



เครื่องมือวัดและประเมินผล
“ความสามารถในการอ่าน”
(ฉบับนักเรียน)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖
ภาคเรียนที่ ๑ : มิถุนายน ๒๕๖๐

สถาบันภาษาไทย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

ฉบับที่ ๑ การอ่านออกเสียง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านออกเสียงบทร้อยแก้วที่กำหนดให้ ใช้เวลา ๓ นาที

แก้วมังกร

แก้วมังกรเป็นชื่อผลไม้ไทยชนิดหนึ่งในวงศ์กระบองเพชร มีถิ่นกำเนิดทางตอนใต้ของประเทศเม็กซิโก ประเทศไทยเริ่มปลูกไม้ผลชนิดนี้เป็นอาชีพใหม่ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๔๐ ซึ่งในระยะแรก ๆ ผลแก้วมังกรที่เก็บเกี่ยวมีรสชาติไม่ค่อยอร่อยนัก ต่อมาด้วยวิริยอุตสาหะและความสามารถของเกษตรกร รวมทั้งนักวิชาการเกษตรไทย จึงสามารถผลิตผลแก้วมังกรที่มีคุณภาพและรสชาติดีขึ้น แก้วมังกรมีจำหน่ายอยู่ ๓ กลุ่ม คือ กลุ่มเนื้อสีขาว กลุ่มเนื้อสีแดง และกลุ่มเนื้อสีชมพูที่มีลูกผสมพันธุ์ใหม่ชื่อว่า “พังก์ช้อยซ์” คนทั่วไปมักคิดว่าแก้วมังกรเป็นพืชที่ปลูกเลี้ยงง่าย แต่เรื่องจริงแล้ว การปลูกเลี้ยงต้องใช้ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ เพราะการผลิตแก้วมังกรมีศัตรูพืช และอุปสรรคต่าง ๆ รวมทั้งดินฟ้าอากาศ และสิ่งแวดล้อม

ถึงแม้ว่าประเทศไทยสามารถผลิตแก้วมังกรได้ดีในระดับหนึ่ง แต่ก็ยังต้องศึกษาค้นคว้าวิจัยเพื่อการพัฒนาให้ได้ผลดียิ่งขึ้น ผลแก้วมังกรที่ดีควรเป็นผลแก่กำลังพอดี ผลไม่จำเป็นต้องมีขนาดใหญ่ แต่ควรดูสะอาดตาน่ามอง มีรสหวาน และควรรอมเปรี้ยวเล็กน้อย แก้วมังกรมีธาตุอาหารที่พิเศษ คือ อุดมด้วยใยอาหาร และแร่ธาตุจำพวก โพแทสเซียม แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส และแคลเซียม แก้วมังกรเป็นผลไม้สุขภาพ มีสารคล้ำยวุ้นเหลวและเหนียวเล็กน้อย และมีเคมีพืชหลายชนิดซึ่งช่วยต่อต้านอนุมูลเสรีบรรเทาอาการท้องผูก ลดความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ ควบคุมน้ำหนักตัว ทำให้สุขภาพดี และร่างกายแข็งแรง

ฉบับที่ ๒ การอ่านรู้เรื่อง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนอ่านเรื่องที่กำหนดให้แล้วตอบคำถาม โดยเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. หน้าคำตอบที่ถูกต้อง ใช้เวลา ๓๐ นาที

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑ - ๓

ร่างกายเราไม่สามารถสร้างวิตามินซีได้เอง จำเป็นต้องได้รับสารอาหาร วิตามินซี เป็นสารต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ที่ช่วยเพิ่มภูมิชีวิตได้เป็นอย่างดี เพราะสามารถป้องกัน และรักษา การอักเสบอันเนื่องมาจากแบคทีเรีย

ผลไม้ตระกูลส้ม เช่น มะนาว มะขามป้อม และส้มโอ เป็นแหล่งสำคัญของวิตามินซี จากธรรมชาติ ในมะขามป้อมมีปริมาณสูงถึง ๔๐ เปอร์เซ็นต์ มะขามป้อม ๑ ผล มีวิตามินซี เท่ากับส้ม ๒ ผล มะขามป้อมมีฤทธิ์ต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ ต้านไวรัส HIV แก้อาการอักเสบ ลดความดันโลหิต ยับยั้งการก่อสายพันธุ์ทำให้ป้องกันเซลล์ร่างกายเปลี่ยนเป็นเซลล์มะเร็ง ต้านอนุมูลอิสระ ป้องกันตับและไตจากอันตรายของสารพิษ

๑. ใจความสำคัญของข้อความนี้คือข้อใด

- ก. มะขามป้อมเป็นวิตามินจากธรรมชาติและให้วิตามินดีสูง
- ข. มะขามป้อมเป็นผลไม้ตระกูลส้มที่มีวิตามินสูงและป้องกันไวรัส
- ค. มะขามป้อมมีวิตามินสูงมีประโยชน์ทางการแพทย์และใช้รักษาโรค
- ง. มะขามป้อมมีสารต้านอนุมูลอิสระและช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันแก่ร่างกาย

๒. ความสำคัญของวิตามินซีคืออะไร

- ก. มีภูมิคุ้มกันแบคทีเรีย
- ข. มีสารยับยั้งการอักเสบ
- ค. ป้องกันความดันโลหิต
- ง. ป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่

๓. จากข้อความข้างต้นข้อใด **ไม่ใช่** ข้อเท็จจริง

- ก. วิตามินซีได้มาจากผลไม้ตระกูลส้ม
- ข. มะขามป้อมมีฤทธิ์ต้านไวรัส HIV
- ค. มะขามป้อม ๑ ผล เท่ากับส้ม ๒ ผล
- ง. วิตามินซีเป็นสารต้านอนุมูลอิสระในร่างกายที่ช่วยเพิ่มพูนชีวิตได้เป็นอย่างดี

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๔ - ๗

ชายชาวจีนคนหนึ่งหาบน้ำสองใบเพื่อไปตักน้ำที่ลำธารทุกวัน ถังน้ำใบหนึ่งมีรอยแตก และอีกใบหนึ่งไม่มีรอยแตก เมื่อหาบน้ำถึงบ้าน ใบที่ไม่มีรอยแตกสามารถบรรจุน้ำได้เต็มถึง แต่ถังน้ำอีกใบหนึ่งที่มีรอยแตกจะเหลือน้ำอยู่เพียงครึ่งถึง เหตุการณ์เป็นเช่นนี้ ผ่านไป ๑ ปี ทำให้ถังที่มีรอยแตกรู้สึกอับอายและขมขื่นต่อความบกพร่องของตนเองที่ไม่สามารถทำหน้าที่ ได้สมบูรณ์ วันหนึ่งมันได้พบกับชายชาวจีนที่ข้างลำธารว่ามันรู้สึกอับอาย เพราะรอยแตก ด้านข้างของมันทำให้น้ำไหลออกมาตลอดเส้นทางที่กลับไปบ้าน ชายชาวจีนกลับตอบว่าเขารู้ว่า ถังน้ำมีรอยแตก เขาจึงหว่านเมล็ดพันธุ์ดอกไม้ไว้ข้างทาง และเอาถังที่มีรอยแตกรดน้ำเมล็ดพันธุ์ ดอกไม้ที่งอกขึ้น ถังที่มีรอยแตกเป็นผู้รดน้ำดอกไม้เหล่านั้นจนมีดอกสวยงาม และเขาก็ได้เก็บ ดอกไม้สวยงามเหล่านั้นมาขายเลี้ยงชีพและทำให้บ้านสดชื่น

๔. การกระทำของชาวจีนคนนี้แสดงให้เห็นอะไร

- ก. ความรอบคอบ
- ข. ความรับผิดชอบ
- ค. ความขยันขันแข็ง
- ง. ความเฉลียวฉลาด

๕. ใจความสำคัญของข้อความนี้คืออะไร

- ก. ความพยายามของชายชาวจีนที่ไปตักน้ำที่ลำธารทุกวัน
- ข. การกระทำของชายชาวจีนเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์ของถังน้ำ
- ค. ความรู้สึกของถังน้ำที่มีรอยแตกที่ไม่สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่
- ง. ความภาคภูมิใจของถังน้ำที่มีรอยแตกที่รดน้ำดอกไม้ให้มีดอกสวยงาม

๖. ผู้อ่านข้อความนี้ได้ข้อคิดอะไร

- ก. ความรับผิดชอบทำให้งานสำเร็จ
- ข. ทุกอย่างสามารถทำให้มีคุณค่าได้
- ค. คนขยันจะทำให้ประสบความสำเร็จ
- ง. ดอกไม้สวยงามได้เพราะได้รับการดูแล

๗. ข้อคิดจากนิทานเรื่องนี้ นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ในเรื่องใด

- ก. การให้กำลังใจผู้อื่นเป็นสิ่งที่ดี
- ข. การปรับใช้สิ่งของที่มีอยู่ให้คุ้มค่า
- ค. การมองโลกในแง่ดีทำให้มีความสุข
- ง. การกระทำสิ่งใดต้องใช้เวลาอดทนจึงจะสำเร็จ

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๘ - ๑๐

น้ำมีความสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็น ในแต่ละวันเราต้องดื่มน้ำให้เพียงพอเพื่อเติมออกซิเจนให้แก่อวัยวะต่าง ๆ โดยเฉพาะสมองที่ต้องการออกซิเจนมากถึง ๑ ใน ๓ ของความต้องการออกซิเจนทั้งหมดของร่างกาย

น้ำมีบทบาทสำคัญที่สุดตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน ทั้งช่วยกระตุ้นการขับถ่าย ลำเลียงอาหาร ลดความตึงเครียด คั้นความสดชื่นภายหลังออกกำลังกาย และให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายในยามเข้านอน

โดยปกติเราควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวในขณะนั้น เช่น อากาศหรือสภาพอากาศที่ร้อนและแห้ง ร่างกายจะสูญเสียน้ำทางผิวหนังและลมหายใจมากกว่าปกติ ดังนั้นผู้ที่อยู่กลางแจ้งและในห้องปรับอากาศที่เย็นจัดจะต้องการน้ำมากกว่าคนที่อยู่ในที่ร่มหรือในห้องที่อุ่นสบายหรือผู้ที่ออกกำลังกาย มีไข้ ท้องเสีย อาเจียน ก็ควรดื่มน้ำเพื่อชดเชยการสูญเสียน้ำด้วย

๘. ข้อความนี้ไม่ได้กล่าวเกี่ยวกับเรื่องใดของการดื่มน้ำ

- ก. อาการของคนขาดน้ำ
- ข. น้ำที่ควรดื่มในแต่ละวัน
- ค. ประโยชน์ของน้ำต่อร่างกาย
- ง. สภาพอากาศมีผลต่อความต้องการน้ำ

๙. จากข้อความนี้ ปริมาณการดื่มน้ำขึ้นอยู่กับอะไร

- ก. อารมณ์ของคนแต่ละวัย
- ข. การสูญเสียน้ำของร่างกาย
- ค. โรคที่ทำให้เกิดการสูญเสียน้ำ
- ง. ระยะเวลาของการออกกำลังกาย

๑๐. ข้อใดเป็นข้อคิดเห็น

- ก. ควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ ๘ แก้ว
- ข. ร่างกายจะสูญเสียน้ำทางผิวหนังและลมหายใจ
- ค. น้ำเป็นความสำคัญและเป็นสิ่งจำเป็นต่อร่างกาย
- ง. คนที่อยู่กลางแจ้งต้องการน้ำมากกว่าคนที่อยู่ในร่ม

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๑ - ๑๓

กรมอนามัยเตือนเลี้ยงกินไข่ดิบ เพราะเสี่ยงปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์ อันตรายต่อสุขภาพ ไข่ขาวไม่สุก ขบวนการดูดซึม ไบโอดีทิน ย่อยยาก และได้รับสารอาหารที่เป็นประโยชน์จากไข่ไม่เต็มที่ แนะนำควรกินควบคู่อาหารอื่นเพื่อให้ได้สารอาหารครบถ้วน เน้นใส่ผัก เลียงหวาน มัน เค็ม ไข่ไก่ ๑ ฟอง ให้พลังงาน ๘๐ กิโลแคลอรี มีโปรตีน ๗ กรัม มีกรดอะมิโนที่จำเป็นต่อร่างกายครบถ้วน เป็นแหล่งของแร่ธาตุและวิตามินที่สำคัญ เช่น ธาตุเหล็ก แคลเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินเอ วิตามินบี ๑ บี ๒ บี ๖ วิตามินดี วิตามินอี โฟเลต เลซิธิน ลูทีน และซีแซนทีน

๑๑. จากข้อความนี้ ควรปฏิบัติตามในข้อใดจึงจะช่วยลดความเสี่ยงที่จะเกิดอันตรายต่อสุขภาพได้ดีที่สุด

- ก. ไข่ลวกขนมปัง
- ข. ยำไข่ดาวยางมะตูม
- ค. ผัดมะเขือเทศกับไข่
- ง. ไข่ดาวที่มีไข่แดงเป็นยางมะตูม

๑๒. คำกล่าวใดไม่ถูกต้อง

- ก. ไข่ต้มทำให้ได้รับสารอาหารครบถ้วน
- ข. ไข่ดิบมีไขมันมากโดยเฉพาะไข่แดง
- ค. อาจได้รับเชื้อจุลินทรีย์ที่เป็นอันตรายจากไข่
- ง. ไข่ดิบมีกรดอะมิโนที่จำเป็นต่อร่างกาย

๑๓. ข้อใดเป็นข้อคิดเห็น

- ก. กรมอนามัยเตือนเลี้ยงกินไข่ดิบ
- ข. ไข่ไก่ ๑ ฟอง ให้พลังงาน ๘๐ กิโลแคลอรี
- ค. ไข่ไก่เป็นแหล่งแร่ธาตุและวิตามินที่สำคัญ
- ง. ไข่ไก่มีกรดอะมิโนที่จำเป็นต่อร่างกายครบถ้วน

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๔ - ๑๗

น้ำตาของคนเรานั้น มีประโยชน์ในการช่วยเคลือบและคลุมผิวตาไม่ให้แห้ง หล่อลื่นดวงตาให้เกิดความสบายตา ลดการระคายเคืองทุกครั้งที่เรากะพริบตา และที่สำคัญ คือ มีสารซึ่งมีคุณสมบัติฆ่าเชื้อโรค หากน้ำตาน้อย ทำให้เกิดภาวะตาแห้ง ส่งผลให้เกิดความไม่สบายตาและตามัว เพราะกระจกตาไม่เรียบใส ผิวกระจกตาอักเสบจะทำให้มีอาการระคายเคืองและตาพร่ามัวได้

สาเหตุภาวะตาแห้ง คือ คนที่มีอายุมากการสร้างน้ำตาจะลดลง หรือการรับประทานยาบางอย่าง เช่น ยาแก้แพ้ ยาคลายเครียด การใส่คอนแทคเลนส์ที่ไม่มีคุณภาพหรือไม่ถูกวิธี ภูมิแพ้ ที่ตา หนังตาหรือเยื่อตาอักเสบเรื้อรังผู้ที่เคยทำเลสิก ผ่าตัดตา ผู้มีปัญหาหลับตาไม่สนิท รวมถึงช่วงหน้าหนาวที่อากาศแห้ง ลมแรง ตีมน้ำน้อยการอ่านหนังสือหรือใช้คอมพิวเตอร์นาน ๆ ก็สามารถทำให้น้ำตาระเหยไปได้เช่นกัน

การป้องกันตาแห้งคือผู้ที่ต้องใช้สายตาหรืออยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์ทั้งวันควรพักสายตาทุก ๓๐ - ๖๐ นาที ด้วยการหลับตา ๑ - ๒ นาที กะพริบตาบ่อย ๆ ผู้ที่ใส่คอนแทคเลนส์ก็ไม่ควรใส่นานเกิน ๘ ชั่วโมงต่อวัน ผู้ที่ต้องรับประทานยาแก้แพ้เป็นประจำ อาจจำเป็นต้องใช้น้ำตาเทียมช่วยตีมน้ำมาก ๆ หลีกเลี้ยงที่มีลมแรง แต่ถ้าต้องอยู่ในที่อากาศแห้ง ร้อน หรือมีลมพัด ควรสวมแว่นเพื่อกันแดดและลม ควรรับประทานอาหารที่ช่วยบำรุงสายตา พวกผัก ผลไม้ ปลาหรืออาหารทะเลที่มีกรดไขมันที่จำเป็นหรือ โอเมก้า ๓ และพักสายตาเป็นระยะ ๆ ไม่ใช้สายตาติดต่อกันนาน ๆ หลายชั่วโมง และกะพริบตาบ่อย ๆ ให้น้ำตาเคลือบตาตลอดเวลา

๑๔. ใจความสำคัญของย่อหน้าแรกคืออะไร

- ก. อาการของโรคตา
- ข. การป้องกันโรคตา
- ค. ประโยชน์ของน้ำตา
- ง. ความสำคัญของดวงตา

๑๖. สรุปความของย่อหน้าสุดท้ายเกี่ยวกับเรื่องใด

- ก. ยาที่รักษาโรคตา
- ข. อาหารที่ช่วยบำรุงสายตา
- ค. วิธีการไม่ให้เกิดน้ำตาแห้ง
- ง. คอมพิวเตอร์ทำลายสายตา

๑๕. จากข้อความนี้ โรคตาแห้งเกิดจากอะไร

- ก. การที่ดวงตาขาดน้ำตา
- ข. การใช้ดวงตาไม่ถูกต้อง
- ค. การขาดการบำรุงสายตา
- ง. ใส่คอนแทคเลนส์ในขณะอ่านหนังสือ

๑๗. ข้อใดเป็นวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมเพื่อป้องกันอาการตาแห้ง

- ก. ใส่แว่นกันแดดตลอดเวลา
- ข. หยอดน้ำตาเทียมเป็นประจำ
- ค. พักสายตาในการอ่านหนังสือนาน ๆ
- ง. ใส่คอนแทคเลนส์ในช่วงเวลากลางวัน

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม ข้อ ๑๘ - ๒๐

โยเกิร์ตอร่อยดี กินได้ทุกวัน ช่วยทำให้รูปร่างดี มีทั้งแบบผสมวุ้นมะพร้าว และผสมลูกพรุน ช่วยทำให้การขับถ่ายดีขึ้น มีโปรตีนมากกว่านมปกติ ทำให้ท้องไม่อืด หรือใช้พอกหน้าเพื่อบำรุงผิว ส่วนประกอบของโยเกิร์ตมีนมโคสดแท้ โยอาหาร และแอลคาร์นิทีน และยังผสมเนื้อผลไม้แท้ที่มีแอลคาร์นิทีน ๖๕ - ๖๘ มก. ต่อหนึ่งถ้วยแคลอรี ๘๐ กิโลแคลอรี และไขมันร้อยละ ๐ ราคาเพียงถ้วยละ ๑๐ บาทเท่านั้น

๑๘. ข้อใดเป็นข้อคิดเห็น

- ก. ราคาถ้วยละ ๑๐ บาท
- ข. โยเกิร์ตอร่อยดี กินได้ทุกวัน
- ค. โยเกิร์ตมี ๓ ชนิด ผสมวุ้นมะพร้าว และผสมลูกพรุน
- ง. ส่วนประกอบของโยเกิร์ตมีนมโคสดแท้ โยอาหาร และแอลคาร์นิทีน

๑๙. คำกล่าวใดไม่ถูกต้องตามข้อความนี้

- ก. โยเกิร์ตดีมากกว่านมเพราะไม่ทำให้ท้องอืด
- ข. โยเกิร์ตช่วยให้การขับถ่ายดีขึ้นเพราะมีโยอาหารสูง
- ค. โยเกิร์ตมีแอลคาร์นิทีนและมีแคลอรี ๘๐ กิโลแคลอรี
- ง. โยเกิร์ตมีโปรตีนมากกว่านมและทำมาจากนมโคสดแท้

๒๐. ข้อความนี้ไม่ได้กล่าวถึงข้อใด

- ก. ราคาขาย
- ข. วิธีการผลิต
- ค. ส่วนประกอบ
- ง. ชนิดของโยเกิร์ต