แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2551

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5



สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ชื่อเรื่อง แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2555

ISBN 978-616-202-700-0

จำนวนพิมพ์ 2,500 เล่ม

จัดทำโดย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด
79 ถนนงามวงศ์วาน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900
โทร. 0-2561-4567 โทรสาร 0-2579-5101
นายโชคดี ออสุวรรณ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

กระทรวงศึกษาธิการ. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. --กรุงเทพฯ : สำนักงาน. 2556.
86 หน้า.
1. การศึกษาขั้นมัธยม--การศึกษาและการสอน. I. ชูเกียรติ เกิดอุดม, ผู้วาดภาพประกอบ. II. ชื่อเรื่อง.
370.11
ISBN 978-616-202-700-0

คำนำ

แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เล่มนี้ จัดทำขึ้นเพื่อให้ครูผู้รับผิดชอบจัดกิจกรรมในชั่วโมงกิจกรรมแนะแนว มีแนวทางในการจัดกิจกรรมตลอด 1 ปีการศึกษา อันจะช่วยให้ผู้เรียนมีสมรรถนะและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่หลักสูตรกำหนดไว้ ซึ่งครูสามารถปรับเปลี่ยนกิจกรรมการเรียนรู้ได้ตามสภาพของผู้เรียน โดยมีเป้าหมาย คือ การบรรลุประเด็นหลักตามวัตถุประสงค์กิจกรรมแนะแนวในกรอบแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ปรากฏในเอกสารแนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ซึ่งเป็นเอกสารเล่มที่ 1 ของเอกสารชุดนี้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการจัดทำเอกสารชุดนี้ ตลอดจนครูผู้สอนที่นำเอกสารชุดนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาผู้เรียน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนทุกคนเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า ทำตนให้มีประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป

(นายชินภัทร ภูมิรัตน)
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คำชี้แจงการใช้เอกสาร

ตามที่ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ สพฐ. ด่วนมากที่ ศธ 04010/0075 ลงวันที่ 13 มกราคม 2555 ขอให้ สพป. และ สพม. ทุกเขต เร่งดำเนินการกำกับติดตามการดำเนินงานแนะแนวของโรงเรียนในสังกัดให้เป็นไปตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการที่มุ่งจัดการศึกษาเพื่ออาชีพ และเน้นให้โรงเรียนบริหารจัดการแนะแนวให้มีประสิทธิภาพสูงสุด เป็นไปตามเป้าประสงค์และเจตนารมณ์ของหลักสูตร โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนสามารถเข้าศึกษาต่อในระดับการศึกษาที่สูงขึ้น และ/หรือ ออกไปประกอบอาชีพที่สอดคล้องกับศักยภาพความถนัดและความสนใจของตนเอง นอกจากนี้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนดให้สถานศึกษาในสังกัดเร่งรัดพัฒนางานแนะแนวให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อการพัฒนานักเรียนเพื่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม โดยขอให้สถานศึกษาดำเนินงานตามแนวปฏิบัติเพื่อการดำเนินงานแนะแนวในสถานศึกษา ได้แก่ การจัดกิจกรรมแนะแนว การให้บริการแนะแนว และการบริหารจัดการแนะแนว (รายละเอียดในภาคผนวก) ดังนั้น สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา จึงได้จัดทำแนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 เพื่อสนับสนุนสถานศึกษาในการจัดกิจกรรมแนะแนว โดยมีเนื้อหาเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ครอบคลุมการแนะแนวการศึกษา อาชีพ และชีวิตและสังคม

เอกสารชุด การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ประกอบด้วย เอกสารจำนวน 13 เล่ม ได้แก่

เล่มที่ 1 แนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

เล่มที่ 2 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

เล่มที่ 3 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

เล่มที่ 4 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

เล่มที่ 5 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

เล่มที่ 6 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

เล่มที่ 7 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เล่มที่ 8 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เล่มที่ 9 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เล่มที่ 10 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เล่มที่ 11 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เล่มที่ 12 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เล่มที่ 13 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

โดยมีรายละเอียดดังนี้

เล่มที่ 1 แนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ครูแนะแนว/ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว/ครูที่ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนว มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และเพื่อให้ครูแนะแนว/ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว/ครูที่ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนวมีกรอบการจัดกิจกรรมแนะแนวชั้นระดับประถมศึกษาปีที่ 1-6 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 แบ่งเนื้อหาออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ความนำ

ตอนที่ 2 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว มีรายละเอียดเกี่ยวกับ

- หลักการ
- วัตถุประสงค์
- ขอบข่าย
- การออกแบบการจัดกิจกรรม
- การประเมิน

ตอนที่ 3 ตัวอย่างการออกแบบกิจกรรมแนะแนว มีรายละเอียดเกี่ยวกับ

- กรอบการจัดกิจกรรมแนะแนวระดับประถมศึกษา
- กรอบการจัดกิจกรรมแนะแนวระดับมัธยมศึกษา
- โครงสร้างกิจกรรมแนะแนว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ตอนที่ 4 บทส่งท้าย

เล่มที่ 2-13 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งมีขั้นตอนเริ่มจากวิเคราะห์วัตถุประสงค์กิจกรรมแนะแนว กำหนดประเด็นหลักในการจัดกิจกรรมแนะแนว กำหนดจุดประสงค์ชั้นปี เพื่อเป็นกรอบในการจัดทำโครงสร้างกิจกรรมแนะแนว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 แล้วจึงออกแบบแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเป็นตัวอย่างให้ครูแนะแนว/ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว/ครูที่ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนวนำไปใช้/ประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวในแต่ละชั้น แบ่งเนื้อหาออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 โครงสร้างกิจกรรมแนะแนว มีรายละเอียดเกี่ยวกับ

- ชื่อกิจกรรม
- จุดประสงค์ชั้นปี
- จุดประสงค์การเรียนรู้
- จำนวนชั่วโมง

ตอนที่ 2 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว มีรายละเอียดเกี่ยวกับ

- ชื่อกิจกรรม
- สาระสำคัญ
- จุดประสงค์ชั้นปี
- จุดประสงค์การเรียนรู้
- กิจกรรมการเรียนรู้
- สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้
- การประเมินผล
- แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

อนึ่ง แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวในเอกสารเล่มที่ 2-13 นี้ เป็นเพียงตัวอย่างกิจกรรมที่ช่วยให้ครูแนะแนว/ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว/ครูที่ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนวมีแนวทางในการจัดกิจกรรมแนะแนว และมีแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ชัดเจน ดังนั้น ผู้ใช้สามารถใช้/เลือกใช้/ปรับใช้กิจกรรมได้ตามสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียนรายบุคคล สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะที่พึงประสงค์ วิสัยทัศน์และเป้าหมายของสถานศึกษา และครอบคลุมขอบข่ายการแนะแนว

3 ด้าน คือ การแนะแนวการศึกษา การแนะแนวอาชีพ และการแนะแนวส่วนตัวและสังคม อีกทั้งเหมาะสมกับบริบทของสถานศึกษา ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว และบรรลุจุดหมายและเจตนารมณ์ของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

การนำตัวอย่างกิจกรรมในแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ไปใช้ ขอให้ครูแนะแนว/ครูที่ทำหน้าที่แนะแนว/ครูที่ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนว ศึกษาเอกสารตามลำดับดังนี้

1. ศึกษาแนวการจัดกิจกรรมแนะแนว ในเอกสารแนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

2. ศึกษากรอบการจัดกิจกรรมแนะแนวระดับประถมศึกษา/ระดับมัธยมศึกษา

3. ศึกษาโครงสร้างกิจกรรมแนะแนว ในแต่ละชั้น ได้แก่ ชื่อกิจกรรม จุดประสงค์ชั้นปี จุดประสงค์การเรียนรู้ และจำนวนชั่วโมง

4. ศึกษาแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว ได้แก่ ชื่อกิจกรรม สาระสำคัญ จุดประสงค์ชั้นปี จุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้ การประเมินผล และแหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

5. จัดกิจกรรมแนะแนวตามแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว และประเมินผลการจัดกิจกรรม

6. ประเมินกิจกรรมแนะแนวเพื่อตัดสินผลการเรียน และสรุปรายงาน

นอกจากนี้ ผู้บริหารสถานศึกษา ครู อาจารย์ และบุคลากรของสถานศึกษา ควรมีความตระหนักในความสำคัญของงานแนะแนว โดยให้งานแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน กำหนดให้งานแนะแนวไว้ในโครงสร้างการบริหารงานของโรงเรียน กำหนดให้มีคณะทำงานหรือผู้รับผิดชอบงานแนะแนวอย่างเหมาะสม ชัดเจน มีแผนงานโครงการและกิจกรรมการดำเนินงานแนะแนวในแผนพัฒนาหรือแผนปฏิบัติการประจำปีของโรงเรียน รวมถึงการจัดบริการแนะแนว 5 บริการในสถานศึกษา ได้แก่ บริการศึกษารวบรวมข้อมูล บริการสารสนเทศ บริการให้การศึกษา บริการจัดวางตัวบุคคล และบริการติดตามผล ให้ครอบคลุมการแนะแนวการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

สารบัญ

หน้า

คำนำ

คำชี้แจงการใช้เอกสาร

สารบัญ

ตอนที่ 1 โครงสร้างกิจกรรมแนะแนว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 1

ตอนที่ 2 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว 4

เรื่อง กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง 4

เรื่อง ความเหมาะสมของอาชีพสู่บุคคล 8

เรื่อง อาชีพในดวงใจ 13

เรื่อง เส้นทางสู่อาชีพ 20

เรื่อง เร่งพัฒนาสู่เป้าหมาย 24

เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ 38

เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสม 44

เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ 49

เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม 54

เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน 60

เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์ 65

เรื่อง การวางตัวกับบทบาทหน้าที่ 68

เรื่อง ครอบครัวมีสุข 75

เรื่อง อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม 82

คณะผู้จัดทำ 85

ตอนที่ 1 โครงสร้างกิจกรรมแนะแนวชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 5

39 ชั่วโมง

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์ชั้นปี	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง
1	กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง	1.2.1 ให้คำแนะนำผู้อื่นในการดูแลรักษาร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย	1. อภิปรายวิธีการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย 2. ปฏิบัติการแนะนำผู้อื่นในการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามวัย	2
2	ความเหมาะสมของอาชีพสู่บุคคล	2.1.1 เข้าใจคุณสมบัติของบุคคลที่จะเข้าสู่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่	1. บอกคุณสมบัติต่าง ๆ ของบุคคลที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ 2. บอกวิธีการเตรียมความพร้อมสำหรับการไปสู่เป้าหมายได้	5
3	อาชีพในดวงใจ	2.3.1 ระบุอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองพร้อมเหตุผล	1. บอกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้อย่างมีเหตุผล 2. บอกวิธีการพัฒนาตนเองได้อย่างสอดคล้องกับเป้าหมายในอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง	3
4	เส้นทางสู่อาชีพ	2.4.1 กำหนดแนวทางการพัฒนาตนเองและ/หรือศึกษาต่อเพื่อเข้าสู่อาชีพที่ตัดสินใจเลือก	1. บอกแผนชีวิตของตนเอง และให้เหตุผลได้อย่างเหมาะสม 2. ระบุคณะวิชาในสถาบันอุดมศึกษาที่อาจเลือกเรียน เพื่อให้สอดคล้องกับอาชีพที่คิดจะทำได้ 3. บอกวิธีปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามแผนชีวิตที่ตนวางไว้	3
5	เร่งพัฒนาสู่เป้าหมาย	3.1.1 ระบุเป้าหมายและปรับปรุงตนเองด้านการเรียนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ	1. บอกความสามารถทางการเรียนของตน 2. บอกเป้าหมายการศึกษาต่อของตนเอง 3. บอกวิธีการพัฒนาตนด้านการเรียนได้อย่างสอดคล้องกับเป้าหมายการศึกษา	4

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์ชั้นปี	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง
6	นำความรู้สู่การปฏิบัติ	3.2.1 ฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับอาชีพที่สนใจ (เช่น ฝึกงาน บริษัทจำลอง กลุ่มสนใจ)	1. บอกแหล่งฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจ 2. บอกวิธีการนำความรู้ ทักษะที่ได้จากการเรียนมาใช้ในการฝึกปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม	4
7	ทางเลือกที่เหมาะสม	3.2.2 ประเมินความเหมาะสมของตนเองกับอาชีพที่สนใจและพิจารณาปรับตัวหรือเปลี่ยนอาชีพ	1. บอกความเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมเกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองเลือกได้อย่างมีเหตุผล 2. บอกเหตุผลในการพิจารณาทางเลือกใหม่ในอาชีพเพื่อความเหมาะสมกับตนเอง	3
8	รู้ปัญหา รู้จัดการ	3.3.1 จัดลำดับความสำคัญของปัญหาและจัดการได้อย่างเหมาะสม	1. บอกปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ 2. จัดลำดับความสำคัญของปัญหาได้อย่างเหมาะสม 3. บอกวิธีในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ	2
9	รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม	3.4.1 ยืดหยุ่นทางความคิด ไม่ยึดติดกับสิ่งเดิมที่คุ้นเคย	1. บอกความสำคัญและวิธีการในการยืดหยุ่นทางความคิดเพื่อให้เข้ากับสังคมได้ 2. ปฏิบัติตนให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม	3
10	สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน	3.4.2 สร้างความสุขให้ตนเองและผู้อื่น	1. บอกวิธีการที่เหมาะสมในการสร้างความสุขให้กับชีวิตของตน 2. จัดกิจกรรมที่ผ่อนคลายและสร้างความสุขให้กับผู้อื่นได้	2
11	อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์	3.4.3 ปรับอารมณ์ความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	1. บอกวิธีการปรับอารมณ์ความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบได้อย่างเหมาะสม 2. กำหนดวิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ	2

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์ชั้นปี	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง
12	การวางตัวกับบทบาทหน้าที่	3.4.4 วางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ	1. บอกรูปแบบและความสำคัญของพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสม 2. แสดงพฤติกรรมออกอย่างเหมาะสมกับบทบาทหน้าที่	2
13	ครอบครัวมีสุข	3.4.5 มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในครอบครัว	1. บอกความสำคัญของบุคคลในครอบครัวที่มีส่วนเกื้อกูลต่อชีวิตตน 2. ปฏิบัติตนต่อครอบครัวด้วยความรู้สึกเห็นคุณค่าและกตัญญู	2
14	อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม	3.4.6 ปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคม	1. ยกตัวอย่างและวิเคราะห์ภัยอันตรายที่เกิดขึ้นในสังคมได้ 2. บอกวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคมได้	2
รวม				**39**

ตอนที่ 2 : แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว

เรื่อง กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง

เวลา 2 ชั่วโมง

---

1. สาระสำคัญ

การเปลี่ยนแปลงตามวัยมีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จึงนับว่าเป็นวิกฤตช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงต่อของวัยเด็กและผู้ใหญ่ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นด้วยกันเอง และบุคคลรอบข้าง หากกระบวนการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นไปอย่างเหมาะสม โดยการดูแลเอาใจใส่ใกล้ชิดจะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและจะบรรเทาปัญหาต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น รวมทั้งเป็นแรงผลักดัน และแรงกระตุ้นให้พัฒนาการด้านอื่น ๆ เป็นไปด้วยดี

2. จุดประสงค์ชั้นปี

1.2.1 ให้คำแนะนำผู้อื่นในการดูแลรักษาร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 อภิปรายวิธีการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย

3.2 ปฏิบัติการแนะนำผู้อื่นในการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามวัย

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 นำนักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย

4.2 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเรียบเรียงวิธีการดูแลรักษาส่วนต่างๆของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงตามวัย

4.3 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน พร้อมเลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม

4.4 แต่ละกลุ่มรับใบงาน เรื่อง กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง กิจกรรม **“ปฏิบัติการจิตสาธารณะ”** ให้นักเรียนนำความรู้ที่ได้รับไปแนะนำน้อง ๆ หรือเพื่อน ๆ ในโรงเรียนหรือต่างโรงเรียนได้รู้จักวิธีการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ถูกต้องและจัดทำ Power Point เพื่อนำเสนอผลการปฏิบัติงานในชั่วโมงต่อไป

ชั่วโมงที่ 2

4.5 สนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเนื้อหาในชั่วโมงที่ผ่านมาเพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสเตรียมตัวในการนำเสนอผลงานตามประเด็นใบงาน

4.6 ตัวแทนกลุ่มจับสลากลำดับการนำเสนอผลงาน

4.7 ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานและเปิดโอกาสให้กลุ่มอื่น ๆ ได้ซักถาม

4.8 ครูให้แนวคิด ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการให้คำแนะนำที่ถูกต้องและมีประสิทธิภาพกับกลุ่มเป้าหมาย

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ใบงาน เรื่อง กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง กิจกรรม “ปฏิบัติการจิตสาธารณะ”

5.2 แหล่งปฏิบัติการ

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

- ประเมินการนำเสนอ

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

นำเสนอครบประเด็น ครบภารกิจ	ระดับคุณภาพ ดี
นำเสนอไม่ครบประเด็น ครบภารกิจ หรือ ครบประเด็น ไม่ครบภารกิจ	ระดับคุณภาพ พอใช้
นำเสนอไม่ครบทั้งประเด็น และภารกิจ	ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

เว็บไซต์ www.psyclin.co.th/new_page_56.htm

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องนักเรียนปฏิบัติครบ แล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์ประเมิน

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		ประเด็น	ภารกิจ	

ใบงาน
เรื่อง กายภาพกับการเปลี่ยนแปลง
กิจกรรม “ปฏิบัติการจิตสาธารณะ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนนำความรู้ที่ได้รับไปแนะนำน้อง ๆ หรือเพื่อน ๆ ในโรงเรียนหรือต่างโรงเรียนได้รู้จักวิธีการดูแลรักษาส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ถูกต้องและจัดทำ Power Point เพื่อนำเสนอผลการปฏิบัติงาน

สิ่งที่ต้องระบุในการนำเสนอ

1. แหล่งปฏิบัติการให้คำแนะนำ
2. วัน/เวลาที่ปฏิบัติการ
3. จำนวนผู้เข้ารับฟังคำแนะนำ
4. วิธีการ/กิจกรรมในการดำเนินการ
5. ผลที่ได้รับ
6. ปัญหา/อุปสรรค
7. วิธีการแก้ไข
8. รายชื่อผู้ร่วมงาน

เรื่อง ความเหมาะสมของอาชีพสู่บุคคล

เวลา 5 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การศึกษาข้อมูลคุณสมบัติของบุคคลที่จะเข้าสู่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ที่ถูกต้องเป็นจริงและหลากหลาย เป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนได้มีความพร้อมในทุกด้านเพื่อการตัดสินใจและวางแผนไปสู่เป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. จุดประสงค์ชั้นปี

2.1.1 เข้าใจคุณสมบัติของบุคคลที่จะเข้าสู่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกคุณสมบัติต่าง ๆ ของบุคคลที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ

3.2 บอกวิธีการเตรียมความพร้อมสำหรับการไปสู่เป้าหมายได้

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 นำนักเรียนสนทนา เรื่อง ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

4.2 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับทิศทางและความต้องการของตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

4.3 ให้นักเรียนทุกคนศึกษา สืบค้นเกี่ยวกับคุณสมบัติของบุคคลที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ พร้อมบอกแหล่งข้อมูลในการสืบค้น (ทำเป็นการบ้าน)

ชั่วโมงที่ 2

4.4 สุ่มนักเรียน 5-6 คน นำเสนอผลการสืบค้นให้เพื่อน ๆ ได้ทราบ

4.5 สอบถามนักเรียนในห้องเรียนว่า มีใครที่ได้ข้อมูลแตกต่างจากเพื่อนที่นำเสนอและให้ออกมานำเสนอเพิ่มเติม

4.6 สรุปความรู้เพิ่มเติม และให้นักเรียนนำผลงานของตนไปเรียบเรียงใหม่ให้สมบูรณ์ ตกแต่งรูปแบบให้น่าอ่าน และนำมาจัดป้ายนิเทศเผยแพร่ให้เพื่อน ๆ ได้ศึกษา

ชั่วโมงที่ 3

4.8 สนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเนื้อหาในชั่วโมงที่ผ่านมาเพื่อทบทวนความรู้เกี่ยวกับคุณสมบัติของบุคคลที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ

4.9 นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน เลือกประธาน และเลขานุการกลุ่ม

4.10 ตัวแทนกลุ่มรับใบงาน เรื่อง เตรียมตัวสู่ตลาดแรงงาน

4.11 นักเรียนอภิปรายในกลุ่มเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาตนให้ได้ประสิทธิภาพตามที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ

ชั่วโมงที่ 4

4.12 สนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการปฏิบัติงานตามใบงานในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.13 ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการอภิปราย

4.14 นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ วิจารณ์วิธีการพัฒนาตนตามที่แต่ละกลุ่มนำเสนอเพื่อหาข้อปฏิบัติที่เป็นไปได้และเหมาะสม

ชั่วโมงที่ 5

4.15 ครูและนักเรียนทบทวนข้อสรุปเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาตนให้ได้ประสิทธิภาพตามที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ

4.16 ให้นักเรียนทุกกลุ่มนำข้อสรุปที่ได้มาจัดพิมพ์เป็นแผ่นพับเพื่อเผยแพร่ให้กับเพื่อนนักเรียนทั้งในและนอกโรงเรียนได้ศึกษา

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ใบงาน เรื่อง เตรียมตัวสู่ตลาดแรงงาน

5.2 ห้องสมุด

5.3 มุมอาเซียนศึกษาในโรงเรียน

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

ข้อมูลครบประเด็นเนื้อหาสมบูรณ์ ระดับคุณภาพ ดี

ข้อมูลขาด 1 ประเด็นเนื้อหาสมบูรณ์ ระดับคุณภาพ พอใช้

ข้อมูลขาด 2 ประเด็นเนื้อหาสมบูรณ์ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

เว็บไซต์ www.ias.chula.ac.th/Thai/modules.php?name=Downloads&d_op

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องนักเรียนปฏิบัติครบ แล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์ประเมิน

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน			สรุประดับคุณภาพ
		ความต้องการของตลาดแรงงาน	คุณสมบัติของบุคคล	การพัฒนาตนให้ได้ประสิทธิภาพ	

ใบงาน
เรื่อง เตรียมตัวสู่ตลาดแรงงาน

สมาชิกกลุ่ม 1. ..... 4. .....
2. ..... 5. .....
3. ..... 6. .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาตนให้ได้ประสิทธิภาพตามที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียนและอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ และบันทึกผลการอภิปรายลงในแบบบันทึก

ประเด็นอภิปราย

1. ความต้องการของตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียน และอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

.....

.....

.....

.....

2. คุณสมบัติของบุคคลที่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียน และอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่ต้องการ

.....

.....

.....

.....

3. วิธีการพัฒนาตนเพื่อเข้าสู่ตลาดแรงงานในกลุ่มประเทศอาเซียน และอาชีพในระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

.....

.....

.....

.....

เรื่อง อาชีพในดวงใจ

เวลา 3 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การมีเป้าหมายในอาชีพที่ชัดเจนจะเป็นแรงจูงใจให้นักเรียนแสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องเพื่อไปสู่เป้าหมายทางอาชีพที่ตนเองได้กำหนดไว้

2. จุดประสงค์ชั้นปี

2.3.1 ระบุอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองพร้อมเหตุผล

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้อย่างมีเหตุผล

3.2 บอกวิธีการพัฒนาตนเองได้อย่างสอดคล้องกับเป้าหมายในอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 นักเรียนร่วมร้องเพลง ฝันอยากเป็น โดยเปิดเทปเพลง และแจกแผ่นปลิวเนื้อเพลงให้นักเรียนทุกคน

4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 4-5 คน เลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม

4.3 ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดภายใน 3 นาทีว่า วัตถุประสงค์สำคัญของเนื้อเพลงนี้ต้องการให้ผู้ฟังได้ทราบเกี่ยวกับสิ่งใด

4.4 สุ่มนักเรียน 2-3 กลุ่มออกมานำเสนอความคิดที่ได้

4.5 เล่ากรณีตัวอย่างผู้วางแผนชีวิตและผู้ไม่วางแผนชีวิตซึ่งได้รับความสำเร็จไม่เท่าเทียมกัน

4.6 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายสาเหตุที่ทำให้ผู้วางแผนชีวิตและผู้ไม่วางแผนชีวิตได้รับความสำเร็จไม่เท่าเทียมกัน

4.7 นักเรียนทำใบงาน เรื่อง อาชีพในดวงใจ เป็นการบ้าน

ชั่วโมงที่ 2

4.8 ทบทวนเกี่ยวกับงานที่มอบหมาย

4.9 สุ่มนักเรียน 4-5 คน นำเสนอผลงานจากใบงาน เรื่อง อาชีพในดวงใจ ให้เพื่อน ๆ ในชั้นฟัง และให้โอกาสเพื่อน ๆ ได้ซักถาม

4.10 ให้แนวคิดเกี่ยวกับการเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง

4.11 นักเรียนทำใบงาน เรื่อง แนวทางการพัฒนาตนเองสู่อาชีพ เป็นการบ้าน

ชั่วโมงที่ 3

4.12 ทบทวนเกี่ยวกับงานที่มอบหมาย

4.13 สุ่มใบงาน จำนวน 3-4 คน แล้วให้เจ้าของผลงานอ่านให้เพื่อน ๆ ฟัง

4.14 ครูให้โอกาสนักเรียนได้ซักถามในประเด็นที่ต้องการทราบ

4.15 ครูนำผลงานที่เหลือไปตรวจและคัดเลือกผลงานที่เป็นแบบอย่างได้นำมาให้นักเรียนจัดป้ายนิเทศเพื่อให้เพื่อน ๆ ได้ศึกษา

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 เทปบันทึกเสียงเพลง ฝันอยากเป็น

5.2 แผ่นปลิวเนื้อเพลง “ฝันอยากเป็น”

5.3 ใบงาน เรื่อง อาชีพในดวงใจ

5.4 ใบงาน เรื่อง แนวทางการพัฒนาตนเองสู่อาชีพ

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง อาชีพในดวงใจ

บอกชื่ออาชีพและเหตุผลครบ 3 อาชีพ ระดับคุณภาพ ดี

บอกชื่ออาชีพและเหตุผลได้ 2 อาชีพ ระดับคุณภาพ พอใช้

บอกชื่ออาชีพและเหตุผลได้ 1 อาชีพ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

6.3.2 ใบงาน เรื่อง แนวทางพัฒนาตนเองสู่อาชีพ

บอกชื่ออาชีพและวิธีการพัฒนาตนเองครบ 3 อาชีพ ระดับคุณภาพ ดี

บอกชื่ออาชีพและวิธีการพัฒนาตนเองได้ 2 อาชีพ ระดับคุณภาพ พอใช้

บอกชื่ออาชีพและวิธีการพัฒนาตนเองได้ 1 อาชีพ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน แต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		อาชีพในดวงใจ	แนวทางการพัฒนาตนเองสู่อาชีพ	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี
มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้
มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

เพลง “ฝันอยากเป็น”

ฝันอยากเป็นนักบิน อยากเป็น ฝันอยากเป็นหมอฟัน หรือได้เป็นหมอดูสักวัน ฝันอยากเป็นแปลก ๆ

เมื่อยังเล็กนั่น ชอบจะฝันเป็นไปมากมาย สุขที่ฝันไป ไม่ต้องหวังจริงดังฝันเลย

ฝันอยากเป็นนักเลง อยากลอง หรือเป็นนางสาวไทย ฝันอยากเป็นพนักงานดับไฟ ฝันอยากเป็นแปลก ๆ

เมื่อยังเล็กนั่น ชอบจะฝันเป็นไปมากมาย สุขที่ฝันไป ไม่ต้องหวังจริงดังฝันเลย

ฝันอยากเป็นทหารพรานโก้ดี ยศอย่างดีร้อยโท หรือขับเองรถยนต์ใหญ่โต ฝันอยากเป็นแปลก ๆ

ยามฉันโตอยากจะฝันเรื่องใด ตรองหัวใจไม่ฝันยาก ทำพลั้งไปไม่ดังฝันจะลำบาก ฝันตอนโตต้องเตรียมใจ

เมื่อยังเล็กนั่น ชอบจะฝันเป็นไปมากมาย สุขที่ได้ฝัน ไม่ต้องหวังจริงดังฝันเลย

ฝันเมื่อวันครั้งยังเด็กกัน ฝันได้ตามฝันเรา ฝันได้ตอนนี้ เลยจะเอาฝันอยากเป็นเด็ก ๆ

ใบงาน
เรื่อง อาชีพในดวงใจ

ชื่อ..... สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

ที่	อาชีพในดวงใจ	เหตุผลในการเลือกอาชีพ	หมายเหตุ
1			
2			
3			

ใบงาน

เรื่อง แนวทางการพัฒนาตนเองสู่อาชีพ

ชื่อ..... สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนสืบค้นวิธีการพัฒนาตนเองสู่อาชีพในดวงใจและบันทึกลงในแบบที่กำหนดให้

อาชีพในดวงใจ	วิธีการพัฒนาตนเองสู่อาชีพ	แหล่งข้อมูล

เรื่อง เส้นทางสู่อาชีพ

เวลา 3 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การวางแผนชีวิตให้กับตนเองด้านการศึกษา อาชีพ โดยพิจารณาความเหมาะสม จากบุคลิกภาพและความสามารถของตน แล้วปฏิบัติตามที่วางแผนไว้ ช่วยให้บรรลุความสำเร็จในชีวิตได้มากขึ้น

2. จุดประสงค์ชั้นปี

2.4.1 กำหนดแนวทางการพัฒนาตนเองและ/หรือศึกษาต่อเพื่อเข้าสู่อาชีพที่ตัดสินใจเลือก

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกแผนชีวิตของตนเอง และให้เหตุผลได้อย่างเหมาะสม

3.2 ระบุคณะวิชาในสถาบันอุดมศึกษาที่อาจเลือกเรียน เพื่อให้สอดคล้องกับอาชีพที่คิดจะทำได้

3.3 บอกวิธีปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามแผนชีวิตที่ตนวางไว้

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 เล่าเรื่องเกี่ยวกับกรณีตัวอย่างผู้วางแผนชีวิตและผู้ไม่วางแผนชีวิต ซึ่งได้รับความสำเร็จไม่เท่าเทียมกัน

4.2 ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายสาเหตุที่ทำให้ผู้ที่วางแผนชีวิตและผู้ไม่วางแผนชีวิตประสบความสำเร็จไม่เท่าเทียมกัน

4.3 แบ่งนักเรียนทั้งชั้นเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มเชิญครูที่ปรึกษา 1 คน ประจำกลุ่ม (ครูที่ปรึกษาต้องเป็นผู้ที่มีชั่วโมงว่างตรงกับชั่วโมงเรียนของนักเรียน หรือเป็นครูแนะแนว)

ชั่วโมงที่ 2

4.4 ชี้แจงการทำกิจกรรมเหมือนกันทุกกลุ่ม ดังนี้

4.4.1 ให้นักเรียนบันทึกแผนชีวิตในอนาคตของตน ตามแบบบันทึกที่แนบ แล้วอภิปรายเหตุผลร่วมกัน

4.4.2 ให้นักเรียนศึกษาเอกสารอาชีพที่สัมพันธ์กับบุคลิกภาพและความสามารถ และคณะที่ควรเลือกเรียน ตามเอกสารที่แนบ อภิปรายร่วมกันแล้วย้อนกลับไปวิเคราะห์แผนชีวิตที่วางไว้ ปรับปรุงแก้ไขหรือคงเดิมแล้วแต่ดุลยพินิจของนักเรียน

4.4.3 อภิปรายวิธีปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมายของแต่ละคน

ชั่วโมงที่ 3

4.5 ให้นักเรียนบันทึกสิ่งที่ได้จากการอภิปราย และให้กลับไปคิดหาเหตุผลต่อ

4.6 แจกแบบสำรวจความสนใจ ความต้องการ ค่านิยม และความถนัด ซึ่งจะช่วยให้การตัดสินใจมีโอกาสถูกต้องมากขึ้น

4.7 ให้นักเรียนนำแผนชีวิตของตนไปให้ผู้ปกครอง แสดงความเห็นเพื่อนำมาพิจารณาประกอบข้อมูลอื่น ๆ ต่อไป

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 แบบบันทึกแผนชีวิต

5.2 เอกสารอาชีพที่สัมพันธ์กับบุคลิกภาพและความสามารถ และคณะที่ควรเลือกเรียน

5.3 แบบสำรวจความสนใจ ความต้องการ ค่านิยม และความถนัด

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

- ตรวจแบบบันทึกแผนชีวิต

6.2 เครื่องมือประเมิน -

6.3 เกณฑ์การประเมิน

- แบบบันทึกแผนชีวิต

ระบุได้ 3 ข้อ ระดับคุณภาพ ดี

ระบุได้ 2 ข้อ ระดับคุณภาพ พอใช้

ระบุได้ 1 ข้อ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

เว็บไซต์ www.http//gotoknow.org.th

แบบบันทึกแผนชีวิตของ.....

ให้นักเรียนนึกวาดภาพว่าตนเองกำลังยืนอยู่ที่จุดอนาคต จากวันนี้ไปในอนาคต นักเรียนอยู่ที่ไหน เรียนอะไร กำลังฝึกฝนสาขาอาชีพใด จงมองตนในลักษณะที่นักเรียนอยากเป็น ทำอะไรในสิ่งที่นักเรียนอยากทำ แล้วเขียนหรือวาดภาพในสิ่งที่คิดฝันนั้นไว้ในช่องว่างต่อไปนี้

1. ตัวนักเรียนใน 1 ปีข้างหน้า

2. ตัวนักเรียนใน 3 ปีข้างหน้า

3. ตัวนักเรียนใน 5 ปีข้างหน้า

อาชีพที่สัมพันธ์กับบุคลิกภาพและความสามารถ และคณะที่ควรเลือกเรียน

อาชีพ	ความสามารถ/ความถนัด	บุคลิกภาพ	คณะที่ควรเลือกเรียน
1. นักคิด นักเขียน ครู อาจารย์ นักแปล ผู้ชำนาญภาษา	ภาษา วรรณคดี ลักษณะศิลปิน	ลักษณะศิลปิน ลักษณะสังคม	อักษรศาสตร์ ศิลปะศาสตร์ โบราณคดี มนุษยศาสตร์
2. จิตรกร ประติมากร นักตกแต่ง	วาด ปั้น ผูกลาย ออกแบบ ตกแต่ง	ลักษณะศิลปิน	มัณฑนศิลป์ จิตรกรรม ประติมากรรม
3. ธุรกิจ การค้า งานสถิติ	สถิติ การค้า ธุรกิจ	ลักษณะยึดมั่น ลักษณะสัจจะ ความจริง ลักษณะสืบค้น	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี เศรษฐศาสตร์
4. นักวิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์	การเขียน การพูด การติดต่อกับผู้คน ภาษา	ลักษณะศิลปิน ลักษณะสังคม	นิเทศศาสตร์ วารสารศาสตร์ สื่อสารมวลชน
5. นักปกครอง ตำรวจ	กิจกรรมการเมือง การปกครอง ภาษา	ลักษณะสังคม ลักษณะกล้าเสี่ยง	รัฐศาสตร์ นิติศาสตร์
6. ผู้ฝึกอบรม วิทยากร ผู้สอน	ภาษา กิจกรรมอธิบาย ชี้แจง สื่อสาร	-	ศึกษาศาสตร์ ครุศาสตร์
7. วิศวกร นักวิทยาศาสตร์	คณิตศาสตร์ ฟิสิกส์ เคมี ไฟฟ้า กลศาสตร์	ลักษณะสืบสวนสืบค้น ลักษณะสัจจะ ความจริง	วิศวกรรมศาสตร์ วิทยาศาสตร์
8. แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์	ชีววิทยา เคมี ภาษาอังกฤษ	ลักษณะสังคม	แพทย์ศาสตร์ พยาบาลศาสตร์ สาธารณสุขศาสตร์ วิทยาศาสตร์การแพทย์ สังคมสงเคราะห์ศาสตร์

เรื่อง เร่งพัฒนาสู่เป้าหมาย

เวลา 4 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การมีเป้าหมายการเรียนที่ชัดเจนจะเป็นแรงจูงใจให้นักเรียนแสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองทางการเรียนอย่างต่อเนื่องเพื่อไปสู่เป้าหมายทางการเรียนของตน

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.1.1 ระบุเป้าหมายและปรับปรุงตนเองด้านการเรียนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสามารถทางการเรียนของตน

3.2 บอกเป้าหมายการศึกษาต่อของตนเอง

3.3 บอกวิธีการพัฒนาตนด้านการเรียนได้อย่างสอดคล้องกับเป้าหมายการศึกษา

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 นำสนทนาเรื่องประสบการณ์การเรียนรู้ ปัญหาและอุปสรรค ผลการเรียน และความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อนักเรียนในระดับชั้น ม.4 ที่ผ่านมา

4.2 นักเรียนทำใบงาน เรื่อง มองตนมองผลการเรียน (ครูแจ้งให้นักเรียนเตรียมผลการเรียนมาล่วงหน้า)

4.3 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายปัจจัยที่สนับสนุนให้ผลการเรียนดี ปัญหาและอุปสรรคที่เป็นสาเหตุทำให้ผลการเรียนไม่ดี

4.4 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมและส่งใบงาน

ชั่วโมงที่ 2

4.5 ทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.6 ให้นักเรียนทำแบบสำรวจ ลักษณะนิสัย และทัศนคติทางการเรียน

4.7 แจกเฉลยแบบสำรวจ ให้นักเรียนตรวจคำตอบด้วยตนเอง

4.8 นักเรียนทำใบงาน เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน ส่วนที่ 1

ชั่วโมงที่ 3

4.9 สนทนาทบทวนเรื่องที่เรียนในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.10 ครูอธิบายลักษณะแบบสำรวจ ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียนและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถาม

4.11 ให้นักเรียนวางแผนพัฒนาตนเองด้านการเรียนบันทึกลงในใบงาน เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน ส่วนที่ 2

ชั่วโมงที่ 4

4.12 ทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.13 ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาตนเองด้านลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียนที่นักเรียนเขียนไว้ในใบงาน เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน ส่วนที่ 2

4.14 ครูและนักเรียนร่วมสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ใบงาน เรื่อง มองตนมองผลการเรียน

5.2 แบบสำรวจ ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน

5.3 ใบงาน เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง มองตนมองผลการเรียน

มีข้อมูล 3 ข้อ ระดับคุณภาพ ดี

มีข้อมูล 2 ข้อ ระดับคุณภาพ พอใช้

มีข้อมูล 1 ข้อ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

6.3.2 ใบงาน เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน

มีข้อมูล 4 ข้อ ระดับคุณภาพ ดี

มีข้อมูล 2-3 ข้อ ระดับคุณภาพ พอใช้

มีข้อมูล 1 ข้อ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		มองตนมองผลการเรียน	พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี
มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้
มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

ใบงาน

เรื่อง มองตนมองผลการเรียน

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

1. ให้นักเรียนกรอกผลการเรียนเฉลี่ยชั้น ม.4 (2 ภาคเรียน) และพิจารณาผลการเรียนของตนเองเพื่อประเมินความพึงพอใจที่มีต่อผลการเรียนในแต่ละกลุ่มวิชา โดยเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตามระดับความพึงพอใจ

คะแนนเฉลี่ยกลุ่มวิชา ชั้น ม. 4 (เกรดภาค 1 + เกรดภาค 2)	**ลักษณะความสามารถ**	**ระดับความพึงพอใจ**				
		พอใจมากที่สุด	**พอใจมาก**	**พอรับได้**	**ไม่พอใจ**	**ไม่พอใจที่สุด**
คณิตศาสตร์ คะแนนเฉลี่ย.....	การคำนวณตัวเลข					
วิทยาศาสตร์ คะแนนเฉลี่ย.....	การคิดวิเคราะห์ค้นคว้าหาเหตุผล					
ภาษาอังกฤษ คะแนนเฉลี่ย.....	การอ่าน ฟัง เขียนและพูดภาษาอังกฤษ					
ภาษาไทย คะแนนเฉลี่ย.....	การอ่าน ฟัง เขียนและพูดภาษาไทย					
สังคมศึกษาฯ คะแนนเฉลี่ย.....	การจดจำเรื่องราวและวิเคราะห์เหตุการณ์					
สุขศึกษาฯ คะแนนเฉลี่ย.....	การเคลื่อนไหวร่างกายและการรักษาสุขภาพอนามัย					
ศิลปศึกษา คะแนนเฉลี่ย.....	การใช้ความคิดและฝีมือในการสร้างสรรค์งานศิลปะ					
การงานอาชีพฯ คะแนนเฉลี่ย.....	การใช้ฝีมือในการทำงานและประดิษฐ์ชิ้นงานต่าง ๆ					
เกรดเฉลี่ยชั้น ม.4 (2 ภาคเรียน).....						

2. ให้นักเรียนจัดอันดับรายวิชาในแต่ละข้อ ต่อไปนี้

วิชาที่มีผลการเรียนในระดับพึงพอใจระดับมากถึงมากที่สุด	วิชาที่มีผลการเรียนในระดับที่พอรับได้	วิชาที่มีผลการเรียนในระดับไม่พอใจถึงไม่พอใจมากที่สุด
1.	1.	1. .....
2.	2.	2. .....
3.	3.	3. .....
4.	4.	4. .....
5.	5.	5. .....

3. ให้นักเรียนวิเคราะห์พฤติกรรมทางการเรียนของตนเอง

ปัจจัยที่สนับสนุนให้สามารถเรียนได้ดี

.....

.....

.....

.....



ปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้ไม่สามารถเรียนได้

.....

.....

.....

.....

แบบสำรวจ ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน

คำแนะนำในการทำแบบสำรวจ

แบบสำรวจชุดนี้มีจำนวน 100 ข้อ เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับลักษณะนิสัยที่นักเรียนเคยปฏิบัติและความคิดเห็นในด้านการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียน จึงไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด สิ่งสำคัญที่สุดขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียนประพฤติปฏิบัติหรือตามที่นักเรียนรู้สึกจริง ๆ

การตอบแบบสำรวจนี้ ให้นักเรียนอ่านและพิจารณาข้อความทีละข้อ แล้วพิจารณาว่านักเรียนเคยปฏิบัติ หรือมีความคิดเห็นในเรื่องนั้นมากน้อยเพียงใด ใน 5 ลำดับต่อไปนี้

ก หมายถึง ปฏิบัติบ่อยครั้งที่สุด หรือเห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข หมายถึง ปฏิบัติบ่อยมาก หรือเห็นด้วย

ค หมายถึง ปฏิบัติปานกลาง หรือรู้สึกเฉย ๆ

ง หมายถึง ปฏิบัติบางครั้ง หรือไม่เห็นด้วย

จ หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติเลย หรือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

โปรดทำลงในกระดาษคำตอบและไม่ขีดเขียนข้อความใด ๆ ลงในแบบสำรวจ

1. ฉันพยายามที่จะแก้รายงาน ข้อสอบ การบ้านให้ถูกต้องตามที่อาจารย์ตรวจให้
2. ในเรื่องการเรียนฉันพยายามปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ
3. ฉันคิดว่าอาจารย์ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของนักเรียน เพราะท่านคิดว่าท่านรู้ดีกว่านักเรียน
4. ฉันชอบเรียนวิชาที่ไม่ต้องมีการสอบเลย
5. ฉันมักจะวางหัวข้อการเขียนรายงาน การบ้าน ฯลฯ ทิ้งไว้จนใกล้ถึงเวลาจึงจะทำ
6. ก่อนลงมือเขียนรายงานฉันต้องแน่ใจว่าเข้าใจสิ่งที่ต้องการจะทำนั้น ๆ อย่างแจ่มแจ้งเสียก่อน
7. ฉันรู้สึกว่าถ้าอาจารย์ผู้สอนอารมณ์ไม่ดี ฉันจะเรียนไม่รู้เรื่อง
8. ฉันเรียนหนังสือด้วยความสนุกสนานมากกว่าทุกข์ใจ
9. ในชั่วโมงเรียน ฉันชอบชวนให้อาจารย์พูดนอกเรื่อง
10. ในบทเรียนที่ยาก ๆ นั้น ฉันจะอ่านซ้ำหลาย ๆ ครั้ง จนเข้าใจแล้วจึงผ่านไป
11. ฉันคิดว่าการที่นักเรียนไม่กล้าซักถามอาจารย์ เพราะอาจารย์ถือตัว ไม่เป็นกันเอง หรือดุมากเกินไป
12. ฉันมักขาดเรียนด้วยเหตุผลที่ไม่จำเป็นนัก เช่น เมื่อมีงานบางอย่างที่ต้องทำ หรือเมื่อต้องดูหนังสือใกล้สอบหรือไปธุระกับเพื่อน ๆ
13. ฉันชอบอ่าน ทำงาน ทำการบ้านด้วยความมั่นใจและรับผิดชอบต่อตนเองโดยไม่ต้องมีใครบอกบ่น หรือบังคับ

14. ฉันจะจดงานหรือขีดส้นใต้ข้อความสำคัญที่อาจารย์เน้น

15. ฉันคิดว่าอาจารย์ทำการสอนโดยไม่เตรียมตัวล่วงหน้า

16. ฉันรู้สึกยินดีเมื่อทราบว่าอาจารย์ไม่มาสอนหรือมีการงดเรียนในบางชั่วโมง

17. มีปัญหาบางอย่าง เช่น ปัญหาการเงิน ปัญหาความรัก ความไม่เข้าใจกับพ่อแม่ ทำให้ฉันไม่สนใจการเรียน

18. ฉันชอบตื่นนอนแต่เช้า และอ่านหนังสือก่อนไปโรงเรียน

19. ฉันมั่นใจว่าอาจารย์ที่มาสอนนั้นจะต้องมีความรู้ในเรื่องที่ท่านสอนเป็นอย่างดี

20. ฉันเชื่อว่าการได้สนุกสนานและการทำให้คนอื่นมีส่วนร่วมสนุกด้วยนั้น มีความสำคัญมากกว่าการเรียน

21. เมื่อเริ่มเรียน ฉันรู้สึกเหนื่อย เบื่อหน่าย และง่วงนอนเกินกว่าจะเรียนให้ได้ผลดี

22. ในระหว่างสอบ ฉันลืมสูตร คำนิยาม และรายละเอียดอื่น ๆ ที่ฉันเคยจำได้หรือมีความรู้จริง ๆ

23. ฉันคิดว่าอาจารย์ส่วนมากมีความลำเอียง ชอบนักเรียนที่รู้จักเอาใจท่าน

24. ฉันคิดอยู่เสมอว่าสิ่งที่มีค่ามากที่สุด และอนาคตของฉันขึ้นอยู่กับความสำเร็จของการศึกษา

25. ฉันเสียเวลาไปกับการพูดคุย อ่านหนังสือที่ไม่เกี่ยวกับการเรียน ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ หรือภาพยนตร์มากเกินไป

26. เมื่อทราบกำหนดการสอบ ฉันจะวางแผนดูหนังสือเพื่อเตรียมตัวสอบทันที

27. อาจารย์สอนเร็วจนฉันตามไม่ทัน ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายและท้อแท้

28. ฉันรู้สึกว่าเป็นการไม่คุ้มค่าที่ต้องเสียเวลา เสียเงิน ในการเข้าเรียนในโรงเรียน

29. ฉันไม่สามารถเขียนได้เหมือนอย่างที่คิดไว้เมื่อตอนสอบ ทำการบ้าน หรือรายงานต่าง ๆ ที่อาจารย์สั่งจนทำให้ต้องส่งงานล่าช้า หรือทำคะแนนได้ไม่ดี

30. ในห้องเรียน ฉันพยายามหลบเลี่ยง หรือนั่งก้มหน้าเพื่ออาจารย์จะได้ไม่ต้องถามปัญหาฉัน

31. ฉันรู้สึกว่าการโต้แย้งกับอาจารย์ ทำให้กระทบกระเทือนต่อผลการเรียนของฉันเป็นอย่างมาก

32. ฉันคิดว่าได้เรียนวิชาที่มีประโยชน์ต่อตัวฉันน้อย

33. ฉันไม่ค่อยมีความพยายาม หรือความอดทนที่จะใช้ความสามารถให้เต็มที่ในการทำการบ้าน รายงานหรือข้อสอบ

34. เมื่อต้องอ่านตำราที่มีเนื้อหายาวมาก ฉันจะหยุดเป็นช่วง ๆ และทบทวนถึงตอนสำคัญ ๆ ที่ได้อ่านแล้ว

35. ฉันคิดว่าอาจารย์มักจะหลีกเลี่ยงการอภิปรายเรื่องราวและเหตุการณ์ปัจจุบันในชั้นเรียน

36. ฉันพยายามปรับปรุงตนเองให้สนใจวิชาเรียนต่าง ๆ อย่างจริงจัง

37. ฉันเป็นคนที่ขยันทำงานอย่างสม่ำเสมอ

38. หลังจากที่ได้อ่านหนังสือไปหลายหน้าแล้ว ฉันก็ลืมและไม่สามารถจะระลึกถึงสิ่งที่อ่านผ่าน ไปได้

39. ฉันรู้สึกท้อแท้และเจ็บใจ เมื่ออาจารย์ตำหนิว่าฉันเป็นคนสะเพร่าทำงานไม่เรียบร้อย

40. วิชาที่เรียนบางวิชาน่าเบื่อหน่าย ฉันจึงใช้เวลาที่เรียนนั้น วาดรูปบ้าง เขียนจดหมายบ้าง พูดคุยกับเพื่อนบ้าง หรือคิดถึงเรื่องต่าง ๆ แทนการฟังอาจารย์สอน

41. ฉันมักใจลอยเวลาเรียนหนังสือ

42. ฉันจับใจความสำคัญของเรื่องที่อ่านไม่ค่อยได้ซึ่งใจความสำคัญนี้มักจะปรากฏในข้อสอบภายหลัง

43. ฉันรู้สึกว่าอาจารย์ให้การบ้านมากเกินไป จนทำให้นักเรียนที่เรียนปานกลางไม่สามารถทำให้เสร็จได้ทัน

44. ฉันเชื่อว่าจุดมุ่งหมายของการศึกษาจะเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิตแก่นักเรียน

45. เป็นการยากที่จะคิดวางแผนการเขียนตอบให้ได้ดีในเวลาอันสั้น ฉันจึงทำคะแนนไม่ได้ดี

46. ในการทบทวนบทเรียน ฉันใช้วิธีตั้งคำถามให้กับตัวเองมากกว่าการใช้วิธีอ่านไปเรื่อย ๆ

47. ฉันรู้สึกว่าอาจารย์หลายคนไม่มีความยืดหยุ่น ใจแคบ เอาแต่ใจตัวเอง หรือชอบใช้อำนาจมากเกินไป

48. ฉันเรียนได้ดีเฉพาะวิชาที่ฉันชอบเท่านั้น

49. ถ้ามีการบ้านมากหรือยากกว่าปกติ ฉันมักจะไม่ทำ หรือถ้าทำฉันจะทำเฉพาะส่วนที่ง่ายเท่านั้น

50. ฉันมักประมาทเลินเล่อและมีความสะเพร่าในการทำการบ้าน เขียนรายงานหรือตอบข้อสอบ

51. อาจารย์ของฉันไม่ได้อธิบายรายละเอียดให้เพียงพอในเรื่องที่ท่านสอนอยู่

52. ฉันขาดความสนใจในการเรียนจึงรู้สึกว่าเป็นการยากที่จะทำความเข้าใจเนื้อหาจากการอ่านหนังสือ

53. ฉันทำรายงาน อ่านหนังสือที่อาจารย์สั่ง และทำการบ้านแต่ละวันเสร็จเสมอ

54. ฉันมักใช้เวลากับการศึกษาวิชาหนึ่งวิชาใดที่ชอบมากเกินไป จนมีเวลาเหลือน้อยสำหรับวิชาอื่น ๆ

55. ฉันรู้สึกว่าในเวลาทำข้อสอบ ถ้าอาจารย์มายืนดู ฉันจะไม่สามารถทำต่อไปได้ คิดไม่ค่อยออก หรือหยุดทำข้อสอบ

56. การไม่ชอบอาจารย์บางคน ทำให้ฉันละเลยการเรียน

57. เมื่ออาจารย์ตำหนิหรือวิจารณ์การบ้านหรือรายงานของฉันบ่อย ๆ ฉันรู้สึกไม่อยากทำส่ง หรือไม่ก็อยากหลีกเลี่ยงการส่งงาน

58. ฉันชอบรับประทานขนมหรือคุยกับเพื่อนในชั่วโมงเรียน

59. ฉันคิดว่านักเรียนที่ถามคำถามหรือเข้าร่วมในการอภิปราย เป็นคนที่พยายามเอาใจอาจารย์

60. ฉันคิดว่าไม่จำเป็นต้องเรียนมาก คนเราก็สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

61. ฉันมาโรงเรียนแต่เช้าและเข้าเรียนทันเวลาทุกครั้ง

62. ฉันเตรียมสมุด แบบเรียน เครื่องเขียนและอุปกรณ์เกี่ยวกับการเรียนมาพร้อมทุกครั้งที่มีการเรียน

63. ฉันมีความรู้สึกว่าอาจารย์คำนึงถึงเรื่องเกรดมากเกินไป ทำให้ลืมความมุ่งหมายที่แท้จริงของการศึกษา

64. ฉันคิดว่าวิชาที่เรียนทุกวิชาสามารถนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ทั้งนั้น

65. ฉันใช้เวลาในวันหยุดให้กับการเรียนมากกว่าการเที่ยวหรือสังสรรค์กับเพื่อนฝูง

66. อาจารย์วิจารณ์รายงานของฉันว่า วางแผนการเขียนไม่ดี หรือเขียนอย่างรีบร้อน สะเพร่า สกปรก ทำไม่เรียบร้อย

67. การที่อาจารย์ใช้ภาษาถ้อยคำที่ฉันไม่เข้าใจมาอธิบาย ยกตัวอย่าง และใช้เทคนิคมากเกินไป ทำให้ฉันยิ่งไม่เข้าใจมากขึ้นไปอีก

68. ฉันเชื่อว่าคนที่มีการศึกษาจะสามารถแก้ปัญหาได้ดีกว่าคนที่ไม่มีการศึกษา

69. ฉันจะเก็บรวบรวมรายงานทุกชิ้นในแต่ละวิชาไว้ด้วยกัน และนำมาจัดเป็นหมวดหมู่ให้เรียบร้อย

70. ฉันจำกฎการสะกดคำ คำจำกัดความ หลักไวยากรณ์ สูตร ฯลฯ โดยไม่ทำความเข้าใจอย่างแท้จริงเสียก่อน

71. ฉันรู้สึกว่าอาจารย์ไม่เชื่อถือนักเรียน และมักคิดว่า นักเรียนเป็นเด็กอยู่เสมอ

72. เหตุที่ฉันไม่อยากมาเรียน เพราะฉันเรียนไม่ทันเพื่อน

73. ถ้าฉันทำรายงานหรือทำการบ้านไม่เสร็จ ฉันจะขอลอกจากเพื่อนเพื่อให้มีงานส่งอาจารย์

74. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการอ่านบทความต่าง ๆ เช่น เข้าใจเรื่องที่อ่านไม่ตรงกับความจริง หรือเข้าใจเรื่องเพียงบางส่วน บางส่วนก็ไม่เข้าใจแจ่มแจ้ง

75. ฉันรู้สึกว่าอาจารย์พยายามทำวิชาที่ง่ายให้กลายเป็นวิชาที่ยากสำหรับนักเรียน

76. ฉันคิดว่าจะเรียนต่อไปให้สูงที่สุดเท่าที่โอกาสอำนวย

77. ถึงแม้ว่างานที่อาจารย์มอบหมายให้ทำจะไม่น่าสนใจและน่าเบื่อหน่าย ฉันก็ตั้งใจทำจนสำเร็จเรียบร้อย

78. ฉันรู้สึกเครียดและสับสนในขณะทำข้อสอบ และไม่สามารถตอบคำถามให้ได้ดีตามความสามารถของฉัน

79. ฉันรู้สึกว่าการที่อาจารย์หัวเราะเยาะผลงานของนักเรียน เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นักเรียนโกงหรือหลีกเลี่ยงการทำงาน

80. ฉันคิดว่าความร่ำรวยสามารถซื้อตำแหน่งการงานได้

81. การที่ฉันเหนื่อยเกินไป อารมณ์เสียหรือมีความเศร้าใจ ทำให้ฉันไม่มีสมาธิในการเรียน

82. ฉันตั้งใจเรียนอย่างสม่ำเสมอขณะที่อาจารย์สอน

83. ฉันรู้สึกว่าความชอบหรือความไม่ชอบนักเรียนของอาจารย์มีอิทธิพลต่อการให้เกรด

84. ฉันรู้สึกภูมิใจที่มีโอกาสได้เข้าเรียนในโรงเรียนนี้

85. ถ้าการบ้านหรืองานที่อาจารย์มอบหมายให้ทำนั้นยาก ฉันจะเพิ่มความพยายามให้มากขึ้น

86. เมื่อฉันจำเป็นต้องขาดเรียน ฉันจะพยายามเรียนให้ทันโดยเร็วโดยที่อาจารย์ไม่ต้องเตือน

87. ฉันรู้สึกว่าในขณะที่สอน อาจารย์ชอบพูดนอกเรื่องหรือพูดไร้สาระ

88. แม่ว่าฉันไม่ชอบเรียนบางวิชา แต่ก็พยายามเอาใจใส่เพื่อให้ได้เกรดดี

89. เมื่ออาจารย์มอบหมายให้ค้นคว้าหรืออ่านหนังสือเพิ่มเติม ฉันจะรีบเข้าห้องสมุดทันทีที่มีเวลาว่างจากการเรียน

90. ฉันชอบคุยหรือถกเถียงปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวกับการเรียนกับเพื่อน ๆ

91. ฉันคิดว่าอาจารย์มอบหมายให้นักเรียนไปค้นคว้านอกห้องเรียนมากเกินไป

92. ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่าจะเลือกเรียนวิชาใดที่เหมาะสมเพื่อไปประกอบอาชีพได้

93. ฉันพยายามเรียนให้ดีขึ้น เมื่อสอบได้คะแนนน้อยกว่าเพื่อน ๆ ในวิชาใดวิชาหนึ่ง

94. ฉันจะทบทวนบทเรียนหรืออ่านหนังสือล่วงหน้าเพื่อเตรียมตัวที่จะเรียนในวันถัดไป

95. ฉันรู้สึกว่าอาจารย์บางคนใช้อารมณ์มากเกินไป พูดจาไม่สุภาพ บ่นจู้จี้ และดุมากเกินไปทำให้นักเรียนไม่อยากเรียน

96. แม้ว่าฉันจะชอบวิชาหนึ่งวิชาใดจริง ๆ ฉันเชื่อว่าจะทำคะแนนได้เพียงแค่ผ่านเท่านั้น

97. ฉันใช้เวลาศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมนอกห้องเรียนวันละ 1-2 ชั่วโมง หรือมากกว่านั้น

98. ฉันทำบันทึกย่อไว้ทุกวิชาเพื่อช่วยความจำและสะดวกในการทบทวนบทเรียน

99. ฉันพยายามเลือกที่นั่งหลังชั้นเวลาเรียน เพราะไม่ชอบเผชิญหน้ากับอาจารย์

100. หลังจากเปิดภาคเรียนได้เพียง 1 สัปดาห์ ฉันก็หมดความสนใจในวิชาที่เรียน

การตรวจให้คะแนนแบบสำรวจ “ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน”

1. นิสัยทางการเรียน ประกอบด้วย
   - ✪ การหลีกเลี่ยง การผัดเวลา ได้แก่ คอลัมน์ที่ 1 (นับแนวดิ่งของกระดาษคำตอบลงมา) ตั้งแต่ข้อ 1, 5, 9 .....89, 93, 97
   - ✪ วิธีเรียน ได้แก่ คอลัมน์ที่ 2 ตั้งแต่ข้อ 2, 4, 6 .....94, 98
2. ทัศนคติในการเรียน ประกอบด้วย
   - ✪ การยอมรับในตัวครู ได้แก่ คอลัมน์ที่ 3 ตั้งแต่ข้อ 3, 7, 11 .....91, 95, 99
   - ✪ การยอมรับคุณค่าของการศึกษา ได้แก่ คอลัมน์ที่ 4 ตั้งแต่ข้อ 4, 8, 12 .....92, 96, 100

การนับคะแนน

ก	ข	ค	ง	จ
5	4	3	2	1

คอลัมน์ 1	1	5	21	25	33	41	45	53	69	73	93					
คอลัมน์ 2	2	6	10	14	18	22	26	34	50	54	58	70	74	82	86	90
คอลัมน์ 3	15	55	59	67	75	95										
คอลัมน์ 4	4	20	24	28	32	44	48	52	56	72	96	100				

การนับคะแนน

ก	ข	ค	ง	จ
1	2	3	4	5

คอลัมน์ 1	9	13	17	29	37	49	61	65	77	81	85	89	97					
คอลัมน์ 2	30	38	42	46	62	66	78	94	98									
คอลัมน์ 3	3	7	11	19	23	27	31	35	43	47	51	63	71	79	83	87	91	99
คอลัมน์ 4	8	12	16	36	40	60	64	68	76	80	88	89	92					

ใบงาน
เรื่อง พัฒนาตนเพื่อผลการเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกผลจากแบบสำรวจลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน และพิจารณาเพื่อการรู้จักและพัฒนาตนเองด้านการเรียนต่อไป

ส่วนที่ 1

1. ลักษณะนิสัยทางการเรียน คะแนน.....แปลผล.....
มี 2 องค์ประกอบ ได้แก่
1.1 แรงจูงใจในการเรียน คะแนน.....แปลผล.....
1.2 วิธีการเรียน คะแนน.....แปลผล.....
2. ทัศนคติทางการเรียน คะแนน.....แปลผล.....
มี 2 องค์ประกอบ ได้แก่
2.1 ทัศนคติต่ออาจารย์ คะแนน.....แปลผล.....
2.2 ทัศนคติต่อการศึกษา คะแนน.....แปลผล.....

ส่วนที่ 2

การพัฒนาตนเองเพื่อผลการเรียน

1. วิธีการพัฒนาลักษณะนิสัยทางการเรียน

.....

.....

.....

.....

2. วิธีการพัฒนาทัศนติทางการเรียน

.....

.....

.....

.....

เอกสารสำหรับครู

คำอธิบายแบบสำรวจ ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน

แบบสำรวจ ลักษณะนิสัยและทัศนคติทางการเรียน พัฒนามาจากแบบสำรวจของ บราวน์และโอลท์ชแมน (Brown and Holtzman 1965) มีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนได้สำรวจคุณลักษณะนิสัย วิธีการเรียนและทัศนคติต่อครูผู้สอนและการศึกษา เพื่อให้รู้จักและนำไปสู่การพัฒนาและปรับปรุงให้เหมาะสม เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพทางการเรียน แบบสำรวจประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 100 ข้อ มี 2 มาตรใหญ่ ได้แก่

1. มาตรนิสัยทางการเรียน ประกอบด้วย 2 มาตรย่อย

1.1 มาตรแรงจูงใจในการเรียนหรือการหลีกเลี่ยงผัดเวลา (25 ข้อ) เป็นนิสัยเกี่ยวกับแรงจูงใจ ความพยายามในการทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จโดยไม่ผัดวันประกันพรุ่ง มีความรับผิดชอบในตนเอง การตัดสินใจที่แน่นอนในการทำงาน การวางแผนการเรียนล่วงหน้า จัดระบบการเรียนและการทำงาน รู้จักคาดการณ์ล่วงหน้าและจัดแบ่งเวลาให้เป็นประโยชน์ในการเรียน

1.2 มาตรวิธีการทำงาน (25 ข้อ) เป็นนิสัยที่เกี่ยวกับการใช้วิธีการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และทักษะทางการเรียนให้ได้ผลดีในด้านการอ่าน การท่องจำบทเรียน การจดบันทึกย่อ การทำรายงานหรือทำการบ้าน การทบทวนบทเรียน การใช้หนังสือและห้องสมุด การใช้สื่อและอุปกรณ์การเรียนอื่น ๆ เช่น แผนที่ กราฟ ตาราง รูปภาพ ฯลฯ การเตรียมตัวสอบ และการทำข้อสอบ

2. มาตรทัศนคติทางการเรียน ประกอบด้วย 2 มาตรย่อย

2.1 มาตรการยอมรับในตัวครูหรือทัศนคติต่อครู (25 ข้อ) เป็นความรู้สึก ความเชื่อ ความศรัทธาของนักเรียนที่มีต่อครู ซึ่งแสดงออกได้ทั้งทางบวกและทางลบ เป็นทัศนคติที่มีต่อวิธีการสอน การประเมินผล ความรู้ในเนื้อหาที่สอน รวมทั้งการแต่งกาย กริยา วาจา ท่าทาง การวางตนกับนักเรียน การปกครอง การให้เสรีภาพ และการให้คำแนะนำช่วยเหลือนักเรียน

2.2 มาตรการยอมรับในคุณค่าของการศึกษา หรือทัศนคติต่อการศึกษาของนักเรียน (25 ข้อ) เป็นการเห็นความสำคัญและคุณค่าของการศึกษา การเห็นด้วยและยอมรับในจุดมุ่งหมายของการศึกษา สภาพทางการศึกษา ผลลัพธ์ที่ได้จากการศึกษา ความต้องการที่จะศึกษาและความสำเร็จในการศึกษา เพื่อประกอบอาชีพเพื่อการศึกษาต่อ

เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

เวลา 4 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การกำหนดแหล่งฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับความรู้ความสามารถของตนเองจะทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกปฏิบัติ และเป็นแนวทางที่ดีในการประกอบอาชีพต่อไป

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.2.1 ฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับอาชีพที่สนใจ (เช่น ฝึกงาน บริษัทจำลองกลุ่มสนใจ)

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกแหล่งฝึกปฏิบัติจริงเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจ

3.2 บอกวิธีการนำความรู้ ทักษะที่ได้จากการเรียนมาใช้ในการฝึกปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับสถานประกอบการที่ใช้ในการฝึกปฏิบัติ

4.2 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 4-5 คน เลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม

4.3 ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันอภิปรายเกี่ยวกับสถานประกอบการที่นักเรียนสนใจในการฝึกปฏิบัติ

4.4 นักเรียนทำใบงาน เรื่อง แหล่งฝึกงานในดวงใจ ให้แต่ละคนบันทึกเกี่ยวกับสถานประกอบการที่นักเรียนต้องการเข้าฝึกปฏิบัติพร้อมให้เหตุผลส่งในชั่วโมงต่อไป

ชั่วโมงที่ 2

4.5 ทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.6 ให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง แหล่งฝึกงานในดวงใจ

4.7 สุ่มนักเรียน 2-3 คน นำเสนอแหล่งฝึกงานในดวงใจให้เพื่อน ๆ ฟัง

4.8 ครูแจ้งให้นักเรียนได้ทราบว่าทุกคนมีสถานฝึกปฏิบัติจริง แล้วสิ่งที่นักเรียนต้องเตรียมความพร้อมในการเข้าฝึกปฏิบัติจริง คือ ความรู้และทักษะที่ได้เรียนมา

4.9 ให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

ชั่วโมงที่ 3

4.10 ครูสนทนาทบทวนเกี่ยวกับใบงาน เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

4.11 นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับ วิธีการนำความรู้ ทักษะที่ได้จากการเรียนไปใช้ในการฝึกปฏิบัติจริง

4.12 นักเรียนบันทึกความรู้ที่ได้รับเพิ่มเติมจากการอภิปรายลงในใบงาน

4.13 ครูจัดกลุ่มและนัดหมายนักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ณ สถานประกอบการที่นักเรียนเลือก

ชั่วโมงที่ 4 (หลังฝึกงานเสร็จแล้ว)

4.14 สอบถามความรู้สึกในการไปฝึกปฏิบัติงานที่สถานประกอบการ

4.15 ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ในการไปฝึกปฏิบัติงานทีละคนจนครบทุกคน โดยนำเสนอตามประเด็น ดังนี้

1) สถานที่ฝึกปฏิบัติงาน
2) ลักษณะงานที่ฝึก
3) ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกปฏิบัติ

4.16 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่าการฝึกงานจะทำให้ได้ประโยชน์ทั้งด้านการใช้และพัฒนาความรู้ความสามารถแล้ว ยังทำให้มีทักษะชีวิตในหลาย ๆ เรื่อง เช่น การคิดและตัดสินใจ การรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นต้น

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ใบงาน เรื่อง แหล่งฝึกงานในดวงใจ

5.2 ใบงาน เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 สังเกตการเล่าประสบการณ์

6.1.3 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง แหล่งฝึกงานในดวงใจ

ระบุได้ทั้ง	2 ส่วน	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้	1 ส่วน	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุไม่ได้		ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

6.3.2 ใบงาน เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

ระบุได้	3 ส่วน	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้	2 ส่วน	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุได้	1 ส่วน	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

6.3.3 สังเกตการเล่าประสบการณ์

เล่าครบ	3 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ดี
เล่าได้	2 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	พอใช้
เล่าได้	1 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องว่าง แล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน			สรุประดับคุณภาพ
		แหล่งฝึกงานในดวงใจ	นำความรู้สู่การปฏิบัติ	สังเกตการเล่าประสบการณ์	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 3 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี

มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้

มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

ใบงาน
เรื่อง แหล่งฝึกงานในดวงใจ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนระบุชื่อสถานประกอบการที่นักเรียนสนใจลงในตารางที่กำหนดให้พร้อมบอกเหตุผลที่สนใจ

ที่	ชื่อสถานประกอบการ	เหตุผล

ใบงาน
เรื่อง นำความรู้สู่การปฏิบัติ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนกำหนดวิธีการนำความรู้และทักษะที่ได้เรียนไปใช้ในการปฏิบัติจริงพร้อมบอกปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ในขณะปฏิบัติงาน และวิธีแก้ไขปัญหา

วิธีการนำความรู้และทักษะไปใช้	ปัญหาที่อาจเกิดขึ้น	วิธีการแก้ไขปัญหา

เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสม

เวลา 3 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การประเมินความเหมาะสมในงานอาชีพที่ตนสนใจจะทำให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนมีแนวทางในการวางแผนไปสู่อาชีพที่สอดคล้องและเหมาะสมกับความรู้ความสามารถของตนเอง

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.2.2 ประเมินความเหมาะสมของตนเองกับอาชีพที่สนใจและพิจารณาปรับตัวหรือเปลี่ยนอาชีพ

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมเกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองเลือกได้อย่างมีเหตุผล

3.2 บอกเหตุผลในการพิจารณาทางเลือกใหม่ในอาชีพเพื่อความเหมาะสมกับตนเอง

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 ชวนสนทนา เรื่อง อาชีพที่สอดคล้องกับความชอบของนักเรียน

4.2 ถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนจะทำงานและมีงานอยู่ 3 งาน นักเรียนจะตัดสินใจเลือกทำงานใดต่อไปนี้

4.2.1 งานที่มีรายได้สูงแต่มีความมั่นคงน้อย

4.2.2 งานที่มีรายได้ปานกลางแต่มีความมั่นคงพอสมควร

4.2.3 งานที่มีรายได้น้อยแต่มีความมั่นคงมาก

4.3 ให้นักเรียนที่เลือกเหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกันและช่วยกันคิดหาเหตุผลว่า ทำไมจึงเลือกงานลักษณะนี้ และนำเสนอหน้าชั้นเรียน

4.4 ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายสรุปถึงเหตุผลสำคัญของการเลือกงานแต่ละลักษณะที่กล่าวถึง

4.5 ครูให้ข้อคิดในการพิจารณาเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง

ชั่วโมงที่ 2

4.6 ทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.7 ให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง อาชีพที่ฉันชอบแล้วสุ่มนักเรียน 2-3 คน นำเสนอ

4.8 ครูสรุปให้คำแนะนำในการพิจารณาอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง แล้วตั้งคำถามให้นักเรียนคิดว่า ถ้านักเรียนได้ทำงานที่นักเรียนสนใจ แต่เมื่อนักเรียนทำไปแล้วพบว่า งานนั้นไม่เหมาะสมกับนักเรียน นักเรียนจะทำอย่างไร บันทึกลงในใบงาน เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสมเป็นการบ้าน

ชั่วโมงที่ 3

4.9 นักเรียนทุกคนนำเสนอใบงาน เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสมให้เพื่อน ๆ ช่วยกันวิเคราะห์ วิจารณ์และให้แนวคิด

4.10 ครูเสริมในส่วนที่ขาดเพื่อความถูกต้องเหมาะสม

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ใบงาน เรื่อง อาชีพที่ฉันชอบ

5.2 ใบงาน เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสม

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง อาชีพที่ฉันชอบ

บอกได้ 2 ส่วน ระดับคุณภาพ ดี

บอกได้ 1 ส่วน ระดับคุณภาพ พอใช้

บอกไม่ได้ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

6.3.2 ใบงาน เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสม

เลือกทางเลือกและมีข้อมูลประกอบ 2 ส่วน ระดับคุณภาพ ดี

เลือกทางเลือกและมีข้อมูลประกอบ 1 ส่วน ระดับคุณภาพ พอใช้

เลือกทางเลือกแต่ไม่มีข้อมูลประกอบ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		อาชีพที่ฉันชอบ	ทางเลือกที่เหมาะสม	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี

มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้

มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

ใบงาน
เรื่อง อาชีพที่ฉันชอบ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนระบุอาชีพที่เหมาะสมกับนักเรียนพร้อมบอกเหตุผลประกอบ

ที่	อาชีพที่ชอบ	เหตุผลที่ชอบ

ใบงาน
เรื่อง ทางเลือกที่เหมาะสม

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

งานที่สนใจ.....

ถ้านักเรียนได้ทำงานที่นักเรียนสนใจ และเมื่อนักเรียนได้ปฏิบัติงานไปแล้วพบว่า งานนั้นไม่เหมาะสมกับตนเองนักเรียนจะทำอย่างไร

1. ปรับตัวเอง

เหตุผลที่เลือกที่จะปรับตัวเอง	สิ่งที่จะปรับตัวเอง

2. เปลี่ยนงานใหม่

เหตุผลที่เลือกจะเปลี่ยนงานใหม่	เปลี่ยนเป็นงานอะไร

เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขนักเรียนจะต้องสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและรู้เท่าทันปัญหาที่อาจเกิดขึ้น สามารถวิเคราะห์ หาแนวทางในการแก้ปัญหาตามลำดับความสำคัญได้อย่างเหมาะสม

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.3.1 จัดลำดับความสำคัญของปัญหาและจัดการได้อย่างเหมาะสม

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้

3.2 จัดลำดับความสำคัญของปัญหาได้อย่างเหมาะสม

3.3 บอกวิธีในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 นำภาพข่าวใน Internet เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว และสังคมต่าง ๆ มาให้นักเรียนดู

4.2 นักเรียนและครูร่วมกันวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้น

4.3 ให้นักเรียนบันทึกปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว ในชั้นเรียน ในโรงเรียน พร้อมบอกสาเหตุที่เกิดและจัดลำดับความสำคัญของปัญหาลงในใบงาน เรื่อง รู้ปัญหารู้ความสำคัญ

ชั่วโมงที่ 2

4.4 สนทนาเกี่ยวกับกิจกรรมในชั่วโมงที่ผ่านมาโดยสุ่มนักเรียนนำเสนอแบบบันทึก 2-3 คน เพื่อน ๆ ช่วยกันวิเคราะห์วิจารณ์ สรุปและให้แนวคิด

4.5 นักเรียนเลือกปัญหาที่สำคัญที่สุดของแต่ละคนบันทึกลงในใบงาน เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ พร้อมบอกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับสภาพของปัญหาที่เกิดขึ้น

4.6 สุ่มนักเรียน 2-3 คนออกมานำเสนอ ครูและนักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ วิจารณ์ สรุปและให้แนวคิดที่ถูกต้องเหมาะสม

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ภาพข่าวใน Internet

5.2 ใบงาน เรื่อง รู้ปัญหารู้ความสำคัญ

5.3 ใบงาน เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจแบบบันทึก

6.1.2 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง รู้ปัญหารู้ความสำคัญ

ระบุได้ครบถ้วนทั้ง	3 ปัญหา	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้ครบถ้วน	2 ปัญหา	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุได้ครบถ้วน	1 ปัญหา	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

6.3.2 ใบงาน เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ

ระบุปัญหาและวิธีการแก้ไขได้	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้เฉพาะปัญหา	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุไม่ได้เลย	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		รู้ปัญหารู้ความสำคัญ	รู้ปัญหา รู้จัดการ	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี

มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้

มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

ใบงาน
เรื่อง รู้ปัญหารู้ความสำคัญ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว ในชั้นเรียน ในโรงเรียน พร้อมบอกเหตุผลที่เกิดและจัดลำดับความสำคัญของปัญหา

ที่	ปัญหา	สาเหตุของปัญหา	ลำดับความสำคัญ
1	ปัญหาในครอบครัว		
2	ปัญหาในชั้นเรียน		
3	ปัญหาในโรงเรียน		

ใบงาน
เรื่อง รู้ปัญหา รู้จัดการ

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกปัญหาที่สำคัญที่สุดของตนเองบันทึกลงในใบงานพร้อมบอกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับสภาพของปัญหาที่เกิดขึ้น

ปัญหา	วิธีการแก้ไขปัญหา	หมายเหตุ

เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม

เวลา 3 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

ความคิดยืดหยุ่น (Flexibility) เป็นความสามารถในการคิดนอกกรอบของความคิดที่ไม่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์หรือความคุ้นเคยเดิม ความยืดหยุ่นทำให้สามารถมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในแง่มุมใหม่ ๆ เป็นความคิดพื้นฐานที่จะนำไปสู่ความคิดสร้างสรรค์ กล่าวคือ สามารถหาคำตอบได้หลายหมวดหมู่ หลายประเภท รวมถึงมีทางเลือกได้หลายทางเลือก ดังนั้นความคิดยืดหยุ่นจึงเป็นส่วนช่วยเสริมคุณภาพความคิดให้ดียิ่งขึ้น

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.1 ยืดหยุ่นทางความคิดไม่ยึดติดกับสิ่งเดิมที่คุ้นเคย

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสำคัญและวิธีการในการยืดหยุ่นทางความคิดเพื่อให้เข้ากับสังคมได้

3.2 ปฏิบัติตนให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 เปิดวีดิทัศน์การอภิปรายของสภาผู้แทนราษฎร (ดึงมาจาก Internet) ให้นักเรียนดู

4.2 ให้นักเรียนสังเกตปัญหาที่เกิดขึ้นจากการอภิปรายที่หาข้อสรุปไม่ได้ว่าเกิดจากอะไร หากนักเรียนตอบไม่ได้ ครูช่วยชี้นำสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้น

4.3 ให้นักเรียนช่วยกันระดมความคิดว่า ถ้าเป็นนักเรียนจะทำอย่างไรจึงจะหาข้อสรุปของการอภิปรายนั้นได้

4.4 ครูสรุปและให้แนวคิดวิธีการแก้ไขที่เหมาะสม

ชั่วโมงที่ 2

4.5 ครูทบทวนสิ่งที่เรียนรู้ในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.6 นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 6 คน เลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม แต่ละกลุ่มจับสลากสถานการณ์สมมติแล้วอภิปรายการแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์สมมติที่ได้รับและนำเสนอหน้าชั้นเรียน ครูให้แนวคิดตามความเหมาะสม

4.7 นักเรียนแต่ละกลุ่มรับใบงาน เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม เพื่อนำเสนอในชั่วโมงต่อไป

ชั่วโมงที่ 3

4.8 ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับสลากลำดับการแสดงบทบาทสมมติ

4.9 นักเรียนทุกกลุ่มแสดงบทบาทสมมติตามลำดับหมายเลขที่จับสลากได้

4.10 ครูและนักเรียนช่วยกันวิเคราะห์สรุปเป็นแนวทางเพื่อนักเรียนสามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 วีดิทัศน์การอภิปรายของสภาผู้แทนราษฎร

5.2 สลากสถานการณ์สมมติ

5.3 ใบงาน เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม

5.4 สลากหมายเลขลำดับการแสดงบทบาทสมมติ

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 พิจารณาการนำเสนอผลงาน (สถานการณ์สมมติ)

6.1.3 สรุประดับคุณภาพการปฏิบัติงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม

ชื่อเรื่อง โครงเรื่อง แนวคิดสอดคล้องกัน	ระดับคุณภาพ	ดี
ชื่อเรื่อง โครงเรื่อง แนวคิดค่อนข้างสอดคล้องกัน	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ชื่อเรื่อง โครงเรื่อง แนวคิดไม่ค่อยสอดคล้องกัน	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

6.3.2 การนำเสนอผลงาน

แก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม	ระดับคุณภาพ	ดี
แก้ปัญหาได้ค่อนข้างเหมาะสม	ระดับคุณภาพ	พอใช้
แก้ปัญหาไม่ได้	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		สลากสถานการณ์สมมติ	รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 งาน ระดับคุณภาพ ดี

มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้

มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

สลากสถานการณ์สมมติ

คำชี้แจง ให้นักเรียนแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ที่สมมติให้ โดยไม่แสดงอารมณ์รุนแรงและไม่ต้องเสียสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

สลากใบที่ 1	นักเรียนถูกกล่าวหาจากเพื่อนสนิทว่า นักเรียนไปค้นกระเป๋าส่วนตัวของเพื่อน และของมีค่าหายไป แต่ความจริงนักเรียนยังไม่ได้เข้าไปในห้องเลย ซึ่งปกติแล้วนักเรียนเป็นคนไม่ยอมคนอยู่แล้วถ้าตนเองไม่ผิด
สลากใบที่ 2	ขณะที่นักเรียนนั่งรับประทานอาหารอยู่ใต้ต้นไม้ มีเพื่อนซึ่งเรียนห้องเดียวกันใช้ลูกไม้ที่ตกอยู่ที่พื้นต้นปาใส่ลงไปในถ้วยอาหาร นักเรียนเป็นคนใจร้อนประเภทปากว่ามือถึงถ้าถูกแกล้งก็จะโต้ตอบทันที
สลากใบที่ 3	นักเรียนเป็นคนเจ้าระเบียบ ห้องของนักเรียนจะจัดเป็นระเบียบเรียบร้อย มีเพื่อนนักเรียนมาขออาศัยอยู่ด้วยเพราะบ้านถูกน้ำท่วม แต่เมื่อเพื่อนมาอยู่ กลับวางของไม่เป็นที่ นักเรียนเตือนแล้วเพื่อนก็ยังไม่มีระเบียบเช่นเดิม
สลากใบที่ 4	นักเรียนได้จับคู่ทำกิจกรรมกับเพื่อน แต่ในการทำกิจกรรมนักเรียนถูกเพื่อนเอาเปรียบตลอดเวลา ซึ่งนักเรียนไม่ชอบให้ใครเอาเปรียบอยู่แล้ว
สลากใบที่ 5	ในการแบ่งกลุ่มทำงานทุกครั้ง นักเรียนจะถูกเลือกให้เป็นประธานกลุ่มเสมอ และเพื่อน ๆ จะยกรายงานทุกอย่างให้ทำโดยอ้างว่านักเรียนเป็นหัวหน้า แต่ในครั้งนี้นักเรียนต้องการให้คนอื่นเป็นบ้าง
สลากใบที่ 6	ขณะที่นักเรียนนั่งทำงานอยู่ เพื่อนสนิทเดินมาใช้มือตบหัว โดยไม่มีเหตุผล แล้วเดินผ่านไป นักเรียนไม่ว่าอะไรก้มหน้าทำงานต่อ เพื่อนคนเดิมเดินกลับมาและทำกริยาเช่นเดิม
สลากใบที่ 7	นักเรียนพบเพื่อนซึ่งต่างก็เป็นเพื่อนรักของนักเรียนทั้งคู่ กำลังโต้เถียงกันรุนแรงต่างฝ่ายต่างไม่ยอมรับว่าตนเองผิดนักเรียนต้องเป็นผู้เข้าไปไกล่เกลี่ย

ใบงาน
เรื่อง รู้สร้างสรรค์ รู้สังคม

คำชี้แจง ให้นักเรียนคิดสร้างสรรค์บทบาทสมมติการปรับความคิด ปรับตัวให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข โดยเขียนโครงเรื่องและวิธีดำเนินงานส่งก่อนแสดง

รายชื่อผู้แสดง/สมาชิกในกลุ่ม

.....

.....

.....

.....

ชื่อเรื่อง

.....

โครงเรื่อง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แนวคิด

.....

.....

.....

.....

ปัญหาในการดำเนินกิจกรรม/วิธีการแก้ไข

.....

.....

.....

สลากหมายเลขลำดับการแสดงบทบาทสมมติ

ได้ข่าวว่ากลุ่มคุณพร้อมมาก ออกมาแสดงก่อนเลยค่ะ
กลุ่มคุณชอบเลขคู่ใช่ไหมคะ รับลำดับที่ 2 ไปเลยค่ะ
กลุ่มของคุณคนสวยเยอะมาก แสดงลำดับที่ 3 ละกัน
ตั้งใจจะให้กลุ่มคุณเลือกก่อน แต่ขอฟันธงให้แสดงลำดับที่ 4 นะ
กลุ่มของคุณหน้าม้าเยอะอยู่ลำดับสุดท้ายแล้วกันนะ

เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

ความสุขสร้างความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ของเรา ซึ่งเกิดจากปัจจัยต่าง ๆ จำนวนมากที่มาปฏิสัมพันธ์กัน การสร้างความสุขให้กับชีวิตของตนและผู้อื่นจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีภายในสังคมและทำให้ทุกคนอยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุข

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.2 สร้างความสุขให้ตนเองและผู้อื่น

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกวิธีการที่เหมาะสมในการสร้างความสุขให้กับชีวิตของตน

3.2 จัดกิจกรรมที่ผ่อนคลายและสร้างความสุขให้กับผู้อื่นได้

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 ครูเปิดเพลง “สุขกันเถอะเรา” ของวงสุนทราภรณ์ พร้อมให้นักเรียนที่ครูเตรียมไว้แสดงลีลาประกอบเพลง

4.2 ถามความรู้สึกของนักเรียน 2-3 คน เกี่ยวกับเพลงที่ได้ฟังและลีลาประกอบเพลง

4.3 ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายว่า เพลงให้อะไรกับเราบ้าง และช่วยกันสรุปเป็นความคิดเสริมเกี่ยวกับวิธีการในการสร้างความสุขให้กับชีวิตว่า นอกจากเสียงเพลงแล้วมีอะไรบ้าง ครูเสริมให้สมบูรณ์ตามที่เห็นสมควร

4.4 นักเรียนเข้ากลุ่ม ๆ ละ 8-10 คน เลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม รับใบงาน เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน ทำเป็นการบ้านเพื่อนำเสนอในชั่วโมงต่อไป

ชั่วโมงที่ 2 (ควรห่างจากชั่วโมงแรกประมาณ 2 สัปดาห์)

4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนองาน กลุ่มที่ไม่ได้นำเสนอวิเคราะห์ ชื่นชมการนำเสนอ และเสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์

4.6 ครูให้คำชื่นชมและเสริมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ที่สามารถทำได้ และก่อให้เกิดผลดีเช่นกัน

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 เพลง สุขกันเถอะเรา “ของวงสุนทราภรณ์”

5.2 ใบงาน เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจใบงาน

6.1.2 ประเมินการนำเสนอ

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 ใบงาน เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน

ระบุได้ 5 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้ 3-4 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุต่ำกว่า 3 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

6.3.2 การนำเสนอผลงาน

นำเสนอและให้ข้อเสนอแนะกลุ่มอื่นทุกกลุ่ม	ระดับคุณภาพ	ดี
นำเสนอและให้ข้อเสนอแนะกลุ่มอื่นได้บ้าง	ระดับคุณภาพ	พอใช้
นำเสนอแต่ให้ข้อเสนอแนะกลุ่มอื่นไม่ได้	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน	การนำเสนอผลงาน	

เกณฑ์การพิจารณา

มี ดี 2 ใบงาน ระดับคุณภาพ ดี

มี ดีและพอใช้เท่านั้น ระดับคุณภาพ พอใช้

มี ปรับปรุง ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

เพลง สุขกันเถอะเรา

วงสุนทราภรณ์

สุขกันเถอะเราเศร้าไปทำไม อย่ามัวอาลัย คิดร้อนใจไปเปล่า เกิดมาเป็นคน อดทนเถอะเรา อย่ามัวซมเซา ทุกคนเราทนมัน

โลกคือละคร อย่าอาวรณ์เลย สุขทุกข์อย่างเคยรับแล้วเป็นเช่นกัน ปล่อยไปตามบุญ และกรรมบันดาล อย่ามัวโศกศัลย์ ยิ้มสู้มันเป็นไร

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

สุขกันเถอะดี อย่ามัวรีรอ อย่าทำหน้างอ ยิ้มให้พอใจชื่น ชีพจะดำรง อยู่ยงคงคืน ต่ออายุยืน ยิ้มนิดเดียวให้ชื่นใจ

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

โลกคือละคร ทุกตอนต้องแสดง ทุกคนทนไป อย่าอาลัย ยิ้มกันสู้ไป จะได้สบาย

สุขกันเถอะดี อย่ามัวรีรอ อย่าทำหน้างอ ยิ้มให้พอใจชื่น ชีพจะดำรง อยู่ยงคงคืน ต่ออายุยืน ยิ้มนิดเดียวให้ชื่นใจ

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

เชิญสำราญ ร่วมเบิกบานดวงใจ ลืมทุกข์ไป ทำให้ใจเริงรื่น

โลกคือละคร ทุกตอนต้องแสดง ทุกคนทนไป อย่าอาลัย ยิ้มกันสู้ไป จะได้สบาย

ใบงาน
เรื่อง สร้างสุขอย่างเหมาะสมเพื่อสังคมและเพื่อตน

คำชี้แจง ให้นักเรียนช่วยกันระดมความคิดสร้างสรรค์ในการจัดกิจกรรมที่ผ่อนคลายและสร้างความสุขให้กับผู้อื่นโดยนักเรียนกำหนดสถานที่ กลุ่มเป้าหมายตามความเหมาะสม และนำเสนอโดยจัดทำเป็นวีดิทัศน์ หรือ Power Point ในชั่วโมงต่อไปพร้อมทั้งส่งบันทึกรายละเอียดการจัดกิจกรรม (ให้นักเรียนจัดกิจกรรมนอกเวลาเรียน)

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1. ..... 2. .....
3. ..... 4. .....
5. ..... 6. .....
7. ..... 8. .....
9. ..... 10. .....

รูปแบบของกิจกรรมที่จัด

.....

.....

.....

.....

กลุ่มเป้าหมาย

.....

.....

สถานที่

.....

.....

วัน/เดือน/ปีที่จัดกิจกรรม

.....

.....

ปัญหาในการดำเนินกิจกรรม/วิธีการแก้ไข

.....

.....

.....

.....

เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

ความเข้าใจสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นพื้นฐานสำคัญของชีวิต นักเรียนที่รู้จักปรับอารมณ์ความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมจะช่วยหล่อหลอมให้นักเรียนเติบโตอย่างมีคุณภาพ

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.3 ปรับอารมณ์ความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกวิธีการปรับอารมณ์ความรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบได้อย่างเหมาะสม

3.2 กำหนดวิธีการในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 สุ่มนักเรียน 2-3 คน เล่าเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นกับนักเรียน และนักเรียนจำเป็นที่จะต้องควบคุมอารมณ์เพื่อผลสำเร็จของงานหรือไม่ให้เกิดผลเสียต่อผู้ร่วมงาน นักเรียนได้ปรับอารมณ์ความรู้สึกอย่างไรกับเหตุการณ์นั้น ๆ

4.2 ครูถามนักเรียนที่ฟังว่า วิธีปรับอารมณ์และความรู้สึกของนักเรียนที่เล่าให้ฟังนั้น มีความเหมาะสมหรือไม่ เพียงใด

4.3 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปแนวคิดในการปรับอารมณ์และความรู้สึกต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม

4.4 ให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์ โดยให้นักเรียนนึกถึงสถานการณ์ที่มีผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึกอาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน และบอกวิธีการปรับ/ควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

ชั่วโมงที่ 2

4.5 นักเรียนแต่ละคนนำเสนอใบงาน เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์

4.6 ครูและนักเรียนสรุปวิธีการควบคุมอารมณ์ที่เหมาะสมและไม่เหมาะสมจากใบงานของนักเรียนทุกคน

4.7 ครูให้แนวคิดเพิ่มเติมเพื่อเป็นทางเลือกที่ดีในการดำเนินชีวิต

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

- ใบงาน เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

- ตรวจใบงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน -

6.3 เกณฑ์การประเมิน

- ใบงาน เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์

ระบุได้ครบ	3 สถานการณ์	ระดับคุณภาพ	ดี
ระบุได้	2 สถานการณ์	ระดับคุณภาพ	พอใช้
ระบุได้	1 สถานการณ์	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

ใบงาน
เรื่อง อารมณ์สดใสในทุกสถานการณ์

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนนึกถึงสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน จำนวน 3 สถานการณ์ และบอกวิธีการปรับ/ควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

ที่	สถานการณ์	วิธีการปรับ/ควบคุมอารมณ์	แหล่งข้อมูล

เรื่อง การวางตัวกับบทบาทหน้าที่

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

พฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมตามบทบาทหน้าที่เป็นรูปแบบหนึ่งที่มีความสำคัญ ช่วยให้นักเรียนสามารถสื่อสารได้อย่างสอดคล้องกับความรู้สึกและความต้องการของตน ตามบทบาทหน้าที่โดยสามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างตนกับผู้อื่นได้

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.5 วางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกรูปแบบและความสำคัญของพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสม

3.2 แสดงพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมกับบทบาทหน้าที่

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับความสำคัญของการแสดงออกตามบทบาทหน้าที่ที่จะนำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

4.2 ให้นักเรียนทุกคนจับสลากสถานการณ์ที่ครูเตรียมไว้ และให้เวลา 2 นาที ในการจัดกลุ่มตามสถานการณ์ที่ได้รับ

4.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์สถานการณ์ตามประเด็นที่ครูกำหนดให้และบันทึกผลการวิเคราะห์ลงในใบงาน เรื่อง การวิเคราะห์สถานการณ์

4.4 ให้ทุกกลุ่มนำบันทึกการวิเคราะห์สถานการณ์ส่งครู

4.5 ครูสุ่มหยิบบันทึกวิเคราะห์สถานการณ์ 2-3 กลุ่ม ให้ตัวแทนกลุ่มอ่านให้เพื่อนฟัง

4.6 เพื่อน ๆ ช่วยกันวิเคราะห์ผลงานและแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

4.7 ครูสรุปให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความสำคัญและรูปแบบของการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม

4.8 แจกใบความรู้ เรื่อง การแสดงออกอย่างเหมาะสมตามบทบาทหน้าที่ ให้นักเรียนได้ศึกษาและสรุปความรู้ลงในสมุดงานเป็นการบ้าน

ชั่วโมงที่ 2

4.9 ครูทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ในชั่วโมงที่ผ่านมา

4.10 ให้นักเรียนจับคู่กันสองคน ฝึกการแสดงออกอย่างเหมาะสม โดยให้คิดสถานการณ์และผลัดกันแสดงบทบาทสมมติ

4.11 ให้นักเรียนออกไปแสดงบทบาทสมมติทีละคู่จนครบ โดยครูและเพื่อน ๆ เสนอแนะและร่วมอภิปราย

4.12 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้และแนวทางการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 สลากสถานการณ์สมมติ

5.2 ใบงาน เรื่อง การวิเคราะห์สถานการณ์

5.3 ใบความรู้ เรื่อง การแสดงออกอย่างเหมาะสมตามบทบาทหน้าที่

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

- ตรวจแบบบันทึกการวิเคราะห์สถานการณ์

6.2 เครื่องมือประเมิน -

6.3 เกณฑ์การประเมิน

คำตอบสอดคล้องกับสถานการณ์ ทั้ง 4 ข้อ ระดับคุณภาพ ดี

คำตอบสอดคล้องกับสถานการณ์ 2-3 ข้อ ระดับคุณภาพ พอใช้

คำตอบสอดคล้องกับสถานการณ์ 1 ข้อ ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

สลากสถานการณ์สมมติ

สถานการณ์ที่ 1	เมื่อเพื่อนขอลอกการบ้าน จุ๋มไม่อยากให้ลอก จุ๋มพูดว่า **“มีปัญญาก็ทำเอาเองบ้างเถอะขอลอกอยู่ได้”**

สถานการณ์ที่ 2	กอล์ฟกำลังต่อแถวซื้ออาหาร มีเด็กคนอื่นมาแซงคิว กอล์ฟรู้สึกไม่พอใจ ไม่อยากให้เขาทำเช่นนั้น กอล์ฟพูดว่า **“อะไรวะ ทำไมไม่ไปต่อแถว ไม่เห็นหรือว่าเค้าเข้าคิวอยู่”**

สถานการณ์ที่ 3	เชอรี่กำลังจะรีบนำหนังสือหลายเล่มไปคืนที่ห้องสมุด น้อยบอกให้เชอรี่นำรายงานของน้อย **ไปส่งที่ห้องพักครูก่อน เชอรี่ไม่สะดวกที่จะต้องนำรายงานของน้อยไปส่ง เชอรี่พูดว่า “เออ...ที่จริงเราต้องไปห้องสมุด แต่ไม่เป็นไร เราไปส่งรายงานให้เธอด้วยก็ได้”**

สถานการณ์ที่ 4	ต๋องยืมรถจักรยานยนต์ของณัฐไปใช้ และส่งคืนช้า ณัฐไม่พอใจ **“เราหงุดหงิดที่นายคืนรถเราช้า เพราะเราต้องรีบไปธุระ ต่อไปเราอยากให้นายคืนให้ตรงเวลานะ”**

สลากใบที่ 5	บอยอยากกลับบ้าน แต่เป้ชวนไปร้านเกมก่อน **“เออ...ไปก็ได้ แต่สงสัยเราจะโดนแม่ดุอีกนะเนี่ย”**

สลากใบที่ 6	แป้งเรียกนิดว่า ยายอ้วน นิดบอกว่า **“เวลาเธอเรียกฉันว่า ยายอ้วน ฉันรู้สึกไม่ดีเลย เธอเรียกชื่อฉันได้มั้ย”**

ใบงาน
เรื่อง การวิเคราะห์สถานการณ์

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์สถานการณ์ตามประเด็นที่จับสลากได้และบันทึกผลการวิเคราะห์ลงในใบงานตามหัวข้อที่กำหนดให้

1. พิจารณาว่า ผู้พูด (ผู้ส่งสาร) อยู่ในสภาวะ มีความคิด ความรู้สึกในลักษณะใด

.....

.....

.....

.....

.....

2. ผู้พูดมีความคิด ความรู้สึกเช่นไรต่อผู้ฟัง (ผู้รับสาร)

.....

.....

.....

.....

.....

3. พิจารณาแนวโน้มความสัมพันธ์ของคนในสถานการณ์ว่าเป็นเช่นไร

.....

.....

.....

.....

.....

4. ถ้านักเรียนเป็นผู้พูดในสถานการณ์นี้ นักเรียนจะใช้คำพูดแบบใดจึงจะเหมาะสมที่สุด

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้
เรื่อง การแสดงออกอย่างเหมาะสมตามบทบาทหน้าที่

การแสดงออกอย่างเหมาะสม (Assertive Behavior)

เป็นความสามารถของบุคคลที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ ความสนใจ อารมณ์ ค่านิยมและความต้องการที่แท้จริงของตนเองได้อย่างเปิดเผยและจริงใจตามความเป็นจริงด้วยความรู้สึกสบายใจทั้งด้านบวกและด้านลบ ปราศจากความวิตกกังวลและเคารพในสิทธิของตนเอง ไม่ไปละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น กล้าที่จะปฏิบัติหรือเริ่มการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น กล้ากล่าวคำขอร้อง หรือกล่าวปฏิเสธต่อบุคคลอื่น การมีพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมนั้นจะทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สามารถควบคุมตนเองได้ ลดความรู้สึกประหม่า อาย ลดความกลัวหรือความวิตกกังวล ความเครียด หรือความรู้สึกกดดันลง ช่วยให้เกิดการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันกับบุคคลอื่น ตลอดจนช่วยให้บุคคลมีความเสมอภาคกันและลดความขัดแย้ง

การตอบสนองอย่างไม่กล้าแสดงออก (Passive)

พฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกหรือการยอมตาม เป็นความหวาดกลัวที่ไม่กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกความต้องการที่แท้จริงของตน รวมทั้งไม่สามารถจะรักษาสิทธิของตนเองได้ เป็นบุคคลที่มีความอาย ไม่กล้าแสดงออกถึงความไม่สบายใจ หรือความไม่เห็นด้วยกับบุคคลอื่น ไม่กล้าปฏิเสธ มีความเชื่อฟัง สอนง่าย มักจะเก็บความรู้สึกขุ่นมัวเอาไว้ หากถูกเอาเปรียบก็มักจะถอยหนีหรือหลบตัว มักจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำหากต้องการแสดงออกถึงความต้องการของตนก็มักจะมีความวิตกกังวลหรือความไม่สบายใจ จึงมีท่าทางที่ระมัดระวัง และกล่าวคำขอโทษอยู่เสมอพร้อมกับมีภาษาท่าทางที่ไม่เหมาะสม เช่น การไม่กล้าสบตาผู้สนทนา พูดเสียงเบา พูดเร็วเกินไป เป็นต้น ตัวอย่างเช่น ในกรณีของการยืมรถ บุคคลประเภทไม่กล้าแสดงออก จะต้องยอมให้เพื่อนยืมรถไปทั้ง ๆ ที่ใจไม่ต้องการให้เลย แต่ด้วยความที่ปฏิเสธใครไม่เป็นและกลัวว่าถ้าไม่ให้ยืมรถแล้วจะถูกเพื่อนมองว่า ขี้เหนียว หรือ “งก” จึงต้องจำใจให้รถเพื่อนไป แต่ก็ไม่มีความสุขตลอดวันเพราะห่วงรถ

การสื่อสารด้วยความก้าวร้าว (Aggression)

พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นการแสดงออกถึงการยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง เรียกร้องถึงสิทธิของตนโดยไม่สนใจว่าจะไปละเมิดสิทธิของผู้อื่นหรือไม่ ไม่เห็นความสำคัญของปฏิกิริยา ความรู้สึก และความคิดเห็นที่บุคคลอื่นได้แสดงออกมา รวมทั้งไม่มีความเคารพนับถือบุคคลอื่นด้วย บุคคลที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวจึงมักแสดงออกถึงความรู้สึก ความต้องการ และความคิดเห็นที่ตนมีในลักษณะของการข่มขู่ บังคับ เรียกร้อง พูดโต้เถียงให้ชนะ พูดกล่าวโทษผู้อื่น พูดเสียงดัง พูดจาเสียดสี พูดเหยียดหยาม ข่มขู่ หรือพูดในสิ่งที่แสดงถึง

ความมีอำนาจของตน หรือทำให้ตนเองมีความสำคัญมากขึ้น และอาจแสดงความหยาบคายต่อบุคคลอื่น มักจะทำให้บุคคลอื่นไม่สบายใจหรือขัดใจ หรือโกรธอยู่เสมอ ซึ่งมีผลทำให้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเปลี่ยนแปลงไป ถึงแม้ผู้มีพฤติกรรมก้าวร้าวจะมีความรู้สึกผิด แต่บรรลุเป้าหมายที่ตนต้องการก็เหมือนได้รับการเสริมแรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นจึงมีแนวโน้มการกระทำก้าวร้าวต่อไปอีก

โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว การตอบโต้ในลักษณะไม่กล้าแสดงออก หรือความก้าวร้าว ล้วนนำไปสู่ผลลบทั้งสิ้น ผู้ที่ไม่กล้าแสดงออกจะไม่มีวันได้สิ่งที่เขาต้องการ เพราะเขาไม่กล้าบอกผู้อื่นว่าเขาต้องการอะไร พวกเขาเหล่านั้นมักเป็นบุคคลที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คิดว่าความคิด ความรู้สึกของพวกเขานั้นคงไม่สำคัญและไม่มีความหมายสำหรับผู้ใด ไม่กล้าขัดใจผู้อื่นกลัวว่า ถ้าปฏิเสธผู้อื่นแล้ว จะทำให้เขาไม่ชอบตน สิทธิของเขามักจะถูกผู้อื่นเหยียบย่ำตลอดเวลา ในขณะเดียวกัน บุคคลก้าวร้าวก็มักจะไม่สนใจความรู้สึก หรือสิทธิของผู้อื่น นอกจากสิ่งที่ตัวเขาเองต้องการ เนื่องจากไม่เคยคำนึงถึงผู้อื่น เขาจึงมีเพื่อนน้อยและสูญเสียเพื่อนไปเรื่อย ๆ ยิ่งกว่านั้นบุคคลที่เขาล่วงเกินก็มักจะจดจำและแสวงหาวิธีการที่จะกลับมาแก้แค้นเขาอยู่เสมอ ดังนั้นบุคคลที่ก้าวร้าวเหล่านี้จึงมักจะเป็น **"ผู้แพ้"** ในอนาคต ในทางตรงข้าม บุคคลที่มีบุคลิกภาพกล้าแสดงออก (Assertive) นั้น มักจะมีการแสดงออกที่เหมาะสม แม้ว่าเขาจะโกรธใคร เขาก็จะไม่เหยียบย่ำบุคคลที่เขาโกรธ แต่การโกรธของเขาจะมุ่งไปที่เรื่องที่เกิดมากกว่าตัวบุคคล และเขาจะมีวิธีการสื่อสารที่จะทำให้ผู้ถูกโกรธรู้ว่าเขาต้องการอะไร หรือไม่ต้องการอะไร มิใช่เป็นการโกรธ "เหมา" ไปหมด หรือโกรธกับคนหนึ่งไปหาทางระบายออกอย่างรุนแรงกับคนอื่น

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การฝึกสื่อสารแบบกล้าแสดงออก เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกให้เราเคารพบุคคลทุกคนที่เรามีสัมพันธ์ด้วย รักษาสัมพันธภาพของบุคคลเอาไว้ และยังทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะเป็น **"ผู้ชนะ"** ในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างแท้จริง

การฝึกพูดที่เหมาะสม

ในการฝึกพูดให้เหมาะสมประกอบด้วย 4 ขั้นตอนด้วยกัน คือ

1. การอธิบายเหตุการณ์ เป็นการยกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง เช่น พูดถึงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของอีกฝ่ายหนึ่งอย่างตรงไปตรงมา และอย่างจริงใจ โดยไม่เอาอารมณ์ของตนเองมาตัดสิน ใช้ภาษาที่ง่าย ชัดเจน อธิบายถึงเวลา สถานที่และความถี่ของพฤติกรรมนั้นอย่างเฉพาะเจาะจงไป หลีกเลี่ยงที่จะพูดคลุม ๆ ไปทั้งหมด

2. แสดงความรู้สึก เป็นการบอกความรู้สึกนั้นให้อีกฝ่ายหนึ่งทราบ โดยการใช้คำพูดว่า **"ฉันมีความรู้สึกว่า....."** และเมื่อจะพูดแสดงความรู้สึกนั้นให้อยู่ในลักษณะที่ไม่แสดงอาการโกรธหรือกระแทกกระทั้นให้หลีกเลี่ยงที่จะพูดในลักษณะที่ทำให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้สึกด้อยลงไปหรือเป็นการพูดโจมตีอีกฝ่ายหนึ่ง

3. บอกความต้องการอย่างตรงไปตรงมา เป็นการพูดออกมาอย่างชัดเจนจนถึงพฤติกรรมที่ต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งเปลี่ยนแปลง โดยที่อีกฝ่ายสามารถกระทำตามที่ขอได้ โดยปราศจากความรู้สึกเจ็บใจหรือได้สูญเสียอะไรอย่างใหญ่หลวงไป แต่ในการขอร้องให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นจะต้องไม่มากไป และมี

เหตุผลเพียงพอ เช่น อาจจะพูดว่า **"คุณจะกรุณาหยุดเล่นกีตาร์ในวันนี้ก่อนได้ไหมคะ เพราะดิฉันกำลังดูหนังสือสอบพรุ่งนี้คะ"** แทนที่จะพูดว่า **"หยุดเล่นเสียที รู้สึกเกรงใจคนอื่นบ้างได้ไหม"**

4. บอกผลที่เกิดขึ้นเป็นการบอกให้อีกฝ่ายทราบผลดีหากเขาทำได้ และผลเสียหากเขาทำไม่ได้ เช่น การเปลี่ยนพฤติกรรมของเขาจะมีผลอะไรตามมา หรือเป็นการให้รางวัลอีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งรางวัลนี้ไม่จำเป็นจะต้องเป็นวัตถุ สิ่งของ แต่อาจจะเป็นความรัก คำชมเชย หรือเรียกว่า **"Social reward"** ซึ่งมักจะใช้คำพูดว่า **"...ฉันจะรู้สึกสบายใจขึ้น....."** ดังเช่นบอกว่า **"ฉันจะรู้สึกสบายใจขึ้น ถ้าหากว่าคุณเลิกทำเสียงรบกวนฉัน"** ตามปกติการให้รางวัลนี้จะมีลักษณะที่เป็นผลทั้งในทางบวก (Positive sequence) และในทางลบ (Negative sequence) แต่โดยมากมักจะนิยมใช้การให้รางวัลในทางบวกมากกว่าทางลบ ส่วนทางลบนั้นถ้าไม่จำเป็นจริง ๆ แล้วจะไม่ใช้กัน เพราะจะไม่ช่วยให้อีกฝ่ายหนึ่งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเขาเลย

ตัวอย่าง

นนท์ชอบมาสายเวลานัดกับส้ม ทำให้ส้มเป็นห่วงว่านนท์เกิดอันตรายหรือเปล่า การใช้คำพูดที่เหมาะสม เช่น ส้มไม่สบายใจเลยที่นนท์มาสายหลายครั้งแล้วลืมโทรบอกส้ม เพราะส้มเป็นห่วงว่ารถเสียหรือเกิดเรื่องไม่ดีกลางทางหรือเปล่า อยากให้นนท์โทรมาบอกส้มวันที่ต้องมาสายหรือโทรมาเลื่อนนัดก็ได้

สรุปว่า บุคคลที่มีพฤติกรรมกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม จะสามารถแสดงพฤติกรรมต่อไปนี้ได้

- การยอมรับการชมเชย
- การแสดงออกทางสีหน้าที่เหมาะสม
- การแสดงความไม่เห็นด้วยอย่างสุภาพ
- การขอร้องผู้อื่นให้แสดงความกระจ่าง หรือให้ความชัดเจนมากขึ้น
- การถามถึงเหตุผล
- การกล่าววาจาเพื่อรักษาสิทธิของตนเอง
- การแสดงความไม่เห็นด้วย
- การแสดงความมั่นคง หลีกเลี่ยงที่จะต้องแสดงเหตุผลในทุก ๆ ความเห็น

เรื่อง ครอบครัวมีสุข

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

ครอบครัวเป็นพื้นฐานสำคัญของชีวิต สัมพันธภาพที่ดี ความรัก ความอบอุ่นภายในครอบครัว จะช่วยหล่อหลอมบุคคลให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ ดังนั้นการได้เรียนรู้ เข้าใจ และตระหนักในบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบที่มีต่อกันในครอบครัว จะทำให้นักเรียนมีแนวทางในการปฏิบัติตนต่อคนในครอบครัว อย่างเหมาะสม

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.5 มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลในครอบครัว

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสำคัญของบุคคลในครอบครัวที่มีส่วนเกื้อกูลต่อชีวิตตน

3.2 ปฏิบัติตนต่อครอบครัวด้วยความรู้สึกเห็นคุณค่าและกตัญญู

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับครอบครัวว่า วันนี้ครูมีสมุดภาพครอบครัวของใครก็ไม่รู้ ขออาสาสมัครออกมาเปิดสมุดภาพให้เพื่อน ๆ ดู

4.2 เปิดภาพให้นักเรียนดูทีละภาพ

4.3 ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนมีความรู้สึกต่อคำว่า **“ครอบครัว”** อย่างไร และครอบครัวมีความสำคัญต่อนักเรียนอย่างไรบ้าง

4.4 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความสำคัญของครอบครัว

4.5 ครูให้นักเรียนจัดทำสมุดภาพครอบครัวของนักเรียนโดยให้นักเรียนตั้งชื่อสมุดภาพ และออกแบบรูปเล่มเอง (ทำนอกเวลา)

ชั่วโมงที่ 2

4.6 ให้นักเรียนนำสมุดภาพครอบครัว ไปจัดไว้ในมุมครอบครัวอบอุ่นที่ครูเตรียมไว้เพื่อให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนและชื่นชมผลงานของเพื่อน ๆ

4.7 ครูแจกบทความ เรื่อง “ลูกเอ๋ย” ให้นักเรียนได้อ่าน

4.8 ให้นักเรียนบอกความรู้สึกและข้อคิดที่ได้จากการอ่านบทความ

4.9 ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมตามใบงาน เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

4.10 นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้และนำข้อความในใบงาน เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น เพิ่มเติมลงในสมุดภาพของนักเรียนและนำไปให้สมาชิกที่บ้านดู

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ตัวอย่างภาพครอบครัว

5.2 บทความ เรื่อง ลูกเอ๋ย

5.3 ใบงาน เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

6.1.1 ตรวจสมุดภาพครอบครัว

6.1.2 ใบงาน เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

6.2 เครื่องมือประเมิน

- แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

6.3 เกณฑ์การประเมิน

6.3.1 สมุดภาพครอบครัว

ทำ = ผ่าน

ไม่ทำ = ไม่ผ่าน

6.3.2 ใบงาน เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

เขียนสัญญาใจได้ = ผ่าน

เขียนสัญญาใจไม่ได้ = ไม่ผ่าน

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานแต่ละใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

ที่	ชื่อ-สกุล	ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน		สรุประดับคุณภาพ
		สมุดภาพครอบครัว	ครอบครัวอบอุ่น	

เกณฑ์การพิจารณา

ผ่านทั้ง 2 กิจกรรม ระดับคุณภาพ ดี

ผ่าน 1 กิจกรรม ระดับคุณภาพ พอใช้

ไม่ผ่านทั้ง 2 กิจกรรม ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

บทความ เรื่อง ลูกเอ๋ย

บ้านพักคนชราเป็นอาคารไม้ชั้นเดียวไม่ใหญ่โตนัก ที่นี่เป็นส่วนหนึ่งของวัดเล็ก ๆ หญิงชรารูปร่างเล็กผิวสองสีบอบบาง ทอดกายเหยียดตรงบนเตียงเล็ก ๆ แต่สะอาด มีผ้าห่มผืนบาง ๆ ห่มปิดทรวงอกที่ยังกระเพื่อมเบา ๆ ราวเครื่องยนต์ใกล้ดับอย่างเหนื่อยหน่าย แม่เฒ่าพยายามยกมือขึ้นไหว้ เมื่อท่านสมภารพาผมมานั่งอยู่ข้างขอบเตียง กังวานน้ำเสียงแห่งพุทธบุตรผู้เมตตา เปล่งวาจาถามไถ่อาการ และให้ศีลให้พรเบา ๆ แต่เข้มขลังศักดิ์สิทธิ์ ในขณะที่หยาดน้ำตาแห่งความปิติ ท่วมท้นดวงตาสีขาวขุ่น แล้วค่อย ๆ ซึมเซาะรินไหลไปตามร่องขอบตาที่เหี่ยวย่นบนใบหน้า จนผมต้องเบือนหน้าหนี ผู้เฒ่าอายุ 91 ปี แม่เฒ่ามีลูกชายสองคนและหญิงหนึ่งคน

60 ปีที่ผ่านมา ครอบครัวแม่เฒ่าจัดอยู่ในระดับผู้มีอันจะกินของจังหวัด สามีของแม่เฒ่ามีอาชีพรับเหมาก่อสร้าง ก่อร่างสร้างตัวจากกรรมกรกินค่าแรงรายวัน โดยแม่เฒ่ารับจ้างทอผ้าอยู่ในโรงงานแห่งหนึ่ง อดออมสะสมจนฐานะดีขึ้น สามารถสร้างหลักฐานจนมีที่ดินบ้านช่องสมฐานะ แต่สามีก็ยังทำงานหนักไม่ยอมพักหวังจะฟูมฟักลูก 3 คน ให้อยู่อุ่นกินอิ่ม โดยไม่ต้องลำบาก ช่วงนั้นแม่เฒ่าเลิกทอผ้าแล้ว อยู่บ้านเลี้ยงลูก 3 คน ที่อยู่ในวัยซนไล่เรียงตามลำดับ เช้าวันหนึ่ง เมื่อลูกชายคนโตอายุได้ 6 ขวบ สามีของแม่เฒ่าก็หลับไปไม่ตื่นมาล่ำลา หมอที่โรงพยาบาลบอกว่า สามีตับแข็งตายทั้ง ๆ ที่ไม่เคยแตะเหล้าซักหยด แม่เฒ่าเปลี่ยนสภาพบ้านพักเปิดเป็นร้านค้าโชห่วย อดทนอดออมเลี้ยงลูกทั้ง 3 คนให้ร่ำเรียนจนจบปริญญา เป็นครอบครัวอบอุ่นพี่น้องรักใคร่กันดี ไม่มีเค้าลางว่าจะแตกหักดั่งหนึ่งคนละสายเลือด ลูกชายคนโตแต่งงานไปกับลูกสาวเจ้าของร้านขายทองในตลาด ในชีวิตของแม่เฒ่าไม่เคยมีความสุขในครั้งไหนเหมือนวันที่ลูกชายแต่งงาน ปีต่อมา ลูกคนที่สองแต่งสาวเข้าบ้านอีกคน แม่เฒ่ายกบ้านและที่ดินที่เปิดร้านขายของสองคูหาสามชั้นให้เป็นสมบัติของลูกด้วยความยินดี โดยที่แม่เฒ่าขอสิทธิ์แค่อยู่อาศัย สองปีถัดมาลูกสาวคนสุดท้องแต่งกับข้าราชการระดับหัวหน้ากองในจังหวัด แม่เฒ่ายกที่ดินและเงินสดก้อนสุดท้ายของแม่เฒ่ารับขวัญลูกเขยด้วยความปรีดา

สัตว์โลกทั้งหลายล้วนเวียนว่ายก่อเกิดเพื่อมาชดใช้กรรมเก่า สะใภ้คนที่สองเริ่มจุดประกายแห่งการแตกหัก ตั้งแต่แต่งเข้าบ้านไม่เคยแม้แต่เสียบปลั๊กหม้อหุงข้าว แม่เฒ่ากลายเป็นทาสในเรือน ซักผ้า ทำกับข้าว จัดสำรับตั้งโต๊ะคอยท่าสองผัวเมียกินก่อนจนอิ่ม แม่เฒ่าจึงมีโอกาสได้กินของเหลือก่อนจะเก็บกวาดถ้วยชามไปล้าง กวาดเช็ดบ้านช่องเรียบร้อยแล้ว จึงได้พักผ่อนด้วยการเดินออกไปคุยกับเพื่อนบ้านในวัยไล่เลี่ยกัน หลายครั้งที่แม่เฒ่าคิดถึงลูกชายคนโต

ที่เปิดร้านขายทองในตลาด แม่เฒ่าจะเจียดเงินที่เก็บออมไว้ ซื้อผลไม้ที่ลูกชอบติดมือไปด้วย แต่ทุกครั้งที่แม่เฒ่าเดินเข้าไปในบ้าน สะใภ้ใหญ่จะมองอย่างเหยียด ๆ แล้วเดินหนีเข้าห้องแอร์ ปิดประตูนอนดูโทรทัศน์ สั่งคนใช้ให้คอยสอดส่องเดินตามแม่เฒ่า เธอกลัวแม่ผัวขโมยของในบ้าน และให้คนใช้หิ้วถุงผลไม้ตามมายัดคืนใส่มือระหว่างทาง ลูกสาวคนเล็กที่แม่เฒ่าทั้งรักทั้งหวงนั้น แทบจะไม่ต้องพูดถึง เธอยื่นคำขาดกับแม่เฒ่าตั้งแต่ครั้งแรกที่ไปเยี่ยมว่า ถ้าไม่จำเป็น ก็ไม่ต้องไปหา เพราะบ้านเธอมีแขกที่เป็นลูกน้องของผัวและพ่อค้าวานิชเข้าพบผัวของเธอ เพื่อขออำนวยความสะดวกในทางธุรกิจบ่อย ๆ และผัวของหล่อนก็ค่อนข้างเจ้ายศเจ้าอย่าง ถ้าแม่เฒ่ารักลูกก็ควรจะต้องรักษาเกียรติ รักษาหน้าตาของผัวลูกด้วย แม่เฒ่าไม่เข้าใจว่า การรักษาหน้าตาของลูกเขยนั้นต้องทำอย่างไร แม่เฒ่ายังเคยปลื้มกับคำชมของเพื่อนบ้าน เขาว่าแม่เฒ่ามีวาสนาดี ได้ลูกเขยเป็นเจ้าคนนายคน แม่เฒ่าก็ได้แต่แอบปลื้มทั้ง ๆ ที่ไม่เข้าใจว่า การเป็นเจ้าคนนายคนจึงเหมือนกำแพงชนชั้นปิดกั้นระหว่างความเป็นแม่ลูก

3 ทุ่มของคืนโลกาวินาศ ท้องฟ้ามืดครึ้มไปด้วยพยับเมฆ สลับกับเสียงฟ้าร้องดังกึกก้องเป็นระยะ ๆ ครูใหญ่ ๆ สายฝนจึงโปรยปรายชุ่มฉ่ำน้ำนองไปทั่วเมือง ลูกชาย ลูกสะใภ้ออกไปกินข้าวนอกบ้านยังไม่กลับ ปล่อยแม่เฒ่าเฝ้าร้านค้าคนเดียว แม่เฒ่าจำได้ว่าวัยรุ่นสองคน ขี่รถเครื่องฝ่าสายฝนมาจอดหน้าร้าน ขอซื้อเบียร์หนึ่งขวด แม่เฒ่ารับเงินแล้วเดินเข้าไปเก็บในลิ้นชัก โดยไม่ระแวงว่าสองวัยรุ่นแอบยกลังใส่บุหรี่ที่ลูกชายสั่งมายังไม่แกะกล่อง ช่วยกันแบกขึ้นรถขี่หายไปกับความมืด ก่อนสี่ทุ่มเล็กน้อย สองผัวเมียจึงขับรถกลับเข้าถึงบ้าน ช่วยกันเก็บของเข้าร้าน วางของทุกชิ้นเข้าที่ ๆ เคยวาง เมื่อไม่เห็นลังบุหรี่จึงหันไปตะโกนถามแม่เฒ่าที่กำลังจุดธูปไหว้รูปสามีบนหิ้ง เพียงคำตอบที่แม่เฒ่าตอบว่า ไม่เห็น ก่อนปักธูปลงกระถาง เสียงสบถด้วยคำหยาบของลูกชายก็ดังสวนสนั่นบ้าน ครู่เดียวทั้งลูกสะใภ้กับลูกชายก็สลับปากจิกหัวด่าแม่ก็กึกก้องประสานเสียงกับสายลมนอกบ้าน ก่อนที่ทั้งคู่จะขับรถไปโรงพักแจ้งจับแม่ลักทรัพย์ ตำรวจพาแม่เฒ่าไปนั่งอยู่หน้าโต๊ะร้อยเวร แม่เฒ่าให้การไม่รู้ด้วยซื่อบริสุทธิ์กว่าชั่วโมงในห้องแอร์เย็นเฉียบ แต่ในอกในใจของร้อยเวรหนุ่มร้อนรุ่มเหมือนถูกไฟนรกแผดเผา ที่ต้องวิงวอนสองผัวเมียให้เห็นบาปบุญคุณโทษ แต่สองผัวเมียกลับโยนภาระตอกย้ำให้ตำรวจอบรมแม่เฒ่า ก่อนที่จะสะบัดก้นกลับไปบ้าน โดยไม่ใส่ใจแม่เฒ่าที่เปียกฝนนั่งสั่นสะท้านด้วยความหนาวเหน็บ สายฝนยังสาดซัดกระหน่ำหนักเหมือนฟ้าแตก ตำรวจยศนายดาบขับรถร้อยเวรมาส่งแม่เฒ่าที่บ้าน บ้านซึ่งประตูเหล็กถูกปิดสนิท แม่เฒ่าลงจากรถเดินฝ่าฝนถึงหน้าบ้าน แล้วแม่เฒ่าก็ตกใจสุดขีดกับภาพเบื้องหน้าที่พื้นหน้าบ้าน เสื้อผ้าเก่า ๆ ยัดแน่นอยู่ในถุง ถูกโยนออกมากองเรี่ยราดเหมือนขยะ บนกองเสื้อผ้าของแม่เฒ่า กระถางธูปและรูปถ่ายของสามี

แตกกระจายเกลื่อนกราด หยาดฝนสาดซัดรูปถ่ายขาวดำของสามีจนเปียกปอนขาดวิ่น แม่เฒ่าก้มลงหยิบรูปของสามีมากอดแนบอก น้ำตาแห่งความรันทดทะลักล้นปนน้ำฝน ปวดร้าวเหมือนถูกฟ้าผ่าเข้ากลางใจ แม่เฒ่ากอดรูปนั้นไว้เหมือนจะปกป้องจากสายฝนสุดชีวิต สองเท้าก้าวออกช้า ๆ เหมือนร่างไร้วิญญาณเข้าตลาดไปหยุดนิ่งอยู่หน้าร้านขายทองของลูกชายคนโต เหมือนเป็นการบอกลา แล้วลัดเลาะฝ่าความมืด และสายฝนไปยืนอยู่หน้าบ้านลูกสาวคนเล็ก เก็บภาพแห่งความรัก ความทรงจำสุดท้าย จึงเดินจากไปท่ามกลางเสียงกึกก้องของฟ้าร้องระงม สลับกับเสียงฟ้าผ่าแน่นหนักเป็นระยะ รถกระบะเก่า ๆ คันนั้นวิ่งฝ่าสายฝนมาจอดสงบนิ่งอยู่หน้ากุฏิพระของสมภารเจ้าวัด ตอนตีสามเศษ ๆ คนขับรถพบแม่เฒ่าเดินโซซัดโซเซอยู่ข้างถนนเปล่าเปลี่ยวเดียวดาย ด้วยใจเมตตา เมื่อแม่เฒ่าต้องการมาที่นี่จึงขับรถมาส่งด้วยความสังเวช แม่เฒ่ามักคุ้นกับสมภารวัดนี้มานานแล้ว ตั้งแต่เจ้าอาวาสองค์เก่ายังอยู่ แล้วนาทีสุดท้ายของการตัดสินใจครั้งใหญ่ของชีวิต จึงไม่มีที่ไหนอบอุ่นให้พึ่งพิงเหมือนร่มเงาฉัตรแก้วกงธรรมแห่งรัตนทั้งสาม ฟ้าเริ่มขมุกขมัวใกล้ค่ำลงทุกขณะ ผมจำเป็นต้องบอกลาท่านสมภารและแม่เฒ่าเจ้าของเรื่องราวน่าสลด นับแต่นาทีแรกที่แม่เฒ่ามาถึงที่นี่จนวันนี้แม่เฒ่าไม่เคยออกไปนอกวัด เหมือน ๆ กับที่ทรพีทั้งสามคนก็ไม่เคยออกติดตามถามหาจะรู้หรือไม่ก็แล้วแต่ว่าแม่ซมซานมาอยู่วัด แต่ก็ไม่เคยปรากฏแม้แต่เงาของสามเนรคุณ ผมลากลับออกมาทั้งที่น้ำตานองหน้า และนี่คือประโยคสุดท้ายที่แม่เฒ่าเอ่ยก่อนผมลากลับ....

“แม่จ๋า ลูกได้ทุกอย่างตั้งแต่เกิดจนโต จะทุกข์จะสุขก็คือลูกของแม่ แม่ให้โดยไม่เคยวาดหวังจะได้จากลูกทุกคนเป็นการตอบแทน ลูกเอ๋ย.... เมื่อลูกยังเป็นทารก ทุกครั้งที่แนบอกดูดดื่มน้ำนมจากเต้า สองมือน้อย ๆ ของเจ้าไขว่คว้าอยู่ไหว ๆ วันนี้แม่สิ้นแรงแทบสิ้นใจ จะมีมือของลูกคนไหน เอื้อมมาปิดตาให้แม่ก่อนสิ้นลม”

ใบงาน

เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

ชื่อ-สกุล..... ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง ให้นักเรียนคิดวิธิการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคนในครอบครัว โดยเขียนเป็นสัญญาใจลงในใบงาน

สัญญาใจที่ฉันจะอยากจะบอกไว้ให้ทุกคนทราบ คือ

1. .....

2. .....

3. .....

4. .....

5. .....

6. .....

7. .....

เรื่อง อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การรู้เท่าทันอันตรายในสังคมและมีวิธีปฏิบัติตนให้พ้นจากอันตรายนั้น ๆ ได้ จะทำให้นักเรียนอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

2. จุดประสงค์ชั้นปี

3.4.6 ปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคม

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 ยกตัวอย่างและวิเคราะห์ภัยอันตรายที่เกิดขึ้นในสังคมได้

3.2 บอกวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคมได้

4. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

4.1 สนทนาเกี่ยวกับภัยอันตรายที่เกิดในสังคมและนำภาพข่าวที่เกิดขึ้นในสังคมจาก Internet ให้นักเรียนดู 2-3 ข่าว

4.2 ให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์สาเหตุของการเกิดเหตุการณ์นั้น ๆ และถ้าเหตุการณ์นี้เกิดขึ้นกับนักเรียน นักเรียนมีวิธีการปฏิบัติอย่างไรจึงจะพ้นจากอันตรายที่เกิดขึ้น

4.3 สุ่มนักเรียนออกมานำเสนอ 3-4 คน โดยสมาชิกในห้องร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

4.4 นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน เลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม

4.5 ตัวแทนกลุ่มรับใบงาน เรื่อง อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม โดยกำหนดให้แต่ละกลุ่มรวบรวมภาพข่าวภัยสังคม พร้อมรายละเอียดรวมทั้ง วิเคราะห์สาเหตุการเกิดและวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคม กลุ่มละ 5 ข่าว (ใช้นอกเวลาเรียน)

ชั่วโมงที่ 2

4.6 สนทนาทบทวนเกี่ยวกับการทำใบงานที่ได้มอบหมาย

4.7 ให้แต่ละกลุ่มเลือกข่าวออกมานำเสนอกลุ่มละ 1 ข่าว

4.8 นักเรียนซักถามและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการวิเคราะห์สาเหตุและวิธีปฏิบัติตนของกลุ่มที่นำเสนอเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

4.9 ครูสรุปให้แนวทางเพิ่มเติม และให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำผลงานไปจัดป้ายนิเทศเพื่อให้เพื่อน ๆ ได้มาศึกษา

5. สื่อ/อุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้

5.1 ภาพข่าวเกี่ยวกับภัยสังคมจาก Internet

5.2 ใบงาน เรื่อง อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม

6. การประเมินผล

6.1 วิธีประเมิน

- ตรวจใบงาน

6.2 เครื่องมือประเมิน -

6.3 เกณฑ์การประเมิน

บทวิเคราะห์สอดคล้องกับข่าวทั้ง 2 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ดี
บทวิเคราะห์สอดคล้องกับข่าวเพียง 1 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	พอใช้
บทวิเคราะห์ไม่สอดคล้องกับข่าวทั้ง 2 ประเด็น	ระดับคุณภาพ	ปรับปรุง

7. แหล่งศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมสำหรับครู

-

ใบงาน
เรื่อง อยู่อย่างปลอดภัยในสังคม

คำชี้แจง ให้แต่ละกลุ่มรวบรวมภาพข่าวภัยสังคม พร้อมรายละเอียด และวิเคราะห์สาเหตุที่เกิดขึ้น รวมทั้งบอกวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้ปลอดภัยจากภัยสังคม กลุ่มละ 5 ข่าว

ชื่อกลุ่ม.....ชั้น.....

ชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1. ..... 2. .....
3. ..... 4. .....
5. ..... 6. .....

ข่าวที่ 1.....

ภาพข่าว

รายละเอียด

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

บทวิเคราะห์ สาเหตุการเกิดภัยอันตราย/วิธีปฏิบัติตนให้ปลอดภัย

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

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

นายชินภัทร ภูมิรัตน	เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นางเบญจลักษณ์ น้ำฟ้า	รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นางสาววีณา อัครธรรม	ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

คณะทำงานจัดทำต้นร่างเอกสาร

นางสาววีณา อัครธรรม	ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางธนิมา เจริญสุข	รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางวัฒนา คล่องดี	ศึกษานิเทศก์เชี่ยวชาญ ข้าราชการบำนาญ
นางวิลาวัลย์ พัวศิริ	ข้าราชการบำนาญ
นางภาณี คงยะฤทธิ์	ข้าราชการบำนาญ
นายธีระวัฒน์ ชัยยุทธยรรยง	ข้าราชการบำนาญ
นางปรานอม ประทีปทวี	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพม. เขต 5
นางสาวสมพิศ วงษ์แหยม	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.ลพบุรี เขต 1
นางสาวสรรเสริญ สุวรรณ์	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.สิงห์บุรี
นายเกรียงศักดิ์ คัมภิรา	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.นครราชสีมา เขต 7
นางสาวแน่งน้อย คล้ายทอง	ครูโรงเรียนวัดธรรมิการาม สพป.ลพบุรี เขต 1
นางระเบียบ แก้ววรสูตร	ครูโรงเรียนอนุบาลทัพทัน สพป.อุทัยธานี เขต 1
นางสาวทิพวัลย์ พูลสาริกิจ	ครูโรงเรียนบ้านน้ำรอย สพป.อุทัยธานี เขต 2
นางประทิน งามพร้อม	ครูโรงเรียนชุมชนวัดพระปรางค์วิริยวิทยา สพป.สิงห์บุรี
นางสุภาพ แก้วบัว	ครูโรงเรียนวัดพรหมสาคร สพป.สิงห์บุรี
นายสมพร ทองศรีจันทร์	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านทุ่งมะขาม สพป.สงขลา เขต 2
นางมลฤดี แก้วเหมือน	ครูโรงเรียนวิเชียรชม สพป.สงขลา เขต 2
นายเกรียงศักดิ์ ทองศรีมะต้น	ครูโรงเรียนวัดบ้านทุ่งสว่าง สพป.นครราชสีมา เขต 7
นางวรรณศรี วรรณพงศ์เจริญ	ครูโรงเรียนบ้านโคกหินฮาง สพป.นครราชสีมา เขต 7

คณะทำงาน ปรับปรุงเอกสาร ครั้งที่ 1

นางสาววีณา อัครธรรม	ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางธนิมา เจริญสุข	รองผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางวัฒนา คล่องดี	ศึกษานิเทศก์เชี่ยวชาญ ข้าราชการบำนาญ
นางปรานอม ประทีปทวี	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพม. เขต 5
นางสาวสมพิศ วงษ์แหยม	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.ลพบุรี เขต 1
นางสาวสรรเสริญ สุวรรณ์	ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สพป.สิงห์บุรี
นางสาวรำจวน นิชเปี่ยม	ครูโรงเรียนวัดข่อย สพป.สิงห์บุรี
นางกัญหา เอี่ยมละออ	ครูโรงเรียนวัดพรหมสาคร สพป.สิงห์บุรี
นางประทิน งามพร้อม	ครูโรงเรียนชุมชนวัดพระปรางค์ฯ สพป.สิงห์บุรี
นางสุวรรณา ตั้งพิศิษฐ์โยธิน	ครูโรงเรียนเมืองใหม่ฯ สพป.ลพบุรี เขต 1
นางนันทนา บุญคุ้มครอง	ครูโรงเรียนเมืองใหม่ฯ สพป.ลพบุรี เขต 1
นางจินตนา แย้มยิ้ม	ครูโรงเรียนเมืองใหม่ฯ สพป.ลพบุรี เขต 1
นางรันทม คำชามา	ครูโรงเรียนเมืองใหม่ฯ สพป.ลพบุรี เขต 1

บรรณาธิการต้นฉบับ

นางสาววีณา อัครธรรม	ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางสาวจีระวรรณ ปักกัดตัง	นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

ออกแบบภาพปก

นายชูเกียรติ เกิดอุดม	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา