

กรอบความคิดการจัดการเรียนรู้ของหน่วย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

ความปลอดภัยในชีวิต

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เวลา 6 ชั่วโมง

เป้าหมายของหน่วย (ความเข้าใจฝังแน่น)

เข้าใจผลกระทบจากความรุนแรงและการปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติและสาเหตุของการติดสารเสพติดและวิธีชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

ภัยธรรมชาติ



สารเสพติดให้โทษ

ความปลอดภัยในชีวิต

ตัวอย่าง Mind map ที่นักเรียนสรุปได้เอง เมื่อเรียนจบครูไม่ควรนำเสนอ Mind map นี้ให้นักเรียนรู้ก่อนเรียน เพราะต้องการให้นักเรียนสรุปได้ด้วยตนเอง

กรอบความคิด

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ความปลอดภัยในชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เวลา 6 ชั่วโมง

เป้าหมายของเรื่อง (ความเข้าใจเชิงแก่น)	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะ คุณลักษณะที่เน้น	หลักฐาน/ร่องรอย แสดงการเรียนรู้	กระบวนการเรียนรู้	การจัดสเปเป็นผล
<p>เรื่องที่ 1 เข้าใจผลกระทบ จากความรุนแรง ของภัยธรรมชาติ และวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัย</p> <p>เรื่องที่ 2 เข้าใจสาเหตุการ ติดสารเสพติดและ ชักชวนให้ผู้อื่น หลีกเลี่ยงสาร เสพติด</p>	<p>พ 5.1 ป.6/1 วิเคราะห์ผลกระทบจากความ รุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อ ร่างกาย จิตใจและสังคม</p> <p>พ 5.1 ป.6/2 ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความ ปลอดภัยจากธรรมชาติ</p> <p>พ 5.1 ป.6/3 วิเคราะห์สาเหตุของการติดสาร เสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยง สารเสพติด</p>	<p>เรื่องที่ 1 ภัยธรรมชาติ - วาดภัย - อุกทภัย - แผ่นดินไหว - อสูรภัย</p> <p>เรื่องที่ 2 สารเสพติด ให้โทษ - ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ การติดสารเสพติด - การปฏิบัติตนให้พ้น สารเสพติด - กักขังสารสื่อสารให้ผู้อื่น หลีกเลี่ยงสารเสพติด</p>	<p>สมรรถนะ คุณลักษณะที่เน้น</p> <p>สมรรถนะ 1. ความสามารถ ในการสื่อสาร ด้วยการพูดและ เขียน 2. ความสามารถ ในการคิด วิเคราะห์ 3. ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต คุณลักษณะ 1. มีวินัย 2. ใฝ่เรียนรู้ 3. มุ่งมั่นในการทำงาน 4. มีจิตสำนึก</p>	<p>1. รายงาน (พ 5.1 ป.6/1,2) 2. แผนภาพ (พ 5.1 ป.6/1,2) 3. อภิปรายกลุ่ม (พ 5.1 ป.6/1,2) 4. ใบงาน (พ 5.1 ป.6/3) 5. อภิปรายกลุ่ม (พ 4.1 ป.6/3) 6. แผนภาพ (พ 5.1 ป.6/3)</p>	<p>1. กระบวนการเรียนรู้ ทวนสอบ 2. กระบวนการสร้าง องค์ความรู้ 3. กระบวนการคิด วิเคราะห์ 4. กระบวนการเรียนรู้ จากประสบการณ์จริง 5. กระบวนการเรียนรู้ แบบบูรณาการ</p>	<p>1. แบบทดสอบก่อน เรียน/หลังเรียน 2. เกณฑ์การประเมิน (Rubrics) 3. แบบประเมินแผน ภาพ 4. แบบประเมินราย งาน 5. แบบประเมิน ใบงาน</p>

แผนการจัดการเรียนรู้

รายชั่วโมง

เรื่องที่ 1

ภัยธรรมชาติ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เวลา 2 ชั่วโมง
หน่วยการเรียนรู้ที่ 4
ความปลอดภัยในชีวิต

1. เป้าหมาย (ความเข้าใจฝังแน่น)

- เข้าใจผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติและวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย

2. ตัวชี้วัด

- พ 5.1 ป.6/1 วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม
- พ 5.1 ป.6/2 ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ

3. สารการเรียนรู้

- วาตภัย
- อุทกภัย
- แผ่นดินไหว
- อสุณีบาตภัย

4. คุณลักษณะ / สมรรถนะที่เน้น

4.1 สมรรถนะ

- ความสามารถในการสื่อสารด้วยการพูดและเขียน
- ความสามารถในการคิดวิเคราะห์
- ความสามารถในการแก้ปัญหา
- ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.2 คุณลักษณะ

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- มีจิตสาธารณะ

5. หลักฐาน / ร่องรอยแสดงการเรียนรู้ (ชิ้นงาน / ภาระงาน)

5.1 ชิ้นงาน

- แผนภาพ
- รายงาน

5.2 ภาระงาน

- แบบ Rubrics อภิปราย

6. การบูรณาการ

ภาษาไทย	: อ่าน พูด เขียน
ศิลปะ	: วาดภาพ ระบายสี
สังคม	: การทำงานกลุ่ม

7. กิจกรรมการเรียนรู้



ชั่วโมงที่ 1 ภัยธรรมชาติ

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

1.1 ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงภัยธรรมชาติและครูถามนักเรียนว่า “ภัยธรรมชาติมีผลกระทบต่อสังคมอย่างไร”

1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและตอบคำถาม

2. ชี้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน

2.1 นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน

2.2 ครูให้นักเรียนดูภาพและวิดีโอภัยธรรมชาติที่ทำความเสียหายแก่ประชาชนและบ้านเรือนที่อยู่อาศัย

2.3 ครูแจ้งจุดประสงค์ก่อนเรียน

2.4 นักเรียนวิเคราะห์ผลกระทบและความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกายและสังคม

2.5 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 วาตภัย

กลุ่มที่ 2 อุทกภัย

กลุ่มที่ 3 แผ่นดินไหว

กลุ่มที่ 4 อสุณีบาตภัย

2.6 ครูให้แต่ละกลุ่มศึกษา ค้นคว้าจากหนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ ประสานมิตร ห้องสมุดหรืออินเทอร์เน็ต เรื่องผลกระทบจากความรุนแรงและวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย โดยจัดทำ เป็นรายงานและแผนภาพ แล้วนำมาอภิปรายหน้าชั้นเรียนในสัปดาห์ต่อไป

3. ขั้นสรุปและประเมินผล

- 3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเกิดภัยธรรมชาติ
- 3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เกณฑ์การประเมินผล



ชั่วโมงที่ 2 ความรุนแรงของภัยธรรมชาติและวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- 1.1 ครูอธิบายขั้นตอนการนำเสนอและอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม

2. ขั้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

- 2.1 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 2.2 ครูอธิบายเพิ่มเติมกลุ่มอภิปราย
- 2.3 นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามกลุ่มอภิปราย
- 2.4 ครูซักถามนักเรียนที่ฟังการอภิปราย
- 2.5 นักเรียนนำแผนภาพไปติดบอร์ดในห้องเรียน
- 2.6 นักเรียนศึกษาเพิ่มเติมจากแผนภาพ
- 2.7 นักเรียนทำแบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด

3. ขั้นสรุปและประเมินผล

- 3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติและวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย
- 3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เกณฑ์การประเมินผล

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 หนังสือแบบเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร
- 8.2 วิกิทัศน์
- 8.3 อินเทอร์เน็ต
- 8.4 ห้องสมุด
- 8.5 แผนภาพ

9. การวัดและประเมินผล

- 9.1 สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
- 9.2 แบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด



10. บันทึกการใช้แผนการจัดการเรียนรู้

บันทึกหลังสอน เรื่อง.....

ชั่วโมงที่	กิจกรรมที่ได้จัดการเรียนการสอน	ผลการจัดการเรียนการสอน	กิจกรรมที่นักเรียนเกิดการเรียนรู้	ปัญหา / อุปสรรค	ลงชื่อครูผู้สอน

Thinking & Planning

ร่วมคิด ร่วมวางแผน

- กิจกรรมตั้งคำถามให้มุ่งคิดสู่เป้าหมายของเรื่อง
- กิจกรรมร่วมคิดร่วมวางแผน คิดคำถามกันคำตอบ



๗๐

สุขศึกษาและพลศึกษา ป.๖



ภัยธรรมชาติ



ภัยธรรมชาติมีผลกระทบ
ต่อสังคมอย่างไร



แนวคำตอบ

เมื่อเรียนจบเรื่องนักเรียนควรจะสามารถรู้ได้แบบนี้

ภัยธรรมชาติมีผลกระทบต่อสังคมดังนี้ ทรัพย์สินเสียหาย ผู้คนไม่มีที่อยู่อาศัย เกิดการขาดแคลนน้ำและอาหาร ยารักษาโรคและเกิดโรคระบาดได้ง่าย ผู้คนได้รับอันตรายทั้งร่างกายและจิตใจ ต้องเจ็บป่วยและเสียชีวิต



กิจกรรมร่วมคิดร่วมวางแผนการเรียนรู้

ให้นักเรียนลองตั้งคำถามกับตนเองว่า ในการเรียนรู้เรื่องนี้นักเรียนต้องการ
ได้ความรู้เกี่ยวกับอะไรบ้าง โดยตั้งคำถามให้ได้มากที่สุด แล้วจดบันทึกไว้

อุบัติภัยที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติและเป็นอันตรายร้ายแรงต่อมนุษย์เราที่สำคัญๆ ได้แก่ ภัยพิบัติ อุทกภัย และแผ่นดินไหว เนื่องจากภัยเหล่านี้สามารถทำลายชีวิตทรัพย์สินและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้คร่าชีวิตเป็นจำนวนมากและยากที่มนุษย์จะป้องกันหรือแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะต้นเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติภัยเหล่านี้เป็น

Thinking & Learning

ร่วมคิด ร่วมเรียนรู้

- ศึกษาบทเรียนให้เข้าใจและตอบคำถามที่ตัวไว้
- ศึกษาสาระเพิ่มเติมให้รอบรู้
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติให้เกิดทักษะและรู้จริง
- กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดให้รอบด้าน



สุขศึกษาและพลศึกษา ป.๖

๗๑

เรื่องของธรรมชาติที่มีความสลับซับซ้อน และเกินความรู้ความสามารถของมนุษย์ในปัจจุบันที่จะกำจัดให้หมดสิ้นไปได้ ดังเช่น ภัย และอุทกภัย ที่เกิดขึ้นครั้งแล้วครั้งเล่าเป็นประจำทุก ๆ ปี ในประเทศไทย แต่อย่างไรก็ดีโดยทั่วไปเราก็ยังสามารถเรียนรู้ที่จะป้องกัน พร้อมทั้งสามารถลดอันตรายได้มากขึ้นกว่าในสมัยก่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าบุคคลรู้จักค้นหาวิธีการ หรือนำมาตรการที่มีประสิทธิภาพมาเผชิญกับภัยธรรมชาติเหล่านี้ ก็คงจะลดความสูญเสียต่าง ๆ ลงได้อีกบ้าง ต่อไปนี้เป็นความรู้และวิธีการบางประการที่ได้จากประสบการณ์ในอดีต ที่อาจจะช่วยให้เราสามารถเผชิญกับภัยธรรมชาติและอาจจะเอาตัวรอดได้มากพอสมควร



วาทภัย

ลมพายุที่ทำให้เกิดวาทภัยขึ้นในประเทศไทยที่สำคัญๆ และควรทราบมีอยู่ ๓ ชนิดเรียงลำดับตามความรุนแรงได้แก่ พายุไต้ฝุ่น พายุโซนร้อนและพายุดีเปรสชัน นอกจากนี้ก็ยังมีพายุฝนฟ้าคะนองหรือพายุฤดูร้อนเกิดขึ้นอีกบ้างเป็นครั้งคราว ซึ่งลมพายุเหล่านี้ย่อมมีต้นเหตุ และความรุนแรงแตกต่างกันออกไป โดยทั่วไปมักปรากฏว่าเมื่อมีลมพายุเกิดขึ้นแล้วก็จะมีน้ำท่วมหรืออุทกภัยตามมาเสมอ เนื่องจากลมพายุมักจะพัดเอาน้ำทะเลเป็นคลื่นยักษ์เข้าที่ฝั่งหรือไม่ก็เอาฝนมาตกหนักติดต่อกันจนทำให้เกิดน้ำท่วมขึ้นด้วย การเกิดวาทภัยในแต่ละครั้งจึงอาจจะก่อให้เกิดความสูญเสียได้เป็นอันมาก สำหรับข้อควรปฏิบัติขณะที่เกิดวาทภัยขึ้น มีดังนี้



พายุ

๑. ติดตามฟังข่าวพยากรณ์อากาศเกี่ยวกับวาทภัยจากกรมอุตุนิยมวิทยา หรือแหล่งข่าวอื่นๆ ตลอดเวลา
๒. ดูแลอาคารบ้านเรือนหรือสิ่งก่อสร้างต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกให้มั่นคงแข็งแรง และสามารถต้านทานกับลมพายุได้



๓. จัดเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ เครื่องมือสื่อสารและยานพาหนะให้ทุกอย่างสมบูรณ์และพร้อมที่จะใช้งานได้เสมอ

๔. ถ้าไม่จำเป็นไม่ควรพักอาศัยอยู่ในบริเวณที่ราบลุ่ม ริมหาด ชายฝั่งหรือชายหาด เพราะพายุอาจพัดเอาน้ำขึ้นมาท่วมแล้ว กวาดกลับลงทะเลไปได้

๕. ไม่ควรออกมานอกอาคารสถานที่พักขณะที่ลมพายุกำลังพัดแรงจัดและเมื่อจะออกจากที่พัก จะต้องแน่ใจเสียก่อนว่าลมพายุสงบลงแล้ว

๖. ระวางวัสดุสิ่งของเครื่องใช้และชิ้นส่วนของอาคารบ้านเรือนที่แตกหักตกหล่น กระเด็นหรือกระแทกทำอันตรายต่อร่างกาย

๗. ในขณะที่มีลมพายุรุนแรงควรงดการเดินทางไกลทุกประเภททั้งโดยทางบก ทางน้ำและทางอากาศ



อุทกภัย

อุทกภัยหรือภัยจากน้ำท่วมเป็นภัยธรรมชาติอีกชนิดหนึ่ง นอกจากเกิดขึ้นตามวาตภัยดังกล่าวแล้ว ยังเกิดจากความวิปริตของธรรมชาติอื่นๆ ได้อีก เช่น เนื่องจากฝนตกหนักติดต่อกันหลายวันจนน้ำระบายลงสู่ทะเลไม่ทัน น้ำทะเลหนุนอย่างรุนแรง แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด หิมะถล่มหรือละลาย น้ำป่าไหลหลาก เป็นต้น โดยทั่วไปอุทกภัยที่เกิดขึ้นในประเทศไทยนั้น มักจะไม่ก่อให้เกิดอันตรายมากนัก เพราะส่วนใหญ่จะมีเวลาเตรียมตัวได้ทันพอสมควร แต่เนื่องจากน้ำมักจะท่วมขังอยู่เป็นเวลานานกว่าจะลดลงสู่ระดับปกติ ภาวะหลังน้ำท่วมจึงเกิดความสูญเสียตามมาเป็นอันมาก โดยเฉพาะในเรื่องผลผลิตทางการเกษตรหรือพืชพันธุ์ธัญญาหาร โรคภัยไข้เจ็บ ถนนหนทาง หรือสิ่งก่อสร้างต่างๆ ถูกทำลาย แต่อย่างไรก็ดี ขณะที่น้ำเริ่มไหลท่วมบ่ามานั้น ถ้าเราได้เตรียมตัวดีและมีวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องก็จะช่วยลดอันตรายได้มาก



อุทกภัย



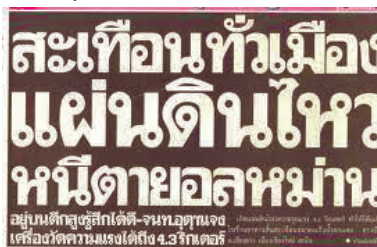
ข้อควรปฏิบัติเพื่อเผชิญกับภาวะน้ำท่วม

๑. ถ้าหากทราบข่าวล่วงหน้าและมีเวลามากพอ ควรจะต้องเตรียมขนย้ายสัตว์เลี้ยง ทรัพย์สินและสิ่งของที่จำเป็นไปไว้บนที่สูงๆ ที่น้ำท่วมไม่ถึง พร้อมทั้งจัดเตรียมเสบียงอาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรค เรือแพ ชูชีพ และเครื่องช่วยชีวิตอื่นๆ ให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์และใช้งานได้
๒. จัดให้เด็กเล็ก คนชรา หรือคนที่ว่ายน้ำไม่เป็นอพยพไปอยู่บนที่สูงๆ ที่ปลอดภัย และเตรียมพร้อมที่จะส่งสัญญาณติดต่อขอความช่วยเหลือจากหน่วยกู้ภัยหรือหน่วย บรรเทาทุกข์รวมทั้งชุมชนควรจะช่วยกันจัดเวรยามคอยเตือนภัยให้ทราบถึงระดับความสูงของน้ำ
๓. หากเกิดภาวะน้ำท่วมอย่างกะทันหันและอพยพไปไม่ทันให้ใช้เชือกผูกมัดสิ่งของที่ลอยน้ำได้ โดยใช้ปลายเชือกอีกข้างหนึ่งผูกมัดเข้ากับต้นไม้ใหญ่ เสาที่มั่นคงหรือสิ่งก่อสร้างที่แข็งแรง เพื่อไม่ให้สิ่งของเหล่านั้นลอยหนีหรือน้ำพัดพาไป
๔. ถ้ากระแสน้ำพัดแรงจัดไม่ควรเดินลุยน้ำ แต่จะต้องจับเชือกหรือเกาะท่อนไม้ ท่อนหรือแพและต้องคอยระวังสิ่งที่เป็นน้ำพัดพามาทับหรือทิ่มแทงเอาได้
๕. ระวังอันตรายที่ตามมากับกระแสน้ำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสัตว์ร้ายที่อาศัยอยู่ในน้ำรวมทั้งสัตว์มีพิษที่อาจหนีน้ำขึ้นไปอาศัยอยู่บนที่สูงๆ ด้วย เช่น งู ตะขาบ แมงป่อง เป็นต้น



แผ่นดินไหว

แผ่นดินไหวเป็นภัยธรรมชาติอีกชนิดหนึ่ง ซึ่งเกิดจากการเคลื่อนตัวของเปลือกโลก อันเป็นผลกระทบของความสั่นสะเทือนที่เกิดจากจุดกำเนิดแผ่นดินไหวที่อยู่ลึกลงไปในตัวโลก ความรุนแรงของคลื่นแผ่นดินไหวจะแผ่กระจายไปรอบจุดศูนย์กลางตรงบริเวณที่ปรากฏขึ้นมาบนพื้นผิวโลกและสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้



แผ่นดินไหว



ตามขนาดแผ่นดินไหว ซึ่งมีหน่วยวัดเป็นริกเตอร์ (Richter) ในประเทศไทยสมัยก่อนไม่ค่อยจะมีปรากฏ ต่อมาในระยะหลังนี้เริ่มเกิดขึ้นบ่อย แต่ไม่ค่อยรุนแรง

ข้อควรปฏิบัติตนขณะที่เกิดแผ่นดินไหว

๑. ไม่วางของหนักไว้บนชั้นหรือหิ้งสูงๆ ขณะที่กำลังเกิดแผ่นดินไหวอยู่จะต้องระวังวัสดุสิ่งของหรือชิ้นส่วนของอาคารจะร่วงตกลงมาถูกศีรษะหรือส่วนต่างๆ ของร่างกาย การนั่งอยู่ใต้โต๊ะที่แข็งแรงก็อาจจะปลอดภัยมากขึ้น
๒. ถ้าอยู่ในอาคารที่พักให้ยืนตรงจุดที่มีโครงสร้างแข็งแรงที่สุดและสามารถรับน้ำหนักได้มาก เช่น ต้นเสาหรือผนังคอนกรีต แต่ต้องให้อยู่ห่างจากช่องประตูหรือหน้าต่าง
๓. ถ้าอยู่นอกบ้าน ก็ควรอยู่ในที่โล่งแจ้งจะปลอดภัย แต่อย่ายืนอยู่ใกล้เสาไฟฟ้าหรือใต้ต้นไม้
๔. ไม่ควรขับรถหรือโดยสารยานพาหนะ ในขณะที่กำลังเกิดแผ่นดินไหวอยู่ ควรหยุดรถและอยู่ในรถนั้นจนการสั่นสะเทือนจะสงบลง
๕. ไม่ควรอยู่ชายทะเลหรือชายหาด เพราะแผ่นดินไหวอาจทำให้เกิดคลื่นยักษ์พัดเข้าหาฝั่ง ถ้าอยู่ในเรือก็ควรจอดทอดสมออยู่ห่างจากฝั่งเช่นกัน
๖. ขณะที่กำลังเกิดแผ่นดินไหว อยู่บนนั้น ต้องดับไฟ ควรใช้ไฟฉายหรือไฟสำรองแทน และห้ามใช้ลิฟต์โดยเด็ดขาด



อสุนิบาตภัย (ภัยจากฟ้าผ่า)

อสุนิบาตภัยหรือภัยจากฟ้าผ่า มักเกิดขึ้นในขณะที่มีพายุและฝนฟ้าคะนอง โดยประจุไฟฟ้าในก้อนเมฆที่รวมตัวกันอย่างหนาแน่นนั้นเคลื่อนตัวลงสู่สื่อไฟฟ้าหรือตัวนำไฟฟ้าบนพื้นดินที่ใกล้ที่สุดอย่างรวดเร็ว ขณะที่ประจุไฟฟ้าเหล่านี้วิ่งผ่านอากาศ จะเกิดการเสียดสีกับอากาศอย่างรุนแรง จนเกิดเสียงดัง



ฟ้าผ่า



และมีความร้อนสูงมาก ซึ่งสามารถทำลายสิ่งที่ยาวทางเดินนั้นให้ลุกไหม้เป็นไฟได้

วิธีป้องกันอันตรายจากอสนีบาต

๑. การสร้างบ้านเรือน อาคารที่สูงๆ หรืออยู่โดดเดี่ยว ควรติดตั้งสายล่อฟ้าไว้ และเสาอากาศ สำหรับเครื่องรับโทรทัศน์ก็ควรต่อสายดินด้วย เพื่อเป็นตัวนำกระแสไฟฟ้าจากท้องฟ้าลงสู่พื้นดิน

๒. ขณะที่ฝนตกฟ้าคะนอง ควรปฏิบัติดังนี้

๒.๑ ไม่อยู่ที่โล่งแจ้ง เช่น กลางทุ่งนา หรือกลางสนามหญ้า เป็นต้น

๒.๒ ไม่หลบฝนใต้ต้นไม้สูงที่ขึ้นโดดเดี่ยว เช่น ต้นตาล ต้นมะพร้าว แม้แต่บ้านเรือนที่ตั้งอยู่โดดเดี่ยวกลางทุ่งก็อาจมีอันตรายเช่นเดียวกัน เป็นต้น ดังนั้นจึงควรหลบฝนใต้พุ่มไม้เตี้ยหรือใต้ชายคาบ้านทั่วไปจะปลอดภัยมากกว่า

๒.๓ ไม่เข้าใกล้วัตถุที่เป็นโลหะซึ่งเป็นตัวนำไฟฟ้า เช่น ท่อน้ำ ประปา รางน้ำฝน ลวดหนาม ประตูเหล็ก เป็นต้น และไม่ควรรยืนใกล้ประตูหน้าต่างที่เปิดอยู่

๒.๔ ไม่ถือเครื่องใช้หรือสวมเครื่องประดับที่เป็นโลหะ เมื่ออยู่กลางแจ้ง ขณะฝนตก เช่น ร่ม ชัน หมวก นาฬิกา สร้อยคอ เข็มขัด เป็นต้น



กิจกรรมพัฒนาการคิด

(สมรรถนะสำคัญข้อ ๑, ๒, ๓, ๔)

ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับธรรมชาติ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

๑. สาเหตุใดบ้างที่ทำให้เกิดภัยธรรมชาติ

๒. ความรุนแรงของภัยธรรมชาติส่งผลต่อร่างกายและจิตใจอย่างไร

๓. ภัยธรรมชาติส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างไร

๔. นักเรียนมีวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติอย่างไร

Thinking & Learning

ร่วมคิด ร่วมเรียนรู้

- ศึกษาบทเรียนให้เข้าใจและตอบคำถามที่ตั้งไว้
- ศึกษาสาระเพิ่มเติมให้รอบรู้
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติให้เกิดทักษะและรู้จริง
- กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดให้รอบด้าน



เฉลยกิจกรรมในหนังสือเรียน

เรื่องที่ 1 ภัยธรรมชาติ

กิจกรรมพัฒนาการคิด

ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับธรรมชาติ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

1.สาเหตุใดบ้างที่ทำให้เกิดภัยธรรมชาติ

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม (พ 5.1 ป.6/1)
เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจสาเหตุที่ทำให้เกิดภัยธรรมชาติ

- แนวคำตอบ**
1. วัตถุหรือภัยจากลมพายุ
 2. อุทกภัยหรือภัยจากน้ำท่วม
 3. แผ่นดินไหว
 4. อสุณีบาตภัยหรือภัยจากฟ้าผ่า

2. ความรุนแรงของภัยธรรมชาติส่งผลต่อร่างกายและจิตใจอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม (พ 5.1 ป.6/1)
เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีผลต่อร่างกายและจิตใจ

แนวคำตอบ ทำให้ได้รับอันตรายทั้งทางร่างกายและจิตใจเจ็บป่วยบาดเจ็บไร้ที่อยู่อาศัย ขาดแคลนน้ำดื่มและอาหาร บางคนถึงขั้นเสียชีวิต

3. ภัยธรรมชาติส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม (พ 5.1 ป.6/1)
เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีผลต่อสังคม

แนวคำตอบ เกิดโรคระบาด ไม่มีที่อยู่อาศัยผู้คนล้มตายเป็นจำนวนมาก

4.นักเรียนมีวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติอย่างไร

ตัวชี้วัด ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ (พ 5.1 ป.6/2)

เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ

แนวคำตอบ **ข้อควรปฏิบัติเพื่อความปลอดภัยจากภาวะน้ำท่วม**

- 1.ติดตามฟังข่าวพยากรณ์อากาศตลอดเวลา
- 2.จัดให้เด็ก คนชรา อพยพไปอยู่บนที่สูงๆ
- 3.ถ้า น้ำท่วมและกระแสน้ำแรงไม่ควรเดินลุยน้ำ
- 4.ระวังอันตรายที่ตามมากับกระแสน้ำ โดยเฉพาะสัตว์มีพิษ เช่น งู ตะขาบ แมงป่อง เป็นต้น

แบบฟอร์มใบงาน สำหรับให้นักเรียนทำชุดนี้อยู่ในโฟลเดอร์ใบงาน หรือ กด Ctrl คลิก **ดาวน์โหลด**

ใบงาน

เรื่องที่ 1 ภัยธรรมชาติ



ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับธรรมชาติ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

1.สาเหตุใดบ้างที่ทำให้เกิดภัยธรรมชาติ

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม

(พ 5.1 ป.6/1)

แนวคำตอบ

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

2.ความรุนแรงของภัยธรรมชาติส่งผลต่อร่างกายและจิตใจอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจและสังคม

(พ 5.1 ป.6/1)

แนวคำตอบ

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

3. ภัยธรรมชาติส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม

(พ 5.1 ป.6/1)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

4. นักเรียนมีวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติอย่างไร

ตัวชี้วัด ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ (พ 5.1 ป.6/2)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

เรื่องที่
2

สารเสพติดให้โทษ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เวลา 4 ชั่วโมง
หน่วยการเรียนรู้ที่ 4
ความปลอดภัยในชีวิต

1. เป้าหมาย (ความเข้าใจฝังแน่น)

- เข้าใจสาเหตุการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

2. ทัวชี้วัด

- พ 5.1 ป.6/3 วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

3. สาระการเรียนรู้

- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด
- การปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด
- ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

4. คุณลักษณะ / สมรรถนะที่เน้น

4.1 สมรรถนะ

- ความสามารถในการสื่อสารด้วยการพูดและเขียน
- ความสามารถในการคิดวิเคราะห์
- ความสามารถในการแก้ปัญหา
- ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

4.2 คุณลักษณะ

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- มีจิตสาธารณะ

5. หลักฐาน / ร่องรอยแสดงการเรียนรู้ (ชิ้นงาน / ภาระงาน)

- 5.1 ชิ้นงาน
 - ใบงาน
- 5.2 ภาระงาน
 - แบบ Rubrics อภิปรายกลุ่ม

6. การบูรณาการ

- ภาษาไทย : อ่าน พุด เขียน
- สังคม : การทำงานกลุ่ม

7. กิจกรรมการเรียนรู้



ชั่วโมงที่ 1 ปลายที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- 1.1 ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับสารเสพติดให้โทษ
- 1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม

2. ชี้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

2.1 นักเรียนศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติดจากหนังสือแบบเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร หน้า 77

2.2 ครูนำภาพพร้อมกับอธิบายเพิ่มเติมปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด

2.3 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม

2.4 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด

กลุ่มที่ 2 การปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด

กลุ่มที่ 3 ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

2.5 แต่ละกลุ่มศึกษา ค้นคว้าจากจากหนังสือแบบเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร ห้องสมุดหรืออินเทอร์เน็ต แล้วนำมาอภิปรายหน้าชั้นเรียนสัปดาห์หน้า

2.6 นักเรียนทำแบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด หน้า 86

3. ชี้นสรุปและประเมินผล

3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปสารเสพติดให้โทษ

3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เกณฑ์การประเมินผล



ชั่วโมงที่ 2 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- 1.1 ครูอธิบายขั้นตอนการนำเสนอและอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น

2. ชี้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

- 2.1 นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 2.2 ครูอธิบายเพิ่มเติมกลุ่มอภิปราย
- 2.3 นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นและซักถามกลุ่มอภิปราย
- 2.4 นักเรียนจดบันทึกสาระสำคัญลงในสมุด
- 2.5 ครูซักถามนักเรียนที่ฟังอภิปรายเพื่อทดสอบความเข้าใจ
- 2.6 นักเรียนทำแบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด
- 2.7 ครูเฉลยแบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด และให้คำอธิบายเพิ่มเติม

3. ชี้นสรุปและประเมินผล

- 3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด
- 3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เถลถายการประเมินผล



ชั่วโมงที่ 3 การปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- 1.1 ครูทบทวนปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด
- 1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม

2. ชี้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

- 2.1 ครูสนทนากับนักเรียนเรื่องการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด
- 2.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม
- 2.3 นักเรียนศึกษา หาความรู้เรื่องการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด จากหนังสือแบบเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร หน้า 83-86
- 2.4 ครูอธิบายเรื่องการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด เพิ่มเติมให้นักเรียนเข้าใจมากยิ่งขึ้น
- 2.5 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม
- 2.6 นักเรียนทำแบบทดสอบการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด
- 2.7 ครูเฉลยแบบทดสอบในชั้นเรียน

3. ขั้นสรุปและประเมินผล

- 3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด
- 3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เกณฑ์การประเมินผล



ชั่วโมงที่ 4 ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- 1.1 ครูทบทวนเรื่องการปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด
- 1.2 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น

2. ขั้นสอน (กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม / กระบวนการสร้างองค์ความรู้ / กระบวนการคิดวิเคราะห์ / กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง / กระบวนการเรียนรู้แบบบูรณาการ)

- 2.1 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม
- 2.2 ครูให้แต่ละกลุ่มศึกษา ค้นคว้าทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด แล้วนำมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 2.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน
- 2.4 ครูอธิบายเพิ่มเติมกลุ่มอภิปราย
- 2.5 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและซักถาม พร้อมจดบันทึกการอภิปรายลงในสมุด
- 2.6 นักเรียนทำแบบทดสอบกิจกรรมสรุปความเข้าใจ หน้า 87 ในหนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้น ป.6

ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร

- 2.7 นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน
- 2.8 ครูเฉลยแบบทดสอบกิจกรรมสรุปความเข้าใจและแบบทดสอบหลังเรียน

3. ขั้นสรุปและประเมินผล

- 3.1 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด
- 3.2 ครูประเมินการทำงานกลุ่มด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมและ Rubrics เกณฑ์การประเมินผล

8. สื่อการเรียนรู้

- 8.1 หนังสือแบบเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของสำนักพิมพ์ประสานมิตร
- 8.2 แผนภาพ
- 8.3 อินเทอร์เน็ต
- 8.4 ห้องสมุด

9. การวัดและประเมินผล

- 9.1 สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
- 9.2 แบบทดสอบหลังเรียน
- 9.3 แบบทดสอบกิจกรรมพัฒนาการคิด



10. บันทึกการใช้แผนการจัดการเรียนรู้

บันทึกหลังสอน เรื่อง.....

ชั่วโมงที่	กิจกรรมที่ได้จัดการเรียนการสอน	ผลการจัดการเรียนการสอน	กิจกรรมที่นักเรียนเกิดการเรียนรู้	ปัญหา / อุปสรรค	ลงชื่อครูผู้สอน

Thinking & Planning

ร่วมคิด ร่วมวางแผน

- กิจกรรมตั้งคำถามให้มุ่งคิดสู่เป้าหมายของเรื่อง
- กิจกรรมร่วมคิดร่วมวางแผน คิดคำถามกันคำตอบ



๗๖ สุขศึกษาและพลศึกษา ป.๖



เรื่องที่ ๒

สารเสพติดให้โทษ



สารเสพติดส่งผลกระทบต่อสังคมอย่างไร



แนวคำตอบ

เมื่อเรียนจบเรื่องนักเรียนควรจะสรุปความรู้ได้แบบนี้

1. เกิดปัญหาอาชญากรรมต่างๆ ในชุมชน เช่น จี้ปล้น ข่าชิงทรัพย์ ข่าข่มขืน เป็นต้น
2. ทรัพย์สินของคนในชุมชนและสังคมเสียหาย
3. เป็นบ่อเกิดที่ทำให้สิ่งแวดล้อมของชุมชนเสื่อมโทรม สังคมถูกทำลาย
4. ทำลายเยาวชนที่เป็นกำลังสำคัญของชุมชน
5. สูญเสียแรงงานในการปฏิบัติงานต่างๆ
6. การพัฒนาชุมชนเป็นไปอย่างเชื่องช้า



กิจกรรมร่วมคิดร่วมวางแผนการเรียนรู้

ให้นักเรียนลองตั้งคำถามกับตนเองว่า ในการเรียนรู้เรื่องนี้นักเรียนต้องการได้ความรู้เกี่ยวกับอะไรบ้าง โดยตั้งคำถามให้ได้มากที่สุด แล้วจดบันทึกไว้

สารเสพติด หมายถึง สารเคมี ยาหรือวัตถุใดที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ การสกัด หรือการสังเคราะห์ ซึ่งเมื่อได้รับเข้าสู่ร่างกายโดยการกิน ฉีด สูบ หรือดมติดต่อกันในช่วงระยะเวลาหนึ่งและก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ โดยผู้เสพไม่สามารถหยุดเสพได้ และต้องเพิ่มปริมาณมากขึ้นเรื่อยๆ

Thinking & Learning

ร่วมคิด ร่วมเรียนรู้

- ศึกษาบทเรียนให้เข้าใจและตอบคำถามที่ตัวไว้
- ศึกษาสาระเพิ่มเติมให้รอบรู้
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติให้เกิดทักษะและรู้อริย
- กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดให้รอบด้าน



สุขศึกษาและพลศึกษา ป.๖

๗๗



ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการติดสารเสพติด

เป็นสิ่งที่น่าแปลกใจเป็นอย่างยิ่ง ถ้าถามผู้ที่ติดสารเสพติดว่ารู้หรือเปล่าว่าสารเสพติดเป็นสิ่งไม่ดี เป็นอันตรายต่อสุขภาพและผิดกฎหมาย แทบทุกคนจะตอบว่ารู้ อะไรเป็นปัจจัยที่ทำให้คนเหล่านี้เสพยาเสพติดต่างๆ ที่รู้ถึงพิษภัย ซึ่งได้แก่ปัจจัยดังต่อไปนี้

ปัจจัยภายใน

ปัจจัยภายใน หมายถึง ปัจจัยที่เกิดภายในบุคคลใดบุคคลหนึ่งได้แก่ พันธุกรรม บุคลิกภาพ รวมถึงทัศนคติ และความเชื่อส่วนบุคคล ทักษะทางสังคมและพัฒนาการแต่ละระดับวัย ดังนี้

๑. พันธุกรรม จากการศึกษาวิจัยพบว่า พันธุกรรมมีส่วนเกี่ยวข้องกับการติดสารเสพติดอย่างแน่นนอน ถึงแม้จะไม่สามารถชี้ชัดลงไปได้ว่ามีความสำคัญกว่าปัจจัยภายนอก แต่ก็นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาสารเสพติดในอนาคตได้ โดยเฉพาะปัญหาการติดสุราจากการศึกษาเชื่อว่าสามารถถ่ายทอดทางพันธุกรรมได้



ติดโดยใช้เป็นประจำ เช่น ช่างปะยาง

๒. บุคลิกภาพ คนที่มีปัญหาสารเสพติด เป็นคนที่มีบุคลิกภาพลักษณะที่มีพฤติกรรมชอบทำร้ายตัวเองทั้งกายและจิตใจอย่างมาก และเป็นประจำ คนติดสารเสพติดมักเป็นคนที่มีปัญหาบุคลิกภาพ มีทัศนคติต่อโลกในแง่ลบ และมีความเชื่อที่ผิดๆ



๓. ทักษะทางสังคมและพัฒนาการแต่ละวัย การที่คนเราจะมีพัฒนาการทางอารมณ์เป็นผู้ใหญ่นั้น ต้องผ่านการพัฒนาการในช่วงต้นๆ ของชีวิตให้สมบูรณ์ก่อน พบว่าคนที่มีปัญหาสารเสพติดมักจะมีปัญหาพัฒนาการทางอารมณ์ในแต่ละระดับวัยมาก่อน ทำให้เป็นคนที่ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

ปัจจัยภายนอก

ปัจจัยภายนอก หมายถึง ปัจจัยที่เป็นสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ครอบครัว โรงเรียน เพื่อนและชุมชน สิ่งเหล่านี้นับว่ามีอิทธิพลต่อการเสพยาของวัยรุ่นอย่างมาก ได้แก่

๑. **ครอบครัว** นับว่ามีอิทธิพลต่อเด็กมาก เพราะทำให้เด็กมีความเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด โดยเฉพาะเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม มีทักษะในการจัดการปัญหาชีวิตไม่ดี หรือเป็นอาชญากรหรือพ่อแม่ไม่ให้ความสำคัญกับการศึกษาของบุตร การที่สมาชิกในครอบครัวไม่ใกล้ชิดกันก็เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้เด็กใช้สารเสพติดง่ายขึ้น และการที่แม่ใช้สารเสพติดก็เป็นเหตุให้ลูกมีแนวโน้มใช้สารเสพติดมากกว่าเด็กที่พ่อแม่ไม่ใช้สารเสพติด

๒. **โรงเรียน** โดยทั่วไปเด็กมักจะใช้เวลาอยู่ในโรงเรียนมากกว่าที่อื่น เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีปัญหามักจะมีปัญหาในโรงเรียนด้วย เด็กเหล่านี้จะมีผลการเรียนที่ไม่ค่อยดี อาจทำให้เด็กรู้สึกว่าการเรียนเป็นสิ่งที่น่าเบื่อหน่าย ไม่น่าสนใจ ซึ่งเป็นจุดที่เสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมชดเชยด้านอื่น เช่น การหนีเรียนและรวมถึงการทดลองเสพยาเสพติด



ครูอบรมนักเรียนให้เป็นเด็กดี



๓. เพื่อน กลุ่มเพื่อนนับเป็นปัจจัยที่สำคัญมากอีกประการหนึ่งในการใช้สารเสพติด โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น กล่าวคือถ้ามีเพื่อนคนใดในกลุ่มใช้หรือทดลองสารเสพติด คนในกลุ่มนั้นมีความเสี่ยงสูงมากที่จะทดลองใช้สารเสพติดเหมือนเพื่อน นอกจากเพื่อนจะมีอิทธิพลในการเป็นแบบอย่างแล้ว ยังพบอีกว่าวัยรุ่นที่คิดว่าถ้าตัวเองไม่เป็นที่น่าสนใจของเพื่อน ก็มีความเสี่ยงที่จะใช้สารเสพติดเพื่อให้ตัวเองเป็นจุดเด่น

๔. ชุมชน นับเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้คนใช้สารเสพติด เพราะชุมชนหรือสังคมเป็นตัวกำหนดบทบาทหลายประการของคนในชุมชน โดยผ่านกฎหมาย หรือระเบียบออกมาควบคุม เช่น กฎหมายห้ามเยาวชนอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี เข้าสถานบันเทิง ยามค่ำคืน เพื่อป้องกันไม่ให้เยาวชนเหล่านั้นหลงอยู่กับแสงสีและใกล้ชิดสารเสพติด ถ้าชุมชนเข้มแข็งเอาจริงเอาจังก็จะช่วยป้องกันปัญหาสารเสพติดได้ แต่ถ้าชุมชนไม่เข้มแข็ง เจ้าหน้าที่ของรัฐไม่เข้มแข็ง มีกฎหมายแต่ไม่ใช้กฎหมาย ปล่อยให้มีการแพร่ระบาดของสารเสพติดก็คงจะทำให้สังคมแย่ลง ปัญหาสารเสพติดก็จะทวีความรุนแรงขึ้น เมื่อสารเสพติดหาซื้อง่ายก็จะทำให้คนเสพยาเสพติดกันมากขึ้น



สร้างชุมชนให้เข้มแข็งป้องกันสารเสพติด



ปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันต่อการติดสารเสพติด

ปัจจัยเสี่ยง	ปัจจัยป้องกัน
๑. พันธุกรรมที่ทำให้มีแนวโน้มต่อการใช้สารเสพติด	๑. ไม่มีพันธุกรรมที่ทำให้เสี่ยงต่อการติดสารเสพติด



ปัจจัยเสี่ยง	ปัจจัยป้องกัน
๒. ความภาคภูมิใจในตัวเองต่ำ	๒. มีความภูมิใจในตัวเอง
๓. ความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับพ่อแม่	๓. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับพ่อแม่
๔. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ	๔. ประสบผลสำเร็จด้านการศึกษา
๕. ใช้บุหรี่และสุราตั้งแต่อายุยังน้อย	๕. ใช้บุหรี่และสุราเมื่ออายุมาก
๖. มีปัญหาค่านิยมในสังคม	๖. ยอมรับและปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้
๗. รู้สึกว่าชีวิตตัวเองไม่สมบูรณ์บกพร่อง	๗. มีความสุขกับชีวิต
๘. อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่เสพสารเสพติด	๘. อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่รักเรียน
๙. อยู่ในชุมชนที่หาซื้อสารเสพติดได้ง่าย	๙. อยู่ในชุมชนที่หาซื้อสารเสพติดได้ยาก

สาเหตุที่ทำให้ติดสารเสพติด

นอกเหนือจากปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการทำให้คนติดสารเสพติดตามที่ได้กล่าวมาแล้ว ยังมีสาเหตุของการติดสารเสพติดอีกมากมายหลายสาเหตุ ซึ่งพอสรุปเป็นข้อๆ ได้ดังนี้

๑. ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

๑.๑ ความอยากรู้อยากเห็น อยากลอง โดยคิดว่าเพียงการลองแค่ครั้ง



เดียว สองครั้ง คงไม่ทำให้ติดได้ การทดลองเสพครั้งแรกๆ อาจยังไม่ติดทำให้ประมาทไปทดลองเสพซ้ำอีก ในที่สุดก็ติดสารเสพติดนั้น เช่น เฮโรอีน การลองเสพเพียงครั้งเดียวก็อาจทำให้ติดได้

๑.๒ ความคึกคะนอง โดยเฉพาะวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่กำลังคึกคะนอง มักชอบแสดงความเก่งกล้าของตนในกลุ่มเพื่อน ชอบความสนุกสนาน ตื่นเต้นและท้าทาย ต้องการให้เพื่อนผู้ยอมรับว่าตนเก่ง โดยมีได้คำนึงถึงผลเสียหาย หรืออันตรายที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง ในที่สุดตนเองก็กลายเป็นคนติดสารเสพติด



ความคึกคะนอง

๑.๓ หลงเชื่อคำชักชวนของคนอื่น ได้แก่ หลงเชื่อคำโฆษณาชวนเชื่อของผู้ขายสินค้าที่เป็นสารเสพติดบางชนิด เช่น ยากระตุ้นประสาทต่างๆ ที่ผู้ขายโฆษณามีคุณภาพดี ทำให้มีกำลังวังชา สดชื่น คึกคัก ทำให้สมองแจ่มใส หรือสามารถรักษาโรคบางชนิดได้ เป็นต้น หรืออาจจะด้วยความเกรงใจเพื่อน เชื่อเพื่อน หรือต้องการแสดงว่าตัวเป็นพวกเดียวกับเพื่อน จึงใช้สารเสพติดนั้น

๒. ถูกหลอกหลวง ปัจจุบันผู้ขายสินค้าบางประเภทใช้ขนม หรือเครื่องดื่มบางชนิดใส่สารเสพติดผสมลงในตัวสินค้าที่ขาย เพื่อให้ผู้บริโภคเกิดการติด อยากซื้อไปรับประทานอีก รวมถึงกรณีที่คนใกล้ชิด คนรู้จัก หรือเพื่อนจงใจหลอกหลวงให้เสพสารเสพติดนั้นโดยผู้เสพไม่ทราบว่าสิ่งที่ตนเองเสพเข้าไปนั้นเป็นสารเสพติด

๓. การเจ็บป่วย

๓.๑ การเจ็บป่วยทางกาย ผู้ที่มีอาการเจ็บป่วยทางกายด้วยสาเหตุต่างๆ เช่น ได้รับความเจ็บรุนแรง มีความเจ็บปวดเป็นประจำ เป็นโรคประจำตัวบางอย่าง เป็นต้น จึงจำเป็นต้องรับประทานยาที่มีฤทธิ์ระงับอาการเจ็บปวด เมื่อยาหมดฤทธิ์ก็



จะกลับมาเจ็บปวดใหม่ ผู้ป่วยก็จะใช้ยานั้นอีก เมื่อทำเช่นนี้ไปนานๆ ก็เกิดอาการติดยานั้นขึ้น

๓.๒ การเจ็บป่วยทางจิต เช่น มีความวิตกกังวล เครียด มีความผิดหวังในชีวิต มีความเศร้าสลดเสียใจ เป็นต้น ทำให้สภาวะจิตใจไม่ปกติ จึงพยายามหายาหรือสารเสพติดที่มีฤทธิ์สามารถคลายความเครียดจากทางจิตได้ชั่วขณะหนึ่งมารับประทาน ทั้งอาจโดยคำสั่งของแพทย์ในระยะต้นของการรักษาหรือผู้ป่วยหายมาใช้เอง แต่เมื่อยาหมดฤทธิ์ จิตใจกลับเครียดอีก และผู้ป่วยจะเสพสารเสพติดนี้ไปเรื่อยๆ ก็จะทำให้ติดยาเสพติดในที่สุด



เกิดจากการเจ็บป่วยเป็นเวลานาน

๓.๓ การปฏิบัติไม่ถูกต้องในการใช้ยาด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ การไปซื้อยารับประทานเองโดยไม่ทราบสรรพคุณยาที่แท้จริง ขนาดยาที่ควรรับประทาน การรับประทานยาบางชนิดมากเกินไป การรับประทานยาเกินจำนวนที่แพทย์สั่งหรือรับประทานติดต่อกันนานๆ อาจทำให้เกิดการเสพติดยานั้นได้ หรืออาจทำให้เสียชีวิต

๔. สาเหตุอื่น



อยู่ใกล้ชิดเห็นวิธีการเสพ

๔.๑ การอยู่ใกล้ชิดกับแหล่งสารเสพติด การอยู่ใกล้แหล่งขายหรือผลิต หรือเป็นผู้ขายหรือผู้ผลิตเอง ก็ทำให้มีโอกาสติดสารเสพติดให้โทษนั้นมากกว่าคนทั่วไป

๔.๒ การอยู่ใกล้ชิดกับผู้ติดสารเสพติด เช่น เพื่อนหรือญาติพี่น้องที่ติดสารเสพติดอยู่ ผู้นั้นได้เห็นวิธีการเสพพฤติกรรมต่างๆ ของผู้ที่ติดสารเสพติดคน



นั้น และยังอาจได้รับคำแนะนำหรือชักชวนจากผู้เสพติด จึงมีโอกาสติดได้

๔.๓ สภาพแวดล้อม หรือสภาพการณ์ที่เป็นปัญหา เช่น ว่างงาน ยากจน รายได้ลดลง มีหนี้สินมาก ปัญหาครอบครัว เป็นต้น เมื่อแก้ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้ ก็หันไปใช้สารเสพติด เพื่อที่จะได้ลืมเรื่องกลุ้มใจ บางคนต้องการรายได้เพิ่มขึ้น จึงพยายามทำงานให้หนักและมากขึ้น ทั้งๆ ที่ร่างกายอ่อนเพลียมาก จึงรับประทานยากระตุ้นประสาทเพื่อให้สามารถทำงานต่อไปได้ จึงทำให้ติดสารเสพติดนั้นได้

๔.๔ การเลียนแบบ การได้พบเห็นผู้ใกล้ชิด เพื่อนหรือผู้ที่ตนนิยมยกย่องเสพสารเสพติด จึงเห็นว่าเป็นเรื่องที่น่าประพฤติตามหรืออาจเห็นเป็นเรื่องโก้เก๋ จึงไปทดลองใช้สารเสพติดนั้นจนติด

๔.๕ การประชดชีวิต บางคนมีความผิดหวังในชีวิตตนเอง ผิดหวังในชีวิตครอบครัว หรือผิดหวังในด้านอื่นๆ จึงประชดตนเองหรือคนอื่นด้วยการหันไปใช้สารเสพติดจนติด ทั้งๆ ที่ทราบว่าเป็นสิ่งไม่ดี และเป็นโทษภัยต่อชีวิตของตนเองก็ตาม



การปฏิบัติตนให้พ้นสารเสพติด

๑. ต้องมีความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด โทษ พิษภัยและอันตรายของสารเสพติด สถานการณ์การแพร่ระบาด และแนวทางการชักนำไปสู่การเสพสารเสพติด

๒. ไม่ทดลองใช้สารเสพติด ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดทั้งสิ้น เพราะสารเสพติดบางประเภทเสพเพียง ๑-๒ ครั้ง ก็สามารถทำให้ติดได้ทันที

๓. ไม่หลงเชื่อคำโฆษณาชวนเชื่อใดๆ ที่พูดว่าสารเสพติดให้คุณกับผู้เสพ แต่ควรระลึกไว้เสมอว่าสารเสพติดทุกชนิดให้โทษร้ายแรง ถ้าจะมีคุณประโยชน์บ้างก็เพียงเล็กน้อย



ไม่ทดลองใช้สารเสพติด



๔. ยอมรับสภาพความเป็นจริงหรือสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นและหาทางแก้ปัญหาอย่างมีสติ และเหตุผล โดยไม่พึ่งพาสารเสพติด



รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

๕. รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ต่อตนเองครอบครัว และสังคม เช่น เล่นกีฬา อ่านหนังสือ ช่วยกันทำงานบ้าน ปลูกผักสวนครัว เข้าร่วมกิจกรรมการณรงค์ต่อต้านสารเสพติด กิจกรรมการพัฒนาชุมชนหรือหมู่บ้าน เป็นต้น

๖. รู้จักคบเพื่อนที่ดีที่ส่งเสริม สนับสนุนและชักนำกันไปในทางที่ดี คอยให้สติให้ข้อคิด และตักเตือนเมื่อเราคิดผิด การทำผิดหรือตัดสินใจไปในทางที่ไม่ถูกไม่ควร

๗. กล้าพูด กล้าปฏิเสธ เมื่อถูกชักชวนให้กระทำในสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดผลดี

๘. รู้จักและรับผิดชอบบทบาทหน้าที่ของตนเองให้สำเร็จ ล่วงลง ไม่ประชดตนเองหรือผู้อื่นด้วยการประพฤตินในทางที่เสียหาย

๙. เมื่อมีปัญหา และแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตนเองไม่ได้ ควรปรึกษาผู้ใหญ่ที่รู้แน่ชัดว่าปรารถนาดีต่อเราอย่างแท้จริง เช่น พ่อ แม่ ครู อาจารย์ หรือ หน่วยงานให้คำปรึกษาต่างๆ

๑๐. หลีกเลี้ยงให้ห่างไกลจากผู้ติดสารเสพติด หรือผู้จำหน่ายสารเสพติด เพราะบุคคลดังกล่าวอาจชักชวนให้ทดลองเสพ โดยกล่าวอ้างว่าสามารถทำให้ลืมความทุกข์จิตใจสบาย ผ่อนคลาย หรืออาจชักชวนให้กระทำผิดกฎหมาย เช่น การขกจูงให้เข้าร่วมกระบวนการผลิต และ



ตำรวจจับกุมผู้ค้า



จำหน่ายสารเสพติด ซึ่งสามารถสร้างรายได้เป็นจำนวนมาก เป็นต้น



เจ้าหน้าที่จับกุมผู้ค้าสารเสพติด

๑๑. ต้องไม่ให้ความร่วมมือและไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับเพื่อนที่ติดสารเสพติด เช่น ไม่ให้ยืมเงิน เป็นต้น หรือหากเห็นว่กำลังเสพสารเสพติดต้องแจ้ง พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ครู หรือหน่วยงานที่ทำหน้าที่ปราบปรามสารเสพติด

๑๒. ไม่หลงเชื่อคำชักชวนโฆษณา หรือคำแนะนำใดๆ หรือแสดงความเก่งกล้าเกี่ยวกับสารเสพติด เพื่อเป็นการปิดโอกาสและสร้างภูมิคุ้มกันมิให้สารเสพติดเข้ามาใกล้ตัวเรา และครอบครัว

๑๓. ไม่ใช้ยาอันตรายทุกชนิดโดยไม่ได้รับคำแนะนำจากแพทย์ และควรใช้ยาที่แพทย์แนะนำตามขนาดที่แพทย์สั่งไว้เท่านั้น เพื่อป้องกันการเสพติดยาบางชนิดโดยมิได้ตั้งใจ

๑๔. หากสงสัยว่าตนเองจะติดสารเสพติดต้องรีบแจ้งให้ผู้ใหญ่ทราบ เพื่อหาแนวทางหรือวิธีการในการบำบัดรักษา โดยต้องตระหนักไว้เสมอว่า สารเสพติดเป็นอันตรายต่อตนเองอย่างมาก ซึ่งหากปล่อยให้ปัญหานี้ยังคงอยู่กับตนเอง จะยิ่งทำให้เกิดปัญหาอื่นๆ ตามมา เช่น ปัญหาการเรียน การทำงาน ปัญหาเศรษฐกิจในครอบครัว เป็นต้น

๑๕. ยึดมั่นในหลักธรรมของศาสนา ทุกศาสนามีจุดมุ่งหมายให้บุคคลประพฤติแต่สิ่งที่ดีงาม มีจิตใจมั่นคงไม่คล้อยตามไปกับความเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีทั้งถูกและผิด ดีและไม่ดี มีสติพร้อมที่จะปรับตัวให้เหมาะสมกับความเปลี่ยนแปลงตลอดจนสำนึกตนเองอยู่เสมอว่าสิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ



ทักษะการสื่อสาร หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูดและภาษา ท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนอย่างเหมาะสมกับสภาพวัฒนธรรมและสถานการณ์ ต่างๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความปรารถนา ความต้องการ การขอร้อง การเตือน และการขอความช่วยเหลือ



ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

๑. ชักชวนเพื่อนๆ ออกกำลังกายทุกวัน และทำประโยชน์แก่โรงเรียน และชุมชน เช่น ร่วมเดินรณรงค์ต่อต้านยาเสพติด ช่วยกันกวาดลานวัด เป็นอาสาสมัคร แจกข่าวสารแก่ทางราชการ เป็นต้น
๒. ให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับโทษภัยของสารเสพติด
๓. ให้รู้จักปฏิเสธคำเชิญชวนให้ทดลองสารเสพติด
๔. ร่วมกันแต่งเพลงต่อต้านสารเสพติด และเข้าร่วมประกวดร้องเพลงในชั้นเรียน หรือระหว่างห้องเรียน



กิจกรรมพัฒนาการคิด

(สมรรถนะสำคัญข้อ ๑, ๒, ๓, ๔, ๕)

ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับสารเสพติดให้โทษ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

๑. ปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลทำให้ติดสารเสพติด
๒. สาเหตุใดบ้างที่ทำให้บุคคลติดสารเสพติด
๓. นักเรียนมีวิธีป้องกันการติดสารเสพติดอย่างไร
๔. นักเรียนมีวิธีชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติดอย่างไร



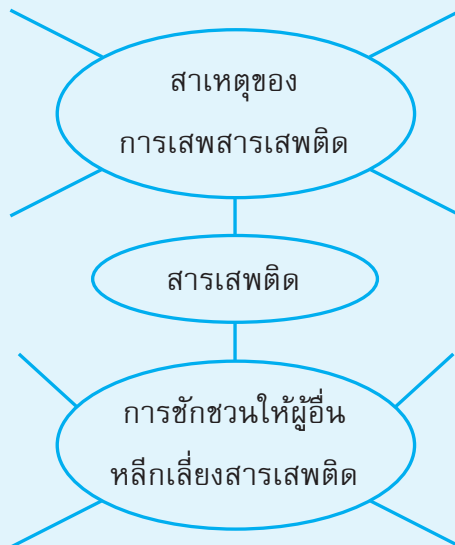
กิจกรรมรวมยอด



กิจกรรมสรุปความเข้าใจ

(สมรรถนะสำคัญข้อ ๑, ๒, ๓, ๔, ๕)

ให้นักเรียนเขียนผังความคิดเกี่ยวกับสาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่น หลีกเลียงสารเสพติด



กิจกรรมบูรณาการสัมพันธ์กับชีวิตจริง

(สมรรถนะสำคัญข้อ ๑, ๒, ๓, ๔, ๕)

ให้นักเรียนช่วยกันวางแผนจัดทำโครงการกลุ่มละ ๑ โครงการ ได้แก่ ๑. โครงการเรื่อง ภัยธรรมชาติ ๒. สารเสพติดให้โทษ

โดยมีขั้นตอนดังนี้ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

๑. ชื่อโครงการ
๒. เหตุผลและความจำเป็นที่จะเลือกปฏิบัติโครงการนี้

๘๘

สุขศึกษาและพลศึกษา ป.๖



๓. วัตถุประสงค์
๔. ผู้รับผิดชอบ
๕. ขั้นตอนการปฏิบัติงาน
๖. ระยะเวลาทำงาน
๗. งบประมาณ
๘. การประเมินงาน
๙. ปัญหาที่เกิดขึ้นและแนวทางการแก้ไข
๑๐. ข้อเสนอแนะ

แหล่งการเรียนรู้เพิ่มเติม



๑. ห้องสมุดโรงเรียน
๒. สถานีอนามัย และโรงพยาบาลต่างๆ
๓. www.cmnet.tmd.go.th
www.thaigoodview.com

Thinking & Learning

ร่วมคิด ร่วมเรียนรู้

- ศึกษาบทเรียนให้เข้าใจและตอบคำถามที่ตั้งไว้
- ศึกษาสาระเพิ่มเติมให้รอบรู้
- กิจกรรมฝึกปฏิบัติให้เกิดทักษะและรู้อารมณ์
- กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดให้รอบด้าน



เฉลยกิจกรรมในหนังสือเรียน

เรื่องที่ 2 สารเสพติดให้โทษ

กิจกรรมพัฒนาการคิด

ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับสารเสพติดให้โทษ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

1.ปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลทำให้ติดสารเสพติด

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจปัจจัยที่มีอิทธิพลทำให้ติดสารเสพติด

- แนวคำตอบ**
- 1.พันธุกรรมที่ทำให้มีแนวโน้มต่อการใช้สารเสพติด
 - 2.ความภาคภูมิใจในตัวเองต่ำ
 - 3.ความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับพ่อแม่
 - 4.ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
 - 5.ใช้บุหรี่และสุราตั้งแต่อายุยังน้อย
 - 6.มีปัญหาค่านิยมในสังคม
 - 7.รู้สึกว่าชีวิตตัวเองไม่สมบูรณ์
 - 8.อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่เสพสารเสพติด
 - 9.อยู่ในชุมชนที่หาซื้อสารเสพติดได้ง่าย

2.สาเหตุใดบ้างที่ทำให้บุคคลติดสารเสพติด

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจสาเหตุที่ทำให้ติดสารเสพติด

- แนวคำตอบ**
- 1.ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ได้แก่ ความอยากรู้อยากเห็น อยากรลอง ความตึกคะนอง และหลงเชื่อ คำชักชวนของคนอื่น
 - 2.ถูกหลอกลวง โดยผสมใส่ในขนมหรือเครื่องดื่มให้กินและดื่ม
 - 3.การเจ็บป่วย
 - 4.สภาพแวดล้อม
 - 5.การเลียนแบบ
 - 6.การประชดชีวิต

3.นักเรียนมีวิธีป้องกันการติดสารเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจวิธีป้องกันการติดสารเสพติด

- แนวคำตอบ**
- 1.ศึกษาหาความรู้ โทษ พิษภัยและอันตรายของสารเสพติด
 - 2.ไม่ทดลองใช้สารเสพติด
 - 3.ไม่หลงเชื่อคำโฆษณาชวนเชื่อ
 - 4.รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
 - 5.คบเพื่อนที่ดี
 - 6.กล้าพูด กล้าปฏิเสธ เมื่อถูกชักชวน
 - 7.มีปัญหา ควรปรึกษาพ่อแม่ ครู อาจารย์
 - 8.หลีกเลี่ยงห่างไกลจากผู้ติดสารเสพติด
 - 9.ยึดมั่นในหลักคำสอนของศาสนา

4.นักเรียนมีวิธีชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนรู้และเข้าใจวิธีชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

- แนวคำตอบ**
- 1.แนะนำให้เพื่อนออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาแทนการมั่วสุมในสิ่งไม่ดี
 - 2.ให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับโทษของสารเสพติด
 - 3.แนะนำให้ปฏิเสธคำชวนให้ทดลองใช้สารเสพติด
 - 4.เข้าร่วมกิจกรรมต่อต้านสารเสพติด

แบบฟอร์มใบงาน สำหรับให้นักเรียนทำชุดนี้อยู่ในไฟล์เดอร้ใบงาน หรือ กด Ctrl คลิก [ดาวน์โหลด](#)

Thinking & Concluding

ร่วมคิด ร่วมสรุป

- กิจกรรมสรุปความเข้าใจ (หลักการ แผนที่ความคิด แผนผังความสัมพันธ์)

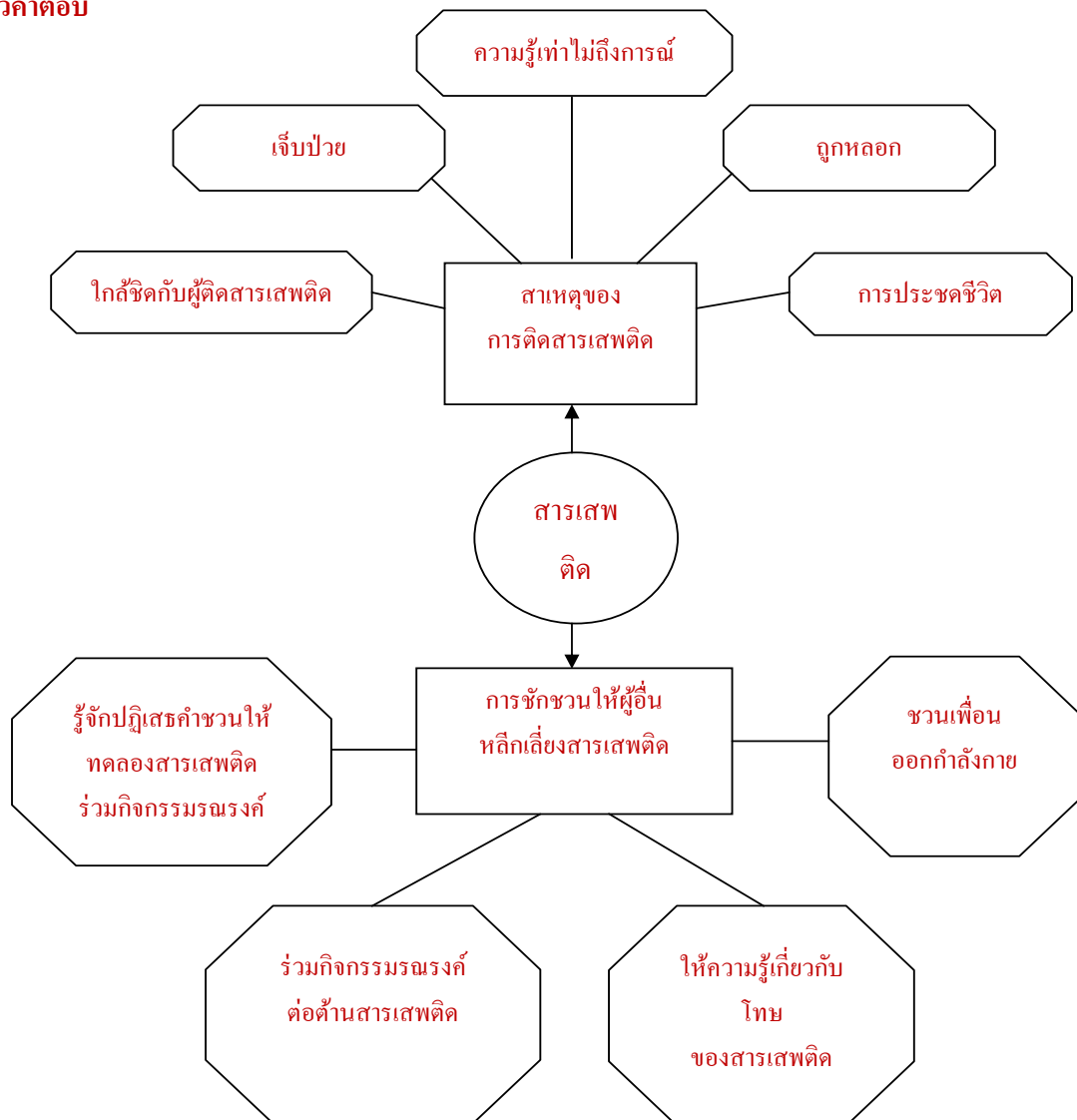


เฉลยกิจกรรมท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ความปลอดภัยในชีวิต

กิจกรรมสรุปความเข้าใจ

ให้นักเรียนเขียนผังความคิดเกี่ยวกับสาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติดตัวชีวิต วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3) เพื่อให้ นักเรียนสรุปความเข้าใจถึงสาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

แนวคำตอบ



Thinking & Experience

ร่วมคิด ร่วมขยายประสบการณ์

- กิจกรรมสัมพันธ์กับชีวิตจริง
- กิจกรรมศึกษาเพิ่มเติมจากแหล่งเรียนรู้



กิจกรรมบูรณาการสัมพันธ์กับชีวิตจริง

ให้นักเรียนช่วยกันวางแผนจัดทำโครงการกลุ่มละ 1 โครงการ ได้แก่ 1. โครงการเรื่องภัยธรรมชาติ 2. สารเสพติดให้โทษ โดยมีขั้นตอนดังนี้ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

1. ชื่อโครงการ
2. เหตุผลและความจำเป็นที่เลือกปฏิบัติโครงการนี้
3. วัตถุประสงค์ของโครงการ
4. ผู้รับผิดชอบ
5. ระยะเวลาการทำงาน
6. ระยะเวลาการทำงาน
7. งบประมาณ
8. การประเมินงาน
9. ปัญหาที่เกิดขึ้นและแนวทางแก้ไข
10. ข้อเสนอแนะ

- ตัวชี้วัด**
1. วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม (พ 5.1 ป.6/1)
 2. ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ (พ 5.1 ป.6/2)
 3. วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนนำความรู้ไปใช้ในชีวิตจริง

เพื่อให้ นักเรียนสรุปผลการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตจริง

แนวคำตอบ ตัวอย่าง

ชื่อโครงการ โรงเรียนสีขาว

เหตุผลและความจำเป็น เพื่อให้นักเรียนปลอดภัยจากสารเสพติดทุกชนิด

วัตถุประสงค์

(เพื่อให้นักเรียนปลอดภัยจากสารเสพติด)

(เพื่อให้นักเรียนรู้และเข้าใจโทษของสารเสพติด)

(เพื่อให้นักเรียนป้องกันสารเสพติด)

ผู้รับผิดชอบ

ค.ช. _____

ค.ช. _____

ขั้นตอนการปฏิบัติงาน

จัดทำแผนภาพวงจรป้องกันสารเสพติดบริเวณป้ายประชาสัมพันธ์หน้าโรงเรียนและนักเรียนแสดงละครการป้องกันสารเสพติดหน้าห้องประชุมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

ระยะเวลาทำงาน พฤษภาคม ถึง กันยายน

งบประมาณ 1,000 บาท

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ข้อเสนอแนะ

แบบฟอร์มใบงาน สำหรับให้นักเรียนทำชุดนี้อยู่ในโฟลเดอร์ใบงาน หรือ กด Ctrl คคลิก **ดาวน์โหลด**

กิจกรรม BWD เสริมการเรียนรู้

จากภาพนักเรียนจะปฏิเสธการชักชวนให้เสพยาเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

เพื่อให้ นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

แนวคำตอบ



สารเสพติดชื่อ บุหรี่

การปฏิเสธ ไม่ละเป็นสิ่งไม่ดีแล้วเดินหนี



สารเสพติดชื่อ กัญชา

การปฏิเสธ ไม่เป็นสิ่งไม่ดีแล้วเดินหนี



สารเสพติดชื่อ สุรา บุหรี่ สาระเหย

การปฏิเสธ ไม่ละ เพราะเป็นสิ่งไม่ดีแล้วเดินหนี

แบบฟอร์มใบงาน สำหรับให้นักเรียนทำชุดนี้อยู่ในโฟลเดอร์ใบงาน หรือ กด Cnti คลิก [ดาวน์โหลด](#)

ใบงาน

เรื่องที่ 2 สารเสพติดให้โทษ



ตอบคำถามพัฒนาการคิดเกี่ยวกับสารเสพติดให้โทษ แล้วนำเสนอครูผู้สอน

1. ปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลทำให้ติดสารเสพติด

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. สาเหตุใดบ้างที่ทำให้บุคคลติดสารเสพติด

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.นักเรียนมีวิธีป้องกันการติดสารเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.นักเรียนมีวิธีชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงาน กิจกรรมท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ความปลอดภัยในชีวิต



ให้นักเรียนเขียนผังความคิดเกี่ยวกับสาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)

กิจกรรมบูรณาการสัมพันธ์กับชีวิตจริง

ให้นักเรียนช่วยกันวางแผนจัดทำโครงการกลุ่มละ 1 โครงการ ได้แก่ 1. โครงการภัยธรรมชาติ

2. สารเสพติดให้โทษ

ตัวชี้วัด 1.วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม

(พ 5.1 ป.6/1)

2.ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ (พ 5.1 ป.6/2)

3.วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

(พ 5.1 ป.6/3)

1.ชื่อโครงการ

2.เหตุผลและความจำเป็นที่เลือกปฏิบัติโครงการนี้

3.วัตถุประสงค์ของโครงการ

4.ผู้รับผิดชอบ

5.ระยะเวลาการทำงาน

6.ระยะเวลาการทำงาน

7.งบประมาณ

8.การประเมินงาน

9.ปัญหาที่เกิดขึ้นและแนวทางแก้ไข

10.ข้อเสนอแนะ

แนวคำตอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงาน

กิจกรรม BWD เสริมการเรียนรู้

จากภาพนักเรียนจะปฏิเสธการชักชวนให้เสพสารเสพติดอย่างไร

ตัวชี้วัด วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด (พ 5.1 ป.6/3)



สารเสพติด.....
 การปฏิเสธ.....



สารเสพติด.....
 การปฏิเสธ.....



สารเสพติด.....
 การปฏิเสธ.....

แบบทดสอบประเมินความรู้และการคิดท้ายหน่วยที่ 4

คำชี้แจง ให้ทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษรหน้าคำตอบที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

1. “อัครศิภย” หมายถึง

- ก. น้ำท่วมจังหวัดสงขลา
- ข. พายุถล่มจังหวัดชุมพร
- ค. ไฟไหม้โรงงานขนมปัง
- ง. เครื่องบินชนตึกเวิลด์เทรด

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

2. ข้อใดไม่ใช่การหนีเอาตัวรอดขณะไฟไหม้

- ก. สำรวยพยายามทำตัวให้สูงกว่าพื้น
- ข. อำนวยหมอบราบแล้วคลานไปที่ประตู
- ค. กนกใช้ผ้าชุบน้ำปิดปากและจมูก
- ง. สมพรตั้งสติแล้วช่วยเหลือคนแก่

ก่อน

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

3. “อัมจะใช้มอร์ฟีนแก้ปวดเป็นประจำ” จาก

ข้อความนี้ ต่อไปอัมจะเป็นอย่างไร

- ก. หายจากอาการปวด
- ข. ต้องใช้ยามากขึ้น
- ค. ร่างกายติดสารเสพติด
- ง. ร่างกายจะมีสภาพสมบูรณ์

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

4. สารเสพติดประเภทใดที่เสพแล้วมักมีการ

ทะเลาะวิวาทและก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

ก. กดประสาท

ข. หลอนประสาท

ค. กระตุ้นประสาท

ง. กดประสาท หลอนประสาท

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

ใช้ข้อความต่อไปนี้ตอบคำถามข้อ 5 – 6

“เมื่อผู้เสพเสพมากๆ มือเท้าจะสัน
ตลาย หูอื้อ สมองมึนงง หวาดผวา”

5. จากข้อความข้างต้นเป็นสารเสพติดที่เกิด

จากสิ่งใด

ก. พืชที่มีสีเขียว

ข. พืชที่มีสีเหลือง

ค. พืชยืนต้น

ง. พืชล้มลุก

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

6. จากข้อความข้างต้น เป็นสารเสพติด

ประเภทใด

ก. กดประสาท

ข. หลอนประสาท

ค. กระตุ้นประสาท

ง. กดประสาท หลอนประสาท

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

7. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการติดสารเสพติด

- ก. วิชาพื้นฐานครบครบดี
- ข. วินัยมีจิตใจอ่อนแอ
- ค. ชวนชมมีพ่อแม่ทะเลาะกัน
- ง. ชมกู่อยากเข้ากลุ่มเพื่อน

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

8. บุคคลที่สูบบุหรี่จัดและรับสารนิโคตินเข้าไปมากๆ จะมีอาการอย่างไร

- ก. หัวใจเต้นช้า ใจสั่น
- ข. ระบายน้ำ คอแห้ง
- ค. ใจสั่น ความดันเลือดสูง
- ง. ความดันเลือดต่ำ ริมฝีปากเขียว

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

9. สารในบุหรี่ชนิดใดที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคมะเร็งบริเวณริมฝีปาก

- ก. ทาร์
- ข. นิโคติน
- ค. อะครีโนลีน
- ง. แอลคาลอยด์

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

10. ส่วนประกอบสำคัญในสุรา คือ สารชนิดใด

- ก. สารหนู
- ข. เมนทอล
- ค. เบนซิลไพรีน

ง. แอลกอฮอล์

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

11. ผู้ที่ดื่มสุรามากๆ ทำให้เป็นพิษสุราเรื้อรัง และจะมีโอกาสเป็นโรคใด

- ก. มะเร็ง
- ข. โรคจิต
- ค. ไข้ทรพิษ
- ง. โรคเบาหวาน

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก คือ

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

12. ข้อใดคือกลุ่มของสารเสพติดให้โทษที่ออกฤทธิ์กดประสาททั้งหมด

- ก. ฟีน กาว เฮโรอิน
- ข. ยาอี โคเคน เห็ดขี้ควาย
- ค. มอร์ฟีน ยาบ้า ทินเนอร์
- ง. พิษกระท่อม เบนซิน เซโคบาร์บิ

ตาล

คำถามนี้มีคำตอบที่ถูกต้องอีก _____

13. วัตถ์ย คือภัษรรมษาดิที่เกดจากสิงใด

- ก. น้ำท่วม
- ข. ไฟไหม้
- ค. พายุลมแรง
- ง. แผ่นดินไหว

คำถามนี้ม่คำตอบที่ถูกด้องอิค _____

14. อุทกภัษ คือภัษรรมษาดิที่เกดจากสิงใด

- ก. น้ำท่วม
- ข. ไฟไหม้
- ค. พายุลมแรง

ง. แผ่นดินไหว

คำถามนี้ม่คำตอบที่ถูกด้องอิค _____

15. ภัษรรมษาดิซึงเกดจากฝนแล้งม่มาตาม
ฤดุกาลหมายถึง

- ก. วัตถ์ย
- ข. อุทกภัษ
- ค. ทุพภิกษภัษ
- ง. แผ่นดินไหว

คำถามนี้ม่คำตอบที่ถูกด้องอิค _____

เฉลย

-
- 1.ค 2.ก 3.ค 4.ง 5.ค 6.ง 7.ก 8.ค 9.ก 10.ง
11.ก 12.ก 13.ค 14.ก 15.ค