

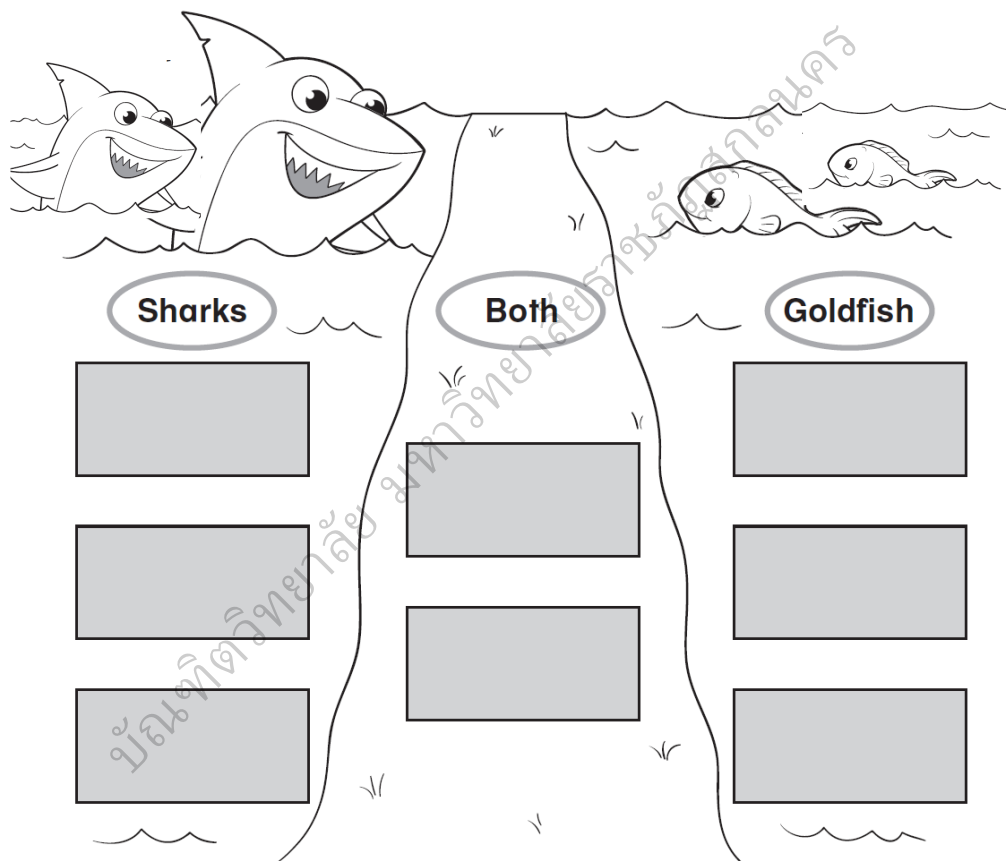
ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

2. Direction : Write phrases to compare sharks and goldfish. Use the information below.

live in saltwater	some weigh more than an elephant	live in freshwater	have gills
can be found in a store	many people have as pets	are fish	have several rows of teeth

Splashy Swimmers



3. Direction : Write the sentences to compare sharks and goldfish using the phrases in Direction A.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

รายวิชาภาษาอังกฤษพื้นฐาน
หน่วยการเรียนรู้ Safety Comes First
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ
เรื่อง Expressing Sympathy
เวลา 3 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

รู้และเข้าใจคำศัพท์เกี่ยวกับอาการบาดเจ็บ สำนวนภาษาที่ใช้ในการแสดงความเห็นใจผู้อื่น การอ่านออกเสียงถูกต้องตามหลักการอ่าน ช่วยให้ใช้ภาษาในการแสดงความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

ตัวชี้วัด

มฐ. ต 1.1 ม. 3/4 เลือก/ระบุหัวข้อเรื่อง-ใจความสำคัญ รายละเอียดสนับสนุน และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและอ่านจากสื่อประเภทต่าง ๆ พร้อมทั้งให้เหตุผลและยกตัวอย่างประกอบ

มฐ. ต 1.2 ม. 3/1 สนทนาและเขียนได้ตอบข้อมูลเกี่ยวกับตนเอง เรื่องต่าง ๆ ใกล้ตัวสถานการณ์ ข่าว เรื่องที่อยู่ในความสนใจของสังคม และสื่อสารอย่างต่อเนื่องและเหมาะสม

มฐ. ต 1.2 ม. 3/2 ใช้คำขอร้อง ให้คำแนะนำ คำชี้แจง และคำอธิบายอย่างเหมาะสม

มฐ. ต 2.1 ม. 3/2 อธิบายเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ ขนบธรรมเนียมและประเพณีของเจ้าของภาษา

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถรู้คำศัพท์ต่อไปนี้ sprain your wrist, bang your head, twist your ankle, cut your finger, break your leg, hurt your back ได้
2. นักเรียนสามารถเขียนแผนผังความคิดเพื่อหาข้อมูลจำเพาะได้
3. นักเรียนสามารถแสดงความเห็นใจเพื่อนเกี่ยวกับอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นได้
4. นักเรียนสามารถเขียนสรุปออกมาเป็นแผนผังความคิดจากเรื่องที่เรียนได้

สาระการเรียนรู้

Vocabulary : sprain your wrist, bang your head, twist your ankle, cut your finger, break your leg, hurt your back

โครงสร้างประโยค : Present Simple, Past Simple, Present Perfect

สำนวน : I hope everything will be OK.

I'm sorry to hear that but I'm sure you'll be all right.

Oh dear! You poor thing!

Cheer up! It might not be that bad!

กิจกรรมการเรียนรู้ (ชั่วโมงที่ 1)

ขั้นก่อนการเขียน (Pre-writing)

1. นักเรียนอ่านชื่อเรื่อง Expressing Sympathy แล้วครูอธิบายว่า Expressing Sympathy เป็นสำนวนภาษาอังกฤษที่ใช้แสดงความเห็นใจ จากนั้นครูให้นักเรียนบอกสำนวนนี้เป็นภาษาไทย

2. ครูอธิบายรูปประโยคที่ใช้ในการสนทนาและให้นักเรียนมีส่วนร่วมโดยการเปลี่ยนคำศัพท์ที่สอดคล้องกับบทสนทนา

3. นักเรียนดูวลีที่เกี่ยวข้องกับอาการบาดเจ็บ แล้วครูให้นักเรียน 2 คน อ่านตัวอย่างการถามและตอบให้เพื่อนฟัง จากนั้นให้นักเรียนจับคู่ แสดงบทสนทนาเกี่ยวกับอาการบาดเจ็บในภาพดังตัวอย่าง ครูสังเกตขณะนักเรียนทำกิจกรรม แล้วสุ่มเรียกนักเรียนบางคู่ ออกมาแสดงบทสนทนาที่หน้าชั้นเรียน



Suggested Answer Key

A: Have you ever banged your head?

B: Yes, I have.

A: How did it happen?

B: I fell off my bike.

A: Have you ever twisted your ankle?

B: Yes, I have.

A: How did it happen?

B: I tripped over.

4. ครูอธิบายเกี่ยวกับเครื่องหมายวรรคตอนให้นักเรียนฟัง
5. นักเรียนบอกความหมายของคำศัพท์ แล้วให้นักเรียนทำงานลงในใบงานที่ 1
6. ครูเปิด CD ให้นักเรียนฟังสำนวนภาษาจากคำศัพท์ที่กำหนด แล้วออกเสียงตาม จากนั้นให้นักเรียนระบุว่าสำนวนใดที่แสดงความเห็นใจ

I'm sorry to hear that

Oh, dear! You poor thing!

7. นักเรียนรวบรวมวลีที่ใช้เกี่ยวกับการได้รับบาดเจ็บ โดยการระดมสมอง อภิปรายร่วมกับครูและสนทนาซักถามระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน
8. นักเรียนระดมสมองเขียนคำศัพท์และวลีเกี่ยวข้องกับอาการบาดเจ็บ มาวางแผนการเขียนลงในใบงานที่ 2

กิจกรรมการเรียนรู้ (ชั่วโมงที่ 2)

ชั้นลงมือเขียน (While-writing)

9. นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 4-5 คน ซึ่งประกอบด้วย คนเก่ง 1 ปานกลาง 2 อ่อน 2 คน
10. นักเรียนนำวลีที่วางแผนไว้ มาเขียนสรุปเป็นผังความคิดแบบใยแมงมุม (A Spider Map) แล้วแต่งประโยคจากคำศัพท์ลงในใบงานที่ 3 เสร็จแล้วส่งครู
11. นักเรียนแลกเปลี่ยนงานเขียนที่ร่างไว้กับเพื่อน เพื่อให้เพื่อนช่วยอ่านทบทวน แก้ไขข้อมูลเพิ่มเติม ข้อมูลงานเขียน การเรียงข้อมูลเพิ่มเติม เสร็จแล้วส่งครู
12. นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอความคิดเห็นจากเรื่องโดยใช้แผนผังความคิด

กิจกรรมการเรียนรู้ (ชั่วโมงที่ 3-4)

ชั้นหลังการเขียน (Post-writing)

13. นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มในใบงานที่ 4
14. นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มในใบงานที่ 5
15. นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานของตนเองหน้าชั้นเรียน ครูช่วยตรวจและแก้ไขการเขียน
16. นักเรียนทำแบบทดสอบท้ายแผน
17. ครูตรวจผลงานโดยต้องผ่านเกณฑ์การเขียนในระดับดี

สื่อการเรียนการสอน

1. ใบความรู้เรื่อง Expressing Sympathy
2. CD
3. ใบงานที่ 1 2 3 4 และ 5
4. แบบทดสอบท้ายแผน

การวัดผลประเมินผล

กิจกรรมที่ประเมิน	เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน	วิธีการประเมิน	เกณฑ์การประเมิน
1. ตรวจสอบผลงานการเขียนรายบุคคล	แบบประเมินทักษะการเขียนตามใบงานที่ 1 2 3 4 5 และแบบทดสอบท้ายแผน	ตรวจสอบผลงานการเขียนรายบุคคลและกลุ่ม	12 คะแนน ดีมาก 9-11 คะแนน ดี 6-8 คะแนน พอใช้ 0-5 คะแนน ปรับปรุง
2. สังเกตพฤติกรรมการเรียน	แบบประเมินการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรายบุคคล	สังเกตพฤติกรรมการเรียนรายบุคคล	12 คะแนน ดีมาก 9-11 คะแนน ดี 6-8 คะแนน พอใช้ 0-5 คะแนน ปรับปรุง
3. สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	แบบประเมินการสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	12 คะแนน ดีมาก 9-11 คะแนน ดี 6-8 คะแนน พอใช้ 0-5 คะแนน ปรับปรุง

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(ดร.วิชาญ เกษเพชร)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองไผ่

บันทึกหลังสอน

.....
.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....
.....

ข้อเสนอแนะ

.....
.....
.....

ลงชื่อ.....

(นางสาวปวีณา แพนบุตร)

ตำแหน่ง ครู

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

ใบความรู้

Expressing Sympathy

Directions: Have you ever had any of the accidents in the pictures? How did it happen? Tell your partner.



1. Sprain your wrist



2. bang your head



3. twist your ankle



4. cut your finger



5. break your leg



6. hurt your back

Express sympathy

- I hope everything will be OK.
- I'm sorry to hear that but I'm sure you'll be all right.
- Oh dear! You poor thing!
- Cheer up! It might not be that bad!

เครื่องหมายวรรคตอน (Punctuation Marks)

Period / Full Stop (.) หรือ เครื่องหมายมหัพภาค

1. ใช้เมื่อจบประโยคในประโยคบอกเล่าหรือประโยคคำสั่ง
2. ใช้หลังอักษรย่อต่าง ๆ หรือคำย่อ เช่น

Dr.(Doctor), Mr.(Mister) และอื่น ๆ

Comma (,) หรือ เครื่องหมายจุลภาค/เครื่องหมายลูกน้ำ

1. ใช้คั่นเพื่อแยกค่านามซ้อน เช่น

Thailand, a country in Asia, is famous for its beautiful temples.

2. ใช้แยกระหว่างคำที่อยู่ในกลุ่มเดียวกัน เช่น

I want a car, a motorcycle, and a bicycle.

3. ใช้แยกคำคุณศัพท์ที่ตามหลังค่านาม เช่น

My girlfriend is slim, tall, and beautiful.

Exclamation Mark (!) หรือ เครื่องหมายอัศเจรีย์

1. ใช้หลังคำอุทานหรือประโยคอุทาน เช่น

Oh! You are so beautiful.

Watch out! Go away!

Apostrophe (') หรือ เครื่องหมายวรรคตอน

- ใช้แสดงความเป็นเจ้าของของค่านามทั้งนามเอกพจน์และนามพหูพจน์ เช่น

The doctor's car, The men's club, Somkiat's dog

- ใช้สำหรับย่อคำ เช่น

can't (cannot), it's (it is), I'd rather (I would rather)

Question Mark (?) หรือ เครื่องหมายปรัศนี

- ใช้กับประโยคคำถาม เช่น

Is that food hot?

Group.....

Worksheet 1

Expressing Sympathy

Directions: Match the words with their meaning.

- | | |
|----------------------------|-------------------------------------|
| 1. sprain your wrist | d. ไทรเรียกรถพยาบาล |
| 2. bang your head | b. ซ้อมือเคล็ด |
| 3. twist your ankle | c. นิ้วขาด |
| 4. cut your finger | d. ร่าเริง |
| 5. break your leg | e. แสดงความเห็นใจ |
| 6. hurt your back | f. เจ็บหลัง |
| 7. call an ambulance | g. ซ้อมเท้าพลิก |
| 8. Cheer up! | h. ขาหัก |
| 9. express sympathy | i. คำแสดงความเสียใจเกี่ยวกับบางสิ่ง |
| 10. Oh dear! | j. ศีรษะกระทบบางสิ่งโดยอุบัติเหตุ |

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยนคร

Group.....

Worksheet 2

Expressing Sympathy

Directions: Read the text “Expressing Sympathy” and complete the table below with the activities of Expressing Sympathy.

Expressing Sympathy

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี

Group.....

Worksheet 3

Expressing Sympathy

Directions: Create a spider map to describe the vocabulary of Expressing Sympathy in your group and make the sentences.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี

Group.....

Worksheet 4

Expressing Sympathy

Directions: Put the punctuation marks to complete the conversation.

Mike : Helen What s wrong with you

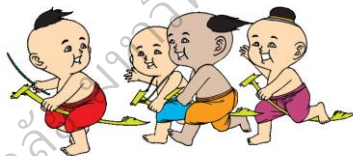
Helen : I hurt my back last night at hockey practice. I can hardly move

Mike : Oh dear You poor things

Helen : I m seeing the doctor this afternoon

Mike : I hope everything will be OK

Helen : Thanks. I'll let you know



Group.....

Worksheet 5

Expressing Sympathy

Directions: Look at the pictures, choose the correct verbs then rewrite.

1. She **cut/broke** her finger while she was peeling onions.

.....

2. She slipped on a banana skin and **twisted/ banged** her ankle.

.....

3. He fell off the ladder and **hurt/cut** his back.

.....

4. She fell off the horse and **broke/banged** her leg.

.....

5. He **sprained/twisted** his wrist while he was playing basketball.

.....

6. As he stood up, he **twisted/banged** his head on the shelf.

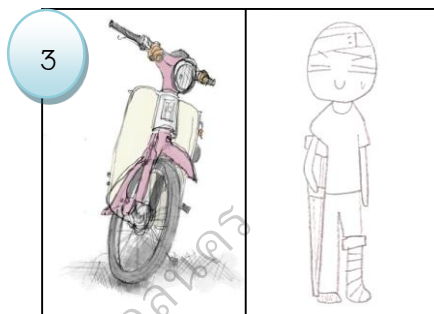
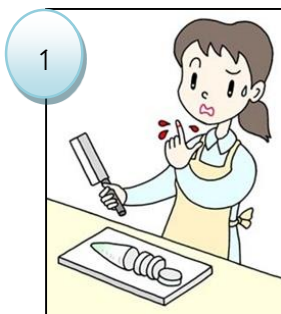
.....

Name.....Class.....No.....

Quiz

Expressing Sympathy

Directions: Look at the pictures and write in the sentences.



- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Answer Worksheet 1

Expressing Sympathy

Directions: Find the meaning in Thai of these words.

1. b
2. j
3. g
4. c
5. h
6. f
7. a
8. d
9. e
10. i

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี

Answer Worksheet 4
Expressing Sympathy

Mike : Helen, What's wrong with you?

Helen : I hurt my back last night at hockey practice. I can hardly move.

Mike : Oh dear! You poor things!

Helen : I'm seeing the doctor this afternoon.

Mike : I hope everything will be OK.

Helen : Thanks. I'll let you know.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

Answer Worksheet 5

Expressing Sympathy

1. cut
2. twisted
3. hurt
4. broke
5. sprained
6. banged

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี

Answer Quiz

Expressing Sympathy

1. She cut her finger while she was peeling cucumber.
2. He slipped on the snow and twisted his ankle.
3. He fell off the motorbike and broke his leg.
4. She sprained her wrist while she was playing volleyball.
5. He fell off the tree and hurt his back.

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุพรรณบุรี

แบบประเมินทักษะการเขียน

ที่	ชื่อ - สกุล	สะกดคำ ถูกต้อง			โครงสร้าง ไวยากรณ์ ถูกต้อง			เขียน เครื่องหมาย และวรรค ตอนถูกต้อง			ความ สมบูรณ์ของ เนื้อหา			รวม คะแนน
		3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	
1														
2														
3														
4														
5														

เกณฑ์การให้คะแนน

- สะกดคำถูกต้อง ให้ระดับคะแนน 3 ระดับ
 ระดับ 3 คะแนน เขียนสะกดคำศัพท์ได้ถูกต้องทุกคำ
 ระดับ 2 คะแนน เขียนสะกดคำศัพท์ผิด 1-4 คำ
 ระดับ 1 คะแนน เขียนสะกดคำศัพท์ผิดมากกว่า 4 คำ
- โครงสร้างไวยากรณ์ถูกต้อง ให้ระดับคะแนน 3 ระดับ
 ระดับ 3 คะแนน เขียนโครงสร้างไวยากรณ์ได้ถูกต้องทุกประโยค
 ระดับ 2 คะแนน เขียนโครงสร้างไวยากรณ์ผิด 1-4 แห่ง
 ระดับ 1 คะแนน เขียนโครงสร้างไวยากรณ์ผิดมากกว่า 4 แห่ง

3. เขียนเครื่องหมายและวรรคตอนถูกต้อง ให้ระดับคะแนน 3 ระดับ
- ระดับ 3 คะแนน เขียนเครื่องหมายและวรรคตอนในประโยคถูกต้องทุกประโยค
- ระดับ 2 คะแนน เขียนเครื่องหมายและวรรคตอนในประโยคผิด 1-4 แห่ง
- ระดับ 1 คะแนน เขียนเครื่องหมายและวรรคตอนในประโยคผิดมากกว่า 4 แห่ง
4. ความสมบูรณ์ของเนื้อหา ให้ระดับคะแนน 3 ระดับ
- ระดับ 3 คะแนน เนื้อหาสมบูรณ์ได้ใจความครบถ้วน
- ระดับ 2 คะแนน เนื้อหาไม่สมบูรณ์แต่ได้ใจความบ้าง
- ระดับ 1 คะแนน เนื้อหาไม่สมบูรณ์ไม่ได้ใจความ

สรุปการประเมินทักษะการเขียน

คะแนน 0-5 ระดับคุณภาพ 0 หมายถึง ปรับปรุง

คะแนน 6-8 ระดับคุณภาพ 1 หมายถึง พอใช้

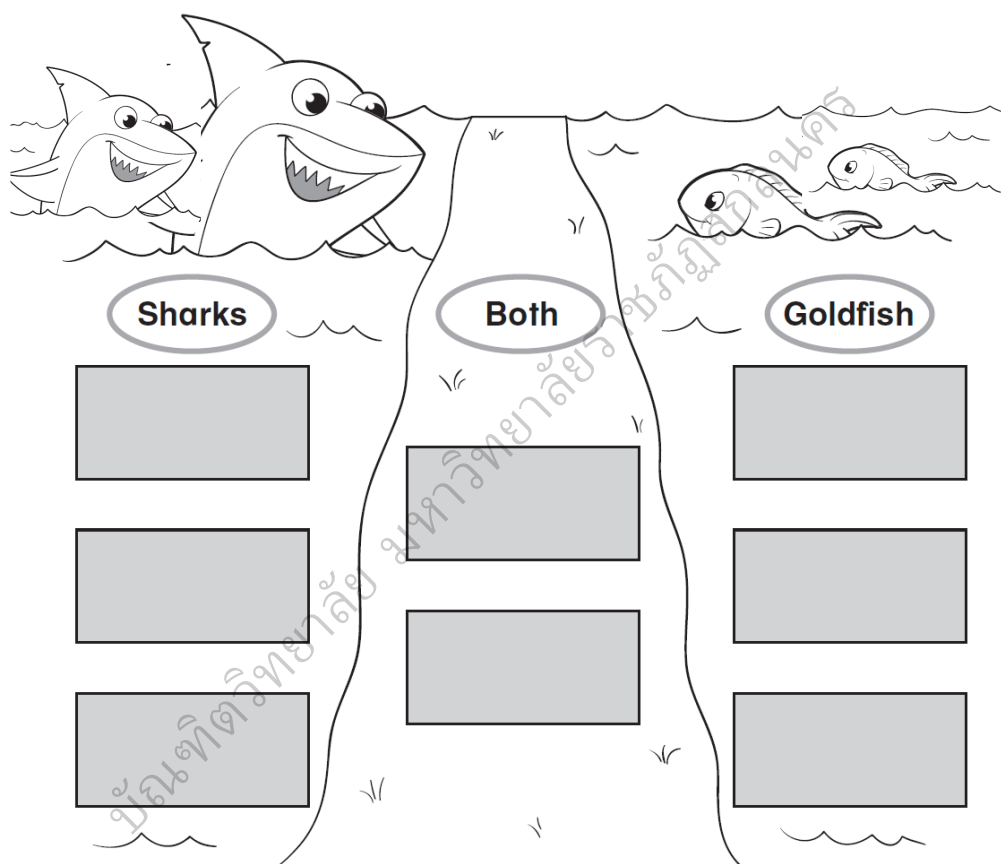
คะแนน 9-11 ระดับคุณภาพ 2 หมายถึง ดี

คะแนน 12 ระดับคุณภาพ 3 หมายถึง ดีเยี่ยม

B. Direction : Write phrases to compare sharks and goldfish. Use the information below.

live in saltwater	some weigh more than an elephant	live in freshwater	have gills
can be found in a store	many people have as pets	are fish	have several rows of teeth

Splashy Swimmers



C. Direction : Write the sentences to compare sharks and goldfish using the phrases in Direction A.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

D. Direction : You are planning to go on a holiday. Write the details below and then rewrite.

- 1. Where are you going?
- 2. When are you going?
- 3. How are you going?
- 4. Who are you going with?
-
- 5. What are you going by?
- 6. Where are you staying?
- 7. When are you getting back?

Rewrite

Topic

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**แบบวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาภาษาอังกฤษ
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านหนองไผ่ อำเภอสว่างแดนดิน
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 2**

คำชี้แจง

1. แบบวัดนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาเจตคติของนักเรียนต่อวิชาภาษาอังกฤษ
2. แบบวัดเจตคติฉบับนี้มี 15 ข้อ
3. แบบวัดเจตคติฉบับนี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด และไม่มีผลต่อคะแนนการเรียน
ของนักเรียนแต่อย่างใด นักเรียนไม่ต้องเขียนชื่อ-สกุล ลงในแบบวัดนี้
4. ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วพิจารณาเลือกคำถาม โดยทำเครื่องหมาย
✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด
5. ขอให้นักเรียนตอบข้อความตามความรู้สึกที่เป็นจริงของนักเรียนที่มีต่อการเรียน
วิชาภาษาอังกฤษ คำตอบนักเรียนจะถือเป็นความลับ และข้อมูลที่ได้จะนำไปใช้ในการวิจัย เพื่อ
ประโยชน์ทางการศึกษาต่อไป

ตัวอย่าง

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
(0)	นักเรียนรู้สึกหนักใจเมื่อถึง ชั่วโมงเรียนภาษาอังกฤษ					✓
(00)	นักเรียนชอบฝึกเขียนประโยค ภาษาอังกฤษกับเพื่อน ๆ	✓				

คำอธิบาย จากตัวอย่าง ข้อ (0) นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง แสดง
ว่านักเรียนไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งว่า นักเรียนรู้สึกหนักใจเมื่อถึงชั่วโมงเรียนภาษาอังกฤษ

จากตัวอย่าง ข้อ (00) นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องเห็นด้วยอย่างยิ่ง
แสดงว่านักเรียนเห็นด้วยอย่างยิ่งว่า นักเรียนชอบฝึกเขียนประโยคภาษาอังกฤษกับเพื่อน ๆ

แบบวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาภาษาอังกฤษ

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
1	เนื้อหาวิชาภาษาอังกฤษยากเกินไปสำหรับนักเรียน					
2	เนื้อหาวิชาภาษาอังกฤษเรียนแล้วน่าเบื่อ					
3	เนื้อหาในบทเรียนสอดคล้องกับสถานการณ์จริง					
4	การเรียนภาษาอังกฤษเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวัน					
5	นักเรียนคิดว่าการศึกษาที่มีความรู้ภาษาอังกฤษดี ถือเป็นสิ่งที่น่าภาคภูมิใจ					
6	นักเรียนได้เรียนรู้วัฒนธรรมของเจ้าของภาษาจากการเรียนภาษาอังกฤษ					
7	การเรียนภาษาอังกฤษไม่ทำให้เสียเวลา					
8	นักเรียนรู้สึกสนุกเวลาทำกิจกรรมการเรียนในชั่วโมงภาษาอังกฤษ					

แบบวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิชาภาษาอังกฤษ

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
9	นักเรียนคิดว่ากิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับภาษาอังกฤษ น่าสนใจ					
10	ถ้ามีโอกาสศึกษาต่อ นักเรียน จะเลือกเรียนภาษาอังกฤษ					
11	ข้าพเจ้าพูดทักทายกับเพื่อน ๆ เป็นภาษาอังกฤษส่วนใหญ่					
12	เมื่อพบเห็นป้ายประกาศหรือ ภาพโฆษณา นักเรียนมัก เลือกอ่านข้อความที่เป็น ภาษาอังกฤษ					
13	นักเรียนอยากให้มีการร้อง เพลง, เกมภาษาอังกฤษทุก ชั่วโมง					
14	การเรียนภาษาอังกฤษ ทำให้ ความคิดกว้างไกล					
15	การสนทนาภาษาอังกฤษ สามารถนำมาใช้ประโยชน์ใน ชีวิตประจำวันได้มาก					