

สัปดาห์ที่ 7

๑ หัวข้อการสอน

5.1 ดัชนีมวลกาย (BMI)

- ๑ รายงานความก้าวหน้าของรายงานกลุ่ม

๑ วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ความรู้ทางคณิตศาสตร์กับเรื่องสุขภาพได้
2. เพื่อให้ศึกษาค่าและแปลผลดัชนีมวลกายได้

๑ กิจกรรมการสอน

1. อาจารย์นำเข้าสู่บทเรียน
2. อาจารย์อธิบายเนื้อหาพร้อมยกตัวอย่าง และ นำเสนอ Powerpoint เรื่อง BMI
3. เปิดโอกาสให้นักศึกษาแสดงความคิดเห็น
4. ให้นักศึกษาตอบคำถามลงใน ใบงานที่ 8
5. ให้นักศึกษาแต่ละกลุ่มรายงานความก้าวหน้ารายงานกลุ่ม

๑ การวัดและประเมินผล

1. สังเกตจากการ ถาม-ตอบ ของนักศึกษา
2. พิจารณาจากการตอบคำถามในใบงานที่ 8 ได้ถูกต้อง 3 ข้อ จาก 5 ข้อ

๑ สื่อการสอน

1. เอกสารประกอบการสอน
2. คอมพิวเตอร์โน้ตบุค ,เครื่องฉาย LCD
3. Powerpoint เรื่องดัชนีมวลกาย (BMI)
4. ใบงานที่ 8

๑ เนื้อหา และคำถาม

5.1.1 ความหมายและสูตรการหาค่าดัชนีมวลกาย

★ ความหมายของดัชนีมวลกาย

★ สูตรการหาค่าดัชนีมวลกาย

5.1.2 การแปลผลค่าดัชนีมวลกาย

5.1.3 ประโยชน์ของดัชนีมวลกาย

ตัวอย่างที่ 1 นักศึกษาหญิงคนหนึ่ง มีน้ำหนัก 50 กิโลกรัม

และ ส่วนสูง 162 เซนติเมตร

1. จงหาค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของนักศึกษาหญิงคนนี้
2. จงแปลผลค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของนักศึกษาหญิงคนนี้

ตัวอย่างที่ 2 ครอบครัวหนึ่ง มีข้อมูลเกี่ยวกับน้ำหนัก และ ส่วนสูง ดังต่อไปนี้

พ่อ มีน้ำหนัก 95 กิโลกรัม และ ส่วนสูง 175 เซนติเมตร

แม่ มีน้ำหนัก 57 กิโลกรัม และ ส่วนสูง 158 เซนติเมตร

ลูก มีน้ำหนัก 30 กิโลกรัม และ ส่วนสูง 130 เซนติเมตร

1. จงหาค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของ พ่อ แม่ และ ลูก
2. จงแปลผลค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของพ่อ แม่ และ ลูก

(หมายเหตุ ให้คำนวณค่าต่างๆ ในรูปทศนิยม 2 ตำแหน่ง)

ใบงานที่ 7

1. จงอธิบายความหมายของดัชนีมวลกาย (BMI)
2. ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เป็นค่าความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งใด
3. ให้นักศึกษาหาดัชนีมวลกายของนักศึกษาเอง
น้ำหนัก...กิโลกรัม และ ส่วนสูง...เมตร

ดังนั้น ดัชนีมวลกาย (BMI) ของนักศึกษา =.....

4. จากข้อ 3 นักศึกษาแปลผลค่า BMI ของนักศึกษาได้อย่างไร
5. การทราบ ถึงดัชนีมวลกาย (BMI) มีประโยชน์อย่างไรกับนักศึกษา

๑ แหล่งข้อมูลอ้างอิง

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัย 12 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
2. <http://hpc12.anamai.moph.go.th/home/hospital/kanhacadatchi.php>
3. www.cerebos.co.th/nutrition/Nutrition_Update_52_2550.pdf
4. นิตยสาร Cerebos ปีที่ 9 ฉบับที่ 52 กันยายน – ตุลาคม 2550