสภาพอากาศที่ร้อนจัดควรเป็นบุคคลที่มีสุขภาพแข็งแรง

หากพบเจอผู้เป็นโรคฮีทสโตรกสามารถช่วยเหลือเบื้องต้นโดยนำเข้าไปในที่ร่ม นอนราบยกเท้าสูงทั้งสองข้าง ถ้ามีการอาเจียนให้นอนตะแคงก่อน เมื่ออาเจียนแล้วให้นอนหงาย คลายเสื้อผ้าที่รัดแน่นออกใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบตามซอกลำตัว คอ รักแร้ เชิงกราน ศีรษะ เพื่อระบายความร้อนร่วมกับการใช้พัดลมเป่าระบายความร้อน เพื่อลดอุณหภูมิร่างกายให้ลดต่ำลง ให้ดื่มน้ำหรือน้ำเกลือแร่เพื่อทดแทน แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

ปรับจาก บทความของฝ่ายประชาสัมพันธ์ กรมการแพทย์

๑๖. จากบทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า เป็นความจริง หรือ ไม่เป็นความจริง (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง จริง

ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง ไม่จริง

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	ผู้ที่เป็นโรคฮีทสโตรกจะมีการแตกต่างจากผู้ที่เป็โรคเพลียแดดตรงที่ไม่มีเหงื่อออกตามร่างกาย	.....	.....
๒.	ผู้ที่มีความเสี่ยงในการเกิดโรคฮีทสโตรก คือ เด็ก ผู้สูงอายุ ผู้ดื่มแอลกอฮอล์จัด ผู้ที่ทำงานในอากาศร้อนชื้น	.....	.....
๓.	โรคฮีทสโตรกเกิดจากร่างกายได้รับความร้อนมากเกินไปเกินสูงกว่า ๔๐ องศาฟาเรนไฮต์ ส่งผลต่อระบบไหลเวียนโลหิตและระบบสมอง	.....	.....
๔.	อาการที่สำคัญของโรคฮีทสโตรก คือ ไม่มีเหงื่อออก ตัวร้อนจัด รู้สึกกระหายน้ำมาก ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน หายใจเร็ว มีการชัก รุม่านตาขยาย อาจหมดสติ หัวใจอาจหยุดเต้นและถึงแก่ชีวิตได้	.....	.....
๕.	การช่วยเหลือผู้เป็นโรคฮีทสโตรกเบื้องต้น ให้นำเข้าในที่ร่มนอนราบ ยกเท้าทั้งสองข้างให้สูง ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบเพื่อระบายความร้อน และลดอุณหภูมิร่างกายให้ลดต่ำลง แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด	.....	.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๕ ข้อ จริง จริง ไม่จริง จริง จริง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย
- ตอบถูก ๑ - ๔ ข้อ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

๑๗. เพราะเหตุใดโรคฮีทสโตรกจึงเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ (๑ คะแนน)

- ก. เมื่ออุณหภูมิในร่างกายสูงเกินไปจึงส่งผลต่อระบบขับถ่ายและทางเดินอาหาร
- ข. เมื่ออุณหภูมิในร่างกายสูงเกินไปจึงส่งผลต่อระบบไหลเวียนเลือดและระบบสมอง
- ค. เมื่ออุณหภูมิในร่างกายสูงเกินไปจึงส่งผลต่อระบบความจำทั้งระยะสั้นและระยะยาว
- ง. เมื่ออุณหภูมิในร่างกายสูงเกินไปจึงส่งผลต่อการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย

**คำตอบถูก (๑ คะแนน)**

ข้อ ข. เมื่ออุณหภูมิในร่างกายสูงเกินไปจึงส่งผลต่อระบบไหลเวียนเลือดและระบบสมอง

**ไม่มีคะแนน**

คำตอบอื่น ๆ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การบูรณาการและตีความ

**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย

**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

**บริบท :** การศึกษา

**รูปแบบของข้อสอบ :** เลือกตอบ

๑๘. ทหารที่ไม่ได้เตรียมสภาพร่างกายเพื่อเข้ารับการฝึก นักกีฬาสมัครเล่น คนที่ทำงานในที่อากาศร้อนชื้น เป็นกลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสจะเกิดโรคฮีทสโตรกเพราะเหตุใด (๒ คะแนน)

.....  
.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

เมื่อระบุถึงคำตอบที่อธิบายให้เห็นว่า ทหารที่ไม่ได้เตรียมสภาพร่างกายเพื่อเข้ารับการฝึก นักกีฬาสมัครเล่น คนที่ทำงานในที่อากาศร้อนชื้น มีโอกาสที่ร่างกายจะได้รับความร้อนมากเกินไป จนทำให้อุณหภูมิในร่างกายสูงเกิน ๔๐ องศาเซลเซียส เพราะทหารต้องถูกฝึกอย่างหนัก ในทุกสภาวะการรวมถึงอากาศที่ร้อนจัด เช่นเดียวกับนักกีฬามากมาย ๆ ประเภทที่ต้องเล่นท่ามกลางแดดที่ร้อนจัด รวมถึงคนที่ทำงานอากาศร้อนชื้น จึงทำให้บุคคลเหล่านี้มีความเสี่ยงที่จะเกิดโรคฮีทสโตรกซึ่งมีสาเหตุของการเกิดโรคมายังจากการที่ร่างกายได้รับความร้อนมากเกินไป

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง

- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การบูรณาการและตีความ

**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย

**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

**บริบท :** การศึกษา

**รูปแบบของข้อสอบ :** เขียนตอบสั้น ๆ

๑๙. เพราะเหตุใดวิธีการป้องกันการเป็นโรคฮีทสโตรกจึงควรดูแลเด็กเล็กและคนชราเป็นพิเศษ โดยให้อยู่ในห้องที่มีอากาศระบายได้ดี และไม่让孩子หรือคนชราอยู่ในรถที่ปิดสนิทตามลำพัง (๒ คะแนน)

.....  
.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

เมื่อระบุดูแลถึงความสัมพันธ์ระหว่างข้อจำกัดทางด้านสุขภาพ ความแข็งแรงของร่างกาย และการดูแลช่วยเหลือตัวเองของวัยเด็กเล็ก และวัยชรา ที่ทำให้ต้องการมีการป้องกันการเป็นโรคฮีทสโตรกของเด็กเล็กและคนชราเป็นพิเศษ เช่น

- เด็กเล็กและคนชราเป็นคนที่อยู่ในช่วงวัยที่ส่วนใหญ่มีภูมิคุ้มกันต่ำ สภาพร่างกายไม่แข็งแรงเท่ากับคนในวัยอื่น ไม่สามารถดูแลช่วยเหลือตัวเอง หรือป้องกันตัวเองจากอุณหภูมิร้อนจัดได้ ดังนั้นผู้ที่อยู่ในวัยเด็กเล็กและวัยชราจึงมีโอกาสเป็นโรคฮีทสโตรกได้มากกว่า ผู้เขียนจึงเน้นให้มีการดูแลป้องกันคนที่อยู่ในวัยเด็กเล็กและคนชราเป็นพิเศษ

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

๒๐. หากนักเรียนต้องออกไปทำกิจกรรมกลางแจ้งในวันที่มีอากาศร้อนจัด ให้นักเรียนอธิบายพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดโรคฮีทสโตรก และพฤติกรรมที่ช่วยป้องกันการเกิดโรคฮีทสโตรก (๒ คะแนน)

.....  
.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน)**

เมื่อระบุถึงพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดโรคฮีทสโตรก เช่น ไม่ดื่มน้ำ สวมเสื้อผ้าสีเข้ม เนื้อผ้าหนา ไม่สามารถระบายอุณหภูมิความร้อนได้ ต้มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เป็นต้น และมีการระบุถึงพฤติกรรมที่ช่วยป้องกันโรคฮีทสโตรก เช่น ดื่มน้ำ ๑ - ๒ แก้ว ก่อนออกไปทำกิจกรรมกลางแจ้งและดื่มน้ำชั่วโมงละ ๑ ลิตร สวมเสื้อผ้าที่มีสีอ่อน โปร่ง ไม้หนา น้ำหนักเบา หลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การสะท้อนและประเมิน

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๕ (คะแนนเต็ม ๘ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ และตอบคำถาม ข้อ ๒๑ - ๒๕

ประกาศทางการแล้ว! อัตราค่าจ้างขั้นต่ำทั่วประเทศ เริ่ม ๑ เมษายนนี้



# ค่าจ้างขั้นต่ำ

## ปี 2561

<b>อัตราค่าจ้าง 330 บาท</b>  3 จังหวัด ภูเก็ต ชลบุรี ระยอง	<b>อัตราค่าจ้าง 325 บาท</b>  7 จังหวัด กรุงเทพมหานคร นครปฐม นนทบุรี ปทุมธานี สมุทรปราการ สมุทรสาคร และฉะเชิงเทรา	<b>อัตราค่าจ้าง 320 บาท</b>  14 จังหวัด อุบลราชธานี สุพรรณบุรี สระบุรี อัญญาหนองคาย ลพบุรี ทราดขอนแก่น สงขลา สุราษฎร์ธานี กระบี่ เชียงใหม่ นครราชสีมา และพิจิตร
<b>อัตราค่าจ้าง 318 บาท</b>  7 จังหวัด จันทบุรี สมุทรสงคราม สกลนคร นุกดาหาร นครนายก กาฬสินธุ์ และปราจีนบุรี	<b>อัตราค่าจ้าง 315 บาท</b>  21 จังหวัด ร้อยเอ็ด ประจวบคีรีขันธ์ นครสวรรค์ สระแก้ว พิจิตร อุตรดิตถ์ อุตรธานี นครพนม บุรีรัมย์ สุรินทร์ เพชรบุรี พิษณุโลก เพชรบูรณ์ ชัยนาท เลย ยโสธร พะเยา บึงกาฬ น่าน กาญจนบุรี และอำนาจ	<b>อัตราค่าจ้าง 310 บาท</b>  22 จังหวัด สิงห์บุรี นครศรีธรรมราช ตรัง แม่ฮ่องสอน ลำปาง ลำพูน เชียงราย สุโขทัย กำแพงเพชร พิจิตร อุทัยธานี ศรีสะเกษ ตาก ชัยภูมิ อานาจเจริญ แพร่ ราชบุรี ระนอง มหาสารคาม ชุมพร หนองบัวลำภู และสตูล
<b>อัตราค่าจ้าง 308 บาท</b>  3 จังหวัด นราธิวาส ยะลา และปัตตานี	<b>มีผลตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน 2561 เป็นต้นไป</b>	

 พ.ศ. ๒๕๖๑

ราชกิจจานุเบกษา ประกาศอัตราค่าจ้างขั้นต่ำใหม่ทั่วประเทศ สูงสุด ๓๓๐ บาท ต่ำสุด ๓๐๘ บาท ขณะทำงาน  
อันตราย ห้ามนายจ้างให้ลูกจ้างทำงานเกิน ๗ ชั่วโมง งานทั่วไปห้ามเกิน ๘ ชั่วโมง มีผลตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๑  
เป็นต้นไป

เว็บไซต์ราชกิจจานุเบกษา ได้เผยแพร่ประกาศ เรื่อง อัตราค่าจ้างขั้นต่ำ (ฉบับที่ ๙) เมื่อวันที่ ๑๙ มี.ค. ๒๕๖๑  
โดยสาระสำคัญ คือ

ข้อ ๑ ให้ยกเลิกประกาศคณะกรรมการค่าจ้าง เรื่อง อัตราค่าจ้างขั้นต่ำ (ฉบับที่ ๘) ลงวันที่ ๓๑ ต.ค. ๒๕๕๙  
ให้กำหนดอัตราค่าจ้างขั้นต่ำใหม่ ดังนี้

ข้อ ๙ เพื่อประโยชน์ตามข้อ ๒ ถึงข้อ ๘ คำว่า “วัน” หมายถึง เวลาทำงานปกติของลูกจ้างซึ่งไม่เกินชั่วโมงทำงานต่อไปนี้ แม้นายจ้างจะให้ลูกจ้างทำงานน้อยกว่าเวลาทำงานปกติเพียงใดก็ตาม

(๑) เจ็ดชั่วโมง สำหรับงานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัยของลูกจ้างตามกฎหมายกระทรวงฉบับที่ ๒ (พ.ศ.๒๕๔๑) ออกตามความในพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ.๒๕๔๑

(๒) แปดชั่วโมง สำหรับงานอื่นซึ่งไม่ใช่ในงานตาม (๑)

ทั้งนี้ ห้ามมิให้นายจ้างจ่ายค่าจ้างเป็นเงินแก่ลูกจ้างน้อยกว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำและประกาศคณะกรรมการค่าจ้างฉบับนี้ ให้มีผลใช้บังคับตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ.๒๕๖๑ เป็นต้นไป

ผู้สื่อข่าวรายงานว่า คณะกรรมการสมานฉันท์แรงงานไทย (ครสท.) ได้ขอให้รัฐทบทวนอัตราค่าจ้างใหม่จากมติเดิมที่ให้ปรับขึ้น ๕ - ๒๒ บาท โดยเบื้องต้นจะขอให้ขึ้น ๓๖๐ บาท อัตราเดียวทั่วประเทศ แต่รัฐไม่สามารถปรับขึ้นได้ตามที่ร้องขอ เนื่องจากมีผลกับต้นทุนของผู้ประกอบการ

ที่มา : <https://news.sanook.com>

๒๑. ข้อใดกล่าว**ไม่ถูกต้อง** (๑ คะแนน)

- ก. จังหวัดที่ได้อัตราค่าจ้างขั้นต่ำสูงสุดเป็นอันดับที่ ๓ มี ๗ จังหวัด
- ข. จังหวัดที่ได้อัตราค่าจ้างขั้นต่ำต่ำสุด คือ นราธิวาส ยะลา ปัตตานี
- ค. อัตราค่าจ้างขั้นต่ำ ปี ๒๕๖๑ มีอัตราค่าจ้างสูงสุด ๓๓๐ บาท ต่ำสุด ๓๐๘ บาท
- ง. ประกาศอัตราค่าจ้างขั้นต่ำใหม่ทั่วประเทศ มีผลตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๑

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ก. จังหวัดที่ได้อัตราค่าจ้างขั้นต่ำสูงสุดเป็นอันดับที่ ๓ มี ๗ จังหวัด

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องกันและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๒. หากนายจ้างให้ลูกจ้างที่มีหน้าที่เป็นพนักงานขายของหน้าร้านเข้างานตอน ๗.๐๐ น. นายจ้างสามารถให้ลูกจ้างเลิกงานได้ตอนกี่โมง (๑ คะแนน)

ก. ๑๔.๐๐ น.

ข. ๑๕.๐๐ น.

ค. ๑๖.๐๐ น.

ง. ๑๗.๐๐ น.

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ข. ๑๕.๐๐ น.

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องกันและไม่ต่อเนื่อง

บริบท : สาธารณะ

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๓. “เจ็ดชั่วโมง สำหรับงานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัยของลูกจ้างตามกฎหมายกระทรวง ฉบับที่ ๒ (พ.ศ.๒๕๔๑) ออกตามความในพระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ.๒๕๔๑” นักเรียนคิดว่า งานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัยคืองานอะไร ระบุ ๒ งาน (๒ คะแนน)

.....  
.....

<p><b>คะแนนเต็ม (๒ คะแนน) : ข้อละ ๑ คะแนน</b></p> <p>ระบุชื่อหรือประเภทหรือลักษณะของงานที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัยของลูกจ้างถูกต้องจำนวน ๒ งาน เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- งานที่ต้องทำไต่ดิน ไต่น้ำ ในถ้ำ ในอุโมงค์ หรือในที่อับอากาศ</li><li>- งานเกี่ยวกับกัมมันตภาพรังสี</li><li>- งานเชื่อมโลหะ</li><li>- งานขนส่งวัตถุอันตราย</li><li>- งานผลิตสารเคมีอันตราย</li><li>- งานที่ต้องทำด้วยเครื่องมือหรือเครื่องจักรซึ่งผู้ปฏิบัติงานได้รับความสั่นสะเทือน อันอาจเป็นอันตราย</li><li>- งานที่ต้องทำเกี่ยวกับความร้อนจัดหรือความเย็นจัดอาจเป็นอันตราย</li></ul> <p><b>ไม่มีคะแนน</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง</li><li>- ไม่มีคำตอบ</li></ul>
--

<p><b>กลยุทธ์การอ่าน :</b> การบูรณาการและตีความ</p> <p><b>โครงสร้างภาษา :</b> การบรรยาย</p> <p><b>รูปแบบถ้อยความ :</b> ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องกันและไม่ต่อเนื่อง</p> <p><b>บริบท :</b> สาธารณะ</p> <p><b>รูปแบบของข้อสอบ :</b> เขียนคำตอบสั้น ๆ</p>
---

๒๔. นักเรียนคิดว่า อัตราค่าจ้างขั้นต่ำในบางจังหวัดสูงกว่าจังหวัดอื่น ๆ เพราะเหตุใด (๑ คะแนน)

.....  
.....

<p><b>คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)</b></p> <p>ระบุคำตอบเกี่ยวกับสภาพเศรษฐกิจ การเติบโต ค่าครองชีพในแต่ละจังหวัด เป็นต้น</p> <p><b>ไม่มีคะแนน</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง</li><li>- ไม่มีคำตอบ</li></ul>
---

<p><b>กลยุทธ์การอ่าน :</b> การสะท้อนและประเมิน</p> <p><b>โครงสร้างภาษา :</b> การบรรยาย</p> <p><b>รูปแบบถ้อยความ :</b> ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องกันและไม่ต่อเนื่อง</p> <p><b>บริบท :</b> สาธารณะ</p> <p><b>รูปแบบของข้อสอบ :</b> เขียนตอบสั้น ๆ</p>
--



๒๕. นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับการขึ้นอัตราค่าจ้างขั้นต่ำ พร้อมอธิบายเหตุผลมาจำนวน ๒ ข้อ  
(๓ คะแนน)

คำตอบ (๑ คะแนน)	เหตุผล (ข้อละ ๑ คะแนน)
.....	๑. .... ..... ๒. .... .....

**คะแนนเต็ม (๓ คะแนน)**

เมื่อระบุดำเนินการว่า เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย พร้อมอธิบายเหตุผลสนับสนุนที่สอดคล้องและเหมาะสม โดยมีการระบุเหตุผลสนับสนุนที่มีคำว่า รายได้ แรงงาน ผู้ประกอบการ หรืออัตราค่าจ้าง จำนวน ๒ ข้อ เช่น

**เห็นด้วย** เหตุผลเช่น

- เพราะทำให้แรงงานมีรายได้สูงขึ้น
- เพราะทำให้ภาคธุรกิจมีแรงงานเข้ามาทำงานมากขึ้น
- เพราะเป็นการช่วยเพิ่มรายได้ให้คนที่มียาได้น้อย

**ไม่เห็นด้วย** เหตุผลเช่น

- เพราะทำให้ผู้ประกอบการต้องเงินทุนในการจ้างแรงงานเพิ่มขึ้น
- เพราะแม้ว่าอัตราค่าจ้างขั้นต่ำจะขึ้น แต่ราคาสินค้าค่าครองชีพก็สูงขึ้นตามไปด้วย

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุดำเนินการอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การสะท้อนและประเมิน

**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย

**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความแบบผสมต่อเนื่องและไม่ต่อเนื่อง

**บริบท :** สาธารณะ

**รูปแบบของข้อสอบ :** สร้างคำตอบแบบอิสระ

บทอ่านที่ ๖ (คะแนนเต็ม ๖ คะแนน)

อ่านบทอ่านต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๒๖ - ๓๐

### รายงานผลสำรวจอาชีพในฝันของเด็กไทยครั้งที่ ๙ ประจำปี ๒๕๖๑

กลุ่มบริษัทเด็โก้ประเทศไทย ได้สำรวจอาชีพในฝันของเด็กไทย เป็นครั้งที่ ๙ ผ่านกลุ่มตัวอย่าง เด็กอายุระหว่าง ๗ - ๑๔ ปี จำนวน ๒,๐๔๔ คน ผลปรากฏว่า อาชีพ “ครู” ยังคงมาแรง และครองแชมป์ติดต่อกัน ๒ ปีซ้อน เหตุผลเพราะต้องการถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้อื่น เป็นอาชีพที่ปลูกฝังให้เด็กไทยเป็นคนเก่งและดี รวมถึงเป็นอาชีพที่มีความสุจริตมั่นคงด้วย

อันดับ ๒ แพทย์หรือคุณหมอ ที่สำคัญปีนี้เด็กอยากเป็นแพทย์เฉพาะทางมากขึ้น เช่น แพทย์ทางด้านสมอง แพทย์ทหาร และแพทย์ผิวหนัง โดยอาชีพแพทย์เพิ่งตกอันดับอาชีพในฝันของเด็ก ๆ ตั้งแต่ปี ๒๕๖๐ จากเดิมที่ครองแชมป์ยาวนานถึง ๗ สมัยติดต่อกัน

อันดับ ๓ คือนักกีฬาฟุตบอล เพราะเด็ก ๆ มองว่าการเป็นนักกีฬาช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ผลตอบแทนดี และสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศชาติได้ ในปีนี้อาชีพดังกล่าวยังแซงเบียดอาชีพ “ทหาร” ซึ่งในปี ๒๕๖๐ ติดท็อป ๓ อาชีพในฝัน

ในปีนี้อาชีพเทรนเนอร์ใหม่ที่เด็กไทยให้ความสนใจมากขึ้น และมาแรง คือ เกมเมอร์ นักแคสเกม เพราะต้องมีความชอบในการเล่นเกมนำประกอบอาชีพ สร้างรายได้และสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศ รวมถึงอาชีพ “เซฟ” โดยเด็ก ๆ ให้เหตุผลว่าอยากเป็นเซฟเพราะอยากทำอาหารอร่อย ๆ ให้คนที่ทานมีความสุข นอกจากนี้ เด็กไทยจำนวนไม่น้อยที่สนใจอยากเป็นนักธุรกิจและผู้ประกอบการ เพราะต้องการอิสระในการทำงาน บางส่วนต้องการสืบทอดกิจการของครอบครัว

ผลการสำรวจยังระบุ อาชีพ “ทหาร” เป็นอาชีพที่เท่ที่สุดในสายตาเด็กไทย ตามด้วยอาชีพตำรวจ เหตุผลเพราะคิดว่าเป็นอาชีพที่ได้ปกป้องคุ้มครองประเทศ ได้รับใช้ประชาชนและประเทศชาติ รองลงมา คือ อาชีพ “นักกีฬา” เพราะเปิดโอกาสให้ได้รับใช้ทีมชาติและสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศ ตามด้วยการเป็น “ศิลปินและดารา” และปิดท้ายด้วย “แพทย์”

เมื่อถามถึงเงินเดือนที่เด็ก ๆ ต้องการ ส่วนใหญ่อยู่ที่ ๑๕,๐๐๐ - ๓๐,๐๐๐ บาท โดยเงินเดือนสูงสุดที่เด็กไทยอยากได้ คือ มากกว่า ๑๐๐,๐๐๐,๐๐๐ บาท ซึ่งจากการวิเคราะห์พบว่าอาชีพในฝันที่เด็ก ๆ คิดว่าจะได้เงินเดือนสูง คือ อาชีพนักกีฬา เพราะถ้ามีชื่อเสียงจะทำให้ได้รับค่าตอบแทนที่สูงตามมาด้วย

ส่วนเงินเดือนที่ได้ เด็ก ๆ บอกว่าจะนำเงินเดือนที่ได้ไปเลี้ยงดูครอบครัวและตนเอง ขณะที่เด็ก ๆ บางกลุ่มมองอาชีพที่ชอบเป็นหลัก เพราะเป็นสิ่งที่มีความหมายที่สุด ดังนั้น จะได้รับเงินเดือนเท่าไรก็ได้ แต่ขอให้เพียงพอต่อการดำรงชีวิตและเลี้ยงดูครอบครัว

ปรับจาก <https://positioningmag.com/1152841>

๒๖. ข้อใด **ไม่สอดคล้อง** กับแนวคิดการเลือกอาชีพในฝันของเด็กไทย (๑ คะแนน)

- ก. ทหาร ตำรวจ เป็นอาชีพที่เท่ที่สุด
- ข. อาชีพครูมาแรงเพราะเป็นอาชีพที่มั่นคง
- ค. นักกีฬาฟุตบอลเป็นอาชีพที่มีอิสระในการทำงาน
- ง. นักแคสเกมเป็นอาชีพที่ต้องใช้ความชอบในการเล่นเกมมาสร้างรายได้

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ค. นักกีฬาฟุตบอลเป็นอาชีพที่มีอิสระในการทำงาน

ไม่มีคะแนน

คำตอบอื่น ๆ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๗. จากบทอ่านข้างต้น พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า **เป็นความจริง** หรือ **ไม่เป็นความจริง** (๑ คะแนน)

ข้อความที่ เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง **จริง**

ข้อความที่ ไม่เป็นความจริง ให้เขียนเครื่องหมาย X ในช่อง **ไม่จริง**

ข้อ	ข้อความ	จริง	ไม่จริง
๑.	เด็กที่ชอบดูการ์ตูนสนใจอาชีพนักแคสเกม	.....	.....
๒.	อาชีพนักธุรกิจติดอันดับอาชีพในฝันของเด็กไทย	.....	.....
๓.	อาชีพแพทย์เป็นอาชีพในฝันอันดับหนึ่งของปี ๒๕๕๙	.....	.....
๔.	อาชีพ ศิลปินดารา เป็นอาชีพที่ติดท็อป ๓ ของอาชีพที่เท่ที่สุดในสายตาเด็กไทย	.....	.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

ตอบถูกทั้ง ๔ ข้อ ไม่จริง จริง จริง ไม่จริง ตามลำดับ

ไม่มีคะแนน

- ตอบไม่ถูกเลย

- ตอบถูก ๑ - ๓ ข้อ

- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบเชิงซ้อน

๒๘. ข้อใดเป็นสาระสำคัญของบทอ่าน (๑ คะแนน)

- ก. แนวคิดการเลือกประกอบอาชีพตามความนิยม
- ข. แนวโน้มความต้องการประกอบอาชีพในปัจจุบัน
- ค. ความสัมพันธ์ของอาชีพในด้านกับอาชีพที่มีรายได้ดี
- ง. การเลือกประกอบอาชีพที่ต้องคำนึงถึงค่านิยมของคนในสังคม

คำตอบถูก (๑ คะแนน)

ข้อ ข. แนวโน้มความต้องการประกอบอาชีพในปัจจุบัน

ไม่มีคะแนน

- คำตอบอื่น ๆ
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การเข้าถึงและค้นคืนสาระ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เลือกตอบ

๒๙. “อาชีพเทรนด์ใหม่” หมายความว่าอย่างไร (๑ คะแนน)

.....  
.....

คะแนนเต็ม (๑ คะแนน)

อาชีพที่มีแนวโน้มได้รับความนิยม

ไม่มีคะแนน

- คำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

กลยุทธ์การอ่าน : การบูรณาการและตีความ

โครงสร้างภาษา : การบรรยาย

รูปแบบถ้อยความ : ถ้อยความต่อเนื่องกัน

บริบท : การศึกษา

รูปแบบของข้อสอบ : เขียนตอบสั้น ๆ

๓๐. นักเรียนคิดว่าเพราะเหตุใดอาชีพครู แพทย์ ทหาร จึงเป็นอาชีพในฝันของเด็กไทย อธิบายเหตุผลประกอบ ๒ ข้อ (๒ คะแนน)

.....  
.....

**คะแนนเต็ม (๒ คะแนน) : ข้อละ ๑ คะแนน**

เมื่อระบุเหตุผลที่สอดคล้องกับบทอ่าน เช่น

- เป็นอาชีพที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น
- เป็นอาชีพที่มีเกียรติ
- เป็นอาชีพที่ได้ทำประโยชน์ให้กับสังคม
- เป็นอาชีพที่สุจริตและมั่นคง
- เป็นข้าราชการได้ทำงานรับใช้พระราชา
- เป็นอาชีพที่เสียสละ
- เป็นอาชีพที่ได้รับการยกย่อง

**ไม่มีคะแนน**

- ระบุคำตอบอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีคำตอบ

**กลยุทธ์การอ่าน :** การสะท้อนและประเมิน

**โครงสร้างภาษา :** การบรรยาย

**รูปแบบถ้อยความ :** ถ้อยความต่อเนื่องกัน

**บริบท :** การศึกษา

**รูปแบบของข้อสอบ :** สร้างคำตอบแบบอิสระ

### ๓. การแปลผลการประเมิน

การประเมินผลให้รวมคะแนนจากการวัดทุกข้อของแต่ละบทอ่านมารวมกัน (คะแนนเต็ม ๔๘ คะแนน) ดังนี้

- |             |             |                   |
|-------------|-------------|-------------------|
| บทความที่ ๑ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๙ คะแนน |
| บทความที่ ๒ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๙ คะแนน |
| บทความที่ ๓ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๘ คะแนน |
| บทความที่ ๔ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๘ คะแนน |
| บทความที่ ๕ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๘ คะแนน |
| บทความที่ ๖ | จำนวน ๕ ข้อ | คะแนนเต็ม ๖ คะแนน |

บันทึกผลของคะแนนจากการวัดเป็นรายบุคคล ดังตัวอย่าง



จากนั้นให้นำคะแนนมาเทียบกับเกณฑ์ ดังนี้

เกณฑ์ของระดับคะแนน	ช่วงคะแนน (คะแนนเต็ม ๔๘ คะแนน)	การแปลผล
ร้อยละ ๗๕ - ๑๐๐	๓๖ - ๔๘	ดีมาก
ร้อยละ ๕๐ - ๗๔	๒๔ - ๓๕	ดี
ร้อยละ ๒๕ - ๔๙	๑๒ - ๒๓	พอใช้
ร้อยละ ๐ - ๒๔	๐ - ๑๑	ปรับปรุง