



HAPPY WORKOUT

ออกกำลังกายอย่างมีความสุข



เสริมประสบการณ์การเรียนรู้คำศัพท์และประโยคภาษาอังกฤษง่ายๆ
พร้อมคำอ่าน-คำแปล เหมาะสำหรับเด็กอายุ 6-12 ปี

แบบฝึกภาษาอังกฤษพร้อมคำอ่าน-คำแปล

Happy Work Out

ออกกำลังกายอย่างมีความสุข



Author : Dr.Watcharee Tricharoenkullpak,Ph.D.

Artist : Chea Sreymom

Published by : Pimwalee Published

Copyright By Watcharee © 2025. All Rights Reserved.

คำนำ (Introduction)

Happy Work Out is a fun and simple book that helps children enjoy exercise every day. Children will learn easy movements, short conversations, and useful words about staying healthy.

This book encourages children to move their bodies, smile, and feel happy while exercising. We hope every child enjoys learning, playing, and growing strong with this book.

แฮปปี้ เวอร์ก เอาต์ อีส อะ ฟัน แอนด์ ซิมเพิล บุ๊ก แดต เฮลป์ส ซิลเดรน เอนจอย
เอ็กเซอร์ไซส์ เอฟรี เดย์. ซิลเดรน วิล เลิร์น อีซี มูฟเม้นต์ส ชอร์ต
คอนเวอร์เซชันส์ แอนด์ ยูสฟูล เวอร์ดส อะเบาท์ สเตย์อิง เฮลธี.
ดิส บุ๊ก เอ็นเคอเรจิส ซิลเดรน ทู มูฟ แดร์ บอดีส์ สไมล์ แอนด์ ฟील
แฮปปี้ ไวล์ เอ็กเซอร์ไซซิง. วี โฮป เอฟรี ชาイルด์ เอนจอยส์ เลิร์นนิ่ง เพลย์อิง
แอนด์ โกรวอิง สตรอง วิธ ดิส บุ๊ก.

Happy Work Out เป็นหนังสือที่สนุกและเข้าใจง่าย ช่วยให้เด็ก ๆ สนุกกับการออกกำลังกายในทุกวัน. เด็ก ๆ จะได้เรียนรู้ท่าทางง่าย ๆ บทสนทนาสั้น ๆ และคำศัพท์เกี่ยวกับการมีสุขภาพดี. หนังสือเล่มนี้ส่งเสริมให้เด็กขยับร่างกาย ยิ้ม และมีความสุขไปพร้อมกับการออกกำลังกาย. เราหวังว่าเด็กทุกคนจะสนุกกับการเรียนรู้การเล่น และการเติบโตอย่างแข็งแรงไปกับการอ่านหนังสือเล่มนี้

🌐 ประโยคง่าย ๆ (Simple story)

I like to work out.

ฉันชอบออกกำลังกาย

Exercise makes me happy.

การออกกำลังกายทำให้ฉันมีความสุข

I move my body every day.

ฉันขยับร่างกายทุกวัน

I am strong and healthy.

ฉันแข็งแรงและสุขภาพดี