

**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่** 1  **การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์**

**1. สาระสำคัญ**

การเจริญเติบโต หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านขนาดรูปร่างและปริมาณ ส่วนพัฒนาการ หมายถึง กระบวนการเจริญเติบโตในด้านต่าง ๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนอย่างต่อเนื่องกันตลอดชีวิต เราจึงต้องดูแลตนเองให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

**•** อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (พ 1.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายความหมายและความสำคัญของการเจริญเติบโตและพัฒนาการอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักถึงความสำคัญของการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย (A)

3. สามารถสื่อสารเพื่ออธิบายความหมายและความสำคัญของการเจริญเติบโตและพัฒนาการตาม

วัยอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ทดสอบก่อนเรียนและ  หลังเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา | • แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 | – |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของการเจริญเติบโตและพัฒนาการ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดสรุปความหมายและ  ความสำคัญของการ  เจริญเติบโตและพัฒนาการ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมเล่าเรื่องการเจริญเติบโตของตนเอง | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. พัฒนาการทางด้านร่างกาย

2. พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

3. พัฒนาการทางด้านสังคม

4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. นักเรียนจำแนกความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง

2. นักเรียนทุกคนชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงและเปรียบเทียบการเจริญเติบโตกับเกณฑ์

มาตรฐาน

3. นักเรียนเสนอวิธีปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการด้านร่างกาย และอธิบายผลที่

เกิดขึ้น

4. นักเรียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม

5. นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านสังคม

และสติปัญญาและสรุปเป็นแผนภาพความรู้

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

เมื่อร่างกายเจริญเติบโตควรมีการปรับตัวและปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเพศและวัย

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

• นักเรียนลองสังเกตเปรียบลักษณะของตนเองจากภาพถ่ายในวัยเด็กเล็กและภาพถ่ายในปัจจุบันว่า มีการเจริญเติบโตอย่างไรบ้างและจดบันทึกลงในสมุดบันทึก และนำมารายงานผลหน้าชั้นเรียนในชั่วโมงต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพการเจริญเติบโตของบุคคลตั้งแต่วัยเด็ก วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่

2. ภาพถ่ายในวัยเด็กและวัยปัจจุบันของนักเรียน

3. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช

จำกัด

4. สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด

5. แบบฝึกทักษะ รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกาย**

**1. สาระสำคัญ**

การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยเรียนยังคงเป็นไปอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ สัดส่วนทางร่างกายในส่วนศีรษะยังคงใหญ่กว่าส่วนลำตัวเมื่อเทียบตามสัดส่วน ลำตัว แขน ขายาวออก เด็กหญิงจะโตกว่าเด็กชาย และมีฟันแท้ขึ้นแทนฟันน้ำนม

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

**•** อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (พ 1.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกายของเด็กวัยเรียนอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในเรื่องการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกายตามวัย (A)

3. ดูแลตนเองให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกายตามวัย (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกาย | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมตอบคำถามเรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางร่างกาย | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมชั่งน้ำหนักและ  วัดส่วนสูง | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ตามดุลยพินิจของครู |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมวิเคราะห์และทำ  เครื่องหมายภาพการเจริญ  เติบโต | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

การปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านร่างกาย

6. **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

. ครูเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการเป็นสิวของตนเองให้นักเรียนฟัง ดังนี้

“ เมื่ออายุ 11 ปี ครูชอบเล่นฟุตบอลมากแต่หลังจากเล่นฟุตบอลแล้ว   
ครูไม่ชอบล้างหน้าจนกว่าจะอาบน้ำทำให้ใบหน้าครูมีแต่สิวเต็มไปหมด”

จากนั้นครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าว ดังนี้

ครูชอบเล่นกีฬาชนิดใด **(ฟุตบอล)**

- ครูจะล้างหน้าเมื่อทำกิจกรรมใด **(อาบน้ำ)**

- ผลจากการกระทำของครูเป็นอย่างไร **(ทำให้เป็นสิว**)

- นักเรียนคิดว่าครูควรปฏิบัติตนอย่างไรจึงจะไม่เป็นสิว **(ควรล้างหน้าชำระล้างสิ่งสกปรกหลังจากเล่นฟุตบอลทันทีเพื่อป้องกันสิว)**

- สิว เป็นปัญ­หาที่เกิดขึ้นกับวัยใดมากที่สุด **(วัยรุ่น)**

จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า การทำความสะอาดใบหน้าด้วยการล้างหน้าจะช่วยในการป้องกันสิว ถือว่าเป็นการปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายทำให้มีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่ดี

2. ครูนำภาพเด็กที่มีร่างกายแคระแกร็น 1 ภาพ ภาพเด็กที่มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงตามวัย 1 ภาพ ติดลงบนกระดานให้นักเรียนดู แล้วครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพเด็กทั้งสองคน ดังนี้

- ภาพที่ 1 มีพัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ตัวเล็กกว่าปกติ ร่างกายอ่อนแอ มีพัฒนาการด้านร่างกายไม่สมวัย)**

- ภาพที่ 2 มีพัฒนาการทางด้านร่างกายเป็นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ สมบูรณ์แข็งแรง เจริ­ญเติบโตตามวัย)**

- ภาพที่ 1 กับภาพที่ 2 มีพัฒนาการทางด้านร่างกายเหมือนหรือแตกต่างกัน **(แตกต่างกัน)**

- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงสมวัย **(ตัวอย่างคำตอบ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบทั้ง 5 หมู่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ)**

3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านร่างกายของกลุ่มตนเอง เมื่อได้ข้อมูลแล้วสรุปลงในแผนภาพความรู้และส่งผู้แทนออกมานำเสนอข้อมูลหน้าชั้นเรียนทีละกลุ่ม เพื่อให้เพื่อนกลุ่มอื่นช่วยตรวจสอบและนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองแล้ว ครูนำข้อมูลที่ได้มาสรุปลงในแผนภาพบนกระดานดังนี้

ดูแลรักษาความสะอาดร่างกายสวมใส่เสื้อผ้าที่สะอา

รับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพียงพอต่อร่างกาย

นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ

ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับ

เพศและวัยอย่างสม่ำเสมอ

**การปฏิบัติตนที่**

**เหมาะสมกับ**

**พัฒนาการทาง**

**ด้านร่างกาย**

4. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพื่อสรุปเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านร่างกาย โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงสมวัย **(ตัวอย่างคำตอบ นอนหลับและพักผ่อนอย่างเพียงพอ รับประทานอาหารที่มีคุณค่า)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านร่างกายจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ สุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงตามวัย จิตใจเบิกบานร่าเริงแจ่มใส)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนไม่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านร่างกายจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายอ่อนแอ เป็นโรคง่าย จิตใจไม่ร่าเริงแจ่มใส)**

5. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

พัฒนาการทางด้านร่างกายของแต่ละบุคคลแตกต่างกันไปตามช่วงวัยและเพศจึงจำเป็นต้องดูแลและปฏิบัติตนให้เหมาะสมเพื่อการมีพัฒนาการทางด้านร่างกายที่ดีสามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

6. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- มีการปฏิบัติอะไรบ้างที่ช่วยให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง

7. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการทางด้านร่างกาย

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

การรายงานผลงานกลุ่มหน้าชั้นเรียน ผู้แทนของกลุ่มใดที่สามารถรายงานหรือนำเสนอข้อมูลได้ดี ครูให้คำชมเชย และให้เพื่อน ๆ ร่วมกันปรบมือ

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

• มอบหมายให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม*วิเคราะห์และทำเครื่องหมายภาพการเจริญเติบโต* ดังรายละเอียด

ในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 มาล่วงหน้า

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. รายงานการจดบันทึกการสังเกตภาพถ่ายในวัยเด็กเล็กและภาพถ่ายในปัจจุบันของนักเรียน

2. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด

3. สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด

4. แบบฝึกทักษะ รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ป. 4 บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช จำกัด

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจ**

**1. สาระสำคัญ**

เด็กวัยเรียนเป็นวัยที่มีการปรับตัวตามสภาพแวดล้อมโดยเฉพาะในโรงเรียน จึงทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ อารมณ์ไม่มั่นคง

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (พ 1.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจของเด็กวัยเรียนอย่าง

ถูกต้องได้ (K)

2. ศึกษาในเรื่องการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจของเด็กวัยเรียนด้วยความสนใจ (A)

3. แสดงวิธีการดูแลตนเองให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจตามวัยด้วยทักษะที่ ถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางอารมณ์และจิตใจ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่ความคิดสรุปลักษณะอารมณ์และจิตใจของตนเอง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมบันทึกความรู้  เรื่อง การเจริญเติบโตและ  พัฒนาการทางอารมณ์และ  จิตใจตามวัยจากสมุดบันทึก  ของนักเรียน | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

**6.** **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ของนักเรียน โดยครูใช้คำถาม ดังนี้ - นักเรียนเคยได้รับคำชมเชยหรือไม่ อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคย โดยพ่อแม่กล่าวคำชมเชยที่ช่วยทำงานบ้าน)**

นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อได้รับคำชมเชย **(ตัวอย่างคำตอบ ดีใจ มีความสุข)**

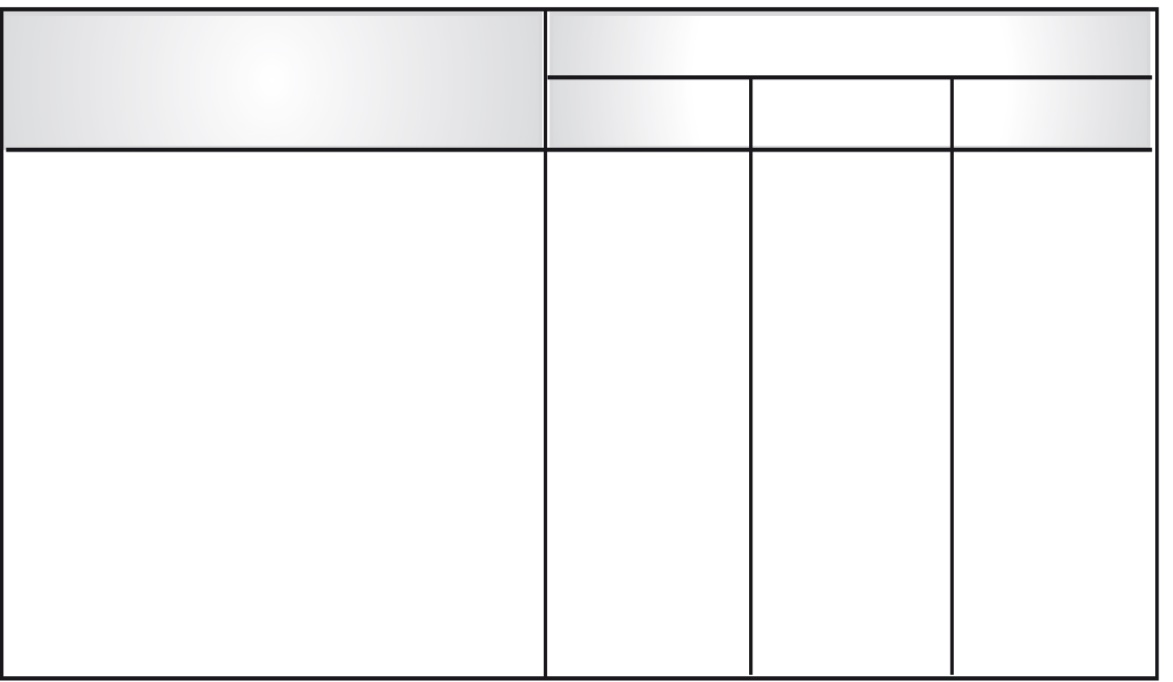
- นักเรียนเคยถูกตำหนิหรือไม่ อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคย โดยถูกแม่ตำหนิเมื่อรังแกน้อง)**

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อถูกตำหนิ **(ตัวอย่างคำตอบ เสียใจ ไม่ชอบใจ)**

- นักเรียนต้องการได้รับคำชมเชยหรือคำตำหนิ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ คำชมเชยเพราะฟังแล้วทำให้จิตใจสดชื่น มีความสุข)**

- นักเรียนจะปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อให้ได้รับคำชมเชย **(ตัวอย่างคำตอบ ปฏิบัติตนเป็นเด็กดี)**

2. ให้นักเรียนทำแบบสำรวจพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ โดยครูแจกแบบสำรวจให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น



การแสดงออก

บางครั้ง

ลักษณะจิตใจและอารมณ์

ไม่เคย

เป็นประจำ

1. โกรธง่าย

2. ต้องการคำชมเชย

3. เสียงดังเมื่อไม่พอใจ

4. ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับ

5. ชอบเล่นรวมกลุ่มกับเพื่อน

จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ใดบ้างที่นักเรียนแสดงออกเป็นประจำ   
**(ตัวอย่างคำตอบ ต้องการคำชมเชย ชอบเล่นรวมกลุ่มกับเพื่อน)**

- พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ใดบ้างที่นักเรียนแสดงออกเป็นบางครั้ง   
**(ตัวอย่างคำตอบ โกรธง่าย เสียงดังเมื่อไม่พอใจ)**

- พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ใดบ้างที่นักเรียนไม่เคยปฏิบัติ **(ตัวอย่างคำตอบ ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับ)**

นักเรียนควรปรับปรุงการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ของตนเองในข้อใดบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ โกรธง่าย เสียงดังเมื่อไม่พอใจ)**

3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า สมาชิกภายในกลุ่มของตนเองมีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์อะไรบ้าง และสรุปออกมาเป็นแผนภาพ เสร็จแล้วให้แต่ละกลุ่มนำผลงานของกลุ่มตนเองมานำเสนอที่หน้าชั้นเรียนทีละกลุ่ม  
จนครบทุกกลุ่ม

จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ โดยครูเลือกผู้แทนนักเรียนออกมาบันทึกข้อมูลในแผนภาพความรู้ลงบนกระดาน ดังนี้

สนใจกับความรู้สึกของผู้อืนโดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน

อารมณ์อ่อนไหวได้ง่ายแต่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี

**พัฒนาการทางด้าน**

**จิตใจและอารมณ์**

เริ่มสนใจเพศตรงข้าม

อยากเป็นตัวของตัวเอง

สนใจตนเองมากขึ้น

รักสวยรักงาม

ต้องการได้รับการยกย่อง

แต่ไม่ชอบการเปรียบเทียบ

ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน

ต้องการเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

4. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

ช่วงวัย 9-12 ปี เป็นช่วงวัยที่มีการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์อย่างหลากหลาย ตามลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัย

5. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้าทุกคนใช้อารมณ์ที่รุนแรงไม่รักใคร่กัน ประเทศของเราจะเป็นอย่างไร

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

ครูให้นักเรียนหาข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันพิจารณาหัวข้อเพื่อนำมาโต้วาทีกัน โดยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม ฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายเสนอ อีกฝ่ายหนึ่งเป็นฝ่ายค้าน ให้แต่ละฝ่ายเลือกผู้แทนกลุ่มขึ้นมากลุ่มละ 3 คน และคัดเลือก  
ผู้ดำเนินรายการโต้วาที เมื่อโต้วาทีจบแล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลที่ได้รับจากการโต้วาที

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

• นักเรียนบันทึกสิ่งที่ทำให้นักเรียนมีอารมณ์และจิตใจที่ดีส่งผลทำให้ร่างกายมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย โดยให้บันทึกลงในสมุดบันทึกและนำมารายงานผลหน้าชั้นเรียนในคาบเรียนต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

แบบสำรวจพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน

**ความรู้เพิ่มเติมสำหรับครู**

**พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์**

การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของเด็กวัยนี้จะอยู่ระดับปานกลาง คือ ไม่ดี หรือไม่ร้ายจนเกินไป คือ

1. สามารถเก็บอารมณ์ได้พอสมควร ไม่โกรธง่ายและหายเร็วนัก

2. เวลาโกรธมักใช้เสียง ไม่มีพฤติกรรมการต่อสู้

3. กลัวที่จะไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม และไม่ยอมแข่งขันกันเพื่อเอาชนะ ไม่ต้องการ

เด่นกว่าหรือด้อยกว่าเพื่อนในกลุ่มเด็กในวัยนี้อาจมีพฤติกรรมบางอย่างที่อาจก่อความยุ่งยากใจ

ให้กับผู้ปกครองแต่พฤติกรรมเหล่านี้เป็น

พฤติกรรมที่ปกติของเด็กวัยนี้ เช่น ชอบเย้าแหย่น้อง ๆ ไม่ระมัดระวังในเรื่องเครื่องแต่ง-กาย ชอบ

ออกไปเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ โดยไม่ขออนุญาต­ มีความสัมพันธ์กับเพื่อนเพศตรงข้ามน้อยมาก

และไม่มี

ความสัมพันธ์กับญ­าติผู้ให­ญ่ ดังนั้นผู้ปกครองและครูจึงควรช่วยกันแก้ไขพฤติกรรมเหล่านี้

โดย การจัดกิจกรรมเพื่อให้บุคคลต่าง ๆ มีโอกาสใกล้ชิดและสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันเพื่อ

เป็นการพัฒนาด้านจิตใจ และอารมณ์ของเด็กในวัยนี้



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคม**

**1. สาระสำคัญ**

การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยเรียน เกิดจากการเรียนรู้การเข้าสังคมนอกบ้าน มีความเข้าใจกฎระเบียบของโรงเรียน และอยากที่จะเป็นสมาชิกในกลุ่มเพื่อนและให้กลุ่มยอมรับตนเอง ต้องการคำชื่นชมจากคนอื่น และชอบคุยโอ้อวด

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (พ 1.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายลักษณะการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยเรียนอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ร่วมปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัย เรียน

กับผู้อื่นด้วยความสนใจ (A)

3. แสดงวิธีการดูแลตนเองให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคมตามวัยด้วยทักษะที่ถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การเจริญ เติบโตและพัฒนาการทางสังคม | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมรายงานผลการ ศึกษาเรื่อง การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางสังคม | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมเขียนเรียงความที่  เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตและ  พัฒนาการทางสังคมของ นักเรียน | • สมุดบันทึกการเขียนเรียงความของนักเรียน | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

การปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

6. **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้าทุกคนในโลกไม่ยิ้มให้แก่กัน โลกของเราจะเป็นอย่างไร

2. ครูเล่าสถานการณ์เกี่ยวกับการปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ให้

นักเรียนฟัง ดังนี้

**สถานการณ์** เด็กชายทองก้อนกำลังชกต่อยกับเด็กชายนภัทร เพราะเด็กชาย

นภัทรวิ่งมาชนตนเองทำให้เกิดอารมณ์โกรธและควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

แล้วครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ดังกล่าว ดังนี้

- เด็กชายทองก้อนกับเด็กชายนภัทรกำลังทำอะไร **(กำลังชกต่อยกัน)**

- เพราะเหตุใดเด็กชายทองก้อนกับเด็กชายนภัทรจึงชกต่อยกัน**(เด็กชายนภัทรวิ่งมาชนเด็กชายทองก้อน)**

- ถ้าเด็กชายทองก้อนมีความอดทนและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้จะเกิดการชกต่อยกันหรือไม่

เพราะเหตุใด **(ไม่ เพราะเด็กชายทองก้อนจะให้อภัยเด็กชายนภัทรที่ไม่ได้ตั้งใจวิ่งมาชน**)

- นักเรียนเคยเป็นเหมือนเด็กชายทองก้อนกับเด็กชายนภัทรหรือไม่ อย่างไร   
 **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เคย เพราะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้)**

จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า ในวัยของนักเรียนจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและ

อารมณ์ได้ง่าย ดังนั้นทุกคนจะต้องรู้จักปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

และอารมณ์เพื่อให้อยู่กับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3. ครูคัดเลือกผู้แทนนักเรียน 2 คน แล้วให้ผู้แทนนักเรียนคนที่ 1 แสดงบทบาทสมมุติเป็นคนที่อยู่

ในอารมณ์ โกรธ และผู้แทนนักเรียนคนที่ 2 แสดงบทบาทสมมุติเป็นคนที่อยู่ในสถานการณ์ร่าเริง

แจ่มใส แล้วครูใช้ คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงบทบาท

สมมุติของผู้แทนนักเรียนทั้ง 2 คน ดังนี้

- ผู้แทนนักเรียนคนที่ 1 อยู่ในอารมณ์ใด **(อารมณ์โกรธ)**

- ถ้าแสดงอารมณ์เหมือนผู้แทนนักเรียนคนที่ 1 บ่อยครั้งจะส่งผลต่อตนเองอย่างไร **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ เพื่อนไม่อยากเล่นด้วย เข้ากับคนอื่นได้ยาก)**

- ถ้าแสดงอารมณ์เหมือนผู้แทนนักเรียนคนที่ 1 บ่อยครั้งจะส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**อยากหลีกเลี่ยงไม่กล้าคบหาหรือเล่นด้วย เพื่อนรังเกียจ)**

- ผู้แทนนักเรียนคนที่ 2 อยู่ในอารมณ์ใด **(อารมณ์ร่าเริงแจ่มใส)**

- ถ้าแสดงอารมณ์เหมือนผู้แทนนักเรียนคนที่ 2 บ่อยครั้งจะส่งผลต่อตนเองอย่างไร **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ เป็นที่ รักของเพื่อนและผู้อื่น เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย)**

- ถ้าแสดงอารมณ์เหมือนผู้แทนนักเรียนคนที่ 2 บ่อยครั้งจะส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ชอบ และอยากคบหาด้วย เพราะสบายใจที่ได้คบหากับคนดี)**

- นักเรียนอยากจะเป็นเหมือนผู้แทนนักเรียนคนที่ 1 หรือคนที่ 2 เพราะเหตุใด

**(คนที่ 2 เพราะเป็นคนอารมณ์ดี ร่าเริงแจ่มใส ผู้คนชื่นชม)**

จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า นักเรียนควรทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอเพราะจะทำให้

เกิดผลดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ถ้านักเรียนอารมณ์ไม่ดีจะทำให้เป็นที่รังเกียจของผู้อื่นและตนเอง

จะไม่มีความสุข

4. ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดง

ความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

จากนั้นส่งผู้แทนกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

5. ครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ได้แก่อะไรบ้าง **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ รู้จัก ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น หางานอดิเรกทำ)**

- ถ้านักเรียนมีการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์จะเกิดผลต่อ

ตนเองอย่างไร

**(ตัวอย่างคำตอบ เป็นที่รักของผู้อื่น)**

- ถ้าทุกคนในสังคมปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์จะเกิดผล

อย่างไร

**(ตัวอย่างคำตอบ ทำให้คนในสังคมรักใคร่กลมเกลียว สามัคคีกัน)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจ

และอารมณ์เป็นแผนภาพความรู้บนกระดาน ดังนี้

รู้จักฟังความเห็นของผู้อื่น

ฝึกความอดทนรู้จัก

ควบคุมอารมณ์ตนเอง

เก็บความรู้สึกที่ไม่ดี

ไว้ภายใน

ยอมรับความแตกต่าง

ระหว่างบุคคล

เมื่อมีปัญหาทางด้านจิตใจ

ควรปรึกษาพ่อ แม่ ผู้ปกครอง

รู้จักปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น

ทำตัวให้เป็นที่รักของเพื่อน

และทุกคนในครอบครัว

หางานอดิเรกทำเล่น

ร่วมกับเพื่อนอายุใกล้เคียงกัน

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์จะทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

อย่างมีความสุข

7. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 2 เรื่อง พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

ให้นักเรียนร่วมกันคิดสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์แล้วให้นักเรียน

ออกมาแสดงบทบาทสมมุติและวิธีปฏิบัติเมื่อเกิดสถานการณ์ดังกล่าวขึ้น

เมื่อจบแล้วครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลเกี่ยวกับการปรับตัวเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้าน

จิตใจและอารมณ์

**ตัวอย่างสถานการณ์**

เพื่อนวิ่งเข้ามาชนขณะนักเรียนรับประทานอาหาร

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมเขียนประวัติตนเองและติดภาพ ดังรายละเอียดใน หนังสือเรียนฯ/หรือสื่อ

การเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 มาล่วงหน้า

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

ชิ้นงานที่ 2 เรื่อง พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน

การประเมินชิ้นงานที่ 2 ให้ผู้สอนพิจารณาจากเกณฑ์การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics) เรื่อง พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| เกณฑ์การประเมิน | ระดับคะแนน | | | |
| 4 | 3 | 2 | 1 |
| เขียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม บันทึกคำตอบลงในแผนภาพ | เขียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม บันทึกคำตอบลงในแผนภาพ  ได้สัมพันธ์กันมีการเชื่อมโยงให้เห็นเป็นภาพรวมแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์กับตนเองและผู้อื่น | เขียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม บันทึกคำตอบลงในแผนภาพ  ได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดและแตกต่างจากที่ครูยกตัวอย่างแต่เชื่อมโยงให้เห็นเฉพาะตนเอง | เขียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม บันทึกคำตอบลงในแผนภาพ  ได้สอดคล้องกับข้อมูลมีการเขียนขยายความเพิ่มเติมให้เข้าใจง่าย | เขียนอธิบายผลที่เกิดขึ้นจากการแสดงออกทางด้านจิตใจและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม บันทึกคำตอบลงในแผนภาพได้แต่ไม่สอดคล้องกับข้อมูลเขียนได้ตามข้อมูลที่อ่าน ไม่มีการอธิบายเพิ่มเติม |



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา :เรื่อง ระบบอวัยวะที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 ความสำคัญและหน้าที่ของระบบกล้ามเนื้อ**

**1. สาระสำคัญ**

กล้ามเนื้อเป็นอวัยวะที่ช่วยให้กระดูกหรือโครงร่างของร่างกายเคลื่อนไหวได้ มีการทำงานโดยหดตัวและกลับคืนสู่ปกติหลังจากที่หดตัว เพื่อช่วยในการเคลื่อนไหว

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และ

พัฒนาการ (พ 1.2 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายลักษณะการทำงานและหน้าที่ของกล้ามเนื้ออย่างถูกต้องได้ (K)

2. ร่วมปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องการทำงานและหน้าที่ของกล้ามเนื้อกับผู้อื่นด้วย

ความสนใจ (A)

3. แสดงทักษะการถ่ายทอดความรู้เรื่องการทำงานและหน้าที่ของกล้ามเนื้อแก่ผู้อื่นอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การทำงานและหน้าที่ของกล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมรายงานผลการศึกษาเรื่อง การทำงานและหน้าที่ของกล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดสรุปการทำงานและ  หน้าที่ของกล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. ระบบกล้ามเนื้อ

2. ระบบกระดูกและข้อต่อ

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาความสำคัญ และหน้าที่ของกล้ามเนื้อลาย กล้ามเนื้อเรียบ และกล้ามเนื้อหัวใจ จากนั้นส่งผู้แทนกลุ่มออกนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเกี่ยวกับประเภทและหน้าที่ของระบบกล้ามเนื้อเป็นแผนภาพความรู้

3. แบ่งกลุ่มนักเรียนและร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับการดูแลรักษากล้ามเนื้ออย่างถูกวิธี และการดูแลรักษากล้ามเนื้อที่ไม่ถูกวิธี จากนั้นสรุปข้อมูลเป็นแผนภาพความรู้

4. ให้นักเรียนเสนอแนวทางการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และอธิบายผลที่เกิดจากการปฏิบัติและบันทึกข้อมูลลงในแผนภาพ

5. ให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมที่ทำให้เกิดอันตรายต่อกระดูก

6. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มอภิปรายเกี่ยวกับหน้าที่และความสำคัญของข้อต่อสรุปเป็นแผนภาพความรู้

7.ให้นักเรียนสรุปความสำคัญของระบบกล้ามเนื้อหรือระบบกระดูกและข้อต่อ และอธิบายวิธีการดูแลรักษา

8.นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

ระบบกล้ามเนื้อ ระบบกระดูกและข้อมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตประจำวัน จึงควรดูแลรักษาอย่างถูกวิธี

**สื่อการเรียนรู้**

1. ภาพระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย

2. กล่องใส่หนังสือ 2 ใบ

3. แผ่นบัตรคำเปล่า

4. ภาพโครงกระดูก

5. ภาพเด็กกำลังวิ่ง

6. ภาพข้อต่อ

7. ภาพการดูแลรักษาข้อต่อที่ถูกวิธีและไม่ถูกวิธี

8. ชิ้นงานที่ 3 เรื่อง ระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อ

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนควรศึกษาเรื่อง ชนิดของกล้ามเนื้อ นอกเวลาเรียนมาล่วงหน้า ดังรายละเอียดในหนังสือเรียนฯ/

หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเรียนในคาบ

เรียนต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

-

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง ระบบอวัยวะที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 ชนิดของกล้ามเนื้อ**

**1. สาระสำคัญ**

กล้ามเนื้อในร่างกายแบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ กล้ามเนื้อเรียบ กล้ามเนื้อหัวใจและกล้ามเนื้อลาย

เราจึงควรดูแลรักษากล้ามเนื้อให้สามารถทำงานได้อย่างปกติ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และ

พัฒนาการ (พ 1.2 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายชนิดของกล้ามเนื้อในร่างกายมนุษย์อย่างถูกต้องได้ (K)

2. ให้ความสนใจในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับชนิดของกล้ามเนื้อในร่างกายมนุษย์ (A)

3. แสดงทักษะการถ่ายทอดความรู้เรื่องชนิดของกล้ามเนื้อในร่างกายมนุษย์แก่ผู้อื่นอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมรายงานผลการศึกษาเรื่อง ชนิดของกล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่ความคิดสรุปชนิดของกล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมระบายสี  กล้ามเนื้อและตอบคำถาม | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือ  สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพล-ศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. ความสำคัญของกล้ามเนื้อ

2. หน้าที่การทำงานของกล้ามเนื้อ

**6.**  **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนงอและเหยียดแขนจำนวน 10 ครั้ง แล้วให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรม

ดังกล่าว โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนสามารถงอและเหยียดแขนได้หรือไม่ **(ได้)**

- ในชีวิตประจำวันนักเรียนงอและเหยียดแขนในการทำกิจกรรมใดบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ อาบน้ำ เขียหนังสือ)**

- การที่ร่างกายสามารถงอพับแขนได้มีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ทำให้เคลื่อนไหวได้สะดวก หยิบ**

**จับสิ่งของได้ง่าย)**

2. ให้นักเรียนดูภาพระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายของตนเอง แล้วร่วมกันสนทนาแสดง

ความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- มีอวัยวะใดบ้างที่เกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อ **(ตัวอย่างคำตอบ แขน ขา มือ ไหล่ คอ เข่า)**

- นักเรียนคิดว่า อวัยวะในร่างกายของเรามีกล้ามเนื้อหรือไม่ **(ตัวอย่างคำตอบ มี/ไม่มี)**

3. ครูอธิบายระบบกล้ามเนื้อให้นักเรียนฟังว่า กล้ามเนื้อมี 3 ประเภท คือ กล้ามเนื้อลาย

กล้ามเนื้อเรียบ และกล้ามเนื้อหัวใจ

4. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน ศึกษาเรื่องความสำคัญ­และหน้าที่ของระบบ

กล้ามเนื้อ กลุ่มละ 1 ประเภท ไม่ซ้ำกัน ดังนี้

⦁ กลุ่มที่ 1 กล้ามเนื้อลาย

⦁ กลุ่มที่ 2 กล้ามเนื้อเรียบ

⦁ กลุ่มที่ 3 กล้ามเนื้อหัวใจ

จากนั้นส่งผู้แทนกลุ่มออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยตรวจสอบความถูกต้องและแนะนำ

เพิ่มเติม

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- การทำงานของระบบกล้ามเนื้อเกี่ยวข้องกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันอย่างไร   
 **(ตัวอย่างคำตอบ ช่วยยึดจับโครงร่าง รักษารูปทรงของร่างกาย ทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวได้)**

- นักเรียนเคยมีปัญ­หาเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อหรือไม่ อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคย/ไม่เคย กล้ามเนื้อฉีก เป็น**

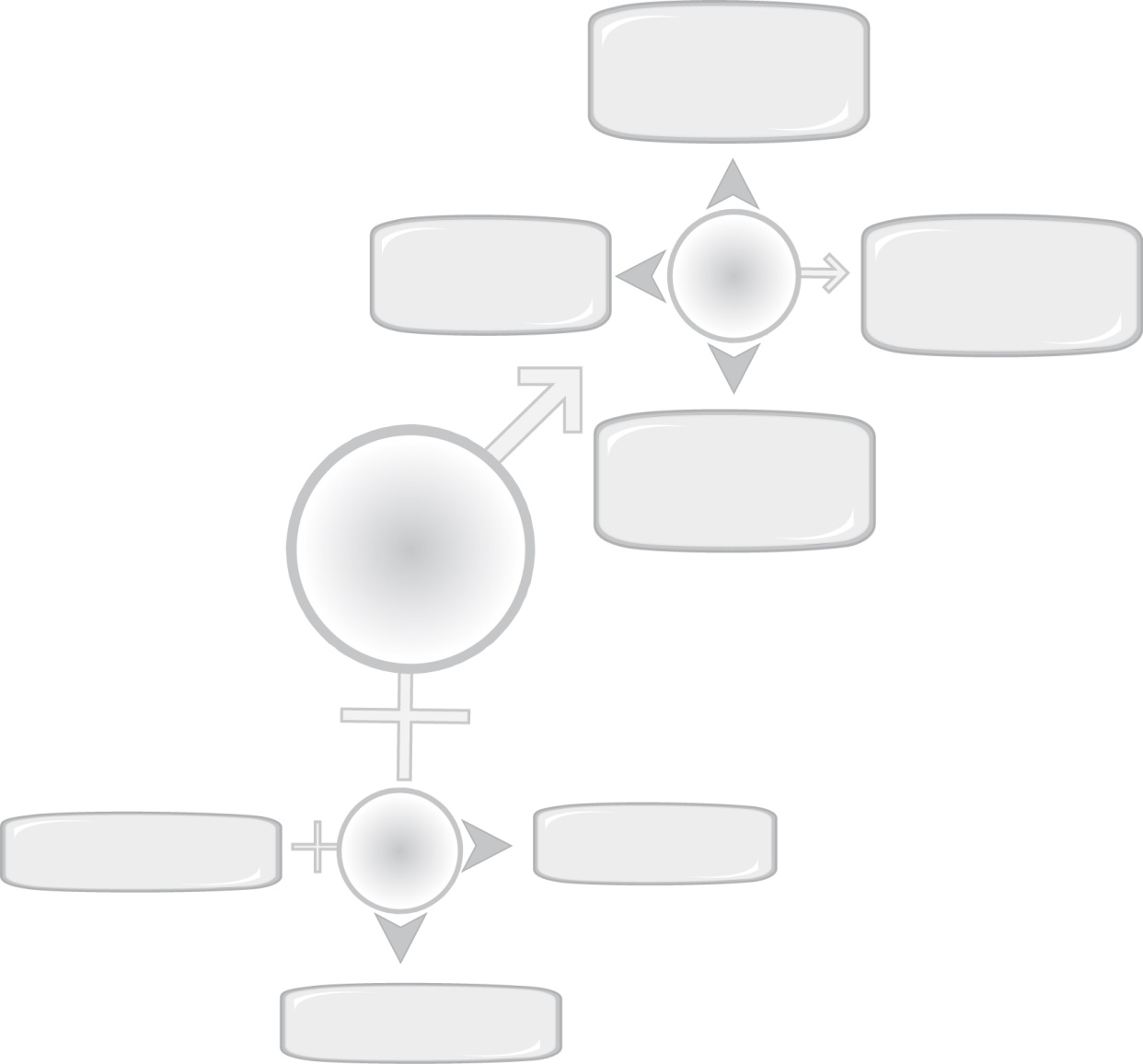
**ตะคริว)**

- ถ้าระบบกล้ามเนื้อมีปัญ­หาจะมีผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เกิดการเจ็บปวด ไม่สามารถเคลื่อนไหวร่างกาย**

**ได้)**

6. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อ โดยให้ผู้แทนนักเรียน 1 คน ออกมา

เขียนข้อมูลสรุปลงในแผนภาพความรู้บนกระดาน ดังตัวอย่างต่อไปนี้



ทำให้อวัยวะภายใน

ทำงานได้

ป้องกันอวัยวะภายในได้รับอันตราย

หน้าที่

ทำให้ร่างกาย

เคลื่อนไหวได้

รักษาท่าทางและรูปทรงของร่างกาย

ระบบ

กล้ามเนื้อ

กล้ามเนื้อลาย

กล้ามเนื้อหัวใจ

ประเภท

กล้ามเนื้อเรียบ

7. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

ร่างกายของทุกคนมีระบบกล้ามเนื้อที่มีหน้าที่สำคัญในการช่วยให้ร่างกายเคลื่อนไหว  
 และปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

8. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้าร่างกายไม่มีกล้ามเนื้อจะเป็นอย่างไร

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

ครูนำหนังสือหรือรูปภาพเกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อมาจัดไว้มุมห้องเพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนศึกษาค้นคว้าเรื่อง ชนิดของกล้ามเนื้อเพิ่มเติม จากสื่อการเรียนรู้ในห้องสมุดโรงเรียนหรือห้องสมุดชุมชน

และบันทึกความรู้ลงในสมุดบันทึก

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

ภาพระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย

**9 . บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1เรียนรู้ตัวเรา : เรื่อง ระบบอวัยวะที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 การดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อ**

**1. สาระสำคัญ**

เราควรดูแลรักษากล้ามเนื้อให้แข็งแรง โดยออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและรับประทานอาหารประเภทโปรตีนเพื่อช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอและเพิ่มขนาดของกล้ามเนื้อ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ (พ 1.3 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายวิธีการดูแลรักษากล้ามเนื้ออย่างถูกต้องได้ (K)

2. สนใจเรียนรู้และปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษากล้ามเนื้อ (A)

3. แสดงทักษะในการดูแลรักษากล้ามเนื้อให้มีสุขภาพดีตามคำแนะนำได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การดูแลรักษากล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมรายงานผลการศึกษาเรื่อง การดูแลรักษากล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมการสร้างแผนที่  ความคิดสรุปเรื่อง การดูแล  รักษากล้ามเนื้อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมเขียนวิธีดูแล  รักษากล้ามเนื้อ | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือ  สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

การดูแลรักษากล้ามเนื้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

6. **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูนำกล่อง 2 ใบ มาวางหน้าชั้นเรียน โดยกล่องใบที่ 1 ใส่หนังสือหลายเล่มให้มีน้ำหนักมาก กล่องใบที่ 2 ใส่

หนังสือไม่มากให้มีน้ำหนักเบา ให้ผู้แทนนักเรียน 1 คนออกมายกกล่องทั้ง 2 ใบ จากนั้นให้นักเรียนร่วมกัน

สนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- กล่องใบใดยกขึ้นได้ง่าย เพราะอะไร **(กล่องใบที่ 1 เพราะมีน้ำหนักน้อย)**

- กล่องใบใดยกขึ้นได้ลำบาก **(กล่องใบที่ 2 เพราะมีน้ำหนักมาก)**

ถ้าต้องยกกล่องที่มีน้ำหนักมากเป็นประจำจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ทำให้กล้ามเนื้อได้รับบาดเจ็บ)**

2. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็น ดังนี้

⦁ กลุ่มที่ 1 การดูแลรักษากล้ามเนื้ออย่างถูกวิธี

⦁ กลุ่มที่ 2 การดูแลรักษากล้ามเนื้อที่ไม่ถูกวิธี

จากนั้นให้แต่ละกลุ่มช่วยกันรวบรวมข้อมูลที่ได้ศึกษาเขียนใส่แผ่นบัตรคำที่ครูแจกให้ แล้วส่งผู้แทนออกมา

ติดเป็นแผนภาพความรู้บนกระดาน ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ไม่ยกของหนัก

รับประทานเนื้อสัตว์

เคลื่อนไหวอย่างถูกวิธี

การดูแลรักษา

กล้ามเนื้อ

อย่างถูกวิธี

วิ่งออกกำลังกาย

เป็นประจำ

ดื่มนมเป็นประจำ

ยกของหนักเกินกำลัง

ออกกำลังกายหักโหม

ไม่ออกกำลังกาย

การดูแลรักษา

กล้ามเนื้อที่

ไม่ถูกวิธี

เคลื่อนไหวผิดวิธี

รับประทานอาหาร

ที่ไม่มีประโยชน์

3. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

นักเรียนจะดูแลกล้ามเนื้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ดื่มนมเป็นประจำ ออกกำลังกายเป็นประจำ ไม่ยกของหนัก)**

- ถ้าดูแลกล้ามเนื้ออย่างถูกวิธีจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายแข็งแรง เคลื่อนไหว**

**ท่าทางต่าง ได้ดี)**

- ถ้าดูแลกล้ามเนื้อไม่ถูกวิธีจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ กล้ามเนื้อบาดเจ็บ เคลื่อนไหวไม่**

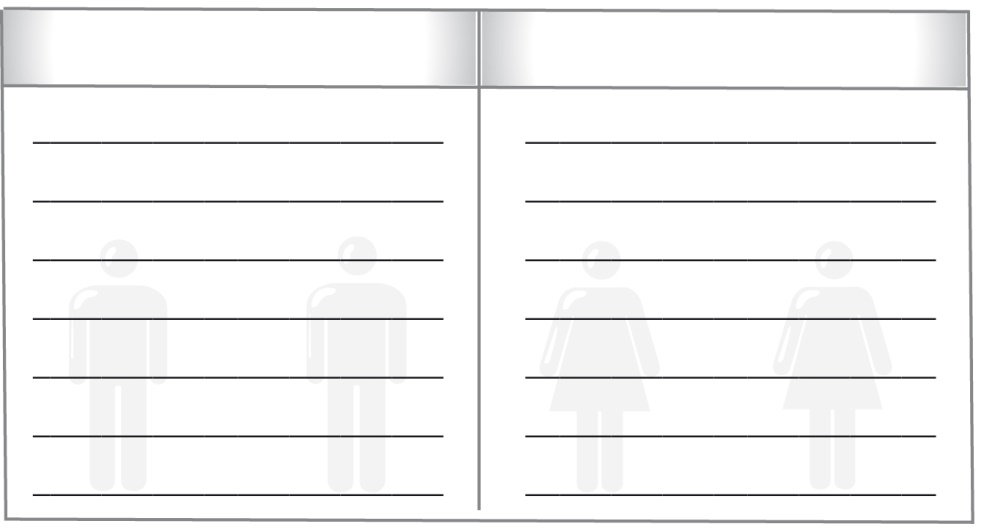
**ปกติ)**

4. ให้นักเรียนเสนอแนวทางการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมา

คนละ 2 วิธี พร้อมอธิบายผลที่เกิดขึ้นบันทึกเป็นแผนภาพ

ดังตัวอย่างต่อไปนี้

การดูแลรักษากล้ามเนื้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ



ผลที่เกิดขึ้น

การดูแลรักษากล้ามเนื้อ

จากนั้นเลือกผู้แทนนักเรียน 2 คน ออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนให้เพื่อนคนอื่น ๆ ฟัง โดยมีครูคอยตรวจสอบความถูกต้องและแนะนำเพิ่มเติม

5. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

กล้ามเนื้อมีความสำคัญ­ต่อการเคลื่อนไหวและการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

การดูแลรักษากล้ามเนื้ออย่างถูกวิธีจะทำให้กล้ามเนื้อทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สามารถปฏิบัติกิจกรรมและเคลื่อนไหวได้ตามปกติ

6. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้านักเรียนอยากได้เหรียญ­ทองโอลิมปิกกีฬายกน้ำหนักเหมือนประภาวดี นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไร

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนจัดทำสมุดบันทึกการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อด้วยวิธีการออกกำลังกาย การรับประทาน

อาหารที่มีประโยชน์ช่วยบำรุงกล้ามเนื้อ และการพักผ่อนในแต่ละวัน

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. กล่องใส่หนังสือ 2 ใบ

2. แผนบัตรคำเปล่า

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรียนรู้ตัวเรา:เรื่อง ระบบอวัยวะที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 การทำงานและหน้าที่ของกระดูกและข้อต่อ:โครงสร้างของกระดูก**

**1. สาระสำคัญ**

กระดูกเป็นโครงร่างของร่างกายและมีหน้าที่ช่วยให้เราเคลื่อนไหวได้ กระดูกในร่างกายของเรามีทั้งหมด 206 ชิ้น แบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กระดูกแกน และกระดูกรยางค์

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และ

พัฒนาการ (พ 1.2 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายการทำงานและโครงสร้างหน้าที่ของกระดูกอย่างถูกต้องได้ (K)

2. สนใจเรียนรู้และปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานและหน้าที่ของกระดูก (A)

3. แสดงทักษะในการถ่ายทอดความรู้เรื่องการทำงานและหน้าที่ของกระดูกแก่ผู้อื่น (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การทำงานและหน้าที่ของกระดูก | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมบันทึกความรู้และการรายงานผลการศึกษาเรื่อง โครงสร้างของกระดูก | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสำรวจและจำแนกกระดูก | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. ความสำคัญของกระดูก

2. หน้าที่การทำงานของกระดูก

3. การดูแลรักษากระดูกให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

6. **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนดูภาพโครงกระดูก แล้วครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นดังนี้

- จากภาพคือภาพอะไร **(ภาพโครงกระดูก)**

- นักเรียนเคยเห็นสิ่งที่อยู่ในภาพจากที่ไหนบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ ในพิพิธภัณฑ์ ในละคร)**

นักเรียนมีโครงกระดูกเหมือนดังภาพหรือไม่ **(มี)**

2. ครูนำภาพเด็กกำลังวิ่งให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้

คำถาม ดังนี้

- เด็กในภาพกำลังทำอะไร **(วิ่ง)**

- มีอวัยวะใดที่เกี่ยวข้องกับการกระทำของเด็กในภาพ **(ตัวอย่างคำตอบ ขา กระดูก)**

3. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ

หน้าที่และความสำคัญ­ของกระดูก จากนั้นนำความรู้ที่ได้สรุปเป็นแผนภาพความรู้ แล้วส่งผู้แทน

ออกมานำเสนอ ผลงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยตรวจสอบความถูกต้องและแนะนำเพิ่มเติม

4. ครูเล่าสถานการณ์เกี่ยวกับกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อกระดูกให้นักเรียนฟัง ดังนี้

ปฐวีชอบถีบรถจักรยานผาดโผน จนวันหนึ่งปฐวีถีบจักรยานล้มให้แขนขวาหัก ดังนั้นจึงเขียนหนังสือไม่ได้ต้องหยุดเรียนจนกว่าแขนจะหายดี

จากนั้นครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ดังกล่าวดังนี้

- จากสถานการณ์ปฐวีมีการปฏิบัติตนอย่างไร **(ถีบรถจักรยานผาดโผน)**

- การกระทำของปฐวีมีผลเสียต่อกระดูกอย่างไร **(ถีบจักรยานล้ม ทำให้กระดูกแขนขวาหัก)**

- นักเรียนควรปฏิบัติตนเหมือนปฐวีหรือไม่ เพราะอะไร **(ไม่ เพราะเป็นการกระทำที่ทำให้กระดูก**

**เกิดการ บาดเจ็บและอาจเป็นอันตรายต่อส่วนอื่น ๆ ได้)**

- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับกระดูก **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่**

**เล่นผาด โผน ไม่เล่นในที่สูง)**

จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า นักเรียนไม่ควรปฏิบัติตนแบบปฐวีเพราะจะทำให้เกิดอันตราย

ต่อระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ และทำให้ตนเองรู้สึกเจ็บและทรมานจากอันตรายที่เกิดขึ้นได้

5. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นเพื่อสรุปเกี่ยวกับระบบกระดูก โดยครูใช้คำถาม

ดังนี้

- ระบบกระดูกมีหน้าที่อะไรบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ ทำให้ร่างกายส่วนต่าง ๆ เคลื่อนไหวได้ ทำให้**

**สามารถงอ พับอวัยวะได้ ช่วยปกป้องอวัยวะภายใน ช่วยสร้างและแจกจ่ายแร่ธาตุแคลเซียมและ**

**สร้างเม็ดเลือด)**

- เราควรดูแลรักษากระดูกและกล้ามเนื้อด้วยวิธีใด **(ตัวอย่างคำตอบ ดื่มนมที่มีแคลเซียมสูง ออก**

**กำลังกาย เป็นประจำ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์มีโปรตีนสูงและไม่ยกของหนัก)**

จากนั้นครูนำข้อมูลที่ได้มาสรุปลงในแผนภาพความรู้บนกระดานดังตัวอย่างต่อไปนี้

กระดูกรยางค์ทำให้

สามารถพับงอได้

ทำให้ร่างกายส่วนต่าง ๆ

เคลื่อนไหวได้

ช่วยปกป้องอวัยวะภายใน

หน้าที่

สร้างและแจกจ่าย

แคลเซียม

ระบบกระดูก

ดื่มนมที่มีเคลเซียมสูง

ไม่ยกของหนัก

วิธีดูแล

รักษา

รับประทานอาหารที่มี

ประโยชน์และโปรตีนสูง

ออกกำลังกายเป็นประจำ

การศึกษาเกี่ยวกับระบบกระดูกและกล้ามเนื้อมีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ทำให้รู้หน้าที่และวิธีดูแลรักษาระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ)**

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

กระดูกเป็นระบบโครงสร้างของร่างกายและช่วยในการเคลื่อนไหว การดูแลรักษาอย่างถูกวิธีจะ

ทำให้เคลื่อนไหวและปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

7. ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้ามนุษย์ไม่มีกระดูกจะเคลื่อนไหวเหมือนสัตว์อะไร เพราะอะไร

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

ครูชมเชยนักเรียนที่แสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียน

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนไปศึกษาค้นคว้าเรื่อง กระดูกของร่างกายมนุษย์เพิ่มเติมจากห้องสมุดโรงเรียนหรือ

ห้องสมุดชุมชน และจัดทำเป็นรายงานส่งครูในชั่วโมงการเรียนต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพโครงกระดูก

2. ภาพเด็กกำลังวิ่ง

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1เรียนรู้ตัวเรา :เรื่อง ระบบอวัยวะที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 การทำงานและหน้าที่ของกระดูกและข้อต่อ:ข้อต่อและชนิดของข้อต่อ และหน้าที่ของกระดูก**

**1. สาระสำคัญ**

ข้อต่อเป็นรอยต่อระหว่างกระดูกกับกระดูก โดยมีเอ็นหรือผังพืดมาเป็นตัวช่วยยึดเหนี่ยว ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการงอ เหยียด แกว่งแขน ขาและส่วนอื่น ๆ ของร่างกายได้ ข้อต่อแบ่งได้เป็น 3 ชนิด ได้แก่ ข้อต่อที่เคลื่อนไหวไม่ได้เลย ข้อต่อที่เคลื่อนไหวได้เล็กน้อยและข้อต่อที่เคลื่อนไหวได้มาก

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และ

พัฒนาการ (พ 1.2 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายหน้าที่และชนิดของข้อต่ออย่างถูกต้องได้ (K)

2. สนใจเรียนรู้และปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการหน้าที่ของข้อต่อและชนิดของข้อต่อ (A)

3. แสดงทักษะในการถ่ายทอดความรู้เรื่องหน้าที่ของข้อต่อและชนิดของข้อต่อแก่ผู้อื่นอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง ข้อต่อและชนิดของข้อต่อ และหน้าที่ของกระดูก | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสรุปความรู้โดยสร้างเป็นแผนที่ความคิดเรื่อง ข้อต่อและชนิดของข้อต่อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมการรายงานผลความ รู้เรื่อง ข้อต่อและชนิดของข้อต่อ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. ความสำคัญของกระดูก

2. หน้าที่การทำงานของกระดูก

3. การดูแลรักษากระดูกให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

**6. กิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูนำภาพข้อต่อบริเวณแขนให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้

คำถามดังนี้

- ภาพที่เห็นเป็นภาพอะไร **(ข้อต่อ)**

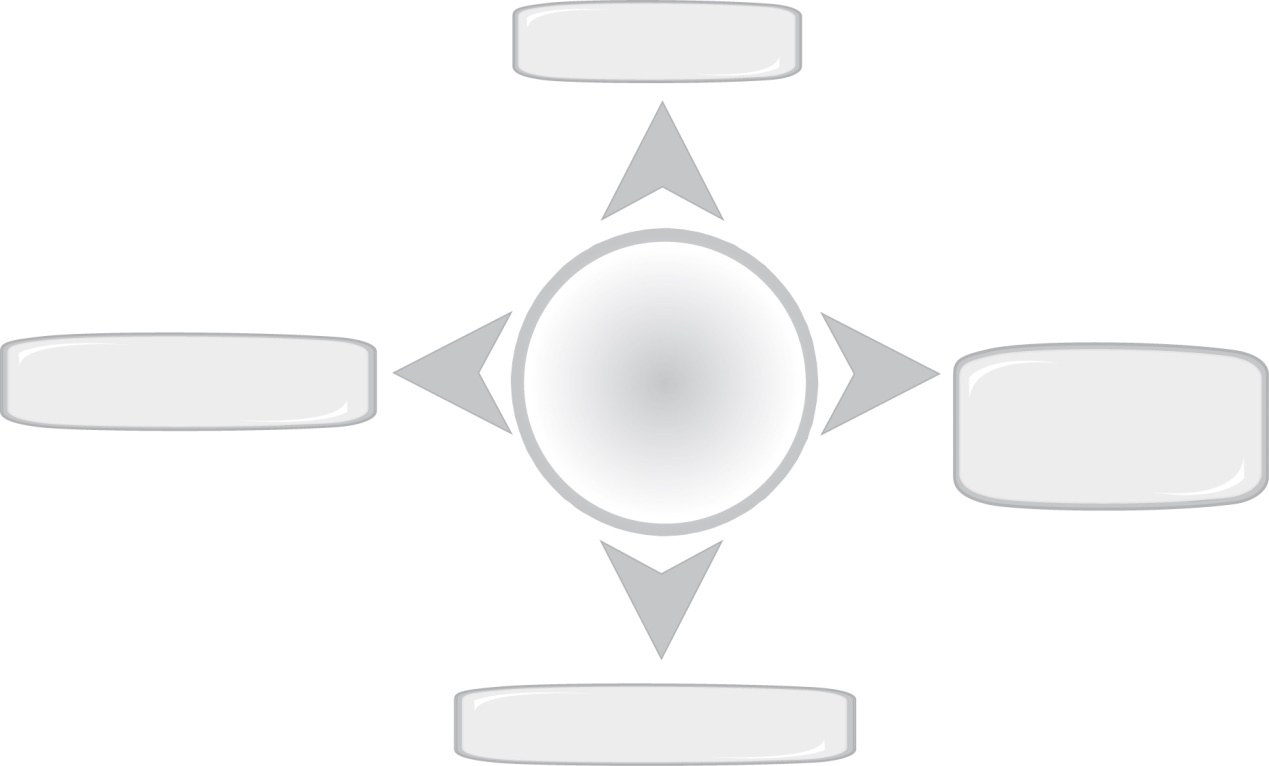
- นักเรียนคิดว่าในร่างกายของคนเรามีข้อต่อตรงไหนบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ ไหล่ ข้อศอก โคนขา)**

- นักเรียนคิดว่าข้อต่อในร่างกายมีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวร่างกาย)**

2. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม อภิปรายเกี่ยวกับหน้าที่และความสำคัญ­ของข้อต่อ

จากนั้นส่งผู้แทนออกมารายงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยตรวจสอบความถูกต้องและสรุป

ข้อมูล แผนภาพความรู้บนกระดาน ดังนี้



เคลื่อนไหวได้สะดวก

หน้าที่และ

ความสำคัญ

ของข้อต่อ

เชื่อมกระดูกเพื่อยึด

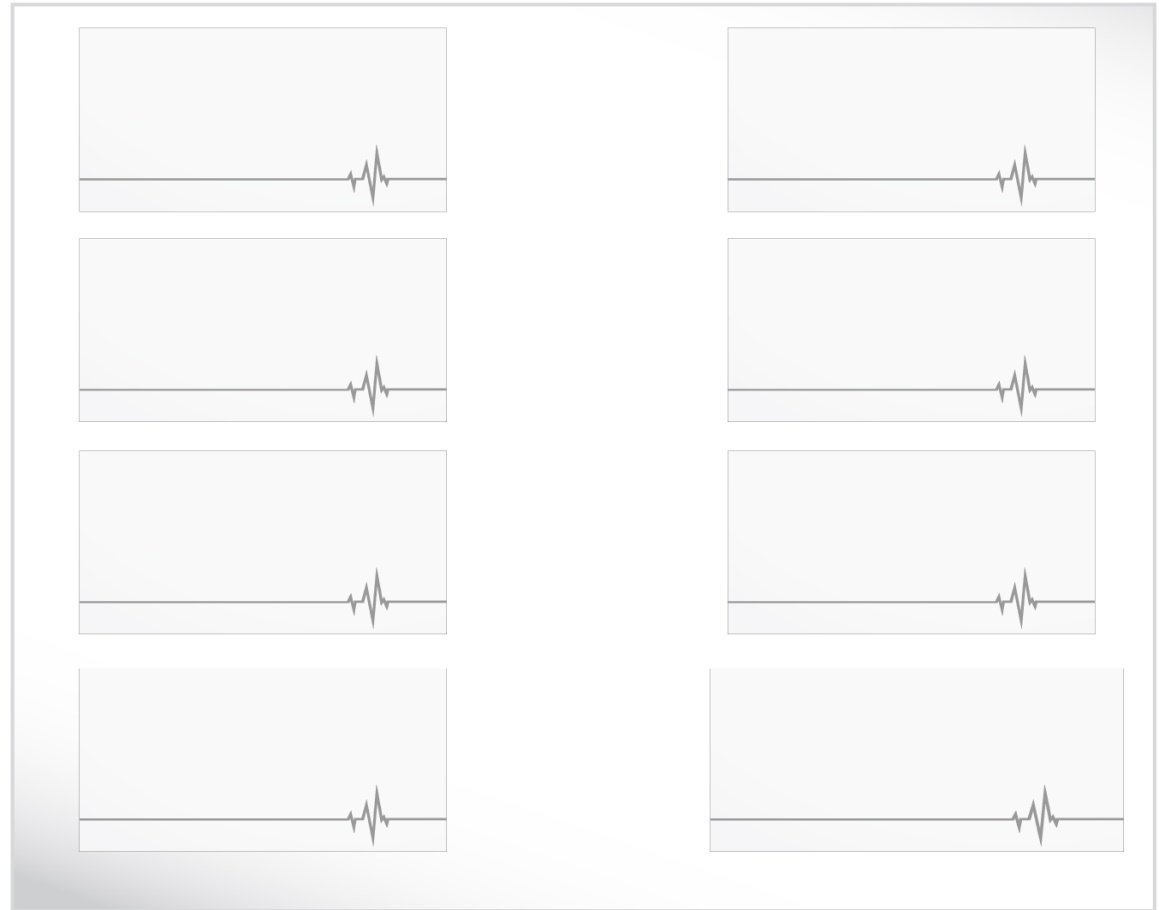
โครงร่างของร่างกาย

ช่วยรองรับน้ำหนักตัว

ช่วยในการทรงตัวของร่างกาย

3. ครูนำภาพการดูแลรักษาข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพให้นักเรียนดูทีละ 2 ภาพ ให้นักเรียนเลือกว่าภาพใดเป็นภาพการดูแลรักษาข้อต่อที่ถูกวิธี แล้วให้ผู้แทนนักเรียนออกมานำภาพที่ถูกต้องไปติดเป็นแผนภาพความรู้บนกระดาน

ตัวอย่างภาพ



ภาพที่ 2

ภาพคนนั่งเก้าอี้ที่ถูกต้อง

ภาพที่ 1

ภาพคนนั่งยอง ๆ

ภาพคนรับประทานอาหารประเภทผัก

ภาพคนดื่มสุรา

ภาพคนนอนฟังเพลง

ภาพคนวิ่ง

ภาพคนผอมกำลังออกกำลังกาย

ภาพคนอ้วนกำลังกินขนม

ตัวอย่างแผนภาพความรู้

ภาพคนผอมกำลัง

ออกกำลังกาย

ภาพคนนั่งเก้าอี้ที่

ถูกต้อง

ภาพคนรับประทาน

อาหารประเภทผัก

ภาพคนวิ่ง

4. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนมีวิธีดูแลรักษาข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**เคลื่อนไหวด้วย ท่าทางที่ถูกต้อง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ**

**รักษาน้ำหนักตัวไม่ให้อ้วน)**

- การกระทำใดบ้างที่ทำให้เกิดอันตรายกับข้อต่อ **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวท่าทาง  
 ที่ไม่เหมาะสม รับประทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์ ไม่ออกกำลังกาย ปล่อยน้ำหนักตัวให้อ้วน)**

- การมีข้อต่อที่แข็งแรงมีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวได้สะดวก ร่างกาย**

**แข็งแรง)**

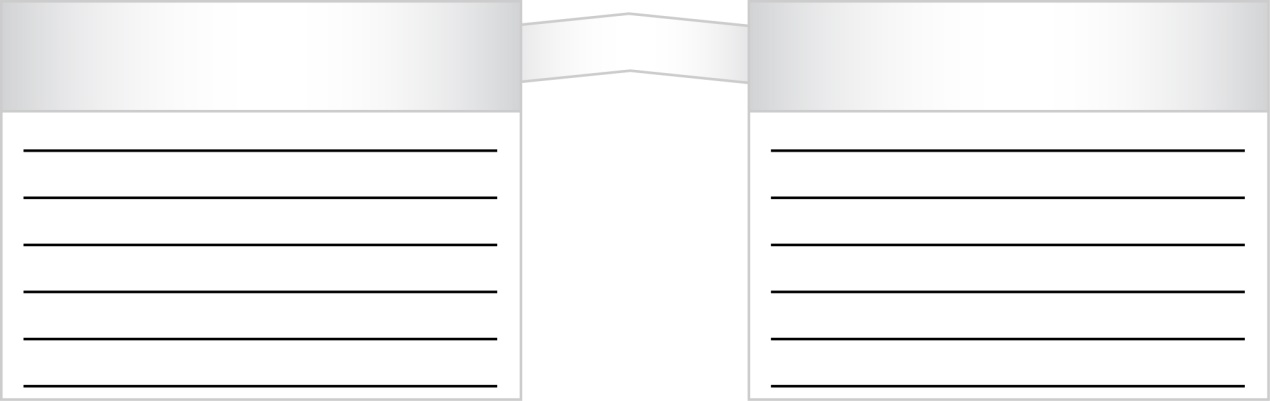
- ถ้าไม่ดูแลรักษาข้อต่อจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายไม่แข็งแรง เคลื่อนไหวทำ**

**กิจกรรมไม่มีประสิทธิภาพ)**

5. ให้นักเรียนเสนอแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อดูแลรักษากระดูกและข้อต่อให้ทำงานอย่างมี

ประสิทธิภาพมา คนละ 2 วิธี บันทึกลงในแผนภาพที่ครูแจกให้

**ตัวอย่างแผนภาพ**



**ถ้าปฏิบัติเป็นประจำ**

**ผลที่เกิดขึ้น**

**การปฏิบัติตนเพื่อดูแลรักษากระดูก**

**และข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ**

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

ข้อต่อเป็นส่วนประกอบสำคัญของร่างกาย­ที่ช่วยรองรับน้ำหนักตัวและการเคลื่อนไหวของร่างกาย จึง

จำเป็นต้องดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้

อย่างมี ประสิทธิภาพ

7. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่ามีอุปกรณ์อะไรบ้างที่มีลักษณะและหน้าที่เหมือนข้อต่อ

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 3เรื่องระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อ

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันจัดป้ายนิเทศเรื่อง ข้อต่อในร่างกายมนุษย์

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพข้อต่อ

2. ภาพการดูแลรักษาข้อต่อที่ถูกวิธีและไม่ถูกวิธี

3. ชิ้นงานที่ 3 เรื่อง ระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน

**การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)**

การประเมินชิ้นงานที่ 3 ให้ผู้สอนพิจารณาจากเกณฑ์การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)   
เรื่อง ระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| เกณฑ์การประเมิน | ระดับคะแนน | | | |
| 4 | 3 | 2 | 1 |
| อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อ  และระบบกระดูกและข้อต่อ | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดและแตกต่างจากที่ครูยกตัวอย่างมีการเชื่อมโยงให้เห็นถึงความสัมพันธ์กับตนเองและผู้อื่น | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดและแตกต่างจากที่ครูยกตัวอย่างแต่เชื่อมโยงให้เห็นเฉพาะตนเอง | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและกระดูกและ ข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดตามที่ครูยกตัวอย่างแต่มีการดัดแปลงให้แตกต่าง | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดตามที่ครูยกตัวอย่าง |



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 1เรียนรู้ตัวเรา :เรื่องความสำคัญ หน้าที่ และการดูแลรักษากระดูกฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 การดูแลรักษากระดูกและข้อต่อ ( ต่อ )**

**1. สาระสำคัญ**

การดูแลรักษากระดูกและข้อต่อเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกคนต้องดูแลเอาใจใส่ และสร้างเสริมให้มีความแข็งแรง โดยระมัดระวังไม่ให้กระดูกและข้อต่อได้รับการกระแทกอย่างแรง รับประทานอาหารที่มีแคลเซียมสูงช่วยบำรุงกระดูก และให้ร่างกายถูกแสงแดดในตอนเช้าเพื่อสังเคราะห์วิตามินดีที่ช่วยในการดูดซึมแคลเซียม แล้วต้องออกกำลังกายสม่ำเสมอ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ (พ 1.3 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายวิธีการดูแลรักษากระดูกและข้อต่ออย่างถูกต้องได้ (K)

2. สนใจเรียนรู้และปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษากระดูกและข้อต่อ (A)

3. แสดงวิธีการดูแลรักษากระดูกและข้อต่อในร่างกายให้มีสุขภาพดีตามคำแนะนำได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามความรู้เรื่อง การดูแลรักษากระดูก | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสรุปความรู้เรื่อง การดูแลรักษากระดูก | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมหาคำตอบเกี่ยวกับการดูแลกระดูกและข้อ | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • การทดสอบความรู้หลังการเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 | • แบบทดสอบความรู้ก่อน–หลังการเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 | • ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 50 |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. ความสำคัญของกระดูก

2. หน้าที่การทำงานของกระดูก

3. การดูแลรักษากระดูกให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

**6. กิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูนำภาพข้อต่อบริเวณแขนให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้

คำถามดังนี้

- ภาพที่เห็นเป็นภาพอะไร **(ข้อต่อ)**

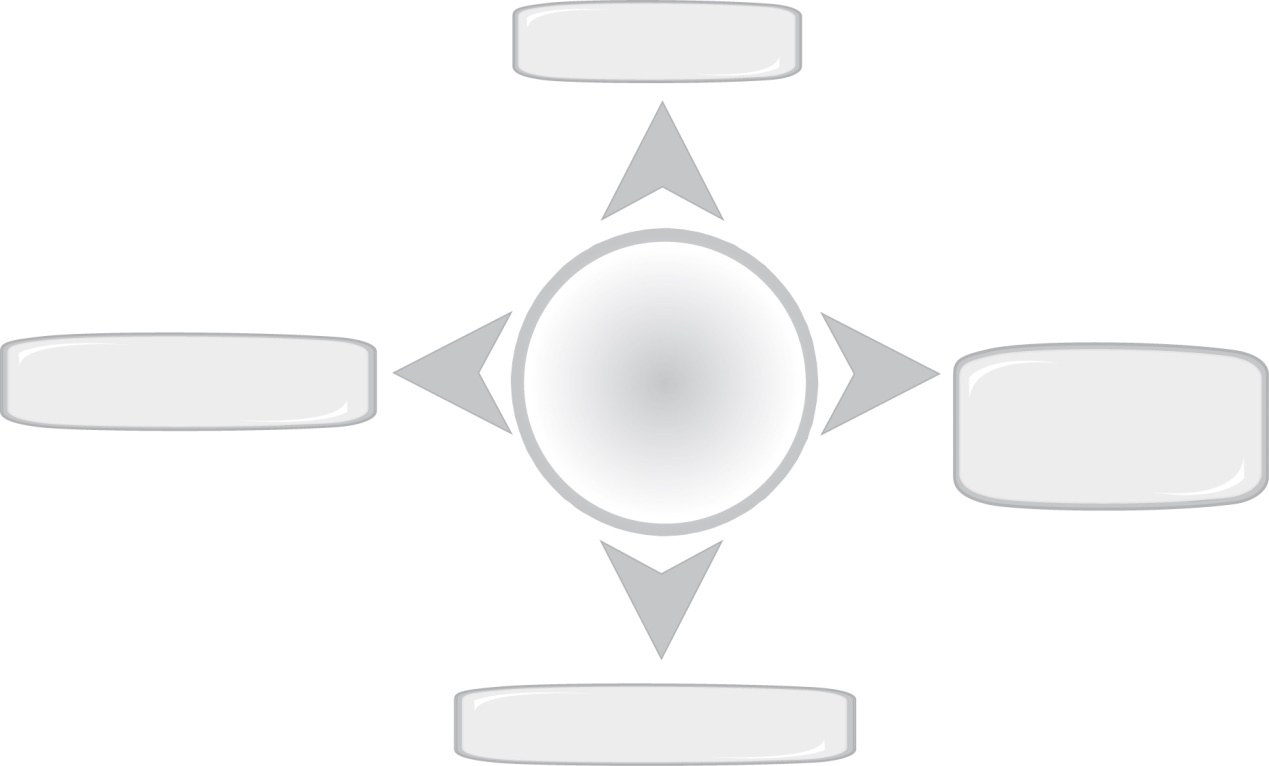
- นักเรียนคิดว่าในร่างกายของคนเรามีข้อต่อตรงไหนบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ ไหล่ ข้อศอก โคนขา)**

- นักเรียนคิดว่าข้อต่อในร่างกายมีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวร่างกาย)**

2. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม อภิปรายเกี่ยวกับหน้าที่และความสำคัญ­ของข้อต่อ

จากนั้นส่งผู้แทนออกมารายงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยตรวจสอบความถูกต้องและสรุปข้อมูลเป็น

แผนภาพความรู้บนกระดาน ดังนี้



เคลื่อนไหวได้สะดวก

หน้าที่และ

ความสำคัญ

ของข้อต่อ

เชื่อมกระดูกเพื่อยึด

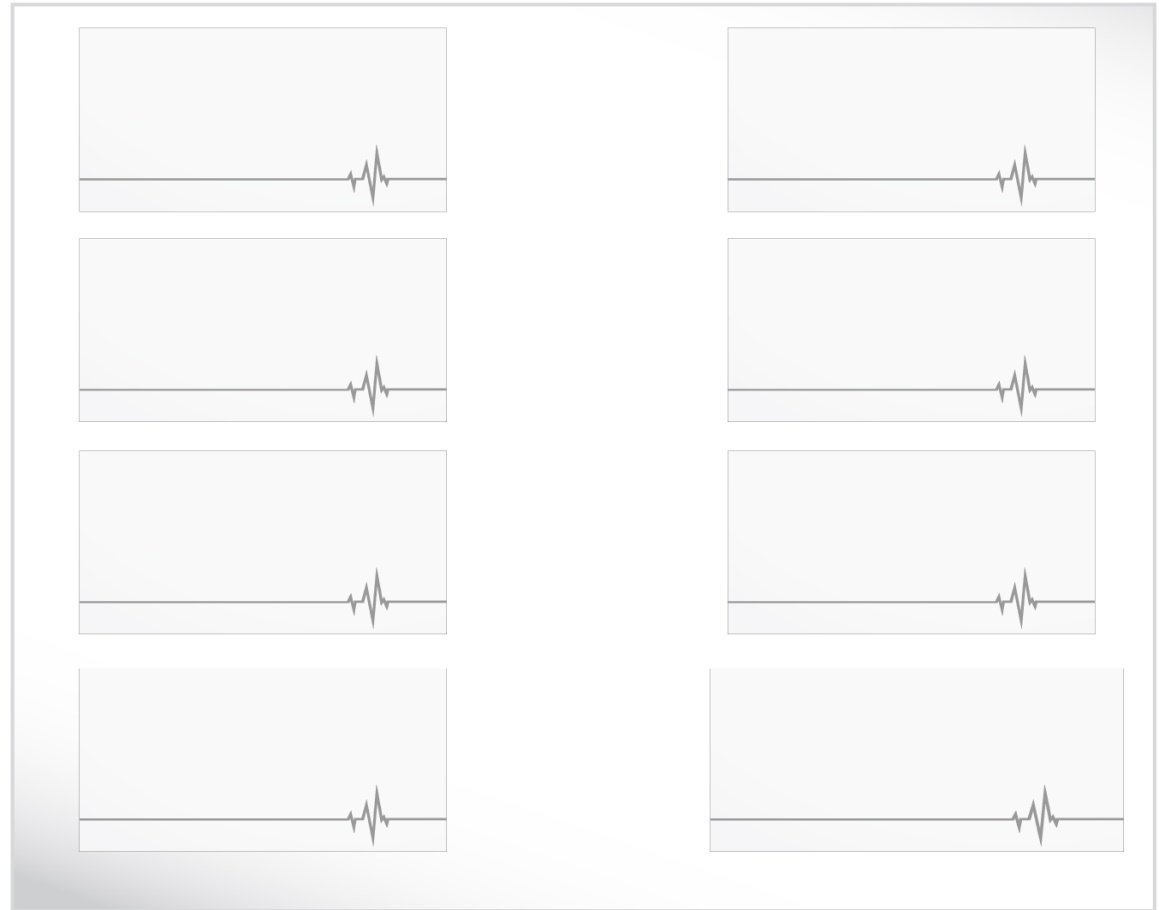
โครงร่างของร่างกาย

ช่วยรองรับน้ำหนักตัว

ช่วยในการทรงตัวของร่างกาย

3. ครูนำภาพการดูแลรักษาข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพให้นักเรียนดูทีละ 2 ภาพ ให้นักเรียนเลือกว่าภาพใดเป็นภาพการดูแลรักษาข้อต่อที่ถูกวิธี แล้วให้ผู้แทนนักเรียนออกมานำภาพที่ถูกต้องไปติดเป็นแผนภาพความรู้บนกระดาน

ตัวอย่างภาพ



ภาพที่ 2

ภาพคนนั่งเก้าอี้ที่ถูกต้อง

ภาพที่ 1

ภาพคนนั่งยอง ๆ

ภาพคนรับประทานอาหารประเภทผัก

ภาพคนดื่มสุรา

ภาพคนนอนฟังเพลง

ภาพคนวิ่ง

ภาพคนผอมกำลังออกกำลังกาย

ภาพคนอ้วนกำลังกินขนม

ตัวอย่างแผนภาพความรู้

ภาพคนผอมกำลัง

ออกกำลังกาย

ภาพคนนั่งเก้าอี้ที่

ถูกต้อง

ภาพคนรับประทาน

อาหารประเภทผัก

ภาพคนวิ่ง

4. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนมีวิธีดูแลรักษาข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวด้วย**

**ท่าทางที่ถูกต้อง รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รักษาน้ำหนักตัวไม่ให้อ้วน)**

- การกระทำใดบ้างที่ทำให้เกิดอันตรายกับข้อต่อ **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวท่าทาง  
 ที่ไม่เหมาะสม รับประทานอาหารที่ไม่มีประโยชน์ ไม่ออกกำลังกาย ปล่อยน้ำหนักตัวให้อ้วน)**

- การมีข้อต่อที่แข็งแรงมีประโยชน์อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เคลื่อนไหวได้สะดวก ร่างกายแข็งแรง)**

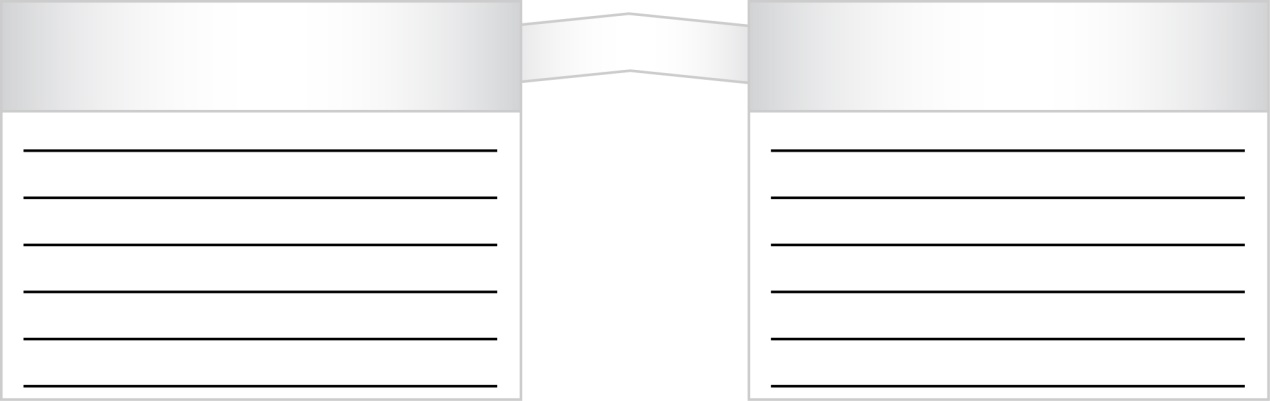
- ถ้าไม่ดูแลรักษาข้อต่อจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายไม่แข็งแรง เคลื่อนไหวทำกิจกรรมไม่มี**

**ประสิทธิภาพ)**

5. ให้นักเรียนเสนอแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อดูแลรักษากระดูกและข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมา

คนละ 2 วิธี บันทึกลงในแผนภาพที่ครูแจกให้

**ตัวอย่างแผนภาพ**



**ถ้าปฏิบัติเป็นประจำ**

**ผลที่เกิดขึ้น**

**การปฏิบัติตนเพื่อดูแลรักษากระดูก**

**และข้อต่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ**

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

ข้อต่อเป็นส่วนประกอบสำคัญของร่างกาย­ที่ช่วยรองรับน้ำหนักตัวและการเคลื่อนไหวของร่างกาย จึง

จำเป็นต้องดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมี

ประสิทธิภาพ

7. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่ามีอุปกรณ์อะไรบ้างที่มีลักษณะและหน้าที่เหมือนข้อต่อ

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 3เรื่องระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อ

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันจัดป้ายนิเทศเรื่อง ข้อต่อในร่างกายมนุษย์

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพข้อต่อ

2. ภาพการดูแลรักษาข้อต่อที่ถูกวิธีและไม่ถูกวิธี

3. ชิ้นงานที่ 3 เรื่อง ระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน

**การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)**

การประเมินชิ้นงานที่ 3 ให้ผู้สอนพิจารณาจากเกณฑ์การประเมินผลตามสภาพจริง (Rubrics)   
เรื่อง ระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| เกณฑ์การประเมิน | ระดับคะแนน | | | |
| 4 | 3 | 2 | 1 |
| อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อ  และระบบกระดูกและข้อต่อ | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดและแตกต่างจากที่ครูยกตัวอย่างมีการเชื่อมโยงให้เห็นถึงความสัมพันธ์กับตนเองและผู้อื่น | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดและแตกต่างจากที่ครูยกตัวอย่างแต่เชื่อมโยงให้เห็นเฉพาะตนเอง | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและกระดูกและ ข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดตามที่ครูยกตัวอย่างแต่มีการดัดแปลงให้แตกต่าง | อธิบายความสำคัญและการดูแลรักษาระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูกและข้อต่อได้สัมพันธ์กับหัวข้อที่กำหนดตามที่ครูยกตัวอย่าง |

**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 ความสำคัญของการเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดี**

**1. สาระสำคัญ**

ในชีวิตของเราจะต้องอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ พ่อ แม่ พี่ น้อง และบุคคลอื่น ๆ ในโรงเรียน ได้แก่ เพื่อน การเรียนรู้วิธีการปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นให้เกิดความราบรื่นจึงมีความสำคัญ และทำให้ชีวิตมีความสุข โดยเราจะต้องปฏิบัติตนเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

**•** อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว (พ 2.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายความสำคัญของการเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัวอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักถึงความสำคัญของการเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว (A)

3. สามารถสื่อสารเพื่ออธิบายความสำคัญของการเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว

อย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ทดสอบก่อนเรียนและ  หลังเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว | • แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 | – |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับความสำคัญของการเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมการเขียน  เรียงความเรื่อง ความสำคัญ  ของการเป็นเพื่อนและสมาชิก  ที่ดีของครอบครัว | • แบบบันทึกผลการเขียนเรียงความ | • ตามดุลยพินิจของครู |
| • ตรวจสอบความถูกต้องของการปฏิบัติกิจกรรมสัมภาษณ์ผู้ปกครองในหัวข้อเรื่อง เพราะเหตุใดเราจึงต้องเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว | • แบบบันทึกการสัมภาษณ์ | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

คุณลักษณะของสมาชิกที่ดีในครอบครัว

**6. กิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูเลือกผู้แทนนักเรียน 1 คน ที่มีประสบการณ์ไปเที่ยวพักผ่อนกับครอบครัวในวันหยุดออกมาเล่าประสบการณ์ให้เพื่อนฟัง พร้อมทั้งอธิบายความรู้สึกเมื่อได้ไปเที่ยวกับครอบครัว จากนั้นครูใช้คำถามดังนี้

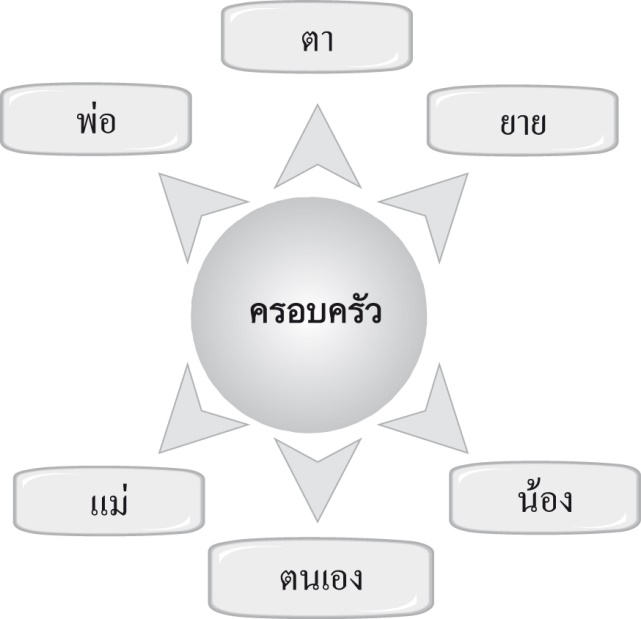
- ถ้าครอบครัวของนักเรียนอบอุ่น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ รู้สึกมั่นคง สบายใจ มีความสุข)**

- ถ้าครอบครัวของนักเรียนไม่อบอุ่น นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ รู้สึกโดดเดี่ยว ขาดที่พึ่ง ไม่มีความสุข)**

2. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับครอบครัว โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อครูพูดถึงคำว่า ครอบครัว นักเรียนนึกถึงอะไรบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ บ้าน พ่อ แม่ ตนเอง ตา ยาย น้อง)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพความรู้บนกระดาน ดังนี้



3. ให้นักเรียนสำรวจการปฏิบัติตนของสมาชิกในครอบครัวตนเอง ดังนี้

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| การปฏิบัติตน | เป็นประจำ  (2 คะแนน) | บางครั้ง  (1 คะแนน) | ไม่เคย  (0 คะแนน) |
| 1. ช่วยเหลือเพื่อนทำความสะอาดห้องเรียน | 3 | 3 | 3 |
| 2. ทำการบ้านด้วยตนเอง |  |  | 333 |
| 3. พูดจาสุภาพ | 333 |  |  |
| 4. ไม่รังแกเพื่อน | 333 |  |  |
| 5. ยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน |  | 333 |  |
| ได้คะแนนรวม \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ คะแนน | | | |
|  | | | |

เกณฑ์การประเมิน

ถ้าได้ 8-10 คะแนน นักเรียนปฏิบัติตนอยู่ในระดับ ดี

5-7 คะแนน นักเรียนปฏิบัติตนอยู่ในระดับ พอใช้

0-4 คะแนน นักเรียนปฏิบัติตนอยู่ในระดับ ควรปรับปรุง

นักเรียนมีการปฏิบัติตนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อเพื่อนอยู่ในระดับใด **(ตัวอย่างคำตอบ ระดับดี)**

นักเรียนควรปรับปรุงแก้ไขการปฏิบัติตนในข้อใดบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ ทำการบ้านด้วยตนเอง)**

4. แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมอง และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะ

ของครอบครัวที่ดีให้ได้มากที่สุด โดยใช้เวลาประมาณ 5 นาที จากนั้นให้แต่ละกลุ่มส่งผู้แทนกลุ่ม

ออกมานำเสนอข้อมูลที่ได้จากกิจกรรมระดมสมองหน้าชั้นเรียน โดยให้เพื่อนกลุ่มอื่นช่วยกัน

ตรวจสอบความถูกต้อง

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับคุณลักษณะของสมาชิกที่ดีในครอบครัว โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าสมาชิกที่ดีของครอบครัว ควรเป็นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ มีความรักความผูกพัน มี**

**ความสามัคคี ไม่ทะเลาะกัน)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



6. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- ถ้าทุกคนในครอบครัวปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวจะส่งผลต่อครอบครัวอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ครอบครัวมีความสุข ครอบครัวมีความรักความผูกพันต่อกัน)**

- การมีครอบครัวที่มีความสุขจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ สมาชิกในครอบครัว**

**รักกัน สมาชิกในครอบครัวมีสุขภาพกายและใจที่ดี อยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข)**

7. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

สมาชิกในครอบครัวมีส่วนสำคัญ­ในการสร้างครอบครัว การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวจะทำให้ครอบครัวมีความสุข

8. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้าอยากได้รางวัลลูกดีเด่นประจำปี นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไร

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ให้นักเรียนเขียนเรียงความในหัวข้อ “ครอบครัวในฝันของฉัน” แล้วออกมาเล่าให้เพื่อน ๆ ฟังหน้าชั้นเรียน

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนสัมภาษณ์ผู้ปกครองในหัวข้อเรื่อง เพราะเหตุใดเราจึงต้องเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของ

ครอบครัว บันทึกผลการสัมภาษณ์ แล้วนำมาส่งครูในชั่วโมงต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

แบบบันทึกการปฏิบัติตนของสมาชิกในครอบครัว

**9 . บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว**

**1. สาระสำคัญ**

การเป็นเพื่อนที่ดีมีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยเพื่อนที่ดีจะต้องมีความรักและความจริงใจต่อเพื่อน มีน้ำใจและรู้จักเสียสละ คอยดูแลเอาใจใส่เพื่อน พูดจาสุภาพและไพเราะ รวมทั้งชวนเพื่อนให้ประพฤติและปฏิบัติในสิ่งที่ดีและไม่ผิดศีลธรรม

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว (พ 2.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนที่ดีอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการเป็นเพื่อนที่ดี (A)

3. สามารถสื่อสารและแสดงลักษณะการปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดีอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสรุปและบันทึกลักษณะของการเป็นเพื่อนที่ดี | • แบบบันทึกผลการปฏิบัติกิจกรรม | • ตามดุลยพินิจของครู |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมลักษณะเพื่อนที่น่าคบ | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อ  การเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา  สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ตามดุลยพินิจของครู |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

**6. กิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลงหน้าที่เด็ก โดยครูติดเนื้อเพลงบนกระดานพร้อมทั้งปรบมือให้จังหวะ

จากนั้นครูใช้คำถาม ดังนี้

**เพลงหน้าที่เด็ก**

เนื้อร้อง ชอุ่ม ปัญ­จพรรค์

ทำนอง เอื้อ สุนทรสนาน

(สร้อย) เด็กเอ๋ย...เด็กดีต้องมีหน้าที่สิบอย่างด้วยกัน (ซ้ำ)

หนึ่ง นับถือศาสนา

สอง รักษาธรรมเนียมมั่น

สาม เชื่อพ่อแม่ ครูอาจารย์

สี่ วาจานั้นต้องสุภาพอ่อนหวาน

ห้า ยึดมั่นกตั­ญญู

หก เป็นผู้รู้รักการงาน

เจ็ด ต้องศึกษาให้เชี่ยวชาญ­ ต้องมานะบากบั่นไม่เกียจไม่คร้าน

แปด รู้จักออมประหยัด

เก้า ต้องซื่อสัตย์ตลอดกาล น้ำใจนักกีฬากล้าหาญ­ให้เหมาะกับกาลสมัย

ชาติพัฒนา

สิบ ทำตนให้เป็นประโยชน์ รู้บาปบุ­ญคุณโทษ สมบัติชาติต้องรักษา

เด็กสมัยชาติพัฒนา จะเป็นเด็กที่พาชาติไทยเจริ­ญ

(สร้อย) เด็กเอ๋ย...เด็กดี ต้องมีหน้าที่สิบอย่างด้วยกัน (ซ้ำ)

จากเนื้อเพลง เด็กดีต้องปฏิบัติตนอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เชื่อฟังพ่อแม่ ครูอาจารย์ วาจาสุภาพอ่อนหวาน**

**กตัญญู รักการทำงาน มีความรับผิดชอบ)**

ถ้านักเรียนปฏิบัติตนตามเนื้อเพลงหน้าที่เด็ก พ่อแม่ของนักเรียนจะรู้สึกอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ รู้สึกสบาย**

**ใจและรู้สึกภูมิใจในตัวเรา)**

2. ครูจัดเตรียมสลากเลขที่ของนักเรียนทุกคนในชั้น จากนั้นอธิบายการทำกิจกรรมให้นักเรียนฟังดังนี้ ครูจะ

จับสลากขึ้นมา 1 ใบ ถ้าตรงกับเลขที่ของใครให้คนนั้นลุกขึ้นตอบ โดยให้ทุกคนเสนอ วิธีการ

ปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวมา 1 วิธี คนต่อไปจะต้องตอบ ไม่ซ้ำกับคนที่ตอบแล้ว

โดยครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



3. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- การกระทำใดบ้างที่นักเรียนควรปฏิบัติ **(ตัวอย่างคำตอบ รักและเคารพพ่อแม่ ผู้ปกครอง รู้จักประหยัดอดออม)**

- การกระทำใดบ้างที่นักเรียนไม่ควรปฏิบัติ **(ตัวอย่างคำตอบ ทะเลาะกับน้อง แย่งของเล่นกัน ไม่ช่วยงานบ้าน)**

- การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวเกิดผลดีอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ทุกคนในบ้านรักใคร่ มีความเข้าใจกัน เป็นครอบครัวที่อบอุ่น ทุกคนในครอบครัวมีความสุข)**

4. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- ตามความคิดของนักเรียนการปฏิบัติตนอย่างไรเป็นการปฏิบัติตนตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง **(ตัวอย่างคำตอบ ประหยัดอดออม ใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์สูงสุด ปลูกผักสวนครัวไว้รับประทานในบ้าน)**

- ถ้าสมาชิกทุกคนในครอบครัวปฏิบัติตนตามแนวพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียงจะส่งผลดีต่อครอบครัวอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ การประหยัดจะทำให้เศรษฐกิจของครอบครัวดีขึ้น ทำให้ครอบครัวมีความสุข มีพออยู่ พอกิน)**

5. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวทำให้ครอบครัวมีความสุข

6. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้าทุกคนในครอบครัวปฏิบัติหน้าที่ของตนเองได้ดี ครอบครัวจะเป็นอย่างไร

7. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ให้นักเรียนร่วมกันแสดงบทบาทสมมุติเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว โดยเน้นให้ เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในชั้นเรียน

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนจัดทำแฟ้มสมุดภาพเพื่อน ๆ ในชั้นเรียน เขียนความประทับใจที่มีต่อเพื่อนและลักษณะ

นิสัยที่ดีของเพื่อนคนนั้น ๆ โดยออกแบบแฟ้มสมุดภาพให้สวยงามน่าอ่านตามความสนใจ

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. เนื้อเพลงหน้าที่เด็ก
2. ชิ้นงานที่ 4 เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 ความสำคัญ­ของการมีเพื่อน**

**1. สาระสำคัญ**

การเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวทำให้เราอยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัวได้อย่างมีความสุข โดยคุณลักษณะของการเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ได้แก่ การรู้จักปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีความรักและความเอื้ออาทรต่อสมาชิกในครอบครัว เอาใจใส่ดูแลสุขภาพซึ่งกันและกัน รวมทั้งพูดจาไพเราะต่อกัน

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว (พ 2.1 ป. 4/1)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายคุณลักษณะของการเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว (A)

3. สามารถสื่อสารและแสดงลักษณะการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับคุณลักษณะของการเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดสรุปคุณลักษณะของ  การเป็นสมาชิกที่ดีของ  ครอบครัว | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องของการปฏิบัติกิจกรรมครอบครัวในฝันของฉัน | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อ  การเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

ความสำคัญของการมีเพื่อน

**6.** **การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้ผู้แทนนักเรียน 2 คน ออกมาพูดเกี่ยวกับเพื่อนสนิทของตนเองว่าเป็นใครและประทับใจในตัว

เพื่อนอย่างไร หน้าชั้นเรียน

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความสำคัญ­ของการมีเพื่อน โดยครูใช้

คำถาม ดังนี้

- นักเรียนทำกิจกรรมอะไรกับเพื่อนบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ เล่น พูดคุย ทำงานกลุ่มร่วมกัน)**

- วันที่เพื่อนของนักเรียนไม่มาโรงเรียน นักเรียนรู้สึกอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เหงา เสียใจ)**

3. ให้นักเรียนทำแบบบันทึกคุณลักษณะของเพื่อนที่ชอบและไม่ชอบ ดังตัวอย่างต่อไปนี้



**คุณลักษณะเพื่อนที่ไม่ชอบ**

**คุณลักษณะเพื่อนที่ชอบ**

จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- คุณลักษณะของเพื่อนที่นักเรียนชอบเป็นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ พูดจาไพเราะอ่อนหวาน รู้จักแบ่งปัน**

**สิ่งของ)**

- คุณลักษณะของเพื่อนที่นักเรียนไม่ชอบเป็นอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ชอบรังแกผู้ที่อ่อนแอกว่า เห็นแก่ตัว)**

4. ครูเล่าสถานการณ์เกี่ยวกับการคบเพื่อนให้นักเรียนฟัง ดังนี้



เรวดีกับมีดีเป็นเพื่อนกันทั้งสองคนไม่เคยทะเลาะกัน เมื่อมีสิ่งของก็แบ่งกันใช้ สนทนากันด้วยภาษาที่สุภาพเสมอ ทำให้ทั้งสองคนเป็นเพื่อนรักกัน

แล้วครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ดังกล่าว ดังนี้

- เรวดีกับมีดีมีความสัมพันธ์ในลักษณะใด **(เป็นเพื่อนรัก)**

- เรวดีกับมีดีปฏิบัติตนต่อกันอย่างไร **(ไม่ทะเลาะกัน แบ่งปันสิ่งของและสนทนากันด้วยภาษาที่สุภาพเสมอ)**

- การปฏิบัติตนของเรวดีกับมีดีเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร **(เหมาะสม เพราะการปฏิบัติตนต่อเพื่อนที่ดีจะทำ**

**ให้ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนดีไปด้วย)**

- นักเรียนมีเพื่อนรักเหมือนเรวดีกับมีดีหรือไม่ ถ้ามีเพื่อนรักของนักเรียนคือใคร **(ตัวอย่างคำตอบ มี โดย**

**เพื่อนรักคือ เด็กหญิงสุนันทา )**

- นักเรียนและเพื่อนรักของตนเองปฏิบัติตนต่อกันอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ แบ่งปันของเล่น ของกิน และ**

**ของใช้ให้กันเสมอ ไม่พูดจาหยาบคายต่อกัน)**

- นักเรียนคิดว่าจะรักษาสัมพันธภาพที่ดีนี้ไว้ได้อย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่รังแกเพื่อน คอยดูแลให้ความ**

**ช่วยเหลือ)**

จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า ความสัมพันธ์ระหว่างภควดีกับพัชรีเป็นความสัมพันธ์  
 ที่ดีควรนำมาเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิต

5. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

เพื่อนมีความสำคัญ­ต่อการดำรงชีวิตของทุกคน เพราะเพื่อน คือ บุคคลที่คอยช่วยเหลือเวลาทำกิจกรรม

ต่าง ๆ ร่วมกัน และให้คำปรึกษาหารือต่าง ๆ

6. ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้านักเรียนไม่มีเพื่อนจะเป็นอย่างไร

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- นักเรียนทั้งชั้นร่วมกันโหวตหาเพื่อนที่นิสัยดีที่สุดในห้อง 2 คน ผู้ชาย 1 คน และผู้หญิง 1 คน

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนจัดทำสมุดภาพครอบครัวของตนเองและเขียนบรรยายความรู้สึกที่มีต่อภาพแต่ละภาพ

แล้วตกแต่งสมุดภาพให้สวยงาม

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

แบบบันทึกคุณลักษณะของเพื่อนที่ชอบและไม่ชอบ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 ความหมายและความสำคัญของพฤติกรรมทางเพศหญิง – ชาย**

**1. สาระสำคัญ**

พฤติกรรมทางเพศ หมายถึง ความคิดและการแสดงออกของบุคคลเกี่ยวกับเรื่องเพศ ซึ่งมีผลต่อการดำรงชีวิต เราทุกคนจึงต้องเรียนรู้มารยาทและวิธีการปฏิบัติให้เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทยเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข มีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย (พ 2.1 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายความหมายและความสำคัญของพฤติกรรมทางเพศอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศด้วยความสนใจ (A)

3. สามารถแสดงพฤติกรรมทางเพศอย่างเหมาะสมได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของพฤติกรรมทางเพศ | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมรายงานผลและ  การจดบันทึกความรู้เรื่อง  ความหมายและความสำคัญ  ของพฤติกรรมทางเพศ | • แบบบันทึกการรายงานผลและสมุดบันทึกความรู้ | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศชายตามวัฒนธรรมไทย

2. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศหญิงตามวัฒนธรรมไทย

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมไทยอะไรที่บ่งบอกถึงความเป็นชาติไทยได้มากที่สุด

2. ให้นักเรียนดูภาพเด็กชายช่วยผู้สูงอายุถือของและภาพเด็กยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม แล้วร่วมกันสนทนา

แสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

ภาพที่ 1 เด็กชายช่วยผู้สูงอายุถือของ

- เด็กในภาพเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย **(เพศชาย)**

- เด็กในภาพกำลังปฏิบัติตนอย่างไร **(ช่วยผู้สูงอายุถือของ)**

- นักเรียนคิดว่าเด็กในภาพปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับเพศหรือไม่ **(เหมาะสม)**

ภาพที่ 2 เด็กหญิงยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม

- เด็กในภาพเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย **(เพศหญิง)**

- เด็กในภาพกำลังปฏิบัติตนอย่างไร **(ยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม)**

- นักเรียนคิดว่าเด็กในภาพปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับเพศหรือไม่ **(เหมาะสม)**

3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน แล้วให้หัวข้อสถานการณ์ไปกลุ่มละ

1 สถานการณ์เพื่อคิดการแสดงบทบาทสมมุติแล้วออกมาแสดงที่หน้าชั้นเรียนทีละกลุ่ม หลังจาก

แสดงแล้วครูใช้คำถามถามนักเรียน ดังนี้

สถานการณ์ที่ 1 วัยรุ่นชายและหญิงยืนจับมือกัน 2 คนในที่ลับตาคน

- นักเรียนคิดว่า การกระทำของ 2 คนนี้ เหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เหมาะสม**

**เพราะว่าการอยู่กันตามลำพังอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร)**

สถานการณ์ที่ 2 สมคิดกำลังเดินมาโรงเรียน พบครูกำลังถือของหนักทั้งสอง

มือสมคิดจึงเข้าไปช่วยครูถือของมาส่งที่ห้องพักครู

- นักเรียนคิดว่า สมคิดมีพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ เหมาะสม เพราะว่า**

**ปฏิบัติตนเป็นคนดี เป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุคคลอื่น มีความกตัญญูกตเวที)**

สถานการณ์ที่ 3 พัดชาและสมชายเดินไปรับประทานอาหารกลางวันด้วยกันพัดชาวางตัว เหมาะสม ไม่ให้สมชายมาล่วงเกินแม้แต่จับมือ และสมชายก็ไม่เคยล่วงเกินพัดชา

- นักเรียนคิดว่า พัดชาและสมชายมีพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่ เพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ เหมาะสม**

**เพราะว่าสมชายก็ยกย่องให้เกียรติเพศตรงข้าม และพัดชาก็วางตัวเหมาะสม ไม่ให้ใครมาล่วงเกินทางเพศได้)**

สถานการณ์ที่ 4 วิชัยนั่งบนรถโดยสารประจำทางมาประมาณ 10 นาที ก็มีผู้หญิงตั้งครรภ์

ขึ้นมาบนรถ ยืนข้าง ๆ วิชัย วิชัยเห็นแล้วจึงแกล้งทำเป็นนอนหลับ

- นักเรียนคิดว่า วิชัยมีพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ไม่เหมาะสม เพราะเพศชายเป็นเพศที่เข้มแข็งสมควรที่จะเสียสละให้ผู้ที่อ่อนแอกว่า)**

- ถ้านักเรียนเป็นวิชัยนักเรียนจะทำอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ลุกขึ้นให้ผู้หญิงตั้งครรภ์นั่ง)**

4. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ชายและหญิง จากนั้นครูแจกบัตรคำการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับ

วัฒนธรรมไทย ให้นักเรียนกลุ่มละ 1 ชุด เหมือนกัน แล้วให้ภายในกลุ่มส่งผู้แทนนักเรียนออกมาติดบัตร

คำบนกระดานฝั่งเพศชายและเพศหญิงที่ครูแบ่งฝั่งไว้บนกระดาน

**ตัวอย่างบัตรคำ**



5. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 2 กลุ่ม มีทั้งเพศชายกับเพศหญิง ให้แต่ละกลุ่มเขียนพฤติกรรมที่เหมาะสมกับ

วัฒนธรรมไทยของเพศชายและเพศหญิงลงในกระดาษ A4 ให้ได้มากที่สุด จากนั้น

แต่ละกลุ่มออกมาพูดอภิปรายหน้าชั้นเรียนให้เพื่อนฟัง ครูคอยตรวจสอบความถูกต้อง โดยครูเปิดโอกาส

ให้ซักถามได้หากไม่เข้าใจ

6. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศตาม

วัฒนธรรมไทย โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนคิดว่า เพศชายควรมีพฤติกรรมอย่างไรจึงเหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

**(ตัวอย่างคำตอบ มีความเป็นผู้นำ ไม่รังแกหรือเอาเปรียบผู้ที่อ่อนแอกว่า)**

- นักเรียนคิดว่า เพศหญิงควรมีพฤติกรรมอย่างไรจึงเหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

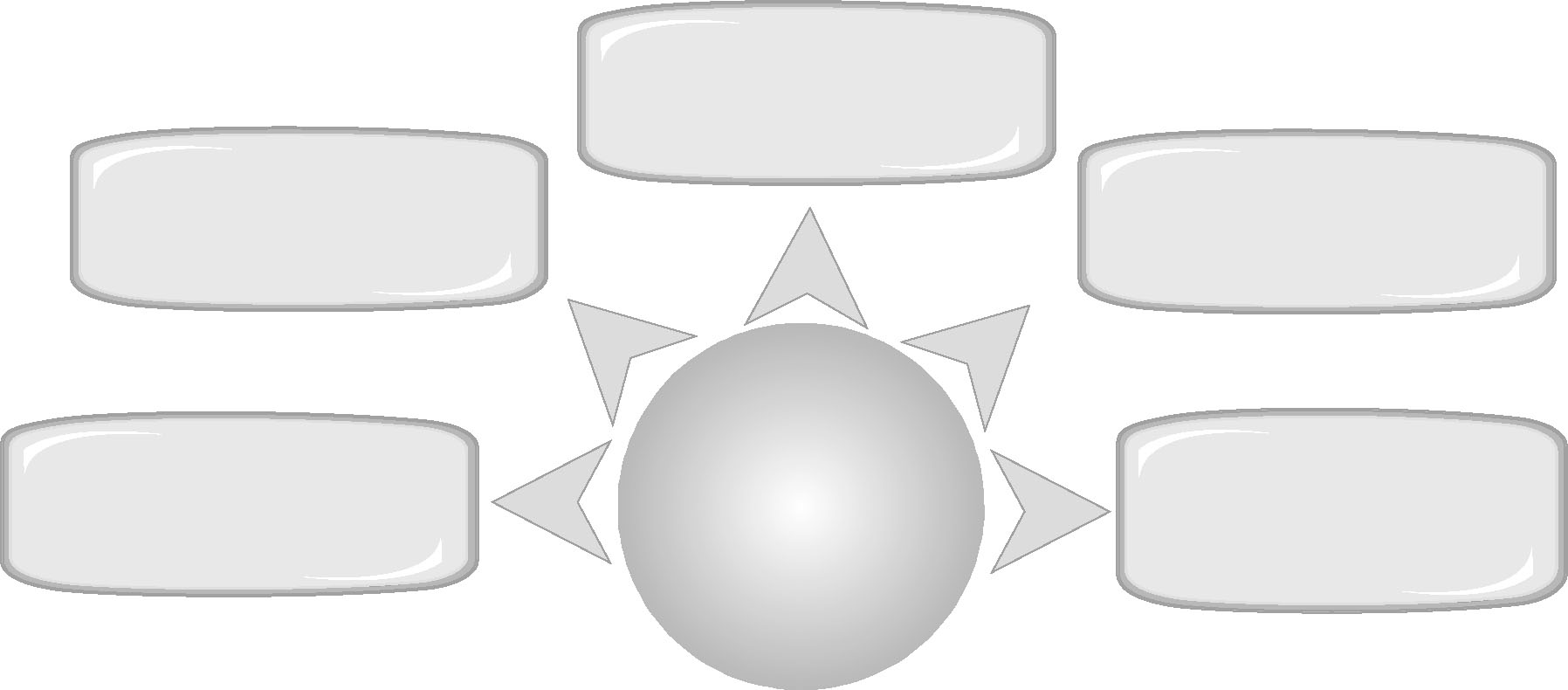
**(ตัวอย่างคำตอบ มีกิริยามารยาทเรียบร้อยเป็นกุลสตรี รักนวลสงวนตัว พูดจาไพเราะสุภาพอ่อนหวาน)**

- ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศตนเองตามวัฒนธรรมไทยจะเกิดผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ไม่เกิดอันตรายทางเพศกับตนเองและไม่เกิดปัญหา­กับสังคม ทุกคนอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศชายและเพศหญิงตามวัฒนธรรม

ไทย โดยครูบันทึกเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



**มีความเป็นสุภาพบุรุษ ให้เกียรติและไม่ดูหมิ่นเพศห­ญิง**

**มีความเข้มแข็ง ปกป้องคุ้มครองผู้ที่อ่อนแอกว่า**

**มีความเป็นผู้นำ รู้จักเสียสละ และรับผิดชอบ**

**ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีเช่น ไม่ดื่มสุรา ไม่สูบบุหรี่**

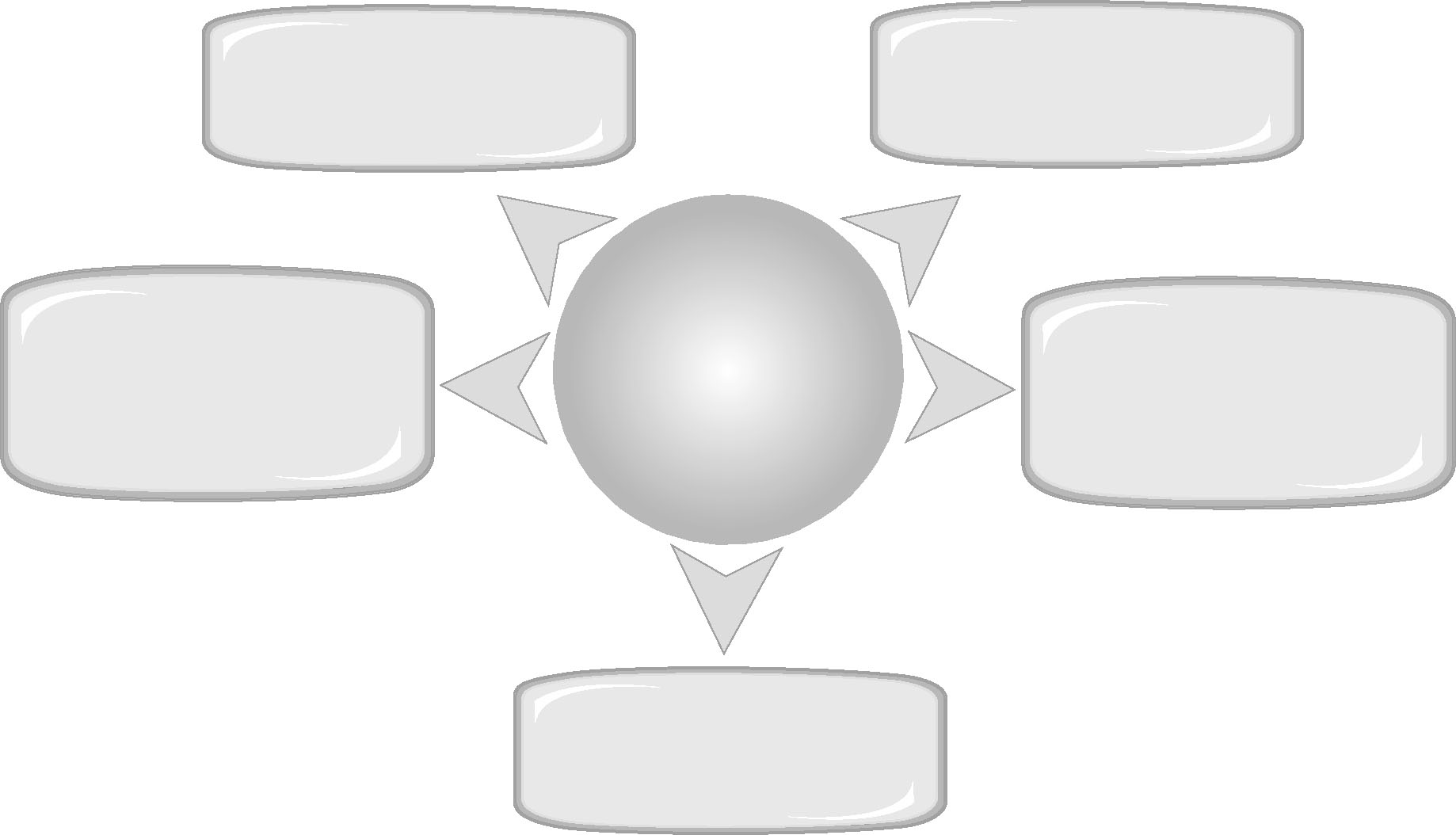
**ไม่รังแกหรือเอาเปรียบผู้ที่อ่อนแอเช่น เพศห­ญิง**

**เด็ก และคนชรา**

**พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศชายตามวัฒนธรรมไทย**

**พูดจาไพเราะสุภาพอ่อนหวาน**

**มีกิริยามารยาทสุภาพเรียบร้อยสมเป็นกุลสตรี**



**รักศักดิ์ศรีของความเป็น**

**เพศห­ญิงไม่มีเพศสัมพันธ์**

**ก่อนวัยอันควร**

**รู้จักรักนวลสงวนตัว คือ**

**ป้องกันตนเองไม่ให้ผู้อื่นโดยเฉพาะผู้ชายมาถูกเนื้อตัวได้**

**รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจและเสียสละแก่ผู้อื่น**

**พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศหญิงตามวัฒนธรรมไทย**

7. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับเพศของตนเองโดยยึดหลักของวัฒนธรรมไทย

จะทำให้เป็นที่รักและชื่นชอบของผู้อื่นและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

8. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมไทยอะไรที่บ่งบอกถึงความเป็นชาติไทยได้มากที่สุด

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่มเป็นเพศชายและเพศหญิง จัดการแข่งขันโต้วาทีในหัวข้อ “เกิดเป็นหญิง

แท้จริงแสนลำบาก” โดยมีครูเป็นกรรมการตัดสิน และกล่าวคำชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกิจกรรม

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนสังเกตและรวบรวมพฤติกรรมทางเพศของบุคคล โดยจดบันทึกในสมุดบันทึกและนำมาแลกเปลี่ยน

กันอ่านกับเพื่อนในชั้นเรียน

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพเด็กผู้ชายช่วยผู้สูงอายุถือสิ่งของ 2. ภาพเด็กผู้หญิงยกน้ำให้พ่อแม่ดื่ม

3. บัตรคำ 4. กระดาษ A4

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15 พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยทางเพศหญิง - เพศชาย (ต่อ)**

**1. สาระสำคัญ**

เพศชายควรมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ได้แก่ ให้เกียรติเพศหญิง ไม่พูดจาว่าร้าย ไม่นินทาหรือพูดจาลวนลามเพศหญิง รวมทั้งต้องแสดงตนเป็นสุภาพบุรุษ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย (พ 2.1 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. ยกตัวอย่างพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยของเพศชายอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการแสดงพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย (A)

3. สามารถแสดงพฤติกรรมทางเพศอย่างเหมาะสมได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยของเพศชาย | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสุภาพบุรุษนั้นเป็นเช่นไร ตัดสินใจและตอบคำถาม | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อ  การเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมบันทึกความรู้เรื่อง พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย | • สมุดบันทึกความรู้ | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศชายตามวัฒนธรรมไทย

2. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศหญิงตามวัฒนธรรมไทย

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมไทยอะไรที่บ่งบอกถึงความเป็นชาติไทยได้มากที่สุด

2. ให้นักเรียนดูภาพเด็กชายช่วยผู้สูงอายุถือของและภาพเด็กยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม แล้วร่วมกันสนทนา

แสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

ภาพที่ 1 เด็กชายช่วยผู้สูงอายุถือของ

- เด็กในภาพเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย **(เพศชาย)**

- เด็กในภาพกำลังปฏิบัติตนอย่างไร **(ช่วยผู้สูงอายุถือของ)**

- นักเรียนคิดว่าเด็กในภาพปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับเพศหรือไม่ **(เหมาะสม)**

ภาพที่ 2 เด็กหญิงยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม

- เด็กในภาพเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย **(เพศหญิง)**

- เด็กในภาพกำลังปฏิบัติตนอย่างไร **(ยกน้ำให้พ่อกับแม่ดื่ม)**

- นักเรียนคิดว่าเด็กในภาพปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับเพศหรือไม่ **(เหมาะสม)**

3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน แล้วให้หัวข้อสถานการณ์ไปกลุ่มละ

1 สถานการณ์เพื่อคิดการแสดงบทบาทสมมุติแล้วออกมาแสดงที่หน้าชั้นเรียนทีละกลุ่ม หลังจาก

แสดงแล้วครูใช้คำถามถามนักเรียน ดังนี้

สถานการณ์ที่ 1 วัยรุ่นชายและหญิงยืนจับมือกัน 2 คนในที่ลับตาคน

- นักเรียนคิดว่า การกระทำของ 2 คนนี้ เหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เหมาะสม**

**เพราะว่าการอยู่กันตามลำพังอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร)**

สถานการณ์ที่ 2 สมคิดกำลังเดินมาโรงเรียน พบครูกำลังถือของหนักทั้งสอง

มือสมคิดจึงเข้าไปช่วยครูถือของมาส่งที่ห้องพักครู

- นักเรียนคิดว่า สมคิดมีพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ เหมาะสม เพราะว่า**

**ปฏิบัติตนเป็นคนดี เป็นตัวอย่างที่ดีแก่บุคคลอื่น มีความกตัญญูกตเวที)**

สถานการณ์ที่ 3 พัดชาและสมชายเดินไปรับประทานอาหารกลางวันด้วยกันพัดชาวางตัว เหมาะสม ไม่ให้สมชายมาล่วงเกินแม้แต่จับมือ และสมชายก็ไม่เคยล่วงเกินพัดชา

- นักเรียนคิดว่า พัดชาและสมชายมีพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่ เพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ เหมาะสม**

**เพราะว่าสมชายก็ยกย่องให้เกียรติเพศตรงข้าม และพัดชาก็วางตัวเหมาะสม ไม่ให้ใครมาล่วงเกินทางเพศได้)**

สถานการณ์ที่ 4 วิชัยนั่งบนรถโดยสารประจำทางมาประมาณ 10 นาที ก็มีผู้หญิงตั้งครรภ์

ขึ้นมาบนรถ ยืนข้าง ๆ วิชัย วิชัยเห็นแล้วจึงแกล้งทำเป็นนอนหลับ

- นักเรียนคิดว่า วิชัยมีพฤติกรรมเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ไม่เหมาะสม เพราะเพศชายเป็นเพศที่เข้มแข็งสมควรที่จะเสียสละให้ผู้ที่อ่อนแอกว่า)**

- ถ้านักเรียนเป็นวิชัยนักเรียนจะทำอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ลุกขึ้นให้ผู้หญิงตั้งครรภ์นั่ง)**

4. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ชายและหญิง จากนั้นครูแจกบัตรคำการปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับ

วัฒนธรรมไทย ให้นักเรียนกลุ่มละ 1 ชุด เหมือนกัน แล้วให้ภายในกลุ่มส่งผู้แทนนักเรียนออกมาติดบัตร

คำบนกระดานฝั่งเพศชายและเพศหญิงที่ครูแบ่งฝั่งไว้บนกระดาน

**ตัวอย่างบัตรคำ**



5. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 2 กลุ่ม มีทั้งเพศชายกับเพศหญิง ให้แต่ละกลุ่มเขียนพฤติกรรมที่เหมาะสมกับ

วัฒนธรรมไทยของเพศชายและเพศหญิงลงในกระดาษ A4 ให้ได้มากที่สุด จากนั้น

แต่ละกลุ่มออกมาพูดอภิปรายหน้าชั้นเรียนให้เพื่อนฟัง ครูคอยตรวจสอบความถูกต้อง โดยครูเปิดโอกาส

ให้ซักถามได้หากไม่เข้าใจ

6. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศตาม

วัฒนธรรมไทย โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนคิดว่า เพศชายควรมีพฤติกรรมอย่างไรจึงเหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

**(ตัวอย่างคำตอบ มีความเป็นผู้นำ ไม่รังแกหรือเอาเปรียบผู้ที่อ่อนแอกว่า)**

- นักเรียนคิดว่า เพศหญิงควรมีพฤติกรรมอย่างไรจึงเหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

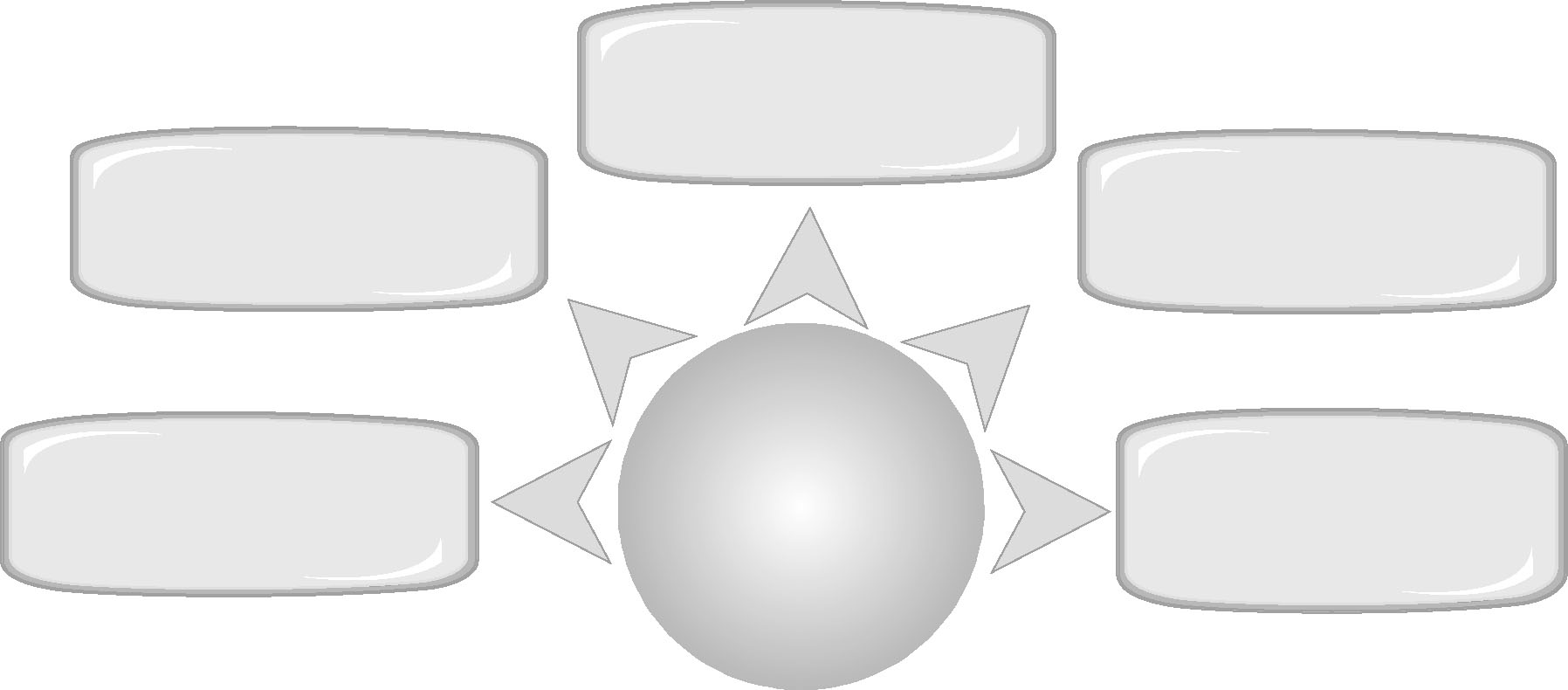
**(ตัวอย่างคำตอบ มีกิริยามารยาทเรียบร้อยเป็นกุลสตรี รักนวลสงวนตัว พูดจาไพเราะสุภาพอ่อนหวาน)**

- ถ้านักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศตนเองตามวัฒนธรรมไทยจะเกิดผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ**

**ไม่เกิดอันตรายทางเพศกับตนเองและไม่เกิดปัญหา­กับสังคม ทุกคนอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศชายและเพศหญิงตามวัฒนธรรม

ไทย โดยครูบันทึกเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



**มีความเป็นสุภาพบุรุษ ให้เกียรติและไม่ดูหมิ่นเพศห­ญิง**

**มีความเข้มแข็ง ปกป้องคุ้มครองผู้ที่อ่อนแอกว่า**

**มีความเป็นผู้นำ รู้จักเสียสละ และรับผิดชอบ**

**ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีเช่น ไม่ดื่มสุรา ไม่สูบบุหรี่**

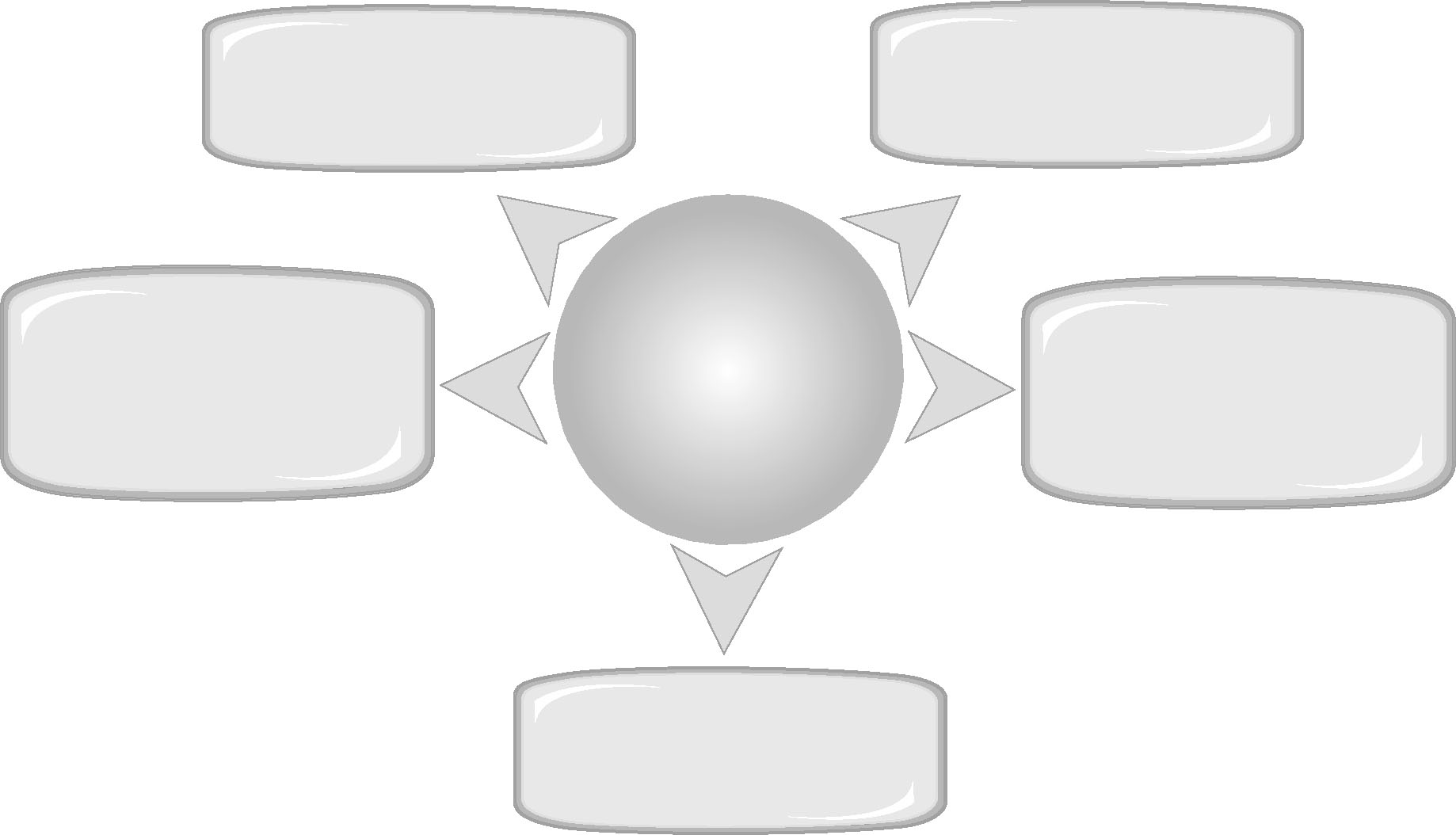
**ไม่รังแกหรือเอาเปรียบผู้ที่อ่อนแอเช่น เพศห­ญิง**

**เด็ก และคนชรา**

**พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศชายตามวัฒนธรรมไทย**

**พูดจาไพเราะสุภาพอ่อนหวาน**

**มีกิริยามารยาทสุภาพเรียบร้อยสมเป็นกุลสตรี**



**รักศักดิ์ศรีของความเป็น**

**เพศห­ญิงไม่มีเพศสัมพันธ์**

**ก่อนวัยอันควร**

**รู้จักรักนวลสงวนตัว คือ**

**ป้องกันตนเองไม่ให้ผู้อื่นโดยเฉพาะผู้ชายมาถูกเนื้อตัวได้**

**รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจและเสียสละแก่ผู้อื่น**

**พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศหญิงตามวัฒนธรรมไทย**

7. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับเพศของตนเองโดยยึดหลักของวัฒนธรรมไทย

จะทำให้เป็นที่รักและชื่นชอบของผู้อื่นและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

8. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

นักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมไทยอะไรที่บ่งบอกถึงความเป็นชาติไทยได้มากที่สุด

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่มเป็นเพศชายและเพศหญิง จัดการแข่งขันโต้วาทีในหัวข้อ “เกิดเป็นหญิง

แท้จริงแสนลำบาก” โดยมีครูเป็นกรรมการตัดสิน และกล่าวคำชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกิจกรรม

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนสังเกตและรวบรวมพฤติกรรมทางเพศของบุคคล โดยจดบันทึกในสมุดบันทึกและนำมาแลกเปลี่ยน

กันอ่านกับเพื่อนในชั้นเรียน

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. ภาพเด็กผู้ชายช่วยผู้สูงอายุถือสิ่งของ 2. ภาพเด็กผู้หญิงยกน้ำให้พ่อแม่ดื่ม

3. บัตรคำ 4. กระดาษ A4

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง พฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16 มารยาททางสังคม**

**1. สาระสำคัญ**

เพศหญิงควรปฏิบัติตนให้เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยของเพศหญิง ได้แก่ ให้เกียรติเพศชาย วางตัวให้เหมาะสมกับลักษณะของกุลสตรีไทย มีกิริยามารยาทที่เรียบร้อย สำรวม และรักนวลสงวนตัว

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย (พ 2.1 ป. 4/2)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. ระบุตัวอย่างพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยของเพศหญิงอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการแสดงพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย (A)

3. สามารถแสดงพฤติกรรมทางเพศอย่างเหมาะสมได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสมตามวัฒนธรรมไทยของเพศหญิง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรม  ทางเพศที่เหมาะสมตาม  วัฒนธรรมไทยของเพศหญิง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการปฏิบัติกิจกรรมสัมภาษณ์เรื่อง วิธีการปฏิบัติตนตามเพศ | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือ  สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

มารยาททางสังคม

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ให้นักเรียนร้องเพลงและปรบมือประกอบจังหวะ เพลงแขกระเริง โดยครูเขียนเนื้อเพลง ดังนี้



เพลงแขกระเริง

เด็กดีต้องมีจรรยา (ซ้ำ) ทุก ๆ เวลากิริยางามน่าชม

พูดจาน่านิยม เมื่ออยู่ในสังคม รู้ความเหมาะสม อ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่

เชื่อฟังบิดา มารดา เชื่อฟังครูบาอาจารย์ ไม่ประพฤติอันธพาลสมเป็นเด็กไทย

จากนั้นให้ร่วมกันสนทนา โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- จากเพลงเด็กๆควรปฏิบัติตนอย่างไร**(ตัวอย่างคำตอบพูดจาสุภาพมารยาทเรียบร้อยอ่อนน้อมต่อ**

**ผู้ใหญ่)**

- นักเรียนปฏิบัติตามเนื้อเพลงอย่างไรบ้าง **(ตัวอย่างคำตอบ พูดจาสุภาพ มีกิริยามารยาทเรียบร้อย เชื่อฟัง**

**พ่อแม่)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนตามเนื้อเพลงจะส่งผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ มีแต่คนรักใคร่ อยากพูดคุยด้วย)**

2. ให้นักเรียนดูภาพเด็กกล่าวคำขอบคุณผู้ใหญ่­่ที่ให้ของ แล้วร่วมกันสนทนา โดยครูใช้คำถามดังนี้

- เด็กในภาพกำลังปฏิบัติอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไหว้และกล่าวคำขอบคุณ)**

- เด็กในภาพทำอย่างนั้นเพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ผู้ใหญ่ให้ของ)**

- เมื่อนักเรียนพบครูตอนเช้านักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไหว้และกล่าวสวัสดี ครับ / สวัสดีค่ะ)**

- เมื่อนักเรียนทำผิดควรปฏิบัติอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ กล่าวคำขอโทษครับ / ขอโทษค่ะ)**

3. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับมารยาททางสังคม ดังนี้

⦁ กลุ่มที่ 1 มารยาทในการเรียน

⦁ กลุ่มที่ 2 มารยาทในการเล่น

เมื่อได้ข้อมูลแล้วให้แต่ละกลุ่มเลือกผู้แทนออกมาแสดงผลงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยตรวจสอบความ

ถูกต้องและแนะนำเพิ่มเติม

4. ครูเขียนสถานการณ์บนกระดาน จากนั้นแบ่งนักเรียนเป็น 4 กลุ่ม ให้ผู้แทนกลุ่มออกมาจับสลาก

สถานการณ์เพื่อออกมาแสดงบทบาทสมมุติ และเสนอแนวทางการปฏิบัติตนตามมารยาททางสังคมที่ เหมาะสมกับเพศ และกาลเทศะ



ตัวอย่างสถานการณ์

1. พบครูตอนเช้าเมื่อมาถึงโรงเรียน

2. เมื่อผู้ใหญ่ให้ของกับเรา

3. ขณะนั่งเรียนในชั้นเรียน

4. เมื่อต้องเล่นรวมกลุ่มกับเพื่อนคนอื่น

5. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงมารยาททางสังคม โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- การแสดงพฤติกรรมตามมารยาททางสังคมที่เหมาะสมมีแนวทางการปฏิบัติตนอย่างไร

**(ตัวอย่างคำตอบ ไหว้และกล่าวคำว่าสวัสดีครับ/ค่ะ กับครูในตอนเช้า กล่าวคำขอโทษเมื่อตนทำผิด**

**กล่าวคำขอบคุณเมื่อมีผู้ให้ของหรือมีน้ำใจต่อเรา)**

- ถ้าปฏิบัติตนตามแนวทางดังกล่าวจะเกิดผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ เป็นที่รักและชื่นชมของผู้พบเห็น**

- ถ้าไม่ปฏิบัติตนตามแนวทางดังกล่าวจะเกิดผลอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่น่ารัก ไม่มีใครอยากพูดด้วย)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพลงบนกระดาน ดังนี้

**ตัวอย่างคำตอบ**

ผลที่เกิดขึ้น

(ตนเองภาคภูมิใจ ผู้อื่นชื่นชม

เป็นที่รักของเพื่อน ๆ)

ถ้าปฏิบัติ

|  |
| --- |
| แนวทางการแสดงมารยาททางสังคมที่เหมาะสม |
| - เมื่อผู้ใหญ่ให้ของควรไหว้และกล่าวคำขอบคุณ  - เมื่อกระทำผิดต้องกล่าวคำขอโทษ  - เคารพข้อตกลง และกติกาของชั้นเรียน  - ไม่รบกวนเพื่อนที่กำลังตั้งใจเรียน  ผลที่เกิดขึ้น  (ตนเองไม่มั่นใจ ผู้อื่นรังเกียจ  ไม่มีเพื่อนเล่นด้วย)  - เล่นตามกฎเกณฑ์ กติกาที่ตกลงกันไว้  ถ้าไม่ปฏิบัติ  - ไม่พูดคำหยาบคาย หรือแสดงกิริยาที่ไม่เหมาะสม |

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การเรียนรู้มารยาททางสังคมและปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมจะทำให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่าง

มีความสุข

7. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

ถ้านักเรียนต้องไปงานแต่งงานกับ­ญาติผู้ใหญ่ นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไร

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 6 เรื่อง พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมุติตามความคิดและจินตนาการ และให้ทุกกลุ่มช่วยกันโหวตว่า

กลุ่มใด แสดงบทบาทสมมุติได้ดีที่สุด

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม*สัมภาษณ์เรื่อง วิธีการปฏิบัติตนตามเพศ* ดังรายละเอียดในหนังสือเรียนฯ/หรือ

สื่อการ เรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

1. เนื้อเพลงแขกระเริง

2. ภาพผู้ใหญ่ให้ของเด็ก

3. ชิ้นงานที่ 6 เรื่อง พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 17 สถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายและการป้องกันอันตรายทางเพศ**

**1. สาระสำคัญ**

สถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันบางสถานการณ์อาจก่อให้เกิดอันตรายได้ เราจึงต้องรู้จักการปฏิเสธ เช่น ปฏิเสธไม่ขึ้นรถไปกับคนที่ไม่รู้จัก และไม่เปิดประตูให้คนแปลกหน้าเข้าบ้านเมื่ออยู่บ้านตามลำพัง

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ (พ 2.1 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. บอกวิธีการปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์คนไม่รู้จักชวนขึ้นรถตามลำพังและเมื่ออยู่บ้านตาม

ลำพังอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการปฏิเสธในสถานการณ์อันตราย (A)

3. อธิบายและแสดงทักษะในการพูดปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์อันตรายอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับการปฏิเสธในสถานการณ์ ต่าง ๆ เมื่อมีคนไม่รู้จักชวนขึ้นรถตามลำพังและเมื่ออยู่บ้านตามลำพัง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดการปฏิเสธใน  สถานการณ์ต่าง ๆ เมื่อมีคน  ไม่รู้จักชวนขึ้นรถตามลำพังและ  เมื่ออยู่บ้านตามลำพัง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องของการปฏิบัติกิจกรรมสังเกตสถานการณ์ประจำวัน แล้วคัดสรรสิ่งที่เป็นอันตราย | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือ  สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

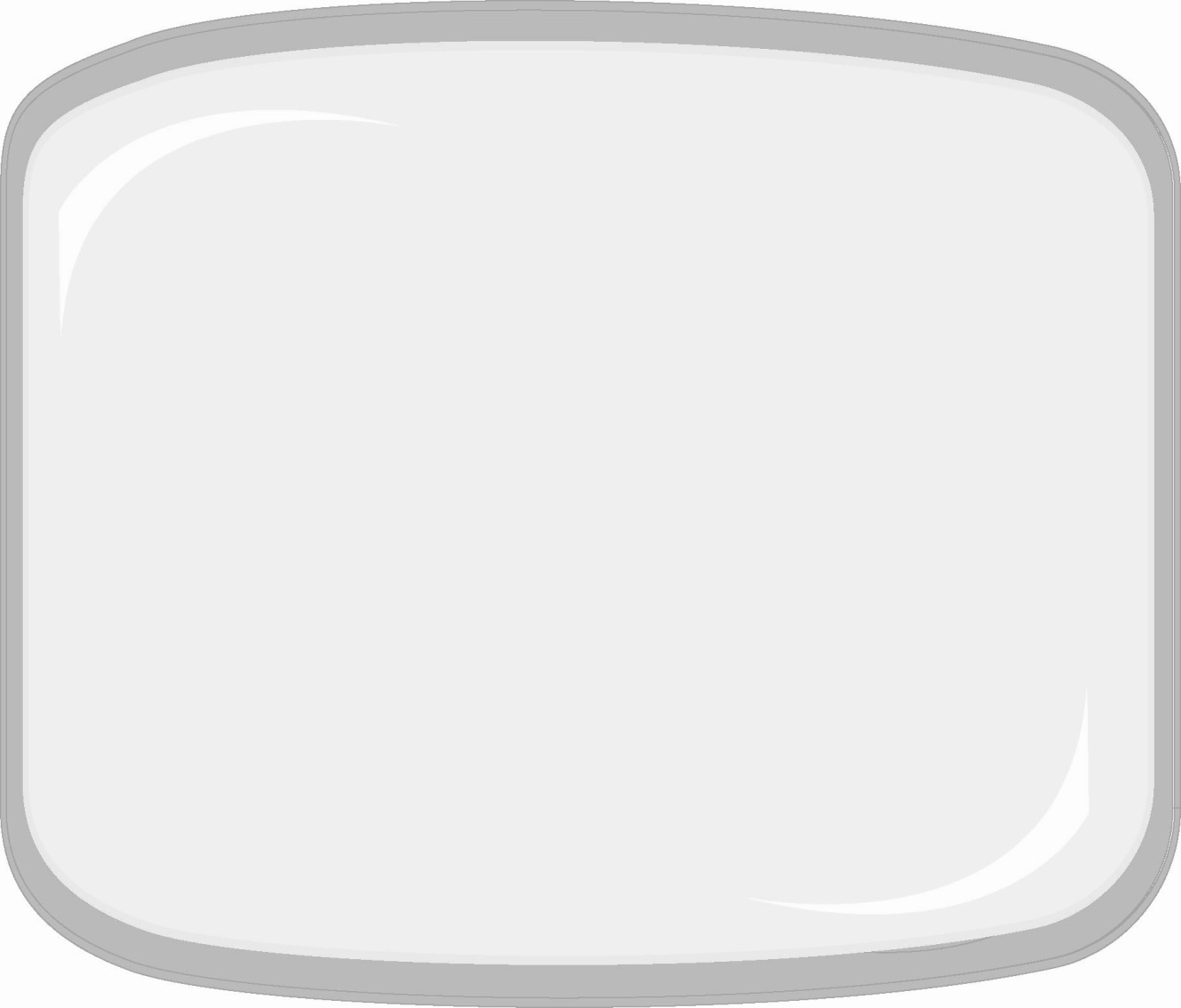
**5. สาระการเรียนรู้**

1. สถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายทางเพศ

2. การป้องกันอันตรายทางเพศ

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูหาข่าวเกี่ยวกับเยาวชนถูกล่วงละเมิดทางเพศมา 1 ข่าว อ่านให้นักเรียนฟัง ยกตัวอย่าง เช่น



ล่าแก๊งกามโฉด ลวง 2 ด.ญ. ข่มขืน

ตำรวจรับแจ้งเหตุมีเด็กสาวถูกข่มขืนในสวนยางพาราบ้านทอเขา มีชาวบ้านให้การช่วยเหลือเหยื่อเด็กสาววัยรุ่นเคราะห์ร้าย 2 คน ทราบชื่อ ด.­ญ. แอน (นามสมมุติ) อายุ 12 ปี และด.­ญ. จุ๋ม (นามสมมุติ) อายุ 14 ปี ทั้ง 2 อยู่ในสภาพอิดโรย สอบสวน ด.­ญ. แอน ให้การว่า ก่อนเกิดเหตุช่วงเย็นได้มาทำงานล้างจานแทนแม่ที่ป่วยที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง แต่เจ้าของร้านบอกว่าตนล้างจานไม่ค่อยสะอาดจึงให้คนอื่นมาล้างแทน แล้วให้ไปเสิร์ฟอาหาร กระทั่งมีนายโก้ไม่ทราบชื่อจริง อายุ 17-18 ปี ลูกชายเจ้าของแพปลาแห่งหนึ่งกับพวกอีก 5 คน มานั่งดื่มกินที่ร้าน และชักชวนพูดคุยจนร้านปิด ก่อนอาสาจะไปส่งบ้าน เห็นเป็นคนกันเองจึงยอมนั่งซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ของนายโก้ โดยมีเพื่อนอีก 5 คน ขี่รถจักรยานยนต์ตามไป ปรากฏว่าแทนที่นายโก้จะไปส่งบ้านกลับเลี้ยวเข้าไปในสวนยางก่อนลากเข้าไปข่มขืน คล้อยหลังไม่นานมีเพื่อนของนายโก้อีกกลุ่มหนึ่งจำนวน 5 คน พา ด.­ญ. จุ๋ม นั่งซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ตามมา แล้วลากเข้าไปสมทบด้านในแล้วลงมือปลุกปล้ำข่มขืน แม้จะพยายามต่อสู้ขัดขืนก็ไม่เป็นผล ถูกบังคับข่มขืนจนสำเร็จความใคร่ จังหวะที่คนร้ายที่เหลืออีก 9 คน เตรียมต่อคิวข่มขืน พอดีมีชาวบ้านผ่านมาพบจึงร้องขอความช่วยเหลือ คนร้ายทั้งหมดจึงพากันหลบหนีไป จึงเป็นคดีร่วมกันพรากผู้เยาว์และข่มขืนกระทำชำเราเด็กห­ญิง ขณะนี้เจ้าหน้าที่รู้ตัวแก๊งคนร้ายเกือบหมดแล้ว จะได้ติดตามตัวมาสอบสวนดำเนินคดีต่อไป

2. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข่าว โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- จากข่าวเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร **(การข่มขืน / เยาวชนถูกล่วงละเมิดทางเพศ)**

- อะไรเป็นสาเหตุทำให้เกิดเหตุการณ์ในข่าว **(วัยรุ่นชายมีความคึกคะนอง ขาดสติ**

**ส่วนวัยรุ่นหญ­ิงก็ไว้ใจคนรู้จักมากเกินไป ไม่ระมัดระวังตัวเอง)**

- เด็กวัยรุ่นชายในข่าวกระทำตนเหมาะสมหรือไม่ **(ไม่เหมาะสม)**

- ถ้านักเรียนอยู่ในเหตุการณ์จะป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศอย่างไร

**(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ไว้ใจคนรู้จักมากเกินไป ไม่ไปเที่ยวกับเพศตรงข้ามตามลำพัง)**

3. แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันค้นหาข่าวจากห้องสมุด หนังสือพิมพ์หรือ อินเทอร์เน็ต

เกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ กลุ่มละ 1 ข่าว และให้แต่ละกลุ่มวิเคราะห์ข่าวในหัวข้อต่อไปนี้

- สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- การป้องกันไม่ให้เกิดสถานการณ์การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- การแก้ไขเมื่อประสบปั­ญหาทางเพศ

จากนั้นบันทึกข้อมูลเป็นแผนภาพความรู้ให้ถูกต้อง แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งผู้แทนนักเรียนออกมานำเสนอ

ผลงานหน้าชั้นเรียน โดยให้เพื่อนกลุ่มอื่นช่วยกันตรวจสอบความถูกต้อง

4. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เสี่ยงต่ออันตรายทางเพศ โดยครูใช้คำถาม

ดังนี้

- สถานการณ์ใดบ้างที่อาจก่อให้เกิดการถูกล่วงละเมิดทางเพศ **(ตัวอย่างคำตอบ อยู่กับเพื่อนต่างเพศตาม**

**ลำพัง กลับบ้านคนเดียวตอนกลางคืน)**

- ถ้ามีคนแปลกหน้าชักชวนพูดคุยกับเราด้วยท่าทางที่เป็นมิตร นักเรียนจะทำอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่**

**คุยด้วยแล้วรีบเดินไปที่คนเยอะ ๆ)**

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการป้องกันอันตรายทางเพศ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไรเพื่อป้องกันอันตรายทางเพศ **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ไว้ใจคนรู้จัก หรือคน**

**แปลกหน้ามากเกินไป ไม่เดินในที่เปลี่ยว)**

จากนั้นครูบันทึกคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



ๆ

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การรู้จักป้องกันตนเอง และปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมกับเพศจะช่วยให้ปลอดภัย  
 จากสถานการณ์เสี่ยงและอันตรายทางเพศ

7. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทายดังนี้

บุคคลที่มีลักษณะอย่างไรที่ไม่น่าไว้วางใจ

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนกลุ่มที่นำเสนอผลงานได้อย่างน่าสนใจ และบอกให้กลุ่มอื่นนำไปเป็น

แบบอย่างในการทำงานครั้งต่อ ๆ ไป

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม*สังเกตสถานการณ์ประจำวัน แล้วคัดสรรสิ่งที่เป็นอันตราย* ดังรายละเอียดในหนังสือ

เรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 และนำผลการทำกิจกรรมมาเสนอหน้า

ชั้นเรียนในคาบเรียนต่อไป

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

ข่าวเกี่ยวกับเยาวชนถูกล่วงละเมิดทางเพศ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18 การปฏิเสธในสถานการณ์ต่างๆเมื่อมีคนไม่รู้จัก มอบอาหารให้รับประทาน**

**1. สาระสำคัญ**

สถานการณ์อันตรายสามารถเกิดขึ้นได้เสมอในชีวิตประจำวัน เราจึงต้องเรียนรู้วิธีการป้องกันโดยปฏิเสธจากสถานการณ์อันตรายดังกล่าว โดยเฉพาะเมื่อมีคนไม่รู้จักมอบอาหารให้รับประทาน เราจะต้องไม่รับอาหารหรือขนมมารับประทานโดยหาทางปฏิเสธอย่างสุภาพ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ (พ 2.1 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายและระบุวิธีการปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์เมื่อมีคนไม่รู้จักมอบอาหารให้รับประทาน

อย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการปฏิเสธในสถานการณ์อันตราย (A)

3. อธิบายและแสดงทักษะในการพูดปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์อันตรายอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับการปฏิเสธในสถานการณ์เมื่อมีคนไม่รู้จักมอบอาหารให้รับประทาน | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดวิธีการพูดปฏิเสธเมื่อ  มีคนไม่รู้จักมอบอาหารให้  รับประทาน | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

2. การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาทางเพศ

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูชูภาพเด็กหญิงปฏิเสธขนมจากชายแปลกหน้าให้นักเรียนดู แล้วให้ร่วมกันแสดง  
 ความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามดังนี้

- ในภาพผู้ชายกำลังทำอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ชักชวนให้เด็กผู้หญิงกินขนม)**

- เด็กผู้หญิงตอบว่าอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ค่ะ)**

- ถ้านักเรียนเป็นเด็กผู้หญิงในภาพจะทำอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ตอบปฏิเสธแล้วรีบลุกไปจากตรงนั้น)**

2. ครูอ่านสถานการณ์ให้นักเรียนฟัง แล้วถามคำถามนักเรียน ดังนี้



เดินกลับบ้านคนเดียวและเดินผ่านในที่เปลี่ยว แล้วมีคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินมาหา

- สถานการณ์ข้างต้นเป็นสถานการณ์เสี่ยงทางเพศหรือไม่ เพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ เป็น เพราะ**

**ก่อให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศได้)**

- ถ้านักเรียนอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าวจะป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศอย่างไร **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ ไม่เดินตามลำพังในที่เปลี่ยว ระวังตัวไม่ไว้ใจคนแปลกหน้า)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ดังกล่าวได้ถูกต้อง จะเกิดผล  
 ต่อตนเองอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เสี่ยงต่อการถูกล่อลวง ปลอดภัยจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ)**

- จากสถานการณ์ ถ้าคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินเข้ามาจะพูดคุย ชักชวนให้ไปเที่ยวด้วย

นักเรียนจะพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ไปค่ะ เดี๋ยวพ่อกับแม่กำลังมารับกลับบ้าน)**

3. ให้นักเรียนจับคู่เพื่อแสดงบทบาทสมมุติ โดยครูเป็นผู้กำหนดสถานการณ์ ให้แต่ละคู่ส่งผู้แทนออกมาจับ

สลากเลือกสถานการณ์ โดยครูกำหนดสถานการณ์ดังนี้

1. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปในที่ลับตาคน

2. คนแปลกหน้าชักชวนให้กินขนม

3. คนแปลกหน้าอาสาจะไปส่งที่บ้าน

4. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปเที่ยวสถานเริงรมย์

5. คนแปลกหน้าชักชวนพูดคุยด้วยท่าทางเป็นมิตร

เมื่อนักเรียนได้สถานการณ์แล้วให้ออกมาแสดงบทบาทสมมุติทีละคู่จนครบทุกคู่

4. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันทำกิจกรรมระดมสมองแสดง

ความคิดเห็นในหัวข้อต่อไปนี้

- สถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

- วิธีปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

- การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปั­ญหาทางเพศ

จากนั้นส่งผู้แทนออกมานำเสนอข้อมูลหน้าชั้นเรียน

5. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมใน

เรื่องเพศ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ พูดปฏิเสธด้วย**

**ถ้อยคำที่สุภาพและหนักแน่น ป้องกันตนเองด้วยคำพูดที่มีเหตุผล)**

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรขอความช่วยเหลืออย่างไร   
 **(ตัวอย่างคำตอบ ปรึกษาพ่อ แม่ ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ตำรวจ)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้

2. อ้างว่าจะแจ้งผู้ใหญ่หรือ  
ผู้ปกครองให้รับทราบก่อน

1. บอกเหตุผลของการไม่ไป

ร่วมกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

4. ใช้ถ้อยคำที่สุภาพในการ

ปฏิเสธ

3. ไม่แสดงกิริยาท่าทาง

รังเกียจผู้ที่มาชักชวน

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การเรียนรู้ทักษะการปฏิเสธและการขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญ­หาทางเพศ

จะช่วยทำให้ปลอดภัยจากเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ และดำรงชีวิต

อยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

7. ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

การปฏิบัติตนตามสุภาษิตไทยใดบ้างที่จะทำให้ปลอดภัยจากอันตรายทางเพศ

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสม

ในเรื่องเพศ

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ครูกล่าวคำชมเชยกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมุติและนำเสนอผลงานได้ดี และพูดเป็นกำลังใจให้กลุ่มอื่น ๆ พัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนวาดภาพและระบายสี แสดงเหตุการณ์อันตรายในชีวิตประจำวัน โดยอาจดูตัวอย่างการวาดภาพจาก

บทเรียน ดังรายละเอียดในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

**1.** ภาพสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายทางเพศ

2. ชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 19 การปฏิเสธในสถานการณ์ต่างๆเมื่อถูกคนแปลกหน้าชักชวนให้ขึ้นหรือลงลิฟต์ตามลำพัง (ต่อ)**

**1. สาระสำคัญ**

สถานการณ์อันตรายสามารถเกิดขึ้นได้เสมอในชีวิตประจำวัน เราจึงต้องเรียนรู้วิธีการป้องกันโดยปฏิเสธจากสถานการณ์อันตรายดังกล่าว โดยเฉพาะเมื่อถูกคนแปลกหน้าชักชวนให้ขึ้นหรือลงลิฟต์ตามลำพัง เราจะต้องไม่ควรไปตามคำชักชวน และหาทางปฏิเสธหรือเดินหนี

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ (พ 2.1 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายและระบุวิธีการปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์เมื่อมีคนแปลกหน้าชักชวนให้ขึ้นหรือลง

ลิฟต์ตามลำพังอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการปฏิเสธในสถานการณ์อันตราย (A)

3. อธิบายและแสดงทักษะในการพูดปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์อันตรายอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับการปฏิเสธในสถานการณ์เมื่อถูกคนแปลกหน้าชักชวนให้ขึ้นหรือลงลิฟต์ตามลำพัง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดการปฏิเสธใน  สถานการณ์เมื่อถูกคนแปลก  หน้าชักชวนให้ขึ้นหรือลงลิฟต์  ตามลำพัง | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

2. การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาทางเพศ

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูชูภาพเด็กหญิงปฏิเสธขนมจากชายแปลกหน้าให้นักเรียนดู แล้วให้ร่วมกันแสดง  
 ความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามดังนี้

- ในภาพผู้ชายกำลังทำอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ชักชวนให้เด็กผู้หญิงกินขนม)**

- เด็กผู้หญิงตอบว่าอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ค่ะ)**

- ถ้านักเรียนเป็นเด็กผู้หญิงในภาพจะทำอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ตอบปฏิเสธแล้วรีบลุกไปจากตรงนั้น)**

2. ครูอ่านสถานการณ์ให้นักเรียนฟัง แล้วถามคำถามนักเรียน ดังนี้



เดินกลับบ้านคนเดียวและเดินผ่านในที่เปลี่ยว แล้วมีคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินมาหา

- สถานการณ์ข้างต้นเป็นสถานการณ์เสี่ยงทางเพศหรือไม่ เพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ เป็น เพราะ**

**ก่อให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศได้)**

- ถ้านักเรียนอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าวจะป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศอย่างไร **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ ไม่เดินตามลำพังในที่เปลี่ยว ระวังตัวไม่ไว้ใจคนแปลกหน้า)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ดังกล่าวได้ถูกต้อง จะเกิดผล  
 ต่อตนเองอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เสี่ยงต่อการถูกล่อลวง ปลอดภัยจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ)**

- จากสถานการณ์ ถ้าคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินเข้ามาจะพูดคุย ชักชวนให้ไปเที่ยวด้วย

นักเรียนจะพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ไปค่ะ เดี๋ยวพ่อกับแม่กำลังมารับกลับบ้าน)**

3. ให้นักเรียนจับคู่เพื่อแสดงบทบาทสมมุติ โดยครูเป็นผู้กำหนดสถานการณ์ ให้แต่ละคู่ส่งผู้แทนออกมาจับ

สลากเลือกสถานการณ์ โดยครูกำหนดสถานการณ์ดังนี้

1. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปในที่ลับตาคน

2. คนแปลกหน้าชักชวนให้กินขนม

3. คนแปลกหน้าอาสาจะไปส่งที่บ้าน

4. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปเที่ยวสถานเริงรมย์

5. คนแปลกหน้าชักชวนพูดคุยด้วยท่าทางเป็นมิตร

เมื่อนักเรียนได้สถานการณ์แล้วให้ออกมาแสดงบทบาทสมมุติทีละคู่จนครบทุกคู่

4. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันทำกิจกรรมระดมสมองแสดง

ความคิดเห็นในหัวข้อต่อไปนี้

- สถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

- วิธีปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

- การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปั­ญหาทางเพศ

จากนั้นส่งผู้แทนออกมานำเสนอข้อมูลหน้าชั้นเรียน

5. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมใน

เรื่องเพศ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ พูดปฏิเสธด้วย**

**ถ้อยคำที่สุภาพและหนักแน่น ป้องกันตนเองด้วยคำพูดที่มีเหตุผล)**

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรขอความช่วยเหลืออย่างไร   
 **(ตัวอย่างคำตอบ ปรึกษาพ่อ แม่ ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ตำรวจ)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้

2. อ้างว่าจะแจ้งผู้ใหญ่หรือ  
ผู้ปกครองให้รับทราบก่อน

1. บอกเหตุผลของการไม่ไป

ร่วมกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

4. ใช้ถ้อยคำที่สุภาพในการ

ปฏิเสธ

3. ไม่แสดงกิริยาท่าทาง

รังเกียจผู้ที่มาชักชวน

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การเรียนรู้ทักษะการปฏิเสธและการขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญ­หาทางเพศ

จะช่วยทำให้ปลอดภัยจากเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ และดำรงชีวิต

อยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

7. ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

การปฏิบัติตนตามสุภาษิตไทยใดบ้างที่จะทำให้ปลอดภัยจากอันตรายทางเพศ

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสม

ในเรื่องเพศ

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ครูกล่าวคำชมเชยกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมุติและนำเสนอผลงานได้ดี และพูดเป็นกำลังใจให้กลุ่มอื่น ๆ พัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

**7. กิจกรรมเสนอแนะ**

นักเรียนวาดภาพและระบายสี แสดงเหตุการณ์อันตรายในชีวิตประจำวัน โดยอาจดูตัวอย่างการวาดภาพจาก

บทเรียน ดังรายละเอียดในหนังสือเรียนฯ/หรือสื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

**1.** ภาพสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายทางเพศ

2. ชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน



**แผนการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษาฯ วิชา สุขศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4**

**หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว : เรื่อง การปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมฯ เวลา 1 ชั่วโมง**

**แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 20 การปฏิเสธในสถานการณ์ต่างๆเมื่อถูกคนแปลกหน้าชักชวนให้อยู่ในบ้านหรือห้องด้วย ตามลำพัง ( ต่อ )**

**1. สาระสำคัญ**

สถานการณ์อันตรายสามารถเกิดขึ้นได้เสมอในชีวิตประจำวัน เราจึงต้องเรียนรู้วิธีการป้องกันโดยปฏิเสธจากสถานการณ์อันตรายดังกล่าว โดยเฉพาะเมื่อถูกคนชักชวนให้อยู่ในบ้านหรือห้องด้วยตามลำพังและเมื่อถูกชักชวนให้ลองเสพสารเสพติด โดยเราจะต้องไม่ควรเข้าไปในบ้านหรือห้องโดยที่ไม่มีพ่อแม่ ผู้ปกครองของเราเข้าไปด้วย ควรหาทางปฏิเสธและรีบเดินหนี รวมทั้งไม่ลองเสพสารเสพติด ให้หาทางหลีกเลี่ยงหรือปฏิเสธอย่างสุภาพ

**2. ตัวชี้วัดชั้นปี**

• ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ (พ 2.1 ป. 4/3)

**3. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. อธิบายและระบุวิธีการปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์เมื่อถูกคนชักชวนให้อยู่ในบ้านหรือห้อง

ด้วยตามลำพังและเมื่อถูกชักชวนให้ลองเสพสารเสพติดอย่างถูกต้องได้ (K)

2. ตระหนักในความสำคัญของการปฏิเสธในสถานการณ์อันตราย (A)

3. อธิบายและแสดงทักษะในการพูดปฏิเสธเมื่อประสบกับสถานการณ์อันตรายอย่างถูกต้องได้ (P)

**4. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้**

• **ด้านความรู้ (K)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ซักถามและสอบถามเกี่ยวกับการปฏิเสธในสถานการณ์เมื่อถูกคนชักชวนให้อยู่บ้านหรือห้องด้วยตามลำพังและเมื่อถูกชักชวนให้ลองเสพสารเสพติด | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • ตรวจสอบความถูกต้องในการ  ปฏิบัติกิจกรรมสร้างแผนที่  ความคิดสรุปการปฏิเสธใน  สถานการณ์เมื่อถูกคนชักชวน  ให้อยู่บ้านหรือห้องด้วยตาม  ลำพังและเมื่อถูกชักชวนให้ลอง  เสพสารเสพติด | • แบบประเมินผลการนำเสนอข้อมูล/การอภิปราย/การสร้างแผนที่ความคิด | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |
| • ตรวจสอบความถูกต้องของการปฏิบัติกิจกรรมแสดงบทบาทสมมติ เพื่อหยุดยั้งสารเสพติด | • รูปแบบของกิจกรรมตามที่  ระบุในหนังสือเรียนฯ/หรือ  สื่อการเรียนรู้ สุขศึกษาและ  พลศึกษา สมบูรณ์แบบ ป. 4 | • ร้อยละ 80 ขึ้นไป |
| • การทดสอบความรู้หลังการเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 | • แบบทดสอบความรู้ก่อน–หลังการ  เรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 | • ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 50 |

• **ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

• **ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **วิธีการวัดและประเมินผล** | **เครื่องมือวัดและประเมินผล** | **เกณฑ์การวัดและประเมินผล** |
| • สังเกตพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียน | • แบบประเมินทักษะ/กระบวนการ\* | • ผ่านเกณฑ์เฉลี่ย 2 ขึ้นไป |

**5. สาระการเรียนรู้**

1. วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

2. การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญหาทางเพศ

**6. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

1. ครูชูภาพเด็กหญิงปฏิเสธขนมจากชายแปลกหน้าให้นักเรียนดู แล้วให้ร่วมกันแสดง  
 ความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามดังนี้

- ในภาพผู้ชายกำลังทำอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ชักชวนให้เด็กผู้หญิงกินขนม)**

- เด็กผู้หญิงตอบว่าอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ค่ะ)** - ถ้านักเรียนเป็นเด็กผู้หญิงในภาพจะทำอย่างไร

**(ตัวอย่างคำตอบ ตอบปฏิเสธแล้วรีบลุกไปจากตรงนั้น)**

2. ครูอ่านสถานการณ์ให้นักเรียนฟัง แล้วถามคำถามนักเรียน ดังนี้



เดินกลับบ้านคนเดียวและเดินผ่านในที่เปลี่ยว แล้วมีคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินมาหา

- สถานการณ์ข้างต้นเป็นสถานการณ์เสี่ยงทางเพศหรือไม่ เพราะอะไร **(ตัวอย่างคำตอบ เป็น เพราะ**

**ก่อให้เกิดการล่วงละเมิดทางเพศได**  - ถ้านักเรียนอยู่ในสถานการณ์ดังกล่าวจะป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศอย่างไร **(ตัวอย่าง**

**คำตอบ ไม่เดินตามลำพังในที่เปลี่ยว ระวังตัวไม่ไว้ใจคนแปลกหน้า)**

- ถ้านักเรียนปฏิบัติตนเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ดังกล่าวได้ถูกต้อง จะเกิดผล  
 ต่อตนเองอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่เสี่ยงต่อการถูกล่อลวง ปลอดภัยจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ)**

- จากสถานการณ์ ถ้าคนแปลกหน้ามีพฤติกรรมแปลก ๆ เดินเข้ามาจะพูดคุย ชักชวนให้ไปเที่ยวด้วย

นักเรียนจะพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ไปค่ะ เดี๋ยวพ่อกับแม่กำลังมารับกลับบ้าน)**

3. ให้นักเรียนจับคู่เพื่อแสดงบทบาทสมมุติ โดยครูเป็นผู้กำหนดสถานการณ์ ให้แต่ละคู่ส่งผู้แทนออกมาจับ

สลากเลือกสถานการณ์ โดยครูกำหนดสถานการณ์ดังนี้

1. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปในที่ลับตาคน

2. คนแปลกหน้าชักชวนให้กินขนม

3. คนแปลกหน้าอาสาจะไปส่งที่บ้าน

4. คนแปลกหน้าชักชวนให้ไปเที่ยวสถานเริงรมย์

5. คนแปลกหน้าชักชวนพูดคุยด้วยท่าทางเป็นมิตร

เมื่อนักเรียนได้สถานการณ์แล้วให้ออกมาแสดงบทบาทสมมุติทีละคู่จนครบทุกคู่

4. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันทำกิจกรรมระดมสมองแสดง

ความคิดเห็นในหัวข้อต่อไปนี้

- สถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

- วิธีปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เป็นอันตรายหรือถูกชักชวนให้กระทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมใน

เรื่องเพศ

- การขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปั­ญหาทางเพศ

จากนั้นส่งผู้แทนออกมานำเสนอข้อมูลหน้าชั้นเรียน

5. ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่

เหมาะสมใน เรื่องเพศ โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรพูดปฏิเสธอย่างไร **(ตัวอย่างคำตอบ พูด**

**ปฏิเสธด้วยถ้อยคำที่สุภาพและหนักแน่น ป้องกันตนเองด้วยคำพูดที่มีเหตุผล)**

- เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงเรื่องเพศ นักเรียนควรขอความช่วยเหลืออย่างไร   
 **(ตัวอย่างคำตอบ ปรึกษาพ่อ แม่ ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ตำรวจ)**

จากนั้นครูสรุปคำตอบของนักเรียนเป็นแผนภาพบนกระดาน ดังนี้

1. บอกเหตุผลของการไม่ไป

ร่วมกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

2. อ้างว่าจะแจ้งผู้ใหญ่หรือ  
ผู้ปกครองให้รับทราบก่อน

4. ใช้ถ้อยคำที่สุภาพในการ

ปฏิเสธ

3. ไม่แสดงกิริยาท่าทาง

รังเกียจผู้ที่มาชักชวน

6. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้

การเรียนรู้ทักษะการปฏิเสธและการขอความช่วยเหลือเมื่อประสบปัญ­หาทางเพศ

จะช่วยทำให้ปลอดภัยจากเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ และดำรงชีวิต

อยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

7. ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

การปฏิบัติตนตามสุภาษิตไทยใดบ้างที่จะทำให้ปลอดภัยจากอันตรายทางเพศ

8. ให้นักเรียนทำชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสม

ในเรื่องเพศ

**การจัดบรรยากาศเชิงบวก**

- ครูกล่าวคำชมเชยกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมุติและนำเสนอผลงานได้ดี และพูดเป็นกำลังใจให้

กลุ่มอื่น ๆ พัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

**8. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้**

**1.** ภาพสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตรายทางเพศ

2. ชิ้นงานที่ 7 เรื่อง วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

**9. บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้**

1. ความสำเร็จในการจัดการเรียนรู้

แนวทางในการพัฒนา

2. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

3. สิ่งที่ไม่ได้ปฏิบัติตามแผน

เหตุผล

4. การปรับปรุงแผนการจัดการเรียนรู้

(ลงชื่อ) ผู้สอน