

การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

สารนิพนธ์

ของ

เสาวลักษณ์ ตันติสุขวงษ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

พฤษภาคม 2550

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

บทคัดย่อ
ของ
เสาวลักษณ์ ตันติสุขวงษ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
พฤษภาคม 2550

เสาวลักษณ์ ตันติสุขวิพงษ์.(2550).การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์
: ผู้ช่วยศาสตราจารย์.ดร.นันทา สุรักษา.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย (1) เพื่อสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (2) เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ของโรงเรียน
ชุมชนวัดเสด็จ จังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2549 จำนวน 90 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ แบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียน แบบประเมินความคิดเห็น
ของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอน และชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แต่ละชุดตามเกณฑ์ E_1 / E_2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
คือ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t – test แบบ dependent

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ที่สร้างขึ้นมีจำนวน 16 กิจกรรม ชุดการสอนแต่ละชุดมีค่าประสิทธิภาพ E_1 / E_2 อยู่
ระหว่าง 58.66/88.33 – 86.00/100.00
2. ภายหลังจากได้รับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกายเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่
ระดับ 0.01

A CONSTRUCTION OF A GUIDANCE ACTIVITY TEACHING PACKAGE FOR
PHYSICAL HEALTH DEVELOPMENT OF
FIRST LEVEL PRIMARY EDUCATIONAL STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
SAOVALUK TANTISUWICHWONG

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
May 2007

Saovaluk Tantisuwichwong. (2007) *A Construction of a Guidance Activity Teaching Package for Physical Healthy Development of First Level Primary Educational Students*. Master 's Project , M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok : Graduate School , Srinakharinwirot University. Project Advisor : Asst. Prof. Dr. Nanta Suraksa.

The purpose of this research were : (1) to construct the guidance activity teaching package for physical development of the students in the first level primary educational. (2) to evaluate the efficiency of each guidance activity teaching package for physical development of the students in primary education. Ninety subjects were drawn randomly from the students in level primary educational Students of Chumchonwatsadej School , Pratumthanee in the academic year 2006. The research instruments were the guidance activity teaching package for physical development , primary education . The efficiency of each package was analyzed by E_1 / E_2 . The data were analyzed by means, standard deviation and t – test for dependent samples.

The results of the study were as follows :

1. Sixteen guidance activity teaching package for physical development of the students in the first level primary education were constructed. The efficiencies E_1 / E_2 of each package existed between 58.66/88.33 – 86.00/100.00
2. The knowledge of the students participated in the construct the guidance activity teaching package for physical development significantly increased at .01 level.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุรักษา)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศพร มณีศรีขำ)

คณะกรรมการสอบ

.....ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุรักษา)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศพร มณีศรีขำ)

.....กรรมการสอบสารนิพนธ์
(อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมชาย ชูชาติ)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2550

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทา สู้รักษา อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ในการทำสารนิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทศพร มณีศรีขำ อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ ที่ให้ความกรุณาในการเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือ พร้อมทั้งให้คำแนะนำ แก้ไข ข้อบกพร่องต่างๆ ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์ในภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษาทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ต่างๆ ให้ความรักและความเมตตาเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ ผู้ช่วยผู้อำนวยการ และอาจารย์ดาร์ตัน ยินดีพบ โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการใช้สถานที่ อำนวยความสะดวกในด้านต่างๆ และขอขอบใจนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ปีการศึกษา 2549 ที่ให้ความร่วมมือในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ คุณวิภา ทองหง่า คุณพิมพ์รัตน์ ขุนแผ้ว คุณสุกัลยา พรหมเอื้อ และคุณ รัชฎาภรณ์ ทับรวย รวมทั้งพี่ๆ เพื่อนๆ และน้องๆ เอกจิตวิทยาการแนะแนวทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ และให้การสนับสนุนอำนวยความสะดวกต่างๆ แก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบพระคุณบิดามารดา สามี บุตร และครอบครัว ที่ให้ความรัก ความห่วงใย และให้กำลังใจที่ดีแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

คุณค่าและประโยชน์ใดๆ ที่ผู้อ่านได้รับจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นคุณงามความดีของบิดามารดา คณาจารย์ ตลอดจนผู้มีพระคุณของผู้วิจัยทุกท่าน

เสาวลักษณ์ ดันติสุขวิพงษ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประชากร.....	4
กลุ่มตัวอย่าง.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	7
สมมุติฐานในการวิจัย.....	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน.....	10
ความหมายของชุดการสอน.....	10
ความหมายชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว.....	11
หลักการและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการสร้างชุดการสอน.....	11
ส่วนประกอบของชุดการสอน.....	14
ระบบผลิตชุดการสอน.....	14
ประเภทชุดการสอน.....	16
คุณค่าของชุดการสอน.....	16
การหาประสิทธิภาพชุดการสอน.....	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน.....	21
งานวิจัยต่างประเทศ.....	21
งานวิจัยในประเทศ.....	21
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว.....	23
ความหมายของกิจกรรมแนะแนว.....	23
วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว.....	23
หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	24
ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	25
ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว.....	25
กระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	26

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
ตัวชี้วัดความสำเร็จในการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	27
การประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	29
วิธีการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว.....	30
กรอบความคิดกิจกรรมแนะแนว.....	31
แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (พ.ศ.2545-2549).....	32
มาตรฐานการแนะแนว.....	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว.....	37
งานวิจัยต่างประเทศ.....	37
งานวิจัยในประเทศ.....	38
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านสุขภาพกาย.....	38
ความหมายของพัฒนาการ.....	38
พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3.....	40
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านร่างกายของวัยเด็กตอนต้น.....	42
งานวิจัยต่างประเทศ.....	42
งานวิจัยในประเทศ.....	42
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย.....	43
ความหมายและความสำคัญของสุขภาพกาย.....	43
ความมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคล.....	45
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย.....	46
งานวิจัยต่างประเทศ.....	46
งานวิจัยในประเทศ.....	47
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	51
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	51
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	52
การดำเนินการทดลอง.....	59
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	62

สารบัญ (ต่อ)

บทที่

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	65
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	66
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	78
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	78
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	78
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	78
สมมุติฐานในการวิจัย.....	79
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	79
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	80
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	81
การอภิปรายผล.....	82
ข้อเสนอแนะ.....	86
บรรณานุกรม.....	88
ภาคผนวก.....	96
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์.....	373

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1 ข้อมูลประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	51
2 แบบแผนการทดสอบแบบ One Group Pretest Posttest Design.....	59
3 ระยะเวลาในการดำเนินการทดลอง.....	61
4 แสดงค่าประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แต่ละกิจกรรม และรวมทุกกิจกรรม.....	66
5 แสดงค่าก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ประถมศึกษาปีที่ 2 และประถมศึกษาปีที่ 3.....	70
6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t ของคะแนน ก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำแนกรายกิจกรรม และรวมทุกกิจกรรม.....	70
7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็น ที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรมและจำแนกรายกิจกรรม.....	74
8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็น ที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้อและจำแนกรายข้อ	75
9 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1.....	103
10 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 กิจกรรม.....	104
11 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 กิจกรรม.....	105

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

- 12 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม ดวงตาคู๋สวย.....106
- 13 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม หอมสดชื่น.....107
- 14 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม ฟันดีฟันสะอาด.....108
- 15 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม มือของเรา.....109
- 16 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน.....110
- 17 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2.....111
- 18 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 5 กิจกรรม 112
- 19 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 5 กิจกรรม.....113
- 20 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม หนูควรระวัง.....114

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

- 21 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม พลัดตกหกล้ม.....115
- 22 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ.....116
- 23 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต.....117
- 24 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง.....118
- 25 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 119
- 26 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม.....120
- 27 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม.....121
- 28 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย.....122

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

29	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ.....	123
30	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ.....	124
31	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน.....	125
32	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร.....	126
33	แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด.....	127
34	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ดวงตาคู๋สวย.....	128
35	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หอมสดชื่น.....	129
36	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม พันธุ์ฟันสะอาด.....	130
37	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม มือของเรา.....	131

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

38	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน.....	132
39	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หนูควรระวัง.....	133
40	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม พลัดตกหกล้ม.....	134
41	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ.....	135
42	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต.....	136
43	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง.....	137
44	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย.....	138
45	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ.....	139
46	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ.....	140
47	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน.....	141
48	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร.....	142
49	แสดงผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด.....	143

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในสังคมปัจจุบันจะเห็นได้ว่าเด็กเป็นบุคคลที่มีค่าที่จะต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ เพื่อให้เจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต ดังจะเห็นได้จากคำกล่าวของ นายแพทย์ปรากรม วุฒิพงศ์ (กองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.2538:1) ว่าเด็กเป็นทรัพยากรที่มีค่าของประเทศ ในอนาคตจะเป็นกำลังของชาติในการช่วยพัฒนา ประเทศชาติให้เจริญทัดเทียมนานาชาติได้ คนไทยทุกคนจึงต้องการเห็นเด็กไทย เป็นเด็กที่มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง เจริญเติบโตสมวัย มีสุขภาพจิตดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีพฤติกรรมที่จะเป็นผลร้ายต่อผู้อื่น มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักใช้ วิจารณ์ญาณในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบ มีจริยธรรม และสามารถ ดำรงตนในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ กุศล สุนทรธาดา และคณะ (2541:1-2) กล่าวว่าการพัฒนาคุณภาพของประชากรหรือคนจำเป็นต้องเน้นที่การอบรมเลี้ยงดู เด็ก เพราะถ้าเด็กได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะเป็นการวางรากฐานของชีวิตที่ มั่นคง เด็กจึงควรได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสมมาแต่แรกเพื่อช่วยส่งเสริมพัฒนาการทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา คุณธรรม บุคลิกภาพ และสังคม การศึกษาจึงมีบทบาท สำคัญในการเป็นเครื่องมือพัฒนาคนในทุกๆด้าน

การพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในทุกๆด้าน จำเป็นต้องวางรากฐานตั้งแต่ เด็กและมีการพัฒนาด้านต่างๆไปพร้อมๆกัน คือ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การศึกษาระดับประถมศึกษาถือว่าเป็นการเตรียมความพร้อมให้เด็กมีพัฒนาการตามวัย มีศักยภาพ โดยเฉพาะการส่งเสริมและพัฒนาด้านสุขภาพกายของเด็กให้มีร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงนับเป็นพื้นฐานสำคัญประการแรกที่ช่วยให้เด็กมีพัฒนาการด้านต่างๆให้เป็นไปอย่าง สมบูรณ์

เพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเต็มตามศักยภาพ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 (กระทรวงศึกษาธิการ.2545 : 4-5) จึงได้จัดทำหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข ความเป็นไทยและได้มี การกำหนดโครงสร้างของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานไว้ให้สถานศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องมีแนว ปฏิบัติ โดยแบ่งช่วงชั้นของผู้เรียนตามระดับพัฒนาการของผู้เรียน ดังนี้

ช่วงชั้นที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3

ช่วงชั้นที่ 4 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6

และแบ่งสาระการเรียนรู้ตามหลักสูตรออกเป็น 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ได้แก่ สาระภาษาไทย สาระคณิตศาสตร์ สาระวิทยาศาสตร์ สาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระการเรียนรู้ศิลปะ สาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี และสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ และจัดให้มีกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนซึ่งเป็นกระบวนการที่สำคัญในการพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

สถานศึกษาทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลเด็กเช่น ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งครูอาจารย์ ที่เป็นบุคคลหนึ่งที่นอกเหนือจากพ่อแม่ควรที่จะเป็นผู้ที่ส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการเป็นไปตามวัยและได้รับการส่งเสริมพัฒนาการอย่างถูกต้องเหมาะสม ผู้เรียนในช่วงชั้นที่ 1 คือ ผู้เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เทียบเป็นช่วงอายุระหว่าง 6-9 ปี ในวัยนี้เป็นระยะที่อัตราการเจริญเติบโตของร่างกายลดลงมาก แขนขาของเด็กจะดูเรียวยาวขึ้น ทรวงอกกว้างออก ฟันแท้ขึ้น ทำให้สัดส่วนของใบหน้าหนาขึ้น (กุญชร คำชาย.2544 : 45) การเปลี่ยนแปลงทางที่เกิดขึ้นอาจส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของผู้เรียนด้านต่าง ๆ ได้ เช่นจิตใจ อารมณ์ สังคม ตลอดจนสติปัญญา ในการส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กวัยนี้ จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งที่เราไม่ควรมองข้าม การใช้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน คือ กิจกรรมแนะแนวจึงเป็นกระบวนการหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 มาตรา 6 ที่มุ่งเน้นให้กระบวนการจัดการเรียนการสอนต้องเน้นให้ผู้เรียนเป็นสำคัญ ส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองตามธรรมชาติ และเต็มตามศักยภาพ เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนบรรลุตามเป้าหมายของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ควรจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในการที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถที่จะปรับตัวได้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ปัจจุบันได้ จึงมีนักการศึกษา นักคิด ผู้ทรงคุณวุฒิหลายท่าน ให้แนวคิดเกี่ยวกับคุณลักษณะการเป็นคนดีมีปัญญา และมีความสุข (กระทรวงศึกษาธิการ. 2545 : 1) ดังนี้

คนดี คือ คนที่ดำเนินชีวิตอย่างมี คุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้านจิตใจและพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น มีวินัย มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูล มีเหตุผล รู้หน้าที่ ซื่อสัตย์ พากเพียร ขยัน ประหยัด มีจิตใจเป็นประชาธิปไตย เคารพความคิดเห็นและสิทธิของผู้อื่น มีความเสียสละ รักษาสิ่งแวดล้อม สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสันติสุข

มีปัญญา คือ คนที่มีสมรรถภาพสูงในการดำเนินชีวิต โดยมีความสามารถด้านใดด้านหนึ่ง หรือรอบด้าน หรือมีความสามารถพิเศษเฉพาะด้านเช่นความสามารถทางด้าน

คณิตศาสตร์ มีความคิดสร้างสรรค์ มีความสามารถด้านภาษา ดนตรี กีฬา มีภาวะผู้นำ รู้จักตนเอง ควบคุมตนเองได้ เป็นต้น เป็นคนทันสมัย ทันเหตุการณ์ ทันโลก ทันเทคโนโลยีมีความเป็นไทย สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ และทำประโยชน์ให้เกิดแก่ตนเอง สังคม และประเทศชาติได้

มีความสุข คือ คนที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี เป็นคนที่ร่าเริงแจ่มใสร่างกายแข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง มีมนุษยสัมพันธ์ มีความรักต่อทุกสรรพสิ่ง มีอิสรภาพ ปลอดภัยจากการตกเป็นทาสของอบายมุข และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างพอเพียงแก่อัตภาพ

จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายที่เกิดขึ้นต่อผู้เรียนในช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3) หากผู้เรียนขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการด้านร่างกายที่เกิดขึ้นกับตนแล้ว อาจส่งผลให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา เช่น พัฒนาการด้านร่างกายของผู้เรียนไม่ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มตามศักยภาพ เกิดปัญหาด้านสุขภาพ ปัญหาสุขภาพจิต และปัญหาด้านสังคมตามมา การจัดกิจกรรมแนะแนวจึงเป็นวิธีการที่สำคัญในการพัฒนาผู้เรียน และช่วยให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการด้านร่างกาย ดังนั้นสถานศึกษาจึงนำการสอนกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ได้แก่ กิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นกระบวนการสร้างเสริมผู้เรียนให้มีคุณภาพเหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข (กระทรวงศึกษาธิการ. 2545 : 80) และเพื่อให้การพัฒนาผู้เรียนมีประสิทธิภาพมากขึ้น จึงนำชุดการสอน มาเป็นสื่อในการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างขึ้น ซึ่งผลการศึกษาของสุรรัตน์ วิไลรัตน์ (2537 : 63) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการใช้ชุดการสอน กิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการรับรู้ด้านอาชีพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเทศบาลวัดทรงธรรม อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวมีการรับรู้ด้านอาชีพมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสุกัญญา ยีกา (2545 : 42) ได้สร้างชุดการเรียนการสอนเรื่องเรขาคณิตการแปลงสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคันทนา (ธาริณเจริญสงเคราะห์) ผลการศึกษาพบว่า ชุดการสอนที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ และนักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

จากข้อความที่กล่าวมาข้างต้น เห็นได้ว่าชุดการสอนเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยจึงสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาด้านสุขภาพกายของผู้เรียนในช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษา ปีที่ 1-3) เพื่อพัฒนาความรู้ความเข้าใจด้านสุขภาพกาย การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย การส่งเสริมสุขภาพร่างกายการป้องกันร่างกายจากยาเสพติด ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนประสบความสำเร็จเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกายต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
2. เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ทำให้ได้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางให้ครูแนะแนวในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์ต่อนักเรียนเป็นอย่างดี

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นที่ 1 คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2549 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤณี วิจิตร ธารรัตน์บำเพ็ญ) จังหวัดปทุมธานี จำนวน 210 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3) จำนวนชั้นละ 5 ท่านที่ทำการสอนใน โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤณี วิจิตร ธารรัตน์บำเพ็ญ) และนักเรียนชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นที่ 1 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤณี วิจิตร ธารรัตน์บำเพ็ญ) ตำบลสวนพริกไทย อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี จำนวน 90 คน โดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 หมายถึง การใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในการพัฒนานักเรียนเกี่ยวกับ

สุขภาพกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ให้มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพกายมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด โดยใช้เทคนิค การเล่านิทาน การอภิปราย การสาธิต บทบาทสมมุติ กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย กรณีศึกษา แก่นักเรียน

2.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นเพื่อใช้เป็นสื่อการสอนกิจกรรมแนะแนวในเรื่องเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพกาย ประกอบด้วย จุดประสงค์ สารการเรียนรู้ ขั้นตอนการสอนกิจกรรม การวัดและการประเมินผล แหล่งการเรียนรู้ และสื่อการเรียนรู้ เพื่อสอนกิจกรรมให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายแต่ละชุดประกอบด้วย คำชี้แจงในการใช้ชุดการสอน คู่มือครู คู่มือนักเรียน สื่อในการจัดกิจกรรม และแบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียน และแบบประเมินชุดการสอน ซึ่งมีลักษณะเป็นสื่อประสมประกอบด้วย รูปภาพ ใบบาน ใบความรู้ แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน ที่เกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย โดยมีขั้นตอนในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ดังนี้

2.1 ขั้นทดสอบความรู้ก่อนเรียน ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียนเพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด

2.2 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเรื่องกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

2.3 ขั้นดำเนินกิจกรรม ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมต่างๆตามกติกาและวิธีปฏิบัติกิจกรรม

2.4 ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปเรื่องที่เรียนเพื่อสรุปความคิดรวบยอดและหลักการที่สำคัญ

2.5 ขั้นทดสอบความรู้หลังเรียน ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียนเพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด

2.6 ขั้นประเมินคุณภาพของชุดการสอน ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินคุณภาพของชุดการสอนว่ามีคุณภาพมากน้อยเพียงใด

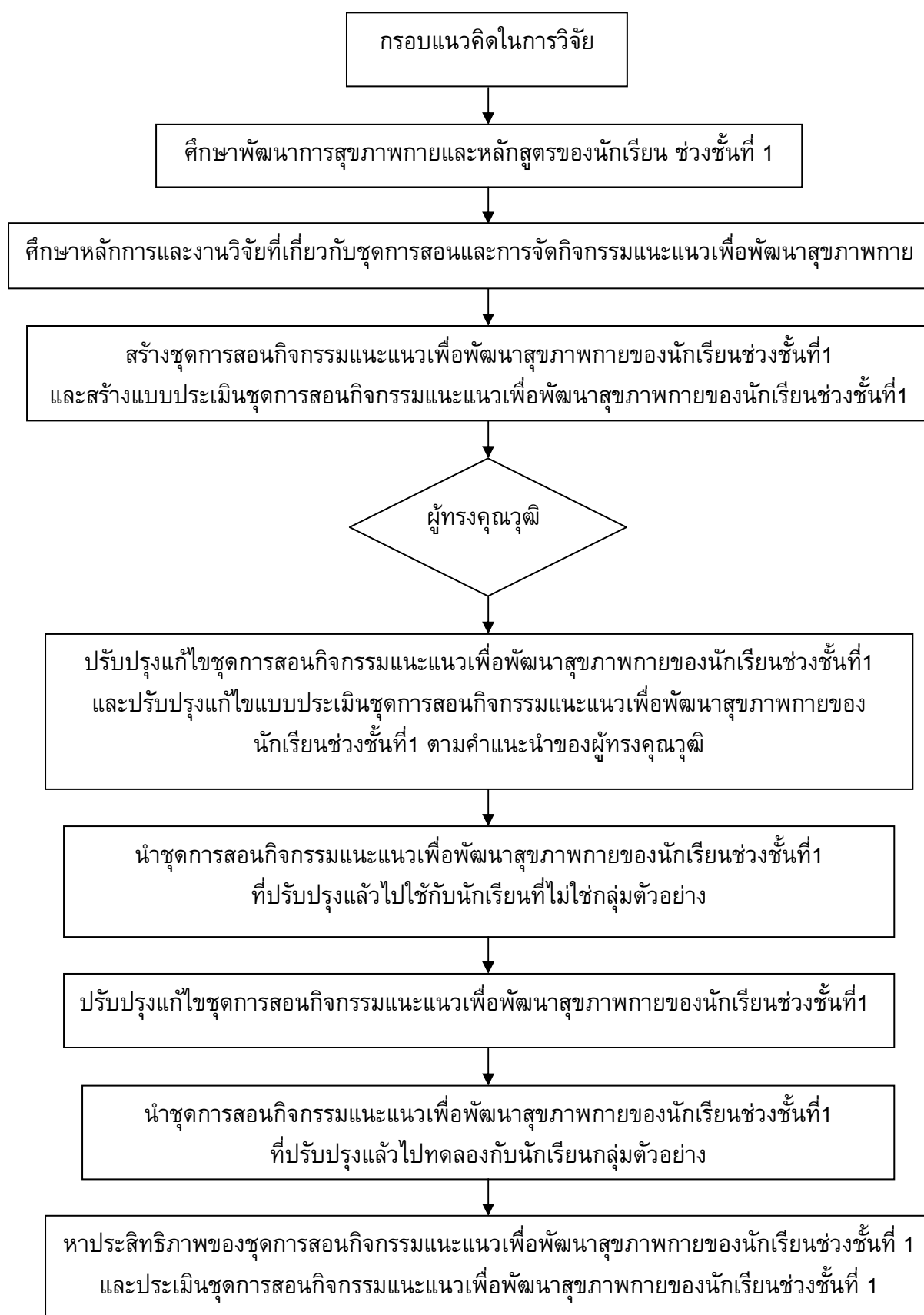
3.เกณฑ์การหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ 60/60

60 จำนวนแรก หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนการใช้
ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาด้านสุขภาพกาย คิดเป็นร้อยละ 60 ขึ้นไป

60 จำนวนหลัง หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังการใช้
ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาด้านสุขภาพกาย คิดเป็นร้อยละ 60 ขึ้นไป

4.นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

5.ช่วงชั้นที่ 1 หมายถึง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
และระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3



สมมุติฐานการวิจัย

- 1.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่1 มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 60 / 60
- 2.คะแนนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 หลังจากได้รับการสอนโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่1 มีคะแนนสูงกว่าก่อนได้รับการสอน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอตาม หัวข้อต่อไปนี

1.เอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน

- 1.1 ความหมายของชุดการสอน
- 1.2 ความหมายชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
- 1.3 หลักการและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการสร้างชุดการสอน
- 1.4 ส่วนประกอบของชุดการสอน
- 1.5 ระบบผลิตชุดการสอน
- 1.6 ประเภทชุดการสอน
- 1.7 คุณค่าของชุดการสอน
- 1.8 การหาประสิทธิภาพชุดการสอน
- 1.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน
 - 1.9.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 1.9.2 งานวิจัยในประเทศ

2.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

- 2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
- 2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
- 2.3 หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.4 ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.5 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว
- 2.6 กระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.7 ตัวชี้วัดความสำเร็จในการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.8 การประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.9 วิธีการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 2.10 กรอบความคิดกิจกรรมแนะแนว
- 2.11 แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
(พ.ศ.2545-2549)
- 2.12 มาตรฐานการแนะแนว
- 2.13 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว
 - 2.13.1 งานวิจัยต่างประเทศ

2.13.2 งานวิจัยในประเทศ

3.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านสุขภาพกาย

3.1 ความหมายของพัฒนาการ

3.2 พัฒนาการด้านสุขภาพกายของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านสุขภาพกาย

3.3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

3.3.2 งานวิจัยในประเทศ

4.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย

4.1 ความหมายและความสำคัญของสุขภาพกาย

4.2 ความมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคล

4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย

4.3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

4.3.2 งานวิจัยในประเทศ

1.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว

1.1 ความหมายของชุดการสอน

แอสบี (Ashby. 1972 : 15 – 17) กล่าวว่า ชุดการสอนเป็นเครื่องมือช่วยสอนที่ประกอบด้วย รูปภาพ สไลด์ เพลง และเทปเสียงที่จะช่วยให้นักเรียนเข้าใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น หลังจากที่นักเรียนเรียนด้วยชุดการสอนจบแต่ละบทเรียนแล้ว นักเรียนสามารถจะทราบความก้าวหน้าของตนเองจากการทำแบบทดสอบที่มีอยู่ในชุดการสอน

กู๊ด (Good. 1973 : 306) กล่าวว่า ชุดการสอน หมายถึง โปรแกรมการสอนทุกอย่างที่จัดไว้โดยเฉพาะมีวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในแต่ละชุดการสอนซึ่งได้แก่คู่มือครู เนื้อหาแบบทดสอบ และมีการกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนไว้ครบถ้วน

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 118) กล่าวว่า ชุดการสอนเป็นสื่อประสมที่ได้จากกระบวนการผลิตและการนำสื่อการสอนที่สอดคล้องกับวิชา หน่วย หัวเรื่องและวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2525 : 185) กล่าวว่า ชุดการสอน หมายถึง ระบบการผลิตและการนำสื่อการเรียนหลายอย่างมาสัมพันธ์กันและมีคุณค่าส่งเสริมกันและกัน สื่อการเรียนอย่างหนึ่งอาจนำมาใช้เพื่ออธิบายข้อเท็จจริงของเนื้อหา ส่วนสื่อการเรียนอีกอย่างหนึ่งอาจใช้เพื่อก่อให้เกิดความลึกซึ้ง สื่อการเรียนเหล่านี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สื่อประสม การนำสื่อการเรียนมาใช้ให้สอดคล้องกับเนื้อหาวิชานั้น เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่า ชุดการสอน คือ หน่วย

หรือของที่บรรจุสื่อการเรียนต่าง ๆ พร้อมทั้งคำแนะนำในการทำกิจกรรมตามขั้นตอนที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่กำหนด

บุญเกื้อ ควรหาเวช (2529 : 66 – 67) กล่าวว่า ชุดการสอนเป็นสื่อการสอนชนิดหนึ่งซึ่งเป็นชุดของสื่อประสมที่มีสื่อการสอนตั้งแต่สองชนิดขึ้นไปรวมกัน โดยจัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียนรู้ ตามหัวข้อเนื้อหาและประสบการณ์ของแต่ละหน่วย ที่ต้องการจะให้ผู้เรียนได้รับความรู้ตามที่ต้องการจัดเอาไว้เป็นชุด ๆ บรรจุในซอง กล่อง หรือกระเป๋า

จากที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า ชุดการสอน หมายถึง สื่อการสอนซึ่งบรรจุสื่อการเรียนต่าง ๆ พร้อมทั้งคำแนะนำ เป็นสื่อประสมที่สอดคล้องกับวิชา หน่วย หัวเรื่อง และวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมตามขั้นตอนที่เหมาะสมที่ต้องการให้นักเรียนได้รับความรู้ตามที่กำหนด และนักเรียนสามารถทราบความก้าวหน้าของตนเองจากการทำแบบทดสอบที่มีอยู่ในชุดการสอนได้

1.2 ความหมายชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว

เป็รื่อง กุมุท (2518 : 1) ให้ความหมายของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวว่า หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยการใช้สื่อการสอนประสมที่สอดคล้องกับวิชาแนะแนว ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการกำหนดให้เรียน 1 คาบต่อสัปดาห์ทั้งชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย อันจะทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ทั้งด้านการศึกษา อาชีพส่วนตัวและสังคมให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

บุญเกื้อ ควรหาเวช (2529 : 66 – 67) ได้ให้ความหมายของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวว่า หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อประสมประกอบด้วยรูปภาพ เทป เพลง วิดีทัศน์ เกม แบบฝึกหัด โดยจัดไว้เป็นชุดหรือกล่องหรือซอง ภายในประกอบด้วยคู่มือครู คู่มือนักเรียน รวมทั้งสื่อในการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

สรุปได้ว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่เป็นสื่อการสอนซึ่งมีลักษณะเป็นสื่อประสมประกอบด้วย วิดีทัศน์ รูปภาพ เทปเสียง เกม รวมถึงสื่อในการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

1.3 หลักการและทฤษฎีที่นำมาใช้ในการสร้างชุดการสอน

การนำหลักการและทฤษฎีมาใช้ในการสร้างชุดการสอนที่มีประสิทธิภาพมีผู้ให้แนวคิดดังนี้

เคมปี และ เคตัน (Kemp ; & Dayton. 1985 : 14 – 15)กล่าวถึงทฤษฎีต่างๆ ที่มีความคล้ายคลึงกันเกี่ยวกับการออกแบบและการใช้สื่อการเรียนการสอน ดังนี้

1.แรงจูงใจ (Motivation)

ถ้านักเรียนมีความต้องการ ความสนใจหรือความปรารถนาที่จะเรียนรู้ก็จะทำให้

การเรียนการสอนที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจคือประสบการณ์หรือกิจกรรมในการเรียนรู้ ความหมายหรือน่าสนใจสำหรับนักเรียน

2.ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences)

นักเรียนแต่ละคนต่างมีอัตราและวิธีการเรียนรู้แตกต่างกัน ดังนั้นการจัดสื่อการเรียนการสอนต้องคำนึงถึงประเด็นนี้ด้วย

3.วัตถุประสงค์การเรียนรู้(Learning Objectives)

การจัดการเรียนการสอน หากนักเรียนได้ทราบวัตถุประสงค์การเรียนรู้ยังช่วยในการวางแผนสร้างสื่อการเรียนการสอน คือทำให้ทราบว่าควรบรรจุเนื้อหาอะไรในสื่อ

4.การจัดเนื้อหา (Organization of Content)

การเรียนรู้จะง่ายขึ้นเมื่อมีการจัดลำดับเนื้อหาสาระในการเรียนรู้เป็นลำดับขั้นและสมเหตุสมผล

5.การจัดเตรียมการเรียนรู้ที่มีมาก่อน (Pre- Learning Preparation)

บางครั้งการเรียนรู้เนื้อหาสาระหนึ่งๆ จำเป็นจะต้องอาศัยประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีมาก่อน ดังนั้นในการสร้างชุดการสอนควรคำนึงถึงธรรมชาติและระดับการเรียนรู้ของแต่ละกลุ่ม เพื่อที่จะจัดเตรียมความพร้อมให้กับกลุ่มผู้เรียน

6.อารมณ์ (Emotion)

การเรียนรู้จะเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลพอๆกับความสามารถทางสติปัญญา ดังนั้น ในการสร้างชุดการสอนควรตอบสนองอารมณ์ ซึ่งก่อให้เกิดแรงจูงใจในการเรียนรู้เป็นสำคัญ

7.การมีส่วนร่วม (Participation)

การเรียนรู้จะบังเกิดผลอย่างรวดเร็วและคงทนหากนักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ทางสติปัญญาและทางกายภาพและควรจัดเป็นเวลายาวนานกว่าการเรียนรู้โดยการฟังหรือการดู

8.การสะท้อนกลับ (Feedback)

การเรียนรู้จะเพิ่มขึ้นหากนักเรียนได้รับความก้าวหน้าในการเรียนรู้ จึงเป็นการสร้างแรงจูงใจ

9.การเสริมแรง (Reinforcement)

เมื่อนักเรียนบรรลุผลในการเรียนรู้เนื้อหาสาระใดแล้วก็จะถูกกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องต่อไป ซึ่งการเรียนรู้ก็เป็นรางวัลที่สร้างความเชื่อมั่นและส่งผลให้เกิดพฤติกรรมในทางบวกแก่นักเรียน

10.การฝึกปฏิบัติและการทำซ้ำ(Practice and Repetition)

บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ในเรื่องของความรู้และทักษะได้จะต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติและการกระทำซ้ำอยู่เสมอ ซึ่งจะนำไปสู่ความคงทนในการเรียนรู้

เสาวนีย์ สิกขาบัณฑิต (2528 : 282 – 293) กล่าวว่า การสร้างชุดการสอน อาศัยหลักการและทฤษฎีหลายประการ ดังนี้

1.ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences) นักการศึกษาได้นำหลักจิตวิทยาในด้านความแตกต่างระหว่างบุคคลมาใช้เพราะถือว่าการสอนนั้นไม่สามารถปั้นผู้เรียนให้เป็นแม่พิมพ์เดียวกันได้ในเวลาที่เท่ากัน เพราะผู้เรียนแต่ละคนจะเรียนรู้ตามวิถีของเขาและใช้เวลาเรียนในเรื่องๆหนึ่งแตกต่างกันไป ความแตกต่างเหล่านี้มีความแตกต่างในด้านความสามารถ (Ability) สติปัญญา (Intelligence) ความต้องการ (Need) ความสนใจ (Interest) ร่างกาย (Physical) อารมณ์ (Emotion) และสังคม (Social) ด้วยเหตุผลที่คนเรามีความแตกต่างกันดังกล่าว ผู้สร้างชุดการสอนจึงพยายามที่จะหาวิธีการที่เหมาะสมที่สุดในการที่จะให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างบรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ในชุดนั้นๆ ซึ่งวิธีที่เหมาะสมที่สุดวิธีหนึ่งคือ การจัดการสอนรายบุคคลหรือการจัดการสอนตามเอกัตภาพหรือการศึกษาด้วยตนเอง ซึ่งล้วนแต่เป็นวิธีที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีอิสระในการเรียนตามความแตกต่างของแต่ละคน

2.การนำสื่อประสมมาใช้ (Multi – Media Approach)เป็นการนำเอาสื่อการสอนหลายประเภทมาใช้สัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบ ความพยายามอันนี้ก็เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงการเรียนการสอนจากเดิมที่เคยยึดครูเป็นแหล่งความรู้หลัก มาเป็นการจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียน เรียนด้วยการใช้แหล่งความรู้จากสื่อประเภทต่างๆ

3.ทฤษฎีการเรียนรู้(Learning Theory) จิตวิทยาการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้

3.1 เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง

3.2 ตรวจสอบผลการเรียนของตนเองว่าถูกหรือผิดได้ทันที

3.3 มีการเสริมแรง คือผู้เรียนจะเกิดความภูมิใจ ดีใจที่ตนเองทำได้ ถูกต้องเป็นการให้กำลังใจที่จะเรียนต่อไป ถ้าตนเองทำไม่ถูกต้องจะได้ทราบว่าที่ถูกต้องนั้นคืออะไร จะได้ไตร่ตรองพิจารณาทำให้เกิดความเข้าใจ ซึ่งจะไม่ทำให้เกิดความท้อถอยหรือสิ้นหวังในการเรียนเพราะเขาจะมีโอกาสที่จะสำเร็จได้เหมือนคนอื่นเหมือนกัน

3.4 เรียนไปที่ละขั้น ตามความสามารถและความสนใจของตนเอง

4.การใช้วิธีวิเคราะห์ (Systems Analysis) เป็นการนำเอาการวิเคราะห์ระบบมาใช้ จัดเนื้อหาวิชาให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของวัยผู้เรียน ทุกสิ่งทุกอย่างที่จัดไว้ในชุดการสอนจะสร้างขึ้นอย่างมีระบบจะต้องมีการตรวจเช็คทุกขั้นตอน และทุกอย่างจะต้องสัมพันธ์สอดคล้องกันเป็นอย่างดี มีการทดลองปรับปรุงมีประสิทธิภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานเป็นที่เชื่อถือได้ จึงจะนำออกใช้

1.4 ส่วนประกอบของชุดการสอน

ส่วนประกอบที่สำคัญของชุดการสอนมีดังนี้ (ไชยยศ เรืองสุวรรณ 2522 : 153)

1.4.1 คู่มือครู เป็นคู่มือครูและแผนการสอนสำหรับครูและนักเรียนตามลักษณะของชุดการสอน ภายในคู่มือครูจะชี้แจงถึงวิธีการใช้ชุดการสอนอย่างละเอียด ครูและนักเรียนจะต้องปฏิบัติตามคำชี้แจง จึงสามารถใช้ชุดการสอนนั้นได้อย่างได้ผล คู่มือครูอาจทำเป็นเล่ม หรือ แผ่น ประกอบด้วย คำชี้แจงสำหรับครู บทบาทของครู การจัดชั้นเรียนพร้อมแผนผังแผนการสอนและแบบฝึกปฏิบัติ

1.4.2 บัตรคำสั่ง (คำแนะนำ) เพื่อให้ผู้เรียนประกอบกิจกรรมแต่ละอย่างที่มีอยู่ในชุดการสอนแบบกลุ่มและชุดการสอนแบบรายบุคคล บัตรคำสั่งจะประกอบด้วยคำอธิบายในเรื่องที่จะศึกษา คำสั่งให้ผู้เรียนดำเนินกิจกรรมและการสรุปบทเรียน ซึ่งอาจสรุปบทเรียนโดยใช้คำอธิบายหรือตอบคำถาม

บัตรคำสั่งจะต้องมีถ้อยคำกระชับรัด เข้าใจง่าย ชัดเจน ครอบคลุมกิจกรรมที่ต้องการให้ผู้เรียนทำ ผู้เรียนจะต้องอ่านบัตรคำสั่งให้เข้าใจเสียก่อน แล้วจึงปฏิบัติตามเป็นขั้นๆต่อไป

1.4.3 เนื้อหาหรือประสบการณ์ จะบรรจุอยู่ในรูปของสื่อการสอนต่าง ๆ อาจประกอบด้วยบทเรียนสำเร็จรูป สไลด์ เทปบันทึกเสียง แผ่นภาพโปร่งใส หุ่นจำลอง รูปภาพ เป็นต้น ผู้เรียนจะต้องศึกษาจากสื่อการสอนต่างๆ ที่บรรจุอยู่ในชุดการสอนตามคำสั่งที่กำหนดไว้ให้

1.4.4 แบบประเมินผล (ทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน) อาจอยู่ในรูปของแบบฝึกหัดให้เติมคำสั่งในช่องว่าง จับคู่เลือกคำตอบที่ถูกต้องหรือให้ดูผลจากการทดลองหรือทำกิจกรรม

ดังนั้นส่วนประกอบที่สำคัญของชุดการสอน ได้แก่ คู่มือครู บัตรคำสั่ง เนื้อหาแบบประเมินผล ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้ชุดการสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.5 ระบบผลิตชุดการสอน

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 123) ได้เสนอการผลิตชุดการสอนโดยระบบการผลิตชุดการสอนแผนจุฬาฯ (Chula Plan) โดยแบ่ง 10 ขั้น คือ

1.5.1 กำหนดหมวดหมู่เนื้อหาและประสบการณ์อาจกำหนดเป็นหมวดวิชาหรือบูรณาการเป็นแบบสหวิทยาการ ตามที่เห็นเหมาะสม

1.5.2 กำหนดหน่วยการสอน แบ่งเนื้อหาวิชาออกเป็นหน่วยการสอนโดยประมาณเนื้อหาวิชาที่จะให้ครูสามารถถ่ายทอดความรู้แก่นักเรียนได้ในหนึ่งสัปดาห์หรือหนึ่งครั้ง

1.5.3 กำหนดหัวเรื่อง ผู้สอนจะต้องถามตนเองว่า ในการสอนแต่ละหน่วย

ควรให้ประสบการณ์แก่ผู้เรียนอะไรบ้าง แล้วกำหนดออกมาเป็น 4 – 6 หัวเรื่อง

1.5.4 กำหนดความคิดรวบยอดและหลักการ จะต้องสอดคล้องกับหน่วยและหัวเรื่องโดยสรุปแนวคิด สาระ และหลักเกณฑ์ไว้ เพื่อเป็นแนวทางการจัดเนื้อหาการสอนให้สอดคล้องกัน

1.5.5 กำหนดวัตถุประสงค์ให้สอดคล้องกับหัวเรื่องเป็นวัตถุประสงค์ทั่วไปก่อน และเปลี่ยนเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ต้องมีเงื่อนไขและเกณฑ์การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไว้ทุกครั้ง

1.5.6 กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมซึ่งจะเป็นแนวทางการเลือกและการผลิตสื่อการสอน “กิจกรรมการเรียนรู้” หมายถึงกิจกรรมทุกอย่างที่ผู้เรียนปฏิบัติ เช่น การอ่านบัตรคำตอบ คำถาม เขียนภาพ เล่นเกม เป็นต้น

1.5.7 กำหนดแบบประเมินผล ต้องประเมินผลให้ตรงกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมโดยใช้แบบอิงเกณฑ์ เพื่อให้ผู้สอนทราบว่าหลังจากการผ่านกิจกรรมมาเรียบร้อยแล้ว นักเรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่

1.5.8 เลือกและผลิตสื่อการสอน วัสดุ อุปกรณ์และวิธีการที่ครูใช้ถือเป็นสื่อการสอนทั้งสิ้น เมื่อผลิตสื่อการสอนของแต่ละหัวเรื่องแล้วก็จัดสื่อการสอนเหล่านั้นไว้เป็นหมวดหมู่ในกล่องที่เตรียมไว้ก่อนนำไปทดลองหาประสิทธิภาพเรียกว่า “ชุดการสอน”

1.5.9 หาประสิทธิภาพชุดการสอน เพื่อเป็นการประกันว่าชุดการสอนที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพในการสอน ผู้สร้างจำเป็นต้องกำหนดเกณฑ์ขึ้นล่วงหน้า โดยคำนึงถึงหลักการว่าการเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ช่วยให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนบรรลุผล

1.5.10 การใช้ชุดการสอน ชุดการสอนที่ได้ปรับปรุงและมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้สามารถนำไปสอนผู้เรียนได้ตามประเภทของชุดการสอนและตามระดับการศึกษา โดยกำหนดขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นประเมินผลก่อนเรียน เพื่อพิจารณาพื้นความรู้เดิมของผู้เรียน (ใช้เวลา 10 – 14 นาที)

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ (ขั้นสอน) ผู้สอนบรรยาย หรือให้มีการแบ่งกลุ่มกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นสรุปผลการสอน เพื่อสรุปมโนทัศน์และหลักการที่สำคัญ

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นประเมินผลหลังเรียน เพื่อดูพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนไป

จากที่กล่าวมาข้างต้น ระบบผลิตชุดการสอนมีลำดับขั้นที่สำคัญคือ การกำหนดหมวดหมู่เนื้อหาและประสบการณ์ หน่วยการสอน หัวเรื่อง ความคิดรวบยอดและหลักการ

วัตถุประสงค์ กิจกรรมการเรียนรู้ การประเมินผล สื่อการสอน ประสิทธิภาพชุดการสอน และการใช้ชุดการสอน

1.6 ประเภทของชุดการสอน

ธีระชัย ปุณณโชติ(2532 : 4-18) ได้จัดประเภทของชุดการสอนแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1.6.1 ชุดการสอนแบบบรรยาย เป็นชุดการสอนที่มุ่งนำเสนอเนื้อหาโดยครูเป็นผู้บรรยายแล้วใช้ชุดการสอนตามความเหมาะสม ซึ่งแล้วแต่ครูผู้สอน ชุดการสอนแบบนี้เหมาะสำหรับการสอนเป็นกลุ่มใหญ่

1.6.2 ชุดการสอนแบบกลุ่มกิจกรรมหรือศูนย์การเรียนรู้ ชุดการสอนแบบนี้มุ่งให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ โดยการจัดแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ หรือศูนย์แล้วให้นักเรียนหมุนเวียนทำกิจกรรมในชุดการสอนที่จัดไว้ประจำแต่ละกลุ่มหรือศูนย์ต่าง ๆ จนครบทุกศูนย์ ซึ่งตามปกติจะมีประมาณ 4 – 5 ศูนย์ โดยเนื้อหาและกิจกรรมที่กระทำในแต่ละศูนย์แตกต่างกัน

1.6.3 ชุดการสอนแบบรายบุคคล เป็นชุดการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนเป็นหลักในการเรียนรู้โดยให้นักเรียนแต่ละคนเรียนรู้ด้วยตนเองจากสื่อต่าง ๆ ในชุดการสอนแบบรายบุคคลนี้ โดยไม่มีกำหนดเวลาที่แน่นอน ตามความสามารถของนักเรียนแต่ละคน

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 118) ยังกล่าวอีกว่า ชุดการสอนทางไกลเป็นชุดการสอนอีกประเภทหนึ่งซึ่งมีบทบาทมากในปัจจุบัน ทั้งนี้เพราะว่า ชุดการสอนทางไกล เป็นชุดการสอนที่ผู้สอนกับผู้เรียนอยู่ต่างถิ่นต่างเวลากัน มุ่งสอนให้ผู้เรียนศึกษาได้ด้วยตัวเองโดยไม่ต้องมาเข้าชั้นเรียน ประกอบด้วยสื่อประเภทสิ่งพิมพ์รายการวิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ และการสอนเสริมตามศูนย์บริหารการศึกษา

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ปัจจุบันมีชุดการสอนแบบต่าง ๆ หลายแบบที่มีบทบาทต่อการจัดการเรียนการสอนในปัจจุบันนี้ เช่น ชุดการสอน แบบบรรยาย แบบกิจกรรมกลุ่ม แบบรายบุคคลและชุดการสอนทางไกล

1.7 คุณค่าของชุดการสอน

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 121) กล่าวว่า ชุดการสอนมีคุณค่าในด้านต่าง ๆ พอสรุปได้ดังนี้

1.7.1 ช่วยให้ผู้สอนถ่ายทอดเนื้อหา และประสบการณ์ที่สลับซับซ้อนและมีลักษณะเป็นนามธรรมสูง

1.7.2 ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียน เพราะชุดการสอนจะเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนของตน นักเรียนสามารถทำตามคำแนะนำที่บอกไว้ในชุดการสอนนั้น ๆ รวมทั้งศึกษาและตอบคำถามด้วยตนเอง

1.7.3 เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นฝึกการตัดสินใจแสวงหาความรู้ด้วยตนเองและมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

1.7.4 ช่วยสร้างความพร้อมและความมั่นใจแก่ผู้สอน เพราะชุดการสอนผลิตไว้เป็นหมวดหมู่ สามารถใช้ได้ทันที โดยเฉพาะผู้ที่ไม่ค่อยมีเวลาในการเตรียมการสอนล่วงหน้า

1.7.5 ทำให้การเรียนของผู้เรียนเป็นอิสระจากอารมณ์ของผู้สอน ชุดการสอนทำให้ผู้เรียนเรียนได้ตลอดเวลา ไม่ว่าผู้สอนจะมีสภาพขัดข้องทางอารมณ์เพียงใด

1.7.6 ช่วยให้การเรียนเป็นอิสระจากบุคลิกภาพของผู้สอน เนื่องจากชุดการสอนทำหน้าที่ถ่ายทอดความรู้แทนครู แม้ครูพูดหรือสอนไม่เก่ง ผู้เรียนก็สามารถเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพจากชุดการสอนที่ผ่านการทดสอบประสิทธิภาพมาเรียบร้อยแล้ว

1.7.7 ในกรณีของครูหรือขาดครูเฉพาะวิชา ครูคนอื่นก็สามารถสอนได้โดยใช้ชุดการสอน มีชิ้นอยู่ในชั้นเรียนเลย ๆ เพราะเนื้อหาวิชาอยู่ในชุดการสอนเรียบร้อยแล้วและครูแทบไม่ต้องเตรียมอะไรมากนัก

สรุปได้ว่า คุณค่าของชุดการสอนช่วยให้ผู้เรียนได้รับการถ่ายทอดเนื้อหาที่เป็นนามธรรม สามารถสร้างความสนใจ แสดงความคิดเห็นเป็นอิสระจากอารมณ์และบุคลิกของผู้สอน สร้างความมั่นใจแก่ผู้เรียนได้ รวมทั้งใช้ชุดการสอนแทนในกรณีที่ขาดครูเพราะมีเนื้อหาวิชาอยู่ในชุดการสอนเรียบร้อยแล้ว ทำให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากขึ้น

1.8 การหาประสิทธิภาพชุดการสอน

สื่อการสอนที่ผลิตได้ดังกล่าวแล้ว จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปทดสอบหาประสิทธิภาพของสื่อเพื่อเป็นหลักประกันได้ว่า สื่อการสอนนั้นมีประสิทธิภาพในการเรียนการสอน (ฉลองชัย สุวัฒนบุรณ. 2538 : 213)

การทดสอบประสิทธิภาพของชุดการสอน ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Developmental Testing” (การตรวจสอบพัฒนาการเพื่อให้งานดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ) หมายถึง การนำชุดการสอนไปทดลอง (Try Out) เพื่อปรับปรุงแล้วนำไปทดลองสอนจริง (Trial Run) นำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขเสร็จแล้วจึงผลิตออกมาเป็นจำนวนมาก

การทดลองใช้ หมายถึง การนำชุดการสอนที่ผลิตขึ้นเป็นแบบ (Prototype) ไปทดลองใช้ตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในแต่ละระบบ เพื่อปรับปรุงประสิทธิภาพของชุดการสอนให้เท่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้

การทดลองสอนจริง หมายถึง การนำชุดการสอนที่ได้ทดลองใช้และปรับปรุงแล้วทุกหน่วยในแต่ละวิชาไปสอนจริง ในชั้นเรียนหรือสถานการณ์การเรียนที่แท้จริงเป็นเวลา 1 ภาคการศึกษาเป็นอย่างน้อย

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2528 : 490 - 496) ได้กล่าวถึงความจำเป็นในการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. สำหรับหน่วยงานผลิตชุดการเรียนการสอน เป็นการประกันคุณภาพของชุดการเรียนการสอนว่าอยู่ในขั้นสูงเหมาะสมที่จะลงทุนผลิตออกมาจำนวนมาก หากไม่ทดสอบประสิทธิภาพเสียก่อนและผลิตออกมาใช้ประโยชน์ไม่ได้ก็ต้องทำใหม่ เป็นการสิ้นเปลืองทั้งเวลาและเงิน

2. สำหรับผู้ใช้ชุดการเรียนการสอน ชุดการเรียนการสอนช่วยให้ผู้เรียนเปลี่ยนพฤติกรรมตามที่มุ่งหวัง ดังนั้นก่อนนำชุดการเรียนการสอนไปใช้ครูควรมั่นใจว่าชุดการเรียนการสอนนั้นมีประสิทธิภาพในการช่วยให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จริง การทดสอบประสิทธิภาพตามลำดับขั้นจะช่วยให้ได้ชุดการเรียนการสอนที่มีคุณค่าตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

3. สำหรับผู้ผลิตชุดการเรียนการสอน การทดสอบประสิทธิภาพจะทำให้ผู้ผลิตมั่นใจได้ว่าเนื้อหาที่บรรจุในชุดการเรียนการสอนมีความเหมาะสมและง่ายต่อการเข้าใจ

ไชยยศ เรืองสุวรรณ (2522 : 129 – 130) ได้กล่าวถึงการหาประสิทธิภาพสื่อสามารถทำได้ 2 วิธี คือ

1. ประเมินโดยอาศัยเกณฑ์ การประเมินชุดการสอนนั้นเป็นการตรวจสอบหรือประเมินประสิทธิภาพของชุดการสอนที่นิยมประเมินจะเป็นชุดการสอน สำหรับกลุ่มกิจกรรมหรือชุดการสอนที่ใช้ศูนย์การเรียนโดยใช้เกณฑ์มาตรฐาน 90/90 เป็นเกณฑ์ประเมินสำหรับเนื้อหาประเภทความรู้และความจำและใช้เกณฑ์มาตรฐาน 80/80 สำหรับเนื้อหาที่เป็นทักษะ ความหมายของตัวเลขเกณฑ์มาตรฐานดังกล่าว มีความหมายดังนี้ คือ 80 ตัวแรก หมายถึง ค่าร้อยละของประสิทธิภาพในด้านกระบวนการชุดการสอน ซึ่งประกอบด้วยผลของการปฏิบัติการกิจต่างๆ เช่น งาน และแบบฝึกของผู้เรียน โดยนำคะแนนที่ได้จากการวัดผลภารกิจทั้งหลายทั้งรายบุคคลและกลุ่มย่อยทุกชิ้นมารวมกัน แล้วคำนวณหาค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วน 80 ตัวหลังนั้น หมายถึง คะแนนจากการทดสอบหลังเรียน (Post-test) ของผู้เรียนทั้งหมดนำมาคำนวณหาค่าเฉลี่ยร้อยละ ก็จะได้ค่าตัวเลขทั้งสอง เพื่อนำไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานต่อไป

2. ประเมินโดยไม่ต้องตั้งเกณฑ์ไว้ล่วงหน้า การประเมินโดยไม่ต้องตั้งเกณฑ์ไว้ล่วงหน้า เป็นการประเมินหาประสิทธิภาพของสื่อด้วยการเปรียบเทียบผลการทดสอบของผู้เรียนภายหลังจากที่เรียนจากสื่อนั้นแล้ว (Post-test) ว่าสูงกว่าผลสอบก่อนเรียน (Pre-test) อย่างมีนัยสำคัญหรือไม่ หากผลการเปรียบเทียบพบว่า ผู้เรียนได้คะแนนสอบหลังเรียนสูงกว่าคะแนนสอบก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญก็แสดงว่า สื่อนั้นมีประสิทธิภาพ การประเมินสื่อในลักษณะนี้อาจทำได้โดยการวิจัยเปรียบเทียบกับการใช้สื่ออื่นๆ

เรณู พินิจการ (2545 : 24) กล่าวถึงการสร้างเครื่องมือและสื่อการสอนที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ คือ 60/60 โดย 60 จำนวนแรก หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนการใช้กิจกรรมการเรียนรู้การสอน ได้ถูกต้องคิดเป็นร้อยละ 60 และ 60 จำนวนหลัง หมายถึง คะแนนเฉลี่ยที่นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังการใช้กิจกรรมการเรียนรู้การสอน ได้ถูกต้องคิดเป็นร้อยละ 60

การคำนวณหาประสิทธิภาพของชุดการสอน

กระทำโดยใช้สูตรต่อไปนี้ (เสาวณีย์ ลิกขาบัณฑิต. 2528 : 295)

สูตรที่ 1

$$E_1 = \frac{\frac{\sum x}{n}}{A} \times 100$$

E_1	แทน	ประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอนคิดเป็นร้อยละจากการทำแบบฝึกหัดและหรือประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
$\sum x$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัดและหรือการประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
A	แทน	คะแนนเต็มของการทำแบบฝึกหัดและหรือกิจกรรมการเรียนรู้
n	แทน	จำนวนผู้เรียน

สูตรที่ 2

$$E_2 = \frac{\frac{\sum F}{n}}{B} \times 100$$

E_2	แทน	ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (พฤติกรรมที่เปลี่ยนในตัวผู้เรียน)หลังจากการเรียนชุดการสอนนั้น คิดเป็นร้อยละจากการกระทำแบบทดสอบหลังเรียนและหรือการประกอบกิจกรรมหลังเรียน
$\sum F$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัดและหรือการประกอบกิจกรรมการเรียน
B	แทน	คะแนนรวมของผู้เรียนจากการทดสอบหลังเรียนและหรือการประกอบกิจกรรมหลังเรียนนั้น
n	แทน	จำนวนผู้เรียน

ในการกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดการสอนนิยมตั้งไว้ 90/90 สำหรับเนื้อหาที่เป็นความรู้ ความจำ และเนื้อหาที่เป็นทักษะหรือเจตคติไม่ต่ำกว่า 80/80 เพราะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมคิดตามระยะเวลาไม่สามารถเปลี่ยนและวัดได้ทันทีเรียนเสร็จไปแล้ว (อรพรรณ พรสีมา. 2530 : 31)

เกณฑ์ประสิทธิภาพชุดการเรียนการสอนที่ผลิตได้นั้น ฉลองชัย สุขวัฒนบุรณ์ (2538 : 215) ได้กำหนดไว้ 3 ระดับ คือ

1. สูงกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนการสอนเท่ากันหรือสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้มีค่าเกินกว่า 2.5% ขึ้นไป
2. เท่าเกณฑ์เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนการสอนเท่ากันหรือสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ไม่เกิน 2.5%
3. ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนการสอนต่ำกว่าเกณฑ์แต่ไม่ต่ำกว่า 2.5%

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่าการหาประสิทธิภาพของชุดการสอนเป็นกระบวนการตรวจสอบและพิจารณาคุณค่าของสื่ออย่างเป็นระบบ โดยมีการทดสอบหาประสิทธิภาพของสื่อก่อนนำไปใช้สอนจริงจากนั้นนำผลที่ได้นำมาปรับปรุงแก้ไข จึงนำไปใช้สอนตามปกติ ในการหาประสิทธิภาพชุดการสอนสามารถทำได้หลายวิธีแต่ที่นิยม คือ การประเมินโดยอาศัยเกณฑ์มาตรฐานเพื่อ 60/60 80/80 หรือ 90/90 ซึ่งเป็นการหาความสัมพันธ์ของ

คะแนนหลังจากทำการเรียนการสอนโดยใช้สื่อแล้วและยังสามารถกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพชุดการสอนได้ 3 ระดับคือ สูงกว่าเกณฑ์ เท่าเกณฑ์ ต่ำกว่าเกณฑ์

1.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว

1.9.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ฮาร์เปอร์ (Harper. 1972 : 5669-A) ได้ทดลองสร้างชุดการสอน ประกอบด้วยการสอนวิชาภาษาฝรั่งเศสของมหาวิทยาลัยฮาร์เร็น เมื่อสอนไปได้หนึ่งภาคเรียน จึงสรุปผลได้ดังนี้ ผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนที่เรียนด้วยชุดการสอนสูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยการสอนปกติความก้าวหน้าของนักเรียนกลุ่มเก่งและกลุ่มอ่อนมีความก้าวหน้ากว่านักเรียนกลุ่มปานกลาง

ฟราเซียร์ (Frazier. 1975 : 2589) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ชุดการสอน โดยใช้ชุดการสอนอบรมครูในโปรแกรมการอบรมครูประถมศึกษาระดับ 1 เพื่อให้ครูนำความรู้จากการอบรมไปสร้างชุดการสอนสำหรับสอนเด็กระดับ 1 โดยทำการทดลองกับครูจำนวน 66 คน แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 26 คน กลุ่มทดลอง 40 คน ผลการศึกษาพบว่า คะแนนทั้งสองกลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ ครูที่ได้รับการอบรมด้วยชุดการสอนสามารถนำความรู้ไปใช้สร้างชุดการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แมคโคลแมน (McColman. 1975 : 109-A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการใช้ชุดการสอนและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดการสอนร่วมกับกิจกรรมกลุ่มมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษามากกว่านักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดการสอนเพียงอย่างเดียวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดการสอนเพียงอย่างเดียวมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่านักเรียนที่เรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เทอร์ค (Turk. 1985 : 2436) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาวิธีการฟังจังหวะและทำนองดนตรีของนักเรียนโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์เป็นเครื่องช่วยสอน ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการใช้ชุดการสอนนักเรียนสามารถรับรู้และเข้าใจจังหวะและทำนองดนตรีได้อย่างรวดเร็ว

วิลสัน (Willson. 1989 : 416) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการวิเคราะห์ผลของการใช้ชุดการสอนที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ของเด็กพิการ ผลการศึกษาพบว่า การใช้ชุดการสอนทำให้เด็กมีความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์มากขึ้น

1.9.2 งานวิจัยในประเทศ

กมล ประทีปธีรานันท์ (2530 : 76) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวตามหลักสัปปริสธรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพด้านคุณธรรมด้านสัปปริสธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดไร่ขิง จังหวัดนครปฐม ผลการศึกษา

พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวตามหลัก สัมปรีชธรรมมีคุณธรรมด้านสัมปรีชธรรมเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอน แบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เยาวรัตน์ โพธิ์ทอง (2544 : 53) ได้สร้างชุดการสอนเพื่อพัฒนาชุด การสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตเรื่องการทำมาหากินสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 5 ผลการทดลองพบว่า ชุดการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่องการทำมาหากิน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 90/90 โดยชุดการสอนที่ 1 มีประสิทธิภาพ 91.33/91.14 และชุดการสอนที่ 2 มีประสิทธิภาพ 91.25/91.74

นวพรรษ เพชรหมณี (2545 : 67 - 68) ได้สร้างชุดการสอนเพื่อพัฒนาชุด การสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่อง ประเทศเพื่อนบ้านสำหรับนักเรียนชั้น ประถมศึกษา ปีที่ 6 ผลการทดลองพบว่า ประสิทธิภาพของชุดการสอนสูงกว่าเกณฑ์ 85/85 มีทั้งหมดสี่ชุดด้วยกัน โดยแต่ละชุดการสอนมีประสิทธิภาพ ดังนี้ 98.67/90.05, 95.37/89.26, 92.22/86.97, 97.49/86.56 ตามลำดับ

สุกัญญา ยีกา (2545 : 42) ได้สร้างชุดการเรียนรู้การสอนเรื่องเรขาคณิต การแปลงสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคันนายาว (ธารินเจริญสงเคราะห์) จำนวน 40 คน ได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบเกาะ กลุ่ม ผลการทดลองปรากฏว่าชุดการสอนที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 70/70 และกลุ่ม ตัวอย่างมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1

ศักดิ์ศรี แสงศรี (2545 : 80) ได้พัฒนาชุดการสอนเรื่องจังหวัดพังงา สำหรับ นักเรียนชั้นประถมศึกษาผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า ชุดการสอนที่สร้างขึ้นมีคุณภาพ จากการประเมินของผู้เชี่ยวชาญอยู่ในระดับดีถึงดีมาก และมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ที่ กำหนด คือ 85/85 โดยแต่ละชุดการสอนมีประสิทธิภาพ ดังนี้ 92.08/89.18, 88.93/91.07 และ 91.10/90.08 ตามลำดับ

อุษา พิทักษ์วงศ์ (2546 : 76) ได้สร้างชุดกิจกรรมการสอนคณิตศาสตร์ เรื่อง เวลา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนโรงเรียนอนุบาลวัดสูง (สูงสง่าวิทยาคาร) อำเภอเสนาให้ จังหวัดสระบุรี ผลการทดลองพบว่าชุดการสอนมีประสิทธิภาพ สูงกว่าเกณฑ์ มาตรฐาน 85/85 มีประสิทธิภาพ 95.24 /90.00

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอนในสาขาวิชาต่างๆพบว่า ผลการวิจัยส่วนใหญ่เกี่ยวกับชุดการสอนมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ ชุดการสอน สามารถทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน ผู้วิจัย ได้นำมาเป็นแนวทางในการสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เมื่อสร้างเสร็จแล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจ แล้วจึงนำไปหาประสิทธิภาพ เครื่องมือและนำมาปรับปรุงแก้ไข

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

จินดาภรณ์ อังสุวรรณโชติ (2525 : 7) กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างเยาวชนทั้งในด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญา และร่างกาย

วิภาภรณ์ เรือนทิพย์ (2530 : 9) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึงกิจกรรมที่โรงเรียนจัดเพื่อเสริมสร้างทักษะทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา สามารถนำความรู้ ประสบการณ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต่อสังคมและประเทศชาติ

สรุปได้ว่ากิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างทักษะทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ให้เยาวชนสามารถนำความรู้หรือประสบการณ์ที่ได้รับไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 24) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมแนะแนว คือ

1. เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถ ความสนใจของตนเองรักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งการเรียนรู้ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว สังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพได้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง
3. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
4. เพื่อให้ผู้เรียน มีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต
5. เพื่อให้ผู้เรียนมีค่านิยมที่ดีงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรม และจริยธรรม แก่ผู้เรียน
6. เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541 : 16 -17) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนโดยทั่วไปมีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับตัวเองที่ตรงกับสภาพความเป็นจริง ทั้งให้ด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม ความต้องการ ความสามารถ ความถนัด และความสนใจ ตลอดจนค่านิยมที่ยึดถือ

2. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาต่อในสถานศึกษาต่างๆ เช่น สถานที่ของสถาบันที่จะศึกษาต่อ ระเบียบการสมัคร รวมทั้งโอกาสที่จะเข้าศึกษาต่อในสถาบันนั้นๆ

3. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับโลกกว้างทางอาชีพ การแบ่งหมวดหมู่ของอาชีพ ลักษณะของอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของแต่ละคน และข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพตามที่ต้องการ

4. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อมูลที่ได้นำมาพิจารณาเลือกตัดสินใจเกี่ยวกับแนวทางในการศึกษาต่อและประกอบอาชีพได้เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนมากที่สุด

5. เพื่อให้นักเรียนได้เพิ่มพูนประสบการณ์ เกี่ยวกับการศึกษาต่อหรือการประกอบอาชีพตามที่ตนสนใจในรายละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น เพื่อช่วยให้เกิดความมั่นใจในการวางแผนเลือกทางเดินของชีวิตในอนาคต ถ้าพบว่าไม่เหมาะสมจะได้เปลี่ยนแปลงเป้าหมายได้ทันทั่วทั้งที่ ช่วยให้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่าวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักตนเองในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา มีค่านิยมที่ดีงาม จิตสำนึกที่ดีต่อตนเอง ครอบครัว สังคม การพัฒนาบุคลิกภาพ ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ และนำข้อมูลมาพิจารณาตัดสินใจเพื่อการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ และสามารถเพิ่มพูนประสบการณ์เกี่ยวกับการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ

2.3 หลักการของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 24-25) บอกถึงหลักการของการจัดกิจกรรมแนะแนวดังนี้

1. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ และธรรมชาติของผู้เรียน

2. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาที่ต้องสนองตอบจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544

3. จัดกิจกรรมเพื่อผู้เรียนทุกคนโดยครอบคลุมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิต และสังคม

4. จัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยผู้เรียนมีอิสระในการคิดและตัดสินใจ

5. จัดกิจกรรมที่เน้นให้ผู้เรียน เรียนรู้ด้วยตนเองให้มากที่สุดด้วยการปฏิบัติ จนเกิดทักษะหรือการเรียนรู้

6. ให้ครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม โดยครูแนะแนวทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงประสานงาน

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่าหลักการของกิจกรรมแนะแนวต้องจัดกิจกรรม

ให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ วิสัยทัศน์ของสถานศึกษาสนองตอบ
จุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยจัด
กิจกรรมให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง และครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม

2.4 ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว

ในการจัดกิจกรรมแนะแนว กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 25) กล่าวว่าควรจัด
ให้ครอบคลุมขอบข่าย ดังนี้

2.4.1 การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษามุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองใน
ด้านการเรียนอย่างเต็มตามศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียน
การศึกษาต่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีเทคนิค วิธีการและทักษะการเรียนรู้ มีนิสัยใฝ่รู้ ใฝ่เรียน
และสามารถวางแผนการเรียน การศึกษาต่อได้อย่างเหมาะสมกับตนเอง

2.4.2 การจัดกิจกรรมแนะแนวด้านการงานและอาชีพ มุ่งให้ผู้เรียนได้รู้จัก
ตนเองในทุกด้าน รู้โลกงานอาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติที่ดีและทักษะพื้นฐานที่จำเป็นใน
อาชีพ มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ ตลอดจนมีการพัฒนาอาชีพตามที่ตนเองถนัดและสนใจ

2.4.3 การจัดกิจกรรมด้านชีวิตและสังคม มุ่งให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รัก
และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ
มีทักษะในการดำเนินชีวิตและสามารถปรับตัวให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ส่วนงานวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว ควรจัดให้
ครอบคลุมทั้งด้านการศึกษามุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองด้านการเรียนอย่างเต็มตามศักยภาพ
ใช้ข้อมูลในการวางแผนการเรียนได้อย่างเหมาะสม รู้จักโลกของงาน มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ การมี
ชีวิตที่ดีมีคุณภาพ สามารถปรับตัวให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.5 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 25-26) กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มี
ลักษณะดังนี้

2.5.1 เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจ

2.5.2 สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษา การงาน
อาชีพ ชีวิตและสังคม เพื่อใช้ในการวางแผนการเรียน การศึกษาต่อ อาชีพ ที่เหมาะสมกับตนเอง

2.5.3 เสริมสร้างทักษะต่างๆให้ผู้เรียนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวกับ
สิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.5.4 เสริมสร้างค่านิยมที่ดี วินัย คุณธรรม และจริยธรรม

2.5.5 เพิ่มพูนประสบการณ์เพื่อเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะในวิชาการ

ต่างๆมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีนิสัยรักการทำงานและสามารถเลือกอาชีพได้เหมาะสมกับตนเอง

2.5.6 จัดกลุ่มผู้เรียนเพื่อทำกิจกรรมหรือครูเป็นผู้ริเริ่ม เป็นที่ปรึกษาโดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของผู้เรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ และแก้ปัญหาผู้เรียนได้

2.5.7 จัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริม พัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน

2.5.8 เป็นกิจกรรมที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการแต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง

2.5.9 วัดและประเมินผลในแต่ละกิจกรรม โดยมีการประเมินผลจากเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม การผ่านจุดประสงค์ของกิจกรรมที่แสดงถึงการพัฒนาการของผู้เรียนเพื่อนำไปใช้ในการผ่านช่วงชั้น

2.5.10.สรุปการประเมินผลพัฒนาการของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดและนำเสนอผู้ที่เกี่ยวข้อง

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า ลักษณะของกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการด้านการเรียนของนักเรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนค้นพบความถนัด ความสามารถของตนเอง ผู้เรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม สร้างค่านิยมที่ดีด้านคุณธรรม จริยธรรม มีความรู้ ทักษะทางวิชาการ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ สามารถวัดและประเมินผลในแต่ละกิจกรรมพร้อมกับประเมินผลพัฒนาการของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดได้

2.6 กระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 26) ได้กล่าวถึงกระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนวดังนี้

1. สำรวจสภาพปัญหาความต้องการและความสนใจของผู้เรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางและแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว
2. ศึกษาวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลของผู้เรียนที่ได้จากการสำรวจเพื่อทราบปัญหา ความต้องการและความสนใจ กำหนดสาระและรายละเอียดของกิจกรรมแนะแนว
3. กำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้าน ครอบคลุมด้านการศึกษางานและอาชีพ ชีวิตและสังคม ให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม โดยยึดสภาพปัญหาความต้องการและความสนใจ ตลอดจนธรรมชาติและผู้เรียนเป็นหลัก ทั้งนี้ ครูและผู้เรียนมีส่วนร่วมในการจัดสาระของกิจกรรม

4. กำหนดแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว เมื่อกำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้านแล้วว่าแต่ละภาคเรียนจะต้องจัดกิจกรรมแนะแนวด้านใด จำนวนกี่ชั่วโมง ต่อมาจะต้องกำหนดรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมย่อยต่อไป

5. การจัดทำรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม เริ่มตั้งแต่กำหนดชื่อกิจกรรม จุดประสงค์เวลาเนื้อหา/สาระ สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

6. ปฏิบัติตามแผน วัดและประเมินผล สรุปรายงาน

เดวิด พอล และโดแนลด์ (David, Paul and Donald. 1993 ; อ้างอิงจาก ชอลัดดา ขวัญเมือง. 2541 : 20) ได้สรุปว่าขั้นตอนการจัดการเรียนการสอนควรมีขั้นตอนที่สำคัญดังนี้

1. ขั้นวางแผน (planning phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า อะไรคือเป้าหมายที่ต้องการให้นักเรียนเรียนรู้ เข้าใจ เห็นคุณค่า หรือมีความสามารถในเรื่องอะไร

2. ขั้นดำเนินการ (implementing phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า ทำอย่างไรจึงจะนำนักเรียนไปสู่เป้าหมายที่ได้วางไว้ เป็นขั้นเลือกยุทธศาสตร์และเทคนิคต่างๆ ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยคำนึงถึงนักเรียน ครู และองค์ประกอบอื่นๆ ด้วย

3. ขั้นประเมินผล (evaluating phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า จะประเมินผล อย่างไรจึงจะทราบว่านักเรียนรู้ เข้าใจ เห็นคุณค่า หรือมีความสามารถตามเป้าหมายที่ได้วางไว้

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า กระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนวมีขั้นตอนดังนี้ การสำรวจปัญหาความต้องการของผู้เรียนเพื่อใช้เป็นแนวทางในการวางแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว ศึกษาวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลของนักเรียน วางแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว ดำเนินการตามแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว ตลอดจนการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว

2.7 ตัวชี้วัดความสำเร็จในการจัดกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 27 – 28) ได้กล่าวว่า สถานศึกษาอาจจัดทำตัวชี้วัดความสำเร็จในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อตรวจสอบความสำเร็จตามความเหมาะสมของสภาพแต่ละสถานศึกษา ดังตัวอย่างต่อไปนี้

2.7.1 ด้านผลผลิต

2.7.1.1 ผู้เรียนรู้ความสนใจ ความถนัด ความสามารถของตนเอง

2.7.1.2 ผู้เรียนรักและเห็นคุณค่า ภูมิใจในตนเอง ผู้อื่น

2.7.1.3 ผู้เรียนรู้จักแสวงหาข้อมูลสารสนเทศในการพัฒนาตนเองด้านการศึกษา การงานและอาชีพและสังคม

2.7.1.4 ผู้เรียนใช้ข้อมูลสารสนเทศในการพัฒนาตนเองด้านการศึกษางานและอาชีพและสังคม

2.7.1.5 ผู้เรียนมีเป้าหมายชีวิต รู้จักวางแผนชีวิตด้านการศึกษางานและอาชีพได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับศักยภาพของตนเองได้

2.7.1.6 ผู้เรียนสามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาของตนเอง

2.7.1.7 ผู้เรียนรู้จักหลีกเลี่ยงจากอบายมุขทุกประเภทหรือสิ่งที่เป็นภัยต่อชีวิต

2.7.1.8 ผู้เรียนมีวุฒิภาวะทางอารมณ์

2.7.1.9 ผู้เรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม

2.7.1.10 ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

2.7.2 ด้านกระบวนการ

2.7.2.1 มีการดำเนินการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับตัวผู้เรียนและจัดทำข้อมูลอย่างเป็นระบบ ทันสมัยอยู่เสมอ

2.7.2.2 มีการจัดโปรแกรมชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนด้านต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการ ความสนใจของผู้เรียน เช่น ชุดกิจกรรมพัฒนาบุคลิกภาพ ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะดำเนินชีวิต ชุดกิจกรรมพัฒนาวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศีลธรรมและจริยธรรม

2.7.2.3 มีการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนการจัดกิจกรรมและเสนอแนะวิธีการจัดกิจกรรมที่จะช่วยผู้เรียนสนุกสนาน แปลกใหม่และน่าสนใจนำไปสู่การพัฒนาการด้านต่าง ๆ และสามารถแก้ไขปัญหาผู้เรียนได้

2.7.2.4 มีการให้ข้อมูลสารสนเทศที่ทันสมัยเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนด้วยวิธีการที่หลากหลาย

2.7.2.5 มีการประสานสัมพันธ์กับผู้ปกครองอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง และหลากหลายรูปแบบ เน้นการร่วมกันพัฒนาผู้เรียน

2.7.2.6 มีการจัดโครงการ/กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนอย่างหลากหลายตามสภาพปัญหาและความต้องการความสนใจของผู้เรียน

2.7.2.7 มีการจัดกิจกรรมที่อาศัยกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยาและการแนะแนวในการพัฒนาผู้เรียน

2.7.2.8 มีการจัดกิจกรรมทั้งในและนอกเวลาเรียน ให้ครูและผู้เรียนได้คุ้นเคย ใกล้ชิดกัน เช่น กิจกรรมวันพบพ่อครูแม่ครู วันลูกศิษย์ ฯลฯ

2.7.3 ด้านปัจจัย

2.7.3.1 ผู้บริหารมีภาวะผู้นำและเห็นความสำคัญของการจัดกิจกรรม
แนะแนว

2.7.3.2 ครูทุกคนตระหนักเห็นความสำคัญของการจัดกิจกรรม
แนะแนวและมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานด้านจิตวิทยาและการแนะแนว

2.7.3.3 ครูทุกคนมีบทบาทในการดำเนินการจัดกิจกรรมแนะแนว

2.7.3.4 ผู้ปกครองรับรู้และมีส่วนร่วมให้การสนับสนุนในการจัด
กิจกรรมแนะแนว

2.7.3.5 มีคณะทำงานที่รับผิดชอบการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยตรง

2.7.3.6 มีแผนการดำเนินการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ชัดเจนเป็น
รูปธรรม

2.7.3.7 มีโครงการ/กิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและ
ความต้องการความสนใจ ของผู้เรียนทุกกลุ่มเป้าหมายและชุมชน

2.7.3.8 มีแนวปฏิบัติในการจัดกิจกรรมแนะแนวและมีการปฏิบัติอย่าง
จริงจัง

2.7.3.9 หากมีเครื่องมือการรู้จักและเข้าใจผู้เรียนที่หลากหลายที่จะ
นำไปใช้กับผู้เรียน

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ตัวชี้วัดความสำเร็จในการจัดกิจกรรมแนะแนวจะต้องคำนึงถึงความเหมาะสมของแต่ละสถานศึกษา แต่ละด้านคือ ด้านผลผลิต โดยผู้เรียนต้องรู้จักความสามารถของตนเองเห็นคุณค่าในตนเอง แสวงหาข้อมูลสารสนเทศและใช้ข้อมูลนั้นเพื่อพัฒนาตนเองด้านการศึกษา อาชีพ และสังคม ด้านกระบวนการ ต้องจัดทำข้อมูลอย่างเป็นระบบ จัดโปรแกรมพัฒนาผู้เรียนด้านต่างๆอย่างหลากหลาย สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียน มีข้อมูลสารสนเทศที่ทันสมัย จัดกิจกรรมที่อาศัยกระบวนการกลุ่มทางจิตวิทยา และควรมีกิจกรรมทั้งในและนอกเวลาเรียนเพื่อให้ครูและผู้เรียนคุ้นเคย ใกล้ชิดกัน ส่วนด้านปัจจัยอื่นๆผู้บริหารสถานศึกษา ครูทุกคน เล็งเห็นความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว ผู้ปกครองให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรมแนะแนว ดำเนินการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยจัดโครงการให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความสนใจของผู้เรียน

2.8 การประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว

ในการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว ครูผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมแนะแนวผู้เรียนและผู้ปกครองมีภารกิจที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 28 – 29) กล่าวไว้ดังนี้

2.8.1 ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว

2.8.1.1 ต้องจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดคุณลักษณะตาม
วัตถุประสงค์และสอดคล้องกับวิสัยทัศน์ที่สถานศึกษากำหนดและตามสภาพความต้องการ
ปัญหาของผู้เรียน

2.8.1.2 ต้องรายงาน เวลา และพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม

2.8.1.3 ต้องศึกษา ติดตาม และพัฒนาผู้เรียน ในกรณีที่ผู้เรียนไม่เข้า
ร่วมกิจกรรม

2.8.1.4 ต้องประเมินผลผู้เรียน โดยดูการพัฒนาการของผู้เรียนเป็น
สำคัญ ในกรณีที่ผลการประเมินยังไม่ผ่านให้ครูผู้จัดกิจกรรมดำเนินการให้ผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรม
ซ้ำหรือเพิ่มเติมจนกระทั่งผู้เรียนเกิดคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์ที่สถานศึกษากำหนด

2.8.1.5 บันทึกผลการติดตามและประเมินผลผู้เรียนไว้เป็นหลักฐาน

2.8.2 ผู้เรียน

2.8.2.1 ต้องมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามเกณฑ์ที่สถานศึกษา
กำหนดโดยมีหลักฐานแสดงเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม

2.8.2.2 ต้องปฏิบัติกิจกรรมเพิ่มเติมตามที่ครูรับผิดชอบการจัด
กิจกรรมมอบหมายถ้าไม่เกิดคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์ที่สถานศึกษากำหนด

2.8.3 ผู้ปกครอง

ผู้ปกครองควรมีส่วนร่วมในการประเมินผลพัฒนาการของผู้เรียนมีการ
บันทึกสรุปพัฒนาการและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียน

จากการวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า การประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนวให้บรรลุ
ตามวัตถุประสงค์นั้น ต้องเกิดจากการร่วมมือของทั้งครูผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมแนะแนว
ผู้เรียน ผู้ปกครอง ที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน

2.9 วิธีการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว

ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว สามารถเลือกใช้วิธีการประเมินผลหลากหลายวิธีการ
ตามความเหมาะสม กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 29) ได้กำหนดไว้ดังนี้

2.9.1 แฟ้มสะสมงาน

2.9.2 การประเมินตามสภาพจริง

2.9.3 การประเมินตนเอง

2.9.4 การประเมินโดยกลุ่ม/เพื่อน

2.9.5 การสังเกต

2.9.6 การสัมภาษณ์

2.9.7 การเขียนรายงาน

2.9.8 หลักฐานการเข้าร่วมกิจกรรม

2.9.9 และอื่นๆ

สรุปได้ว่า วิธีการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว มีวิธีการประเมินหลากหลายวิธี ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของกิจกรรมนั้นๆ

2.10 กรอบความคิดกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 30 – 31) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนว มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่สถานศึกษากำหนดและตอบสนองจุดมุ่งหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ดังนั้น สถานศึกษาควรจัดกิจกรรมให้ครอบคลุมขอบข่ายการจัดกิจกรรมแนะแนว ด้านการศึกษา ด้านการทำงานและอาชีพ ด้านชีวิตและสังคม โดยมีกรอบความคิดกิจกรรมแนะแนว ซึ่ง ได้กำหนดไว้ดังนี้

จากกรอบแนวคิดกิจกรรมแนะแนวซึ่งขอบข่ายครอบคลุมด้านการศึกษาด้านการทำงานและอาชีพ ด้านชีวิตและสังคม ในการจัดกิจกรรมแนะแนวจำเป็นต้องจัดกิจกรรมทั้ง 3 ด้านไปพร้อมๆ กัน ดังนั้น จึงได้ผสมผสานและบูรณาการเป็นกลุ่มกิจกรรมใหญ่ ๆ 4 กลุ่ม ดังนี้

1. กิจกรรมรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
2. กิจกรรมการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ
3. กิจกรรมการตัดสินใจและแก้ปัญหา
4. กิจกรรมการปรับตัวและดำรงชีวิต

กิจกรรมกลุ่มที่ 1 มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถรู้จักตนเองและเข้าใจตนเอง ทั้งในด้านความถนัด ความสนใจ ความสามารถ จุดเด่น จุดด้อย นิสัย อารมณ์ ความภูมิใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมกลุ่มที่ 2 มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถในการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศเป็นกิจกรรมที่ช่วยผู้เรียนมีทักษะ และวิธีการแสวงหาข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ รวบรวม และจัดระเบียบข้อมูล สามารถจัดระบบ กลั่นกรอง เลือกใช้ข้อมูลอย่างฉลาดเหมาะสม และเห็นคุณค่าในการใช้ข้อมูลสารสนเทศ

กิจกรรมกลุ่มที่ 3 มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียน สามารถกำหนดเป้าหมาย วางแผนวิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินผล ตลอดจนปรับปรุงแผนการดำเนินงาน โดยใช้ข้อมูลคุณธรรม จริยธรรม เป็นพื้นฐานในการตัดสินใจ

กิจกรรมกลุ่มที่ 4 มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถในการปรับตัว

และการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจยอมรับตนเองและผู้อื่นมีวุฒิภาวะทางอารมณ์แสดงออกอย่างเหมาะสม มีมนุษยสัมพันธ์สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากกรอบความคิดของกิจกรรมแนะแนว ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนว 3 ด้านและแนวทางในการจัดกิจกรรมแนะแนว ซึ่งสามารถจัดกลุ่มกิจกรรมแนะแนวออกเป็น 4 กลุ่มกิจกรรมดังกล่าวข้างต้น จะนำไปสู่การสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียน ดังนี้

2.11 แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (พ.ศ.2545-2549)

กระทรวงศึกษาธิการ(2545 : 15–16)ได้กล่าวถึงแผนพัฒนาการแนะแนวไว้ดังนี้

วิสัยทัศน์การแนะแนว

การแนะแนวมุ่งให้ทุกคนในทุกช่วงชีวิต มีคุณภาพชีวิตและสังคมที่ดี ใช้ชีวิตอย่างพอเพียงและมีความสุข ทุกคนในสังคมมีบทบาทและมีส่วนร่วมในกระบวนการแนะแนวอย่างกัลยาณมิตร

วัตถุประสงค์หลัก

1. เพื่อให้ผู้รับบริการมีทักษะ อยู่ดีมีสุข สามารถพัฒนาตนเองและสังคมได้เต็มตามศักยภาพ
2. เพื่อพัฒนาทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้รับบริการ ให้มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถใช้กระบวนการแนะแนวได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. เพื่อพัฒนากระบวนการแนะแนวให้สอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคมและความแตกต่างระหว่างบุคคล
4. เพื่อพัฒนาระบบการแนะแนวให้มีคุณภาพได้มาตรฐาน
5. เพื่อสร้างและพัฒนาเครือข่ายการแนะแนวให้เข้มแข็ง เป็นกลไกในการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ

เป้าหมายหลัก

1. ผู้รับบริการในวัยเรียนที่ศึกษาในระบบการศึกษา ร้อยละ 100 นอกกระบวนการศึกษา ร้อยละ 50 และการศึกษาตามอัธยาศัย ร้อยละ 15 ได้รับการพัฒนาให้รู้จักตนเอง พึ่งตนเองและสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. ทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้รับบริการ ที่เป็นผู้บริหารการศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษา ครู คณาจารย์ และพ่อแม่ ผู้ปกครองของผู้เรียนในระบบการศึกษา ร้อยละ 100 สามารถนำกระบวนการแนะแนวไปบูรณาการ การเรียนรู้และการดำเนินชีวิต

3. ครอบครัว ชุมชนและสื่อมวลชน ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมดำเนินงาน พัฒนาสื่อเครื่องมือ ระบบสารสนเทศทางการแนะแนว ตลอดจนติดตาม ประเมินผลและวิจัยพัฒนากระบวนการแนะแนว

4. มีมาตรฐานการแนะแนว ที่ครอบคลุมด้านการศึกษา ด้านอาชีพและการงาน ด้านชีวิตและสังคม

5. มีเครือข่ายการแนะแนวที่เข้มแข็งทุกเขตพื้นที่การศึกษา จังหวัด อำเภอ กิ่งอำเภอ และท้องถิ่น ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สามารถปฏิบัติงานแนะแนวทั้งด้านวิชาการ บริการ และบริการจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ยุทธศาสตร์การแนะแนว ประกอบด้วย 6 ยุทธศาสตร์ ดังนี้

1. ใช้กระบวนการแนะแนวเป็นกลไกในการพัฒนาผู้รับบริการ
2. ส่งเสริมและพัฒนาผู้บริหาร ครู คณาจารย์ พ่อแม่ ผู้ปกครอง ชุมชนและสื่อมวลชนให้มีบทบาทในการแนะแนว
3. พัฒนาสื่อ เครื่องมือและระบบสารสนเทศทางการแนะแนว
4. พัฒนาระบบบริหารจัดการแนะแนว
5. กำหนดมาตรฐานและเร่งรัดการประกันคุณภาพการแนะแนว
6. รณรงค์การมีส่วนร่วมพัฒนาการแนะแนว

2.12 มาตรฐานการแนะแนว

ศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ(2546 : 1– 8)กล่าวถึงมาตรฐานการแนะแนวว่ามาตรฐานการแนะแนวเพื่อการประกันคุณภาพการแนะแนวของสถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งหมด 15 มาตรฐาน 40 ตัวบ่งชี้ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. มาตรฐานการแนะแนวด้านผู้เรียน มี 4 มาตรฐาน 8 ตัวบ่งชี้ เน้นให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น และสามารถพึ่งตนเองได้ มีทักษะในการเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพและการงาน ชีวิตและสังคม มีสุขภาพจิตที่ดี มีจิตสำนึก ในการทำประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และสิ่งแวดล้อม

2. มาตรฐานการแนะแนวด้านกระบวนการ มี 4 มาตรฐาน 13 ตัวบ่งชี้ เน้นในด้านการจัดกิจกรรมและบริการแนะแนว การบริหารจัดการแนะแนวอย่างเป็นระบบมีการสร้างและพัฒนาเครือข่ายการแนะแนวที่เข้มแข็งและส่งเสริมให้มีการศึกษา วิเคราะห์ วิจัยและนำผลมาพัฒนางานแนะแนวอย่างต่อเนื่อง

3. มาตรฐานการแนะแนวด้านปัจจัย มี 7 มาตรฐาน 19 ตัวบ่งชี้ เน้นการกำหนดคุณลักษณะของผู้บริหารการกำหนดคุณลักษณะของผู้บริหารและบุคลากรทางการศึกษา ครูแนะแนว ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง ศาสนบุคคล ชุมชน สื่อมวลชน หน่วยงาน และองค์กรที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการใช้สื่อเครื่องมือ และระบบข้อมูลสารสนเทศทางการแนะแนว

มาตรฐานการแนะแนว ทั้ง 15 มาตรฐาน 40 ตัวบ่งชี้ เป็นแนวทางให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้พัฒนาการแนะแนว และการประเมินผลงานแนะแนว

มาตรฐานด้านผู้เรียน

มาตรฐานที่ 1 ผู้เรียนรู้จักตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น และสามารถพึ่งพาตนเองได้

ตัวบ่งชี้

1. รู้ความสนใจ ความถนัด ความสามารถของตนเอง
2. รักและเห็นคุณค่า ภูมิใจตนเองและผู้อื่น
3. สามารถตัดสินใจ และแก้ปัญหาของตนเองได้

มาตรฐานที่ 2 ผู้เรียนมีทักษะในการเลือกแนวทางการศึกษาอาชีพและการงานชีวิตและสังคม

ตัวบ่งชี้

1. แสวงหาข้อมูลสารสนเทศในการพัฒนาตนเอง ด้านการศึกษาอาชีพและการงาน ชีวิตและสังคม
2. ใช้ข้อมูลสารสนเทศในการพัฒนาตนเอง ด้านการศึกษา อาชีพและการงานชีวิตและสังคม

มาตรฐานที่ 3 ผู้เรียนมีสุขภาพจิตที่ดี

ตัวบ่งชี้

1. มีภาวะทางอารมณ์
2. สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุข

มาตรฐานที่ 4 ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการทำประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และสิ่งแวดล้อม

ตัวบ่งชี้

มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม ระดับที่ 1-2 และสิ่งแวดล้อม

มาตรฐานด้านกระบวนการ

มาตรฐานที่ 5 สถานศึกษามีการจัดกิจกรรมและบริการแนะแนว
ตัวบ่งชี้

สังคม

1. จัดกิจกรรมแนะแนวให้ครอบคลุมด้านการศึกษา อาชีพและการงาน ชีวิตและ
2. จัดกิจกรรมแนะแนวให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน
3. มีการจัดบริการแนะแนว

มาตรฐานที่ 6 สถานศึกษามีการบริหารจัดการแนะแนวอย่างเป็นระบบ
ตัวบ่งชี้

1. มีโครงสร้างการบริหารจัดการแนะแนวที่ชัดเจน
2. มีการดำเนินงานแนะแนวอย่างเป็นระบบ
3. มีข้อมูลสารสนเทศที่ทันสมัย
4. มีการประชาสัมพันธ์งานแนะแนว

มาตรฐานที่ 7 สถานศึกษาสร้างและพัฒนาเครือข่ายการแนะแนวที่เข้มแข็ง
ตัวบ่งชี้

บุคลากรทั้งภายในและภายนอก

1. มีเครือข่ายการแนะแนวที่ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย
2. มีการพัฒนาบุคลากรเครือข่ายการแนะแนวอย่างต่อเนื่อง
3. มีการประสานความร่วมมือระหว่างเครือข่ายการแนะแนวกับหน่วยงาน
4. มีการระดมทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้ามาเป็นเครือข่ายการแนะแนว

มาตรฐานที่ 8 สถานศึกษาส่งเสริมให้มีการศึกษา วิเคราะห์ วิจัย และนำผลมา
พัฒนางานแนะแนวอย่างต่อเนื่อง

ตัวบ่งชี้

1. มีการศึกษา วิเคราะห์ วิจัย เพื่อการแนะแนว
2. มีการนำผลการศึกษา วิเคราะห์ วิจัย มาใช้ในการพัฒนางานแนะแนว

มาตรฐานด้านปัจจัย

มาตรฐานที่ 9 ผู้บริหารและบุคลากรทางการศึกษา มีความสามารถบริหารจัดการแนะแนว

ตัวบ่งชี้

1. มีความรู้ ความเข้าใจ และเห็นความสำคัญของการแนะแนว
2. ให้การสนับสนุนการดำเนินงานแนะแนว

มาตรฐานที่ 10 ครูแนะแนว มีคุณวุฒิ ความรู้ ความสามารถ และเป็นแกนนำด้านจิตวิทยาการแนะแนว และการให้คำปรึกษา และมีคุณสมบัติวิชาชีพแนะแนว

ตัวบ่งชี้

1. มีความถนัด ความเชี่ยวชาญ ด้านจิตวิทยาการแนะแนว และการให้คำปรึกษา
2. มีคุณลักษณะที่เหมาะสมกับวิชาชีพแนะแนว
3. นำความรู้ด้านจิตวิทยาการแนะแนวและการให้คำปรึกษาขยายผลให้ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง และชุมชน เพื่อดูแลช่วยเหลือผู้เรียน

มาตรฐานที่ 11 ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาและนำความรู้ด้านจิตวิทยาการแนะแนวไปบูรณาการในการเรียนการสอน

ตัวบ่งชี้

1. มีข้อมูลผู้เรียนเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม
2. ให้คำปรึกษาและดูแลช่วยเหลือผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง
3. นำความรู้ด้านจิตวิทยาการแนะแนวไปใช้ในการเรียนการสอน

มาตรฐานที่ 12 พ่อแม่ ผู้ปกครอง มีความสามารถในการดูแลช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและส่งเสริมพัฒนาให้บุตรหลานมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ตัวบ่งชี้

1. รู้จัก เข้าใจ และยอมรับบุตรหลานของตน
2. ให้ความร่วมมือในการดูแลช่วยเหลือบุตรหลานของตนเองและบุตรหลานของผู้อื่น
3. เป็นแบบอย่างที่ดีด้านความประพฤติแก่บุตรหลานในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานที่ 13 ศาสนบุคคล ชุมชน สื่อมวลชน หน่วยงาน และองค์กรที่เกี่ยวข้อง มีส่วนร่วมในการส่งเสริม สนับสนุนงานแนะแนว

ตัวบ่งชี้

1. ให้ความรู้ ประสบการณ์ ดูแลช่วยเหลือ ผู้เรียนตามบทบาท หน้าที่
2. เป็นแหล่งสนับสนุนทรัพยากรในการดำเนินงานแนะแนว

มาตรฐานที่ 14 สถานศึกษามีและใช้สื่อ เครื่องมือทางการแนะแนวอย่างเหมาะสมกับผู้เรียน

ตัวบ่งชี้

1. มีสื่อ เครื่องมือทางการแนะแนวในการจัดกิจกรรมและให้บริการ แนะแนว
2. ใช้ข้อมูลสารสนเทศด้านการศึกษา อาชีพและการงาน ชีวิตและสังคม
3. มีการเชื่อมโยงการใช้ข้อมูลสารสนเทศร่วมกับหน่วยงานอื่น

มาตรฐานที่ 14 สถานศึกษามีและใช้ระบบข้อมูลสารสนเทศทางการแนะแนวเชื่อมโยงเป็นเครือข่าย

ตัวบ่งชี้

1. มีระบบฐานข้อมูลด้านการศึกษา อาชีพและการงาน ชีวิตและสังคมเป็นปัจจุบัน

2. ใช้ข้อมูลสารสนเทศด้านการศึกษา อาชีพและการงาน ชีวิตและสังคม
3. มีการเชื่อมโยงการใช้ข้อมูลสารสนเทศร่วมกับหน่วยงานอื่น

จากเอกสารข้างต้น สรุปว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะการดำเนินชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 ที่ต้องการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนไทยเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในทุก ๆ ด้าน

2.13 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

2.14.1 งานวิจัยต่างประเทศ

วอกาแมน (Wongaman. 1955 : 373 -379) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการวิเคราะห์การจัดบริการแนะแนว ในโรงเรียนระดับจูเนียร์ ไฮสคูล 18 แห่ง ที่โอไฮโอ โดยสัมภาษณ์ครูแนะแนวพบว่างานแนะแนวเป็นงานสำคัญในแผนงานของโรงเรียน

จากการวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว สามารถสรุปได้ว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นงานที่สำคัญและมีความจำเป็นต่อผู้เรียน เป็นสิ่งที่นักเรียนสามารถนำไปพัฒนาและประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้เรียนโดยตรงและผู้อื่นด้วย

2.14.2 งานวิจัยในประเทศ

สมพร นาคนาคินทร์ (2525 : 90) ได้ศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการสอนวิชา กิจกรรมแนะแนวของครูแนะแนว คือ จำนวนครูไม่พอ หาอุปกรณ์การสอนได้ยาก เพราะเนื้อหา เป็นแบบนามธรรม ไม่มีห้องเรียน ขนาดงบประมาณ ขาดที่ฟังทางวิชาการจากศึกษานิเทศก์ ความต้องการของครูแนะแนวที่มีระดับมาก คือ ต้องการข้อมูลการศึกษาและอาชีพที่เป็นปัจจุบัน ต้องการให้มีการอบรมวิธีการสอนวิชา กิจกรรมแนะแนว ต้องการคู่มือครู และครูแนะแนวที่มี คุณวุฒิต่างกันและมีความรู้ด้านแนะแนวต่างกันจะประสบปัญหาไม่แตกต่างกัน

วรพรรณ ศรีอุบล (2535 : 91) ได้ศึกษาผลการจัดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้ สไลด์เทปเป็นเทคนิค “แม่แบบ” ที่มีผลต่อเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ พบว่า หลังจาก การจัด กิจกรรมแนะแนวโดยใช้สไลด์เทปเป็นเทคนิค “แม่แบบ” กับกลุ่มทดลองแล้วปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านสุขภาพกาย

3.1 ความหมายของพัฒนาการ

คำว่า พัฒนาการ (Development) มีนักการศึกษาและนักจิตวิทยา ได้ให้ ความหมายไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้

กู๊ด (Good.1973 : 128) ให้ความหมายว่า หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทาง โครงสร้างหน้าที่การทำงานของอวัยวะต่างๆของร่างกาย ซึ่งทำให้มีการเพิ่มพูนขึ้น ทางด้าน ขนาดที่กว้างขึ้นและใหญ่ขึ้น การทำงานมีประสิทธิภาพตามขีดความสามารถหรือก่อให้เกิดการ เพิ่มพูนของระดับวุฒิภาวะ ทั้งนี้รวมทั้งความเปลี่ยนแปลงที่มีความคงทนถาวร อันเนื่องมาจากการ เรียนรู้ที่ยาวนาน ซึ่งอาจจะเป็นการเรียนรู้ที่มีความมุ่งหมาย หรือเกิดขึ้นตามเหตุการณ์ก็ได้

มัลลินส์ (Mullins. 1982 : 13) ให้ความหมายว่า เป็นความก้าวหน้าของทักษะ หรือความสามารถในหน้าที่สูง

เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1968 : 5) ให้ความหมายว่า พัฒนาการ หมายถึง การ เปลี่ยนแปลงต่างๆที่มีลำดับขั้นตอนต่อเนื่องกันไปตลอด เป็นกระบวนการที่เปลี่ยนแปลงทั้งทาง ร่างกายและจิตใจผสมผสานกัน กระตุ้นให้บุคคลมีความสามารถที่จะจัดการควบคุมกับ สิ่งแวดล้อมใหม่ๆ โดยจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านขนาด สัดส่วน ลักษณะเดิมจะหายไป และ ลักษณะใหม่จะเกิดขึ้น ทั้งทางด้านสมองและร่างกายต่อเนื่องกันตั้งแต่เกิดจนตาย

เบรกเคนริดจ์ และวินเซนต์ (Breckenridge ; & Vencent. 1968 : 138) อธิบายว่า พัฒนาการ หมายถึง การได้มาและการเพิ่มสมรรถภาพของบุคคล ทำให้การทำหน้าที่ ต่างๆ รุดหน้าไปจากเดิม เช่น จากการหัดเดินก้าวแรกจนกระทั่งมีทักษะในการเล่นเกมส์ต่างๆ

ได้อย่างมีประสิทธิภาพในวัยรุ่น จากการไม่สามารถรักษาความสมดุลในร่างกายจนถึงการมีสมดุลในร่างกาย จากภาษาพูดแบบอ้อแอ้จนถึงสามารถใช้ภาษาในการคิดสิ่งที่เป็นนามธรรม จากความสามารถแยกแยะระหว่างตัวเองกับสิ่งที่ไม่มีชีวิต จนกระทั่งถึงความสามารถที่จะเข้าใจตนเองได้อย่างเด่นชัดจากเด็กตัวเล็กๆ ที่ยังไม่มีวุฒิภาวะจนเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถสืบพันธุ์ได้ ฯลฯ พัฒนาการเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมซึ่งมีอยู่ตลอดเวลา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ซับซ้อนมากมาย พัฒนาการจะบรรลุได้ก็โดยผ่านกระบวนการที่สำคัญ 3 ประการ คือ (1) การเจริญงอกงาม (Growth) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านขนาด (2) วุฒิภาวะ (Maturation) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านคุณภาพ (3) การเรียนรู้ (Learning) อันเนื่องมาจากประสบการณ์

วัตสัน (Watson. 1973 : 7 – 8) พัฒนาการ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงลักษณะหรือการทำหน้าที่ พัฒนาการรวมไปถึงความเจริญงอกงาม (Growth) และการเสื่อมถอย (Decline) พัฒนาการทุกชนิดต้องมีการเจริญงอกงามเป็นพื้นฐาน

สต๊อต (Stott. 1974 : 4) พัฒนาการ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทุกชนิดที่สัมพันธ์กับเวลา เป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งโครงสร้างและการทำหน้าที่ของอินทรีย์ที่มีชีวิต

ประเสริฐ ตันสกุล (2517 : 9) ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง ความเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับคุณภาพเป็นส่วนใหญ่ และเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องกันไปเป็นตามลำดับเพื่อบรรลุจุดเจริญบริบูรณ์ของการพัฒนาที่เรียกว่า “วุฒิภาวะ” ซึ่งหมายความว่า ก่อนที่จะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายก็ดี สมอังกิติ จะบรรลุขีดสูงสุดต้องมีการเปลี่ยนแปลงในส่วนปลีกย่อยมากมายติดต่อกันไม่ขาดตอน แต่ละขั้นตอนต้องสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ในลักษณะที่การเปลี่ยนแปลงขั้นต้นเป็นฐานรองรับ การเปลี่ยนแปลงขั้นสูงไปเรื่อยๆ การเปลี่ยนแปลงตามนัยดังกล่าวนี้ตรงกับภาษาไทยว่า “การเจริญขึ้น หรือความเจริญเติบโต” ซึ่งหมายถึง การเพิ่มขึ้นทางด้านคุณภาพโดยตรง

สวนา พรพัฒน์กุล (2522 : 79) การพัฒนา หมายถึง การเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง (Structure) และแบบแผน (Pattern) ของอินทรีย์

สมพร สุทัศนีย์ (2525 : 30) พัฒนาการ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงด้านคุณภาพของส่วนต่างๆ ของร่างกาย การเปลี่ยนหน้าที่และศักยภาพของพฤติกรรม เป็นกระบวนการที่ย่างก้าวซับซ้อนมากกว่า

ทิพย์ภา เชนฐ์เชาวลิต (2543 : 2) ได้ให้ความหมายว่า พัฒนาการทางด้านร่างกาย หมายถึง ความเจริญเติบโตเกี่ยวกับร่างกายทั้งหมด รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงความสามารถของระบบต่างๆ ในร่างกาย

วาสนา พรหมทอง (2525 : 26) กล่าวว่า พัฒนาการทางด้านร่างกาย หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงลักษณะหรือทำหน้าที่ของระบบอวัยวะต่างๆ ทั้งภายในและภายนอก ร่างกาย ซึ่งมีผลต่อเนื่องมาจากการเจริญเติบโตที่สามารถวัดได้จาก ความสูง น้ำหนัก

ความกว้าง ความหนา ความแข็งแรงของร่างกายและฟัน ตลอดจนพัฒนาการเคลื่อนไหวรวมทั้งพัฒนาการกล้ามเนื้อใหญ่และกล้ามเนื้อเล็ก หรือทดสอบความเจริญก้าวหน้าในการทำงานของระบบต่าง ๆ นั้น

สรุปได้ว่าพัฒนาการทางด้านร่างกาย หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงระบบต่างๆ ของอวัยวะและการทำหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกร่างกาย ซึ่งสามารถวัดได้จาก น้ำหนัก ความยาว ความกว้างและความหนาและเป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีลำดับต่อเนื่องกัน

3.2 พัฒนาการด้านสุขภาพกายของเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 3

พัฒนาการด้านร่างกายของวัยเด็กตอนกลางมีอัตราการเจริญเติบโตอย่างสม่ำเสมอ เด็กหญิงจะโตเร็วกว่าเด็กชาย ร่างกายจะขยายออกส่วนสูงมากกว่ากว้าง สัดส่วนร่างกายใกล้เคียงผู้ใหญ่มากขึ้นแต่ส่วนหัวยังคงใหญ่กว่าส่วนลำตัว ปาก ขากรรไกร และจมูกใหญ่ได้รูป ลำตัวเล็กได้สัดส่วน คอยาว ออกผาย ท้องราบ แขนขายาว มือเท้าใหญ่ขึ้น (Hurlock.1982 ;อ้างอิงจาก ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต. 2543 : 79-81)

1.พัฒนาการของกล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคลื่อนไหวสามารถใช้มือและใช้ตาประสานงานกันได้ดี การจับดินสอในการเขียนทำได้ดีขึ้น

อายุ 6 ขวบ สายตาและกล้ามเนื้อมือยังทำงานและประสานกันได้ไม่ดีนัก เพราะพัฒนาการของกล้ามเนื้อไม่เท่ากัน แต่สามารถวิ่ง กระโดดได้คล่องแคล่ว

อายุ 7 ขวบ มีพลังงานมาก กล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้นทำงานประสานกันได้ดีขึ้น โดยเฉพาะกล้ามเนื้อมัดใหญ่ คือ กล้ามเนื้อขา แขนและหลัง ทำให้มีกิจกรรมกลางแจ้งได้คล่องแคล่ว เช่น ขี่จักรยาน เล่นฟุตบอล ปีนเขา ส่วนกล้ามเนื้อมือจะทำงานประสานกับกล้ามเนื้อตาได้ดีขึ้น ทำให้สามารถโยนของและรับของได้ เขียนหนังสือได้

อายุ 8 ขวบ การเคลื่อนไหวคล่องแคล่ว ควบคุมกล้ามเนื้อได้ดี เล่นกีฬากลางแจ้งได้ดีขึ้น

อายุ 9 ขวบ กล้ามเนื้อมัดเล็กเจริญเติบโตเพิ่มขึ้น มีความคล่องแคล่วในการใช้มือมากขึ้น ตาและมือประสานกันทำงานได้ดีลายมือเขียนหนังสือดีขึ้น เขียนได้เร็ว ใช้ปลายนิ้ว ในการจับต้องของเล็กๆ ได้ดี เช่น เย็บผ้า ทำการฝีมือ ประดิษฐ์สิ่งของสามารถทำงานศิลปะที่ต้องใช้ความประณีตได้เพิ่มขึ้น

2.ชอบวาดภาพระบายสีแต่จะไม่เรียบร้อย เพราะความไม่อยู่นิ่งของเด็ก

3.เด็กสามารถที่จะมองเด็กอื่นเล่น โดยที่มือของตนยังทำงานต่อไปได้ สามารถใช้มือและตาพร้อมๆ กันขณะเดินหรือขณะนั่งเขียนหนังสือ

มีดังนี้

สุรางค์ โค้วตระกูล (2545:82-83)กล่าวถึงพัฒนาการด้านร่างกายของเด็กวัยนี้

1.การเจริญเติบโตของร่างกายเด็กวัยประถมศึกษาจะช้ากว่าเด็กวัยอนุบาล โดยทั่วไปเด็กจะมีรูปร่างสูงและค่อนข้างจะผอมกว่าวัยอนุบาล

2.พัฒนาการของกล้ามเนื้อกระดูก และประสาทจะเพิ่มขึ้น เด็กชายมีพัฒนาการของกล้ามเนื้อเร็วกว่าเด็กหญิง การใช้ทักษะของการเคลื่อนไหวเกี่ยวกับกล้ามเนื้อใหญ่ๆใช้การได้ดีเมื่ออายุประมาณ 7 ปี

3.การประสานระหว่างมือและตาของเด็กวัยนี้จะดีขึ้น เด็กสามารถที่จะอ่าน เขียน และวาดรูปได้ดีขึ้น

วิณี ชิตเชตวงศ์ (2537 : 162) ได้แบ่งพัฒนาการของเด็กวัยนี้ ดังนี้

1.ส่วนสูงและน้ำหนัก ส่วนสูงและน้ำหนักจะลดน้อยลงแต่จะมีความแข็งแรง และคล่องแคล่วว่องไวมากขึ้น อายุ 6 ขวบจะสูงราว 2 ใน 3 และมีสัดส่วนราว 2 ใน 5 ของเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ระยะเวลาเด็กผู้ชายจะมีน้ำหนักและส่วนสูงมากกว่าเด็กผู้หญิงเล็กน้อย

2.สัดส่วนของร่างกาย ร่างกายของเด็กวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงในด้านสัดส่วน จะขยายออกทางส่วนสูงมากกว่าทางด้านส่วนกว้าง ลำตัวแบน แขนขายาวออก รูปร่างเปลี่ยนแปลงใกล้เคียงกับผู้ใหญ่มากขึ้น

3.กระดูกและฟัน กระดูกข้อมือเพิ่มจาก 2 – 3 ชิ้น ในวัย 2 ขวบเป็น 6 – 7 ชิ้น และจะมีครบ 8 ชิ้น เมื่อถึงวัยเตรียมเข้าสู่วัยรุ่น

4.สุขภาพ ระยะเวลาที่ได้รับเชื้อโรคต่างๆค่อนข้างง่าย เช่นวัยเด็กตอนต้นควรให้เด็กได้รับการฉีดวัคซีนเพื่อให้ภูมิคุ้มกันโรค เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบควรฉีดวัคซีนป้องกันโรค คอตีบบาดทะยักเพื่อกระตุ้นภูมิคุ้มกัน

5.พัฒนาการกล้ามเนื้อที่ใช้ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมของเด็กอายุ 6 – 10 ปี อายุ 6 ปี ตายังไม่เจริญสูงสุด สายตายังยาวอยู่ สายตาและมือทำงานประสานกันไม่ดีนัก เพราะพัฒนาการกล้ามเนื้อไม่เท่ากัน

อายุ 7 ปี มีการเคลื่อนไหวดี คล่องแคล่วว่องไว สามารถปิดตาหนึ่งข้างและเขียนหนังสือได้

อายุ 8 ปี การเคลื่อนไหวร่างกายคล่องแคล่ว ควบคุมการเคลื่อนไหวให้เป็นไปตามต้องการได้ เลียนแบบท่าทางได้ ใช้มือได้คล่องแคล่ว

อายุ 9 ปี มีทักษะการเคลื่อนไหวดีมากขึ้น ชอบการออกกำลังกายหรือออกกำลังกาย การประสานงานของระบบรับรู้สัมผัสกับระบบเคลื่อนไหวทำงานประสานกันได้อย่างดี

อายุ 10 ปี การเคลื่อนไหวการทรงตัวเหมือนผู้ใหญ่ สามารถใช้ตาและมือพร้อมกับอวัยวะอื่นๆของร่างกายได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กวัยนี้จะเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตช้ากว่าในวัยทารกแต่ยังคงมีการเจริญเติบโตอย่างสม่ำเสมอ ส่วนพัฒนาการของกระดูกและกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้น ประกอบกับเด็กวัยนี้ชอบปีนป่าย กระโดดโลดเต้น การทำงานระหว่างสายตากับมือจึงประสานกันได้ดีมากขึ้น

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการด้านร่างกายของวัยเด็กตอนต้น

3.3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

ยอน (Yvone. 1985 : 64) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “อิทธิพลของความยากจนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของเด็กทั้งผิวขาวและผิวดำในสหรัฐอเมริกา ในปี 1970” ซึ่งเป็นการสำรวจสุขภาพและภาวะโภชนาการทั่วประเทศ ครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับภาวะทางเศรษฐกิจของเด็กผิวขาวและผิวดำ อายุ 1 ปี ถึง 17 ปี จำนวน 13,750 คน โดยใช้เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดส่วนสูง เครื่องวัดไขมัน และแบบสอบถามภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว พร้อมทั้งศึกษาปริมาณอาหารที่บริโภคไปเมื่อ 24 ชั่วโมงที่แล้ว ผลการศึกษาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร ภาวะโภชนาการ พบว่า เด็กผิวขาวอายุ 12 – 17 ปี ที่ไม่ยากจนบริโภคอาหารต่างกับเด็กยากจนอย่างมีนัยสำคัญ .05

อาลิน (Arlin. 1997 : 68) ทำการศึกษาสำรวจภาวะโภชนาการที่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางร่างกายของเด็ก 10 รัฐ ในสหรัฐอเมริกา เมื่อปี 1997-1998 พบว่าเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่มีรายได้ต่ำมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเด็กที่มีฐานะดี สาเหตุเนื่องจากขาดความเอาใจใส่จากผู้ปกครอง เด็กผิวดำที่มีฐานะเศรษฐกิจดีจะมีร่างกายสูงกว่าเด็กผิวดำที่มีฐานะยากจน นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาทางกายของเด็กพบมากในปัจจุบันมักเกิดจากการเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้องเช่น ปัญหาโรคขาดสารอาหาร ทำให้การตอบสนองความต้องการของเด็กทางด้านร่างกายมีการเจริญเติบโตอย่างไม่เหมาะสม

จากงานวิจัยสรุปได้ว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ต่ำจะมีภาวะโภชนาการต่ำกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะดี อันเนื่องมาจากขาดความเอาใจใส่จากผู้ปกครองส่งผลให้มีส่งผลกระทบต่อการพัฒนาการทางร่างกายของเด็ก

3.3.2 งานวิจัยในประเทศ

วาสนา พรหมทอง (2545 : 92-93) ได้ทำการศึกษาสภาพการเลี้ยงดูด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายของผู้ปกครองอาชีพ ประมง ตำบลปากน้ำ อำเภอมือง จังหวัดระนอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้คือ ผู้ปกครองอาชีพประมงของเด็กปฐมวัย ในตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดระนอง ที่ได้จากการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 110 คน ในการศึกษาด้านการส่งเสริมทักษะกล้ามเนื้อใหญ่ การส่งเสริมทักษะกล้ามเนื้อเล็ก การส่งเสริมทักษะการวาดภาพลายเส้น การส่งเสริมทักษะความคล่องตัว การส่งเสริมทักษะการจำแนกเพศ พบว่า

ผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาต่างกัน การเลี้ยงดูเด็กไม่ต่างกัน เมื่อเปรียบเทียบการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยด้านการส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกายในภาพรวม

สมจิตร ปิยะมาดา (2528 : 75) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางด้านร่างกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 ซึ่งมีอายุระหว่าง 7 – 12 ปี ของโรงเรียนพิบูลประชาสรรค์ จำนวน 360 คน นักเรียนชายและนักเรียนหญิงในแต่ละระดับชั้นละ 30 คน โดยวิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ผลการทดลองพบว่าการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางด้านร่างกายของนักเรียน เป็นขบวนการที่ต่อเนื่องและดำเนินไปตามระดับอายุ เมื่ออายุของนักเรียนเพิ่มขึ้น ขนาดและความสามารถของร่างกายของนักเรียนจะเพิ่มขึ้น ขนาดและความสามารถของร่างกายของนักเรียนจะเพิ่มขึ้นด้วย

ขนาดของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางด้านร่างกายในแต่ละช่วงอายุแตกต่างกันและในนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงก็แตกต่างกันอีกด้วย ความสัมพันธ์ระหว่างส่วนสูงกับพัฒนาการทางด้านร่างกายในองค์ประกอบสมรรถภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงไปตามระดับอายุ

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย

4.1 ความหมายและความสำคัญของสุขภาพกาย

สุขภาพที่ดีของประชาชนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการพัฒนาทางสังคมและเศรษฐกิจของประเทศ รัฐบาลทุกรัฐบาลจึงได้มีการวางแผนพัฒนาสาธารณสุขแห่งชาติเป็นระยะๆ ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เพื่อหวังที่จะให้ประชาชนเป็นผู้มีสุขภาพดี ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมโดยทั่วหน้า เป้าหมายดังกล่าวย่อมสำเร็จลงได้ถ้าประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพที่ถูกต้องและสามารถนำความรู้เรื่องสุขภาพไปปฏิบัติเป็นประจำจนเกิดเป็นทัศนคติที่ดีทางสุขภาพ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน “สุขภาพ” หมายถึง “ความเป็นสุขปราศจากโรค” และมีอีกคำหนึ่งซึ่งมีความหมายใกล้เคียง และมักจะใช้แทนคำว่า “สุขภาพ” อยู่เสมอๆ คือคำว่า “อนามัย” (อน + อามัย) หมายถึง “ความไม่มีโรค” แต่คำว่าสุขภาพนั้นมีขอบข่ายและความหมาย กว้างขวางกว่าคำว่า อามัย

ฮอยแมน (Hoyman) “สุขภาพ” หมายถึง สภาวะความสมบูรณ์ที่สุดในการดำรงชีวิตอยู่ด้วยดีแต่ละบุคคล ซึ่งจะพึงมีได้ (Health is the Optimal Personal Fitness for Fine Living)

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) “สุขภาพ” หมายถึง สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอยู่ด้วยดี และคำว่าสุขภาพนี้ มิได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ปราศจากทุกพลภาพเท่านั้น (Health is a State of

Complete physical, Mental and Social Well – being, and not Merely the Absence of Disease and Infirmary) (สุจินต์ ปรีชาสามารถ. 2535 : 38) คำว่า สุขภาพ (Health) นี้ โดยปกติแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. สุขภาพส่วนบุคคล (Personal Health) คือ เป็นเรื่องที่กล่าวถึงสุขภาพของบุคคลแต่ละคนว่าควรจะทำเนิการบำรุงรักษา ส่งเสริมและป้องกันรักษาโรคของสุขภาพของบุคคล อย่างไรก็ตามจะประสบผลดี ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม

2. สุขภาพชุมชน (Community Health) คือ เป็นเรื่องที่กล่าวถึงสุขภาพของบุคคลในชุมชนโดยรวม ซึ่งกล่าวถึงการควบคุมสิ่งแวดล้อมและบริการต่างๆ ที่รัฐบาลและเอกชนจัดขึ้น เพื่อการระวังรักษาและปรับปรุงส่งเสริมป้องกันสุขภาพของชุมชน

จากเอกสารดังกล่าวสรุปได้ว่า สุขภาพส่วนบุคคล หมายถึง เรื่องที่กล่าวถึงสุขภาพของแต่ละบุคคลว่า ควรจะปฏิบัติตน ส่งเสริมและป้องกันโรคของบุคคลอย่างไรจึงจะให้มีความสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสุขภาพสังคมดี

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ให้ความหมายของสุขภาพส่วนบุคคล หมายถึง ลักษณะที่แสดงออกทางร่างกาย ที่แสดงถึงการมีสุขภาพที่ดี อันเนื่องมาจากการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดร่างกาย

อรรถรณ หุ่นดี (2528 : 1 – 2) กล่าวว่า สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิตในการที่จะมีสุขภาพส่วนบุคคลดี จำเป็นจะต้องได้รับการปลูกฝังให้ความรู้ และได้รับการส่งเสริมให้ปฏิบัติสิ่งที่จะทำให้มีอนามัยมาตั้งแต่เริ่มต้นอย่างถูกต้อง และให้พฤติกรรมปฏิบัติจนกระทั่งเกิดความเคยชินเป็นนิสัย จึงควรจะมีความรู้ในเรื่องต่อไปนี้

อนามัยส่วนบุคคล เด็กควรจะมีความรู้โดยได้รับการสั่งสอนแนะนำให้ปฏิบัติตนในเรื่อง

1. การรักษาความสะอาด ความสะอาดร่างกาย เสื้อผ้า เครื่องใช้ส่วนตัว เครื่องใช้ส่วนรวม ตลอดจนการรักษาความสะอาดที่อยู่อาศัย

2. การป้องกันโรค ควรจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันโรค โดยเฉพาะโรคติดต่อบางอย่าง เช่น ไข้หวัด อหิวาตกโรค ซึ่งเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้ ควรจะได้แนะนำให้เด็ก รู้จักวิธีป้องกันและปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงจากการติดต่อโรค

3. การรับรู้ภูมิคุ้มกันโรค โรคติดต่อบางอย่างอยากได้รับภูมิคุ้มกันโรคโดยการได้รับภูมิคุ้มกัน เช่น ฉีดวัคซีนจะมีผลในการป้องกันโรคได้ จึงควรแนะนำให้เด็กได้รู้คุณค่าของการรับภูมิคุ้มกันโรค เพื่อเด็กจะได้ไม่หลีกเลี่ยง และรับการฉีดวัคซีนอย่างเต็มที่

4. โภชนาการ ควรมีเรื่องอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ชนิดของอาหารที่เป็นประโยชน์และการเสริมสร้างส่วนต่างๆ ของร่างกาย สอนให้รู้จักรับประทานอาหารให้ครบหมู่ รู้จักวิธีในการเลือกซื้ออาหารรับประทาน

5. การออกกำลังกายและเล่นกีฬา เด็กควรได้รับการส่งเสริมให้ได้ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา รวมทั้งประโยชน์ของการออกกำลังกายเล่นกีฬาว่า นอกจากจะช่วยให้ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน และช่วยให้ร่างกายแข็งแรงแล้ว การออกกำลังกายยังมี ประโยชน์ ต่อร่างกายเป็นส่วนรวมโดยตลอด เช่น มีประโยชน์ต่อระบบการหมุนเวียนของโลหิต ระบบการหายใจ ระบบขับถ่าย ระบบการย่อยอาหาร และการปฏิบัติงานของสมองด้วย

6. การพักผ่อน นอกจากการออกกำลังกาย เล่นกีฬาและปฏิบัติการกิจ ประจำวัน เป็นสิ่งสำคัญในชีวิตแล้ว เด็กควรได้เรียนรู้ถึงเรื่องการพักผ่อนให้เพียงพอกับความ ต้องการของร่างกายว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งเหมือนกัน ผู้ใหญ่ควรจะแนะนำให้เด็กรู้จักแบ่งเวลา ในการทำงาน

7. การสุขภาพิบาล นอกจากเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตัวเด็กโดยตรงแล้ว เด็ก ควรจะได้เรียนรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับส่วนรวม คือ เรื่องการรักษาความสะอาดรอบตัวนักเรียน ที่ บ้านหรือที่โรงเรียน การกำจัดขยะมูลฝอยและสิ่งปฏิกูล การทำทางระบายน้ำไม่ให้น้ำขังอยู่ บริเวณบ้านและโรงเรียน การใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ เน้นให้รู้จักในเรื่องการรักษาความสะอาด ถ้าไม่ปฏิบัติแล้วย่อมมีผลกระทบกระเทือนบุคคลอื่นด้วย

8. การรักษาสุขภาพจิต เรื่องสุขภาพจิตเป็นเรื่องที่สำคัญ โดยเฉพาะ เด็กถ้าผู้ใหญ่ให้ความรัก ความอบอุ่นและความเข้าใจเด็กอย่างถูกต้อง ส่งเสริมให้เด็กได้ เจริญเติบโตตามวัยอย่างเหมาะสม ให้รู้จักการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น และเข้ากับสภาพของสังคม และสิ่งแวดล้อมได้ จะทำให้เด็กเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกลักษณะที่เหมาะสม และมีความ เชื่อมั่นในตนเอง

9. ความปลอดภัย ควรจะได้เรียนรู้เรื่องอุบัติเหตุต่างๆ อาจเกิดขึ้นได้ ภายในบ้าน รู้จักป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดเสมอๆ เช่น การหกล้ม ตกบันได ถูกไฟฟ้าดูด หยิบยาผิด

10. การรักษาพยาบาลอย่างง่าย ๆ ควรจะเรียนรู้เรื่องการ รักษาพยาบาลอย่างง่าย ๆ เช่น การทำแผลเล็กๆ น้อยๆ การปฐมพยาบาลคนเป็นลม เป็น ตะคริว ฯลฯ

4.2 ความมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพส่วนบุคคล

จากการศึกษาของ ปรัชญา เวสารัชช์ (2527 : 121) พบว่าปัจจัยหลักที่เป็น สาเหตุของอุปสรรคในการเรียนรู้ของนักเรียนในชนบทคือปัญหาสุขภาพอนามัย อันได้แก่ ภาวะทุพโภชนาการ ภาวะการเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากความบกพร่องด้านสุขวิทยา เช่น โรคฟันผุ โรคผิวหนัง โรคตาอักเสบ เป็นต้น และปัญหาสุขภาพในโรงเรียนที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนนั้น

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2524 : 11-12) สรุปได้ว่า นักเรียนยังขาดความรู้ ความรับผิดชอบในเรื่องสุขภาพอนามัยของตนเองและผู้อื่น ยังคงแสดงพฤติกรรมอนามัยเดิม จากบ้านและชุมชนซึ่งยังคงขาดสุขวิทยาส่วนบุคคลที่ดี อันเป็นสาเหตุของปัญหาการเจ็บป่วย

เช่น โรคไข้หวัดเรื้อรัง ปวดท้อง เป็นไข้ เจ็บตา เจ็บหู ฟันผุ โรคผิวหนังต่าง ๆ และนอกจากนี้ยังมีปัญหาเกี่ยวกับบริโภคนิสัย ปัญหาการหลีกเลี่ยงไม่มารับบริการอนามัยจากหน่วยสาธารณสุขที่มาให้บริการในโรงเรียนและปัญหาเรียนทฤษฎีไปแล้วไม่มีโอกาสปฏิบัติจริงจึงทำให้ไม่สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของเด็กได้

กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ (กรมพลศึกษา .2529 : 94 – 95) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพอยู่ในระดับต้องปรับปรุงแก้ไขร้อยละ 40 และระดับความพอใจร้อยละ 50 โดยเฉพาะพฤติกรรมด้านการรักษาความสะอาดร่างกายระดับพฤติกรรมอยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพึงพอใจร้อยละ 45 (กรมพลศึกษา .2529 : 33) และปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมด้านการปฏิบัติไม่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพ ได้แก่ การที่นักเรียนมองไม่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติที่ถูกต้อง และจากความเคยชิน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพด้านเจตคติและการปฏิบัติมิได้เปลี่ยนแปลงเลย แม้ว่านักเรียนจะผ่านการเรียนสุขศึกษามาเป็นระยะเวลายาวนานไม่น้อยกว่า 6 ปี ในชั้นประถมศึกษาและในการส่งเสริมให้เด็กนักเรียนในระดับประถมศึกษาเป็นผู้ที่มีสุขภาพส่วนบุคคลที่ดี แนวทางประการหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริม คือ การให้นักเรียนมีความรู้ และความเข้าใจในเรื่องสุขวิทยา ให้มีทัศนคติที่ดีต่อเรื่องสุขภาพ และให้มีสุขปฏิบัติที่ดีในที่สุดอันจะส่งผลถึงการมีสุขภาพดี (สุขภาพ กลีบบัว. 2524 : 10)

นักเรียนในท้องถิ่นชนบทส่วนใหญ่จะมีปัญหาเรื่องสุขภาพอันเนื่องมาจากมีสุขนิสัยไม่ดีหลายประการ มีสาเหตุเนื่องมาจาก

1. ความเคยชินที่นักเรียนได้รับจากการปฏิบัติ จากสภาพสิ่งแวดล้อมทางครอบครัว เช่น นิสัยมักง่าย (สมสกุล บัณฑิตพุม. 2531 : 107) พื้นฐานครอบครัวเคยปฏิบัติแบบไหนก็จะปฏิบัติแบบนั้นตามครอบครัว เด็กไม่สามารถนำความรู้ใหม่ที่เรียนไปใช้ได้ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตามคำแนะนำของครูผู้สอนในโรงเรียนและเนื่องจากฐานะยากจน อีกทั้งขาดความร่วมมือและประสานงานระหว่างผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและหน่วยงานต่าง ๆ ในชุมชน ในการช่วยกันพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพนักเรียนให้ถูกต้อง (ขวัญตา วงศ์สมุทร. 2531 : 3)

2. การสร้างนิสัย จำเป็นต้องให้นักเรียนปฏิบัติต่อกันเป็นเวลานาน ตลอดระยะเวลาที่นักเรียนเรียนอยู่ในโรงเรียน ทำให้เป็นภาระอันหนักยิ่งแก่ครูผู้สอนระดับประถมศึกษาซึ่งในปัจจุบันมีงานในหน้าที่อื่น ๆ มากมายที่ต้องปฏิบัติ นอกเหนือจากงานสอนประจำที่หนักอยู่แล้วยังมีงานพิเศษอื่น ๆ ที่ได้รับมอบหมายอีก คือ งานอบรมนักเรียน ปกครองชั้น แะแนว ธุรการ กิจกรรมพิเศษของนักเรียน ติดต่อกับผู้ปกครอง ชุมชนและงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการให้การศึกษา (ขวัญตา วงศ์สมุทร. 2531 : 7)

4.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย

4.3.1 งานวิจัยต่างประเทศ

บรีสเซิล (Breazeale. 1985 : 901 – A) ับการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาความคิดรวบยอดเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ” (Development of Concepts About Food and Nutrition) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดรวบยอดนี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอนุบาล นักเรียนเกรด 5 และนักเรียนเกรด 10 รวม 90 คนจากโรงเรียนแถวชานเมืองแถบอ่าวซานฟรานซิสโก 37 แห่ง ผลการวิจัยพบว่า การจัดแบ่งประเภทอาหารแตกต่างกันตามอายุอย่างมีนัยสำคัญ ระดับชั้นนั้นไม่ใช่ตัวแปรสำคัญที่ทำให้เหตุผลในการเลือกอาหารแตกต่างกัน

โบว์และนอร์แมน (Bohn ; & Norman. 1958 : 943 – 956) ศึกษาเด็กที่มีความสับสนและมีปัญหาไม่สงบสุขที่ถูกส่งมายังคลินิกทางจิตวิทยาในปี 1957 จำนวน 34,000 คน พบอาการทางโรคจิต โรคประสาท และระดับบุคลิกภาพแปรปรวนทั้งหลาย จากการศึกษารายละเอียดย้อนหลังไปพบว่า เด็กเหล่านี้ส่วนมากที่สุดมีปัญหาเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเอง กล่าวคือ มีความรู้สึกว่าตนเองมีความต่ำต้อย (Poor self concept)

จอห์นสัน (Johnson. 1983 : 35 – 5 A) ได้ศึกษาปัญหาบริการสุขภาพและความต้องการของเด็กที่จะประสบปัญหาในโรงเรียนประถมศึกษาชนบทของรัฐวิสคอนซิน โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 85 คน ประกอบด้วยครู ผู้บริหาร ครูแนะแนว และพยาบาล มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่า ปัญหาที่พบบ่อยได้แก่ปัญหาเกี่ยวกับความบกพร่องทางจิตใจมีความแปรปรวนทางอารมณ์ ปัญหาที่สำคัญมาก ก็คือ เด็กมีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางลบ ไม่ยอมรับตนเอง ซึ่งจะทำให้มีปัญหา ปัญหาที่พบน้อย ได้แก่ ความผิดปกติทางกายและกล้ามเนื้อ ปัญหาที่กล่าวมานี้ ทางบ้านและโรงเรียนจะต้องร่วมมือกันในการให้ความช่วยเหลือนักเรียนของตน

โรบิน (Robins. 1976 : 254 – 256) ศึกษาคนไข้จากคลินิกแนะแนวเด็ก เซนต์หลุยส์ ตั้งแต่ปี 1920 เป็นต้นมา และติดตามผลการบันทึกจากโรงเรียน ศาล สถานีตำรวจ จำนวน 100 คน พบบุคลิกภาพที่ต่อต้านสังคมในวัยผู้ใหญ่ นั้นส่วนมากมาจากชั้นต่ำและชีวิตที่ผ่านมาต้องเผชิญกับความยากลำบาก บุคลิกภาพต่อต้านสังคมนี้พบว่า มีการเริ่มก่อนอายุ 19 ปี และมักจะเริ่มต้นในวัยเด็ก โดยเฉพาะ เด็กชายซึ่งมีการเริ่มแสดงพฤติกรรม เช่นนี้ตั้งแต่เริ่มเข้าเรียน พฤติกรรมที่แสดงออกมาให้ปรากฏ คือ การหนีโรงเรียน การเรียน ล้มเหลวทั้งๆ ที่เพื่อนร่วมชั้น และพบว่าบางรายทั้งเด็กชายและเด็กหญิงมีลักษณะต่อต้านสังคมจะแสดงพฤติกรรมที่ชัดเจนยิ่งขึ้นเมื่ออายุ 12 – 14 ปี

4.3.2 งานวิจัยในประเทศ

วรรณ ทอญ (2523 : 95) ทำการศึกษาวิเคราะห์ปัญหาของนักเรียน ประถมศึกษาสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครสวรรค์ ใช้แบบสอบถาม 75 ข้อ ที่สร้างขึ้นเอง สุ่มตัวอย่าง นักเรียนชายหญิงรวมทั้งสิ้น 508 คน ซึ่งกำลังเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ในโรงเรียนสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด พบว่า นักเรียนมีปัญหา 6 ด้าน เรียงลำดับความสำคัญมากไปหาน้อย คือ ปัญหาด้านสังคม ด้านความต้องการและได้รับการยอมรับจาก

บุคคลอื่นๆ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านการเรียนและความสามารถทางสติปัญญา ด้านบุคลิกภาพ และด้านครอบครัว เมื่อเปรียบเทียบปัญหาแต่ละด้านของนักเรียนจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีปัญหาด้านสังคม ด้านความต้องการและการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ด้านการเรียนและความสามารถทางสติปัญญา ด้านบุคลิกภาพ และด้านครอบครัวแตกต่างกัน แต่ปัญหาด้านสุขภาพพลานามัยไม่แตกต่างกัน นักเรียนที่ผู้ปกครองมีอาชีพต่างกันมีปัญหาแต่ละด้านแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุภาพ กลีบบัว (2524 : 106 - 110) ทำการวิจัยเรื่อง “ความรู้ด้านอนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับความรู้ด้านอนามัยและสำรวจสภาวะสุขภาพของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 640 คน จากโรงเรียนในสังกัดสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษา พบว่า ความรู้ด้านอนามัยมีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพ จำนวนร้อยละของนักเรียน ชายที่มีสภาวะสุขภาพไม่ปกติมีมากกว่านักเรียนหญิง โดยเฉพาะสุขภาพของคอและจมูกกับสภาวะสุขภาพของผิวหนังและผม สำหรับสภาวะสุขภาพของนักเรียน พบว่า มีปัญหาในเรื่องสภาวะสุขภาพของเหงือกและฟันไม่ปกติมากที่สุด รองลงมาคือ ปัญหาด้านสภาวะโภชนาการตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสภาวะสุขภาพนักเรียน ได้แก่ เพศของนักเรียน ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา ส่วนอาชีพของบิดาและมารดา พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพของนักเรียน

อรรณพ หุ่นดี (2526 : 96 – 100) ทำการวิจัยเรื่อง “ สภาวะสุขภาพนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอกาญจนบุรี ” เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพนักเรียนเมื่อเริ่มเข้าชั้นเรียนและก่อนจบชั้นประถมศึกษา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาในอำเภอมือง จังหวัดกาญจนบุรี มีสภาวะสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างดี โรคที่พบบ่อยนักเรียนเป็นมากที่สุด ได้แก่ ฟันผุ เหงือกอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร ตามลำดับ

อัมพร บำรุงผล (2529 : 120) ได้สำรวจปัญหานักเรียนระดับประถมศึกษา ที่ต้องช่วยผู้ปกครองประกอบอาชีพในสถานที่ท่องเที่ยว บริเวณชายหาดบางแสน กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่ช่วยผู้ปกครองประกอบอาชีพ บริเวณชายหาดบางแสน 92 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์ ผลการวิจัยดังนี้ นักเรียนมีปัญหาโดยเฉลี่ยรวมในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาปัญหาเป็นรายด้านพบว่า ปัญหาทั้งห้าด้านมีความสำคัญตามลำดับ ดังนี้ ด้านสุขภาพพลานามัย ด้านครอบครัว ด้านการเรียน ด้านบุคลิกภาพและความประพฤติ และด้านสังคม ความสำคัญของปัญหาของนักเรียน โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณา ค่าเฉลี่ยเป็นรายข้อ พบว่า ปัญหาซึ่งนักเรียนประสบอยู่ในระดับมากมีจำนวน 10 ข้อ เรียงลำดับ ความสำคัญของปัญหา คือ การรับประทานอาหารไม่ตรงเวลา การไม่มีคนช่วยสอนการบ้าน หรือสอนหนังสือ การขาดเรียนเพราะต้องช่วยพ่อแม่ (ผู้ปกครอง) ขาดของในวันเทศกาล การไม่มีเวลาออกกำลังกายเพราะต้องขายของ ความกังวลใจที่ขายของได้น้อย ความต้องการ

ให้โรงเรียนสอนการประกอบอาหารและการทำของใช้ต่างๆ การพักผ่อนอยู่กับบ้านและการเป็นโรคตา

นวลแก้ว ผุดผ่อง (2529 : 99) ได้สร้างแบบสำรวจปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดอุทัยธานี ผู้ทำวิจัยได้สร้างแบบสำรวจปัญหาโดยได้แนวการสร้างจาก The Mooney Problem Check List ของ Rose L. Mooney และ Leonard V. Gordon กลุ่มตัวอย่างจำนวน 700 คน ผลการวิจัย มีดังนี้ แบบสำรวจปัญหาที่มีความเชื่อถือได้เท่ากับ .97131 ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการวัดเท่ากับ 0.397 และค่าความเที่ยงตรงพิจารณาจากความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีปัญหาอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำเป็นส่วนใหญ่ ปัญหาเกี่ยวกับการเงิน การงานและอนาคต อยู่ในระดับสูงกว่าเกณฑ์เฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนชายหญิง ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพและพัฒนาการทางร่างกาย ปัญหาความสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไป และปัญหาความรู้สึกลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเองอยู่ใกล้เคียงกับเกณฑ์เฉลี่ย ปัญหาเกี่ยวกับโรงเรียนอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยและปัญหาเกี่ยวกับบ้านและครอบครัวอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยมากที่สุด

ยุพา อภิโกมลกร (2531 : 31) ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีควบคุมตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักงานกรุงเทพมหานคร” หลังจากการดำเนินการทดลอง พบว่า สภาวะความสะอาดของร่างกาย นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีควบคุมตนเอง ในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเอง นักเรียนที่ได้รับการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีการควบคุมตนเอง ในระยะที่ใช้วิธีควบคุมตนเองและระยะติดตามผล มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น

ผาสุวรรณ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา และคนอื่นๆ (2523 : 50 – 51) ทำการวิจัยเกี่ยวกับความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยเช่นกัน แต่เปลี่ยนประชากรตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมและศึกษาเปรียบเทียบความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียนโรงเรียนมัธยมสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒและโรงเรียนสายน้ำผึ้ง โดยทำการวิจัยกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 421 คน ผลการวิจัย พบว่าอาชีพของมารดามีความสัมพันธ์กับความรู้ด้านสุขภาพอนามัยของนักเรียนส่วนมากปฏิบัติตนในด้านอนามัยส่วนบุคคลและสวัสดิภาพของตนเองยังไม่เป็นที่น่าพอใจ

กองการส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กระทรวงศึกษาธิการ (2539 : 89 – 94) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดีถ้วนหน้าเมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา ” เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพ และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ร้อยละ 40 – 52 ที่มีพฤติกรรมไม่ถูกต้องและกระทำเป็นประจำ ส่วนระดับพฤติกรรมรักษาความสะอาดของฟันอยู่ในระดับพอใช้ และต้องแก้ไขถึงร้อยละ 72 ระดับพฤติกรรมการรักษา

ปรับปรุงแก้ไขร้อยละ 17 – 59 พฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติตนของนักเรียนในเรื่องการรักษาความสะอาดของร่างกาย การรับประทานอาหาร การป้องกันโรคและการรักษาโรค การออกกำลังกายและการพักผ่อน การขับถ่าย และการป้องกันอุบัติเหตุ นักเรียนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือปฏิบัติไม่ถูกต้องมากที่สุด

สรุปได้ว่า ปัญหาด้านสุขภาพของนักเรียนและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การปฏิบัติตนด้านสุขภาพของผู้เรียนยังเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องให้การดูแล เช่น การดูแลรักษาความสะอาดร่างกายถือว่าเป็นพฤติกรรมที่สำคัญควรได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ นักเรียนมีสุขภาพส่วนบุคคลที่ดี นอกจากนี้สถานศึกษาต่างๆควรจัดประสบการณ์ให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง ซึ่งมีงานวิจัยที่พบว่า การประเมินภาวะสุขภาพของนักเรียนโดยการให้นักเรียนตอบแบบสอบถามก็จัดเป็นวิธีการหนึ่ง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ช่วงชั้นที่ 1 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤษฎ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ) ตำบลสวนพริกไทย อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี จำนวน 210 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเป็นครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3) จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ที่ทำการสอนในโรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤษฎ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ)และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ช่วงชั้นที่ 1ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤษฎ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ) ตำบลสวนพริกไทย อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี จำนวน 210 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น ดังแสดงในตาราง 1 ดังนี้

ตาราง 1 ข้อมูลประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ระดับชั้น	ประชากร		กลุ่มตัวอย่าง	
	จำนวน ห้องเรียน	จำนวน นักเรียน	ระดับชั้น	จำนวน นักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1	3	35	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/3	30
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2	3	35	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/2	30
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3	3	35	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2	30
รวม	3	210	3	90

ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

ดำเนินการทดลองโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง จำนวน 1 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เวลา 08.00 – 09.00 น. , 10.00 – 11.00 น. , 13.00 – 14.00 น. , 15.00 – 16.00 น. โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลอง การทดลองเริ่มตั้งแต่วันที่ 12 มกราคม พ.ศ.2550 สิ้นสุดวันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม พ.ศ.2550

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

- 1.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
- 2.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือ

- 1.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษารายละเอียดพัฒนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ช่วงชั้นที่ 1 ศึกษาพระราชบัญญัติการศึกษา พุทธศักราช 2542 หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน พัฒนาการของเด็กวัยเด็กตอนกลางและตัวอย่างงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาหลักการและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการสร้างชุดการสอน และกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ขั้นตอนที่ 3 กำหนดหัวข้อเรื่องให้ครอบคลุมการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในหัวข้อเรื่อง ดังนี้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1

- 1.ดวงตาคู่สวย (1 ชั่วโมง)
- 2.หอมสดชื่น (1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2

- 3.ฟันดีฟันสะอาด (1 ชั่วโมง)

4.มือของเรา (1 ชั่วโมง)

5.ก้าวเดินไปพร้อมกัน (1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1

6.หนูควรระวัง (1 ชั่วโมง)

7.พลัดตก หกล้ม (1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

8.ระวัง...ไฟมันร้อนนะ (1 ชั่วโมง)

9.ระวัง...ไฟฟ้าช็อต (1 ชั่วโมง)

10.เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง (1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1

11.ทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย (1 ชั่วโมง)

12.เมื่อหนูถูกสารพิษ (1 ชั่วโมง)

13.ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ (1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2

14.เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน (1 ชั่วโมง)

15.ไม่อ้วนเอาเท่าไร (1 ชั่วโมง)

16.ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด (1 ชั่วโมง)

ขั้นตอนที่ 4 สร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายการวิจัย ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และนิยามศัพท์เฉพาะ ให้ครอบคลุมเนื้อหาตามขั้นตอนที่ 3 โดยใช้เทคนิค การเล่านิทาน การอภิปราย การสาธิต บทบาทสมมุติ กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย และกรณีศึกษา ดังมีรายละเอียดตามภาคผนวก ประกอบไปด้วย คำชี้แจงในการใช้ชุดการสอน แบบฝึกหัดก่อนเรียน คู่มือครู คู่มือนักเรียน ใบงาน แบบฝึกหัดหลังเรียน และแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว แต่ละชุดการสอน มีหัวข้อดังนี้

1.ชื่อเรื่องที่จะพัฒนา

2.ชื่อกิจกรรม

3.จุดประสงค์

4.สาระสำคัญ

5.สาระการเรียนรู้

6.ขั้นตอนการสอนกิจกรรม

7.กระบวนการวัดและประเมินผล

8.แหล่งการเรียนรู้

9.สื่อการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 5 นำชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 1 ที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 2 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ และผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร ตรวจสอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยมีความสอดคล้องกับเรื่องที่จะพัฒนา นิยามศัพท์เฉพาะ จุดประสงค์ สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ กระบวนการวัดและประเมินผล สื่อการเรียนรู้ และขั้นตอนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

ขั้นตอนที่ 6 นำชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 1 ไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/2 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/1 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤณี วิจิตร ธารรัตน์บำเพ็ญ) จังหวัดปทุมธานี เพื่อหาสิ่งที่ควรปรับปรุงแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไข

ลักษณะของแบบฝึกหัดในชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น ที่ 1

แบบฝึกหัดชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เป็นข้อความเกี่ยวกับเนื้อหาของเรื่องที่จะพัฒนา จุดประสงค์ สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม โดยมีจำนวน 16 แบบฝึกหัด แต่ละแบบฝึกหัดมี 10 ข้อ ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนและหลังการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม

ตัวอย่างแบบฝึกหัดในชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ตัวอย่างที่ 1

ชื่อ – นามสกุล ชั้น.....เลขที่.....

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย
คำชี้แจง ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. สัตว์ในข้อใดที่เป็นอันตรายต่อตัวเรา ก. สุนัข ข. แมว ค. งู ง. ถูกทุกข้อ	3. ข้อใดคือแมลงมีพิษ ก. ผีเสื้อ ข. ต่อแตน ค. เต่าทอง ง. แมลงปอ
2. เมื่อถูกสุนัขกัดควรปฐมพยาบาลข้อใดเป็นอันดับแรก ก. ทายาใส่แผล ข. ปิดแผล ค. ล้างแผล ง. พันแผล	4. ผู้ที่ถูกผึ้งต่อยจะมีอาการอย่างไร ก. เลือดออก ข. ปวดบวม ค. แผลพุพอง ง. ปวดท้อง

ตัวอย่างที่ 2

ชื่อ – นามสกุล ชั้น.....เลขที่.....

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

คำชี้แจง

จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน
และใส่เครื่องหมาย ✗ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด

- 1.ดวงตาทำหน้าที่ช่วยในการมองเห็น
- 2.อวัยวะที่ทำหน้าที่ป้องกันลูกตาจากอันตรายต่างๆคือเปลือกตา
- 3.ควรใช้ระยะห่างในการอ่านหนังสือประมาณ 35 เซนติเมตร
- 4.เมื่อมีเศษผงเข้าตาควรใช้นิ้วมือเชยเศษผงออกเบาๆ
- 5.หากลืมนำเช็ดหน้าไปโรงเรียนควรขอยืมของเพื่อนมาใช้เช็ดดวงตา

เกณฑ์การให้คะแนน

เกณฑ์การให้คะแนนจากการทำแบบฝึกหัดของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอน
กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ดังนี้ (เรณู พินิจการ.2545:28)

คำตอบถูกให้ 1 คะแนน

คำตอบผิดให้ 0 คะแนน

เกณฑ์การแปลผล

เกณฑ์การแปลผลจากคะแนนแบบฝึกหัดของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอน
กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ดังนี้ (เรณู พินิจการ. 2545 : 28)

คะแนน

การแปลผล

9 – 10 หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจความสามารถด้านสุขภาพกายในระดับมากที่สุด

7 – 8 หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจความสามารถด้านสุขภาพกายในระดับมาก

5 – 6 หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจความสามารถด้านสุขภาพกายในระดับ

ปานกลาง

3 – 4 หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจความสามารถด้านสุขภาพกายในระดับน้อย

1 – 2 หมายถึง มีความรู้ความเข้าใจความสามารถด้านสุขภาพกายในระดับน้อย

ที่สุด

2.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วง ชั้นที่ 1

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยสร้างแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 ชุด แต่ละชุดมี 12 ข้อ โดยยึดหลักการในการประเมินคุณภาพสื่อการเรียนรู้ของเอกชน ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ของสำนักวิชาและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2546 : 8-9) และยึดเนื้อหาในชุดการสอน ได้แก่ เรื่องที่จะพัฒนา จุดประสงค์ สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผล สื่อการเรียนรู้ และขั้นตอนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยนำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ที่สร้างขึ้นจำนวน 12 ข้อ ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 2 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ไพศาล อันประเสริฐ และผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร ตรวจสอบข้อคำถามที่สร้างขึ้น ทั้งด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับเนื้อหาในชุดการสอน ได้แก่ เรื่องที่จะพัฒนา นิยามศัพท์เฉพาะ จุดประสงค์ สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผล สื่อการเรียนรู้ และขั้นตอนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

ลักษณะของแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เป็นข้อความเกี่ยวกับเรื่องที่จะพัฒนา จุดประสงค์ สาระสำคัญ สาระการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผล สื่อการเรียนรู้ และกระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม โดยมีจำนวน 16 ชุด แต่ละชุดมี 12 ข้อ ให้ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในแต่ละกิจกรรม

ตัวอย่างแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ
นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

เรื่อง ดวงตาคู่สวย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือที่ตรงกับระดับความ
คิดเห็นของท่าน

ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยในระดับมากที่สุด

ระดับ 4 หมายถึง เห็นด้วยในระดับมาก

ระดับ 3 หมายถึง เห็นด้วยในระดับปานกลาง

ระดับ 2 หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อย

ระดับ 1 หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย					
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน					
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน					
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา					
5	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น					

เกณฑ์การแปลผล

เกณฑ์การแปลผลแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ดังนี้ (จตุพร ปักกระภา. 2544 : 32 – 33)

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรม
แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 1 ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย	3.51– 4.50	หมายถึง	เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย	2.51 – 3.50	หมายถึง	เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 ในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.51 – 2.50	หมายถึง	เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 ในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย	1.00 – 1.50	หมายถึง	เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 ในระดับน้อยที่สุด

การดำเนินการทดลอง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ติดต่อโรงเรียนที่เลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการประสานงานโดยขอ อนุญาตกับผู้อำนวยการโรงเรียน หัวหน้างานแนะแนว ในการนัดหมายกำหนดวัน เวลา ในการ ทดลองใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กับนักเรียน กลุ่มตัวอย่าง

ขั้นตอนที่ 2 เตรียมชุดการสอน ใบงาน ใบความรู้ แบบฝึกหัด สื่อการเรียนรู้ แบบ ประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ขั้นตอนที่ 3 ประชุมนิเทศนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในแต่ละระดับชั้น โดยจัดกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์กับนักเรียน พร้อมกับชี้แจงจุดประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอนโดยใช้ชุดกิจกรรม แนะแนว การปฏิบัติตัวของนักเรียน วันและเวลาในการเรียนการสอน

ขั้นตอนที่ 4 ดำเนินการทดลองโดยใช้การวิจัยแบบ One Group Pretest Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 60) ดังตาราง 2

ตาราง 2 แบบแผนการทดลองแบบ One Group Pretest Posttest Design

สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
T ₁	X	T ₂

ความหมายของสัญลักษณ์

T ₁	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง
X	แทน	การทดสอบหลังการทดลอง
T ₂	แทน	การใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1

ผู้วิจัยนำชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอผู้ทรงคุณวุฒิไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการทดลองโดย ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง จำนวน 1 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ โดยชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/3 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เวลา 08.00 – 09.00 น. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/2 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เวลา 10.00 – 11.00 น. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันศุกร์ เวลา 13.00 – 14.00 น. และวันพฤหัสบดี เวลา 13.00 – 14.00 น. 15.00 – 16.00 น. โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลอง การทดลองเริ่มตั้งแต่วันศุกร์ที่ 12 มกราคม พ.ศ.2550 สิ้นสุดวันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม พ.ศ.2550 ขั้นตอนในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มี 6 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นทดสอบความรู้ก่อนการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียนเพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกาย มากน้อยเพียงใด

2. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องการพัฒนาสุขภาพกาย

3. ขั้นกิจกรรม ผู้วิจัยชี้แจงนักเรียนเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติกิจกรรมแนะแนวและให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมแนะแนว

4. ขั้นสรุปกิจกรรม ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปเกี่ยวกับประโยชน์ สำคัญ สำคัญ สำคัญ การเรียนรู้ ความคิดรวบยอด และหลักการสำคัญที่ได้รับจากการทำกิจกรรมแนะแนว

5. ขั้นทดสอบความรู้หลังเรียน ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียนเพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด

6. ขั้นประเมินชุดการสอน ผู้วิจัยให้ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน ชั้นละ 5 ท่าน ทำแบบประเมินชุดการสอนเพื่อจะได้ทราบความคิดเห็นของครูผู้สอนนักเรียนในช่วงชั้นที่ 1 ที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับใด

ตาราง 3 ระยะเวลาในการดำเนินการทดลองชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

วัน / เดือน / ปี	เวลา	สถานที่	ชื่อกิจกรรม
วันศุกร์ที่ 12 มกราคม 2550	08.00 -09.00	ห้อง ป.1/3	ดวงตาคู๋สวย
วันศุกร์ที่ 12 มกราคม 2550	10.00 -11.00	ห้อง ป.2/2	หนูควรระวัง
วันศุกร์ที่ 12 มกราคม 2550	13.00 -14.00	ห้อง ป.3/2	ทำอย่างไรเมื่อหนูถูก แมลง สัตว์กัดต่อย
วันจันทร์ที่ 15 มกราคม 2550	08.00 -09.00	ห้อง ป.1/3	หอมสดชื่น
วันจันทร์ที่ 15 มกราคม 2550	10.00 -11.00	ห้อง ป.2/2	พลัดตก หกล้ม
วันจันทร์ที่ 15 มกราคม 2550	13.00 -14.00	ห้อง ป.3/2	เมื่อหนูถูกสารพิษ
วันอังคารที่ 16 มกราคม 2550	08.00 -09.00	ห้อง ป.1/3	ฟันดีฟันสะอาด
วันอังคารที่ 16 มกราคม 2550	10.00 -11.00	ห้อง ป.2/2	ระวัง...ไฟมันร้อนนะ
วันอังคารที่ 16 มกราคม 2550	13.00 -14.00	ห้อง ป.3/2	ร่วมแรงร่วมใจ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
วันพุธที่ 17 มกราคม 2550	08.00 -09.00	ห้อง ป.1/3	มือของเรา
วันพุธที่ 17 มกราคม 2550	10.00 -11.00	ห้อง ป.2/2	ระวัง...ไฟฟ้าช็อต
วันพุธที่ 17 มกราคม 2550	13.00 -14.00	ห้อง ป.3/2	เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับ ยาสามัญประจำบ้าน
วันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม 2550	08.00 -09.00	ห้อง ป.1/3	ก้าวเดินไปพร้อมกัน
วันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม 2550	10.00 -11.00	ห้อง ป.2/2	เดินทางปลอดภัย เมื่อใส่ใจตนเอง
วันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม 2550	13.00 -14.00	ห้อง ป.3/2	ไม่อ้วนเอาเท่าไร
วันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม 2550	15.00 -16.00	ห้อง ป.3/2	ชีวิตปลอดภัย เมื่อห่างไกล ยาเสพติด

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ศึกษาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม และจำแนกรายกิจกรรม ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60 / 60 โดยใช้สูตรคำนวณประสิทธิภาพชุดการสอน E_1 / E_2

2. เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้สถิติ t – test แบบ dependent (t – test for dependent samples)

3. วิเคราะห์แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่

4.1 ค่าเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตรต่อไปนี้ (ชูศรี วงศ์รัตน์.2546 : 35)

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

เมื่อ $\bar{X}$ แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนน

N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

4.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) โดยใช้สูตรดังต่อไปนี้ (ชูศรี วงศ์รัตน์.2546 : 65)

$$S.D. = \sqrt{\frac{n\sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ S.D. แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

$\sum x^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

$(\sum x)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

n แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

4.3 หาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (เสาวนีย์ สิกขาบัณฑิต. 2528 : 305)

สูตรที่ 1

$$E_1 = \frac{\sum x}{n} \times 100$$

A

E_1	แทน	ประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอนคิดเป็นร้อยละจากการทำแบบฝึกหัดและหรือประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
$\sum x$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัดและหรือการประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
A	แทน	คะแนนเต็มของการทำแบบฝึกหัดและหรือกิจกรรมการเรียนรู้
n	แทน	จำนวนผู้เรียน

สูตรที่ 2

$$E_2 = \frac{\sum F}{n} \times 100$$

B

E_2	แทน	ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (พฤติกรรมที่เปลี่ยนในตัวผู้เรียน) หลังจากการเรียนรู้ชุดการสอนนั้น คิดเป็นร้อยละจากการกระทำแบบทดสอบหลังเรียนและหรือการประกอบกิจกรรมหลังเรียน
$\sum F$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัดและหรือการประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
B	แทน	คะแนนรวมของผู้เรียนจากการทดสอบหลังเรียนและหรือการประกอบกิจกรรมหลังเรียนนั้น
n	แทน	จำนวนผู้เรียน

5.สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอน
กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ t – test for dependent
samples ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์.2540 : 165)

$$t = \frac{\frac{\sum D}{n}}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n - 1}}}$$

เมื่อ	D	แทน	ความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
	$\sum D$	แทน	ผลรวมความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
	$\sum D^2$	แทน	ผลรวม D แต่ละตัวด้วยยกกำลังสอง
	$(\sum D)^2$	แทน	การเอาผลรวมของ D ทั้งหมดมายกกำลังสอง
	n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมาย ดังต่อไปนี้

E_1	แทน	ประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอนคิดเป็นร้อยละจากการทำแบบฝึกหัดก่อนใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
$\sum x$	แทน	คะแนนรวมของกลุ่มตัวอย่างจากการทำแบบฝึกหัดก่อนการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
n	แทน	จำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
A	แทน	คะแนนเต็มของแบบฝึกหัดก่อนการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
E_2	แทน	ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (พฤติกรรมที่เปลี่ยนในตัวผู้เรียน)หลังจากการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
$\sum F$	แทน	คะแนนรวมของกลุ่มตัวอย่างจากการทำแบบฝึกหัดหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
B	แทน	คะแนนเต็มของการทำแบบฝึกหัดหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
$S.D.$	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าสถิติใช้พิจารณาใน t – Distribution
D	แทน	ค่าความแตกต่างของคะแนนจากการทำแบบฝึกหัดหลังจากใช้ชุดการสอนกับก่อนการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
$\sum D$	แทน	ผลรวมของ D แต่ละตัว
$(\sum D^2)$	แทน	ผลรวมของ D ทั้งหมดยกกำลังสอง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
$**$	แทน	ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. หาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 1 แต่ละกิจกรรม จำนวน 16 กิจกรรม และรวมทุกกิจกรรมของแต่ละระดับชั้นจำนวน 16 กิจกรรม ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 โดยใช้สูตรการคำนวณประสิทธิภาพ E_1 / E_2

2. ศึกษาความก้าวหน้าของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้สถิติ $t - test$ แบบ Dependent ($t - test$ for dependent samples)

3. วิเคราะห์ความคิดเห็นของครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1- 3) จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวที่ได้จากแบบประเมินความคิดเห็นของครูที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. หาค่าประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แต่ละกิจกรรม จำนวน 16 กิจกรรม และรวมทุกกิจกรรมตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 โดยใช้สูตรการคำนวณหาประสิทธิภาพชุดการสอน E_1 / E_2 ซึ่งปรากฏผลดังแสดงในตารางที่ 4

ตาราง 4 แสดงค่าประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แต่ละกิจกรรม และรวมทุกกิจกรรม ($n = 30$)

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1							
	ΣX	A	E_1	ΣF	B	E_2	$E_1 / E_2 \times 100$
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ($n = 30$)							
1. ดวงตาคู่สวย	240	10	80.00	300	10	100.00	80.00
2. หอมสดชื่น	192	10	64.00	282	10	94.00	68.08
3. ฟันดีฟันสะอาด	222	10	74.00	299	10	99.66	74.25
4. มือของเรา	181	10	60.33	269	10	89.66	67.28
5. ก้าวเดินไปพร้อมกัน	237	10	79.00	293	10	97.66	80.89
							
รวม	1072	10	357.33	1443	10	480.98	74.29

ตาราง 4 (ต่อ)

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกาย ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1							
	ΣX	A	E_1	ΣF	B	E_2	$E_1 / E_2 \times 100$
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30)							
6. หนูควรวาง	202	10	67.33	275	10	91.66	73.45
7. พลัดตกหกล้ม	210	10	70.00	285	10	95.00	73.68
8. ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	219	10	70.00	290	10	96.66	72.41
9. ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	265	10	88.33	299	10	99.66	88.63
10. เดินทางปลอดภัย เมื่อใส่ใจตนเอง	256	10	88.33	300	10	100.00	85.33
รวม	1152	10	383.99	1449	10	482.98	79.50
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30)							
11. ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย	233	10	77.66	299	10	99.66	76.92
12. เมื่อหนูถูกสารพิษ	231	10	77.00	277	10	92.33	83.39
13. ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	176	10	58.66	258	10	86.00	68.21
14. เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญ ประจำบ้าน	222	10	74.00	278	10	92.66	79.87
15. ไม่อ้วนเอาเท่าไร	238	10	79.33	275	10	91.66	86.54
16. ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกล ยาเสพติด	195	10	65.00	281	10	93.66	69.39
รวม	129	10	431.56	1668	10	555.97	77.62
$\Sigma(E_1 / E_2) \times 100 / 16 = 77.17$							

จากตาราง 4 พบว่า ค่าประสิทธิภาพ E_1 / E_2 ของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอนอยู่ระหว่าง 58.66 – 88.33 และมีประสิทธิภาพของผลลัพธ์อยู่ระหว่าง 86.00 – 100.00 และประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

รวมทุกกิจกรรม จำนวน 16 กิจกรรม มีประสิทธิภาพเท่ากับ 77.17 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์
มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 ซึ่งชุดการสอนแต่ละกิจกรรมมีรายละเอียด ดังนี้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ประสิทธิภาพชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
รวมทุกกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 77.17

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 1
เรื่อง ดวงตาคู่สวย พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 80.00 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 80.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 100.00

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 2
เรื่อง หอมสดชื่น พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 68.08 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 64.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 94.00

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 3
เรื่อง ฟันดีฟันสะอาด พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 74.25 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 74.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 99.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 4
เรื่อง มือของเรา พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 67.28 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 60.33 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 89.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 5
เรื่อง ก้าวเดินไปพร้อมกัน พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 80.89 โดยค่าประสิทธิภาพของ
กระบวนการเท่ากับ 79.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 97.66

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ประสิทธิภาพชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
รวมทุกกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 79.50

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 6
เรื่อง หนูควรระวัง พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 73.45 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 67.33 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 91.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 7
เรื่อง พลัดตกหกล้ม พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 73.68 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการ
เท่ากับ 70.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 95.00

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 8
เรื่อง ระวัง...ไฟมันร้อนนะ พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 72.41 โดยค่าประสิทธิภาพของ
กระบวนการเท่ากับ 70.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 96.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 9 เรื่อง ระวัง...ไฟฟ้าช็อต พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 88.63 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 88.33 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 99.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 10 เรื่อง เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 88.33 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 88.33 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 100.00

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ประสิทธิภาพชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 77.62

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 11 เรื่อง ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 76.92 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 77.66 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 99.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 12 เรื่อง เมื่อหนูถูกสารพิษ พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 83.39 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 77.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 92.33

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 13 เรื่อง ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 86.21 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 58.66 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 86.00

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 14 เรื่อง เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 79.87 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 74.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 92.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 15 เรื่อง ไม่อ้วนเอาเท่าไร พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 86.54 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 79.33 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 91.66

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรมที่ 16 เรื่อง ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด พบว่า ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 69.39 โดยค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเท่ากับ 65.00 ส่วนค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์มีค่าเท่ากับ 93.66

2. ศึกษาความก้าวหน้าของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 5 และ ตาราง 6

ตาราง 5 แสดงค่าก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ประถมศึกษาปีที่ 2 และประถมศึกษาปีที่ 3

ระดับชั้น	ก่อน Σx	หลัง Σx	ΣD	(ΣD^2)	t-value
ประถมศึกษาปีที่ 1	1072	1441	349	4321	21.24**
ประถมศึกษาปีที่ 2	1152	1448	296	3108	21.26**
ประถมศึกษาปีที่ 3	1295	1668	373	4767	32.27**

$$t (.01: df 29) = 2.462$$

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3) นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพกายเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทำให้นักเรียนพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพกายได้เพิ่มขึ้น

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t ของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำแนกรายกิจกรรม และรวมทุกกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว	n	$\bar{X}$	S.D.	ΣD	$(\Sigma D)^2$	t-value
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1						
1. เรื่อง ดวงตาคู๋สวย						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	8.00	0.91	60	144	12.05**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	10.00	0.00			

ตาราง 6 (ต่อ)

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว	n	$\bar{X}$	S.D.	ΣD	$(\Sigma D)^2$	t-value
2. เรื่อง หอมสดชื่น						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	6.40	0.62	90	304	15.18 **
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.40	0.89			
3. เรื่อง พันธุ์พืชสะอาด						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.40	0.93	77	221	15.65 **
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.97	0.18			
4. เรื่อง มือของเรา						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	6.03	0.56	79	287	8.74 **
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	8.97	0.85			
5. เรื่อง ก้าวเดินไปพร้อมกัน						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.90	1.09	54	126	9.90 **
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.70	0.75			
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2						
6. เรื่อง หนูควรระวัง						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	6.73	1.14	73	195	17.21 **
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.17	0.46			

ตาราง 6 (ต่อ)

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว	n	$\bar{X}$	S.D.	ΣD	$(\Sigma D)^2$	t-value
7. เรื่อง พลัดตกหกล้ม						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.00	1.08	75	223	12.37**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.50	0.86			
8. เรื่อง ระวัง...ไฟมันร้อนนะ						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.30	1.12	71	197	12.98**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.67	0.55			
9. เรื่อง ระวัง...ไฟฟ้าช็อต						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	8.83	0.38	34	42	17.99**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.97	0.18			
10. เรื่อง เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	8.53	0.57	44	74	14.06**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	10.00	0.00			
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3						
11. เรื่อง ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.77	9.86	67	171	14.26**
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.97	0.18			

ตาราง 6 (ต่อ)

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว	n	$\bar{X}$	S.D.	ΣD	$(\Sigma D)^2$	t-value
12. เรื่อง เมื่อหนูถูกสารพิษ						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.70	9.23			
				46	96	8.97 ^{**}
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	1.18	0.63			
13. เรื่อง ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	5.87	0.35			
				82	252	15.29 ^{**}
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	8.60	0.93			
14. เรื่อง เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.40	0.86			
				56	114	17.89 ^{**}
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.27	0.78			
15. เรื่อง ไม่อ้วนเอาเท่าไร						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	7.93	0.91			
				36	48	16.14 ^{**}
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	0.91	0.75			
16. เรื่อง ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด						
คะแนนก่อนการใช้ชุดการสอน	30	6.50	0.73			
				86	282	14.19 ^{**}
คะแนนหลังการใช้ชุดการสอน	30	9.37	1.03			

t (.01 : df 29) = 2.462

^{**}มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 6 พบว่า ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ได้พัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกาย การป้องกันและการส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้เพิ่มขึ้น

3. วิเคราะห์ความคิดเห็นของครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวที่ได้จากแบบประเมินความคิดเห็นของครูที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงในตาราง 7 และ 8

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็น ที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม และจำแนกรายกิจกรรม

ชื่อกิจกรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
1. ดวงตาคูสวย	4.71	0.16	ดี
2. หอมสดชื่น	4.36	0.24	ดี
3. ฟันดีฟันสะอาด	4.55	0.12	ดีมาก
4. มือของเรา	4.41	0.20	ดี
5. ก้าวเดินไปพร้อมกัน	4.56	0.10	ดีมาก
6. หนูควรระวัง	4.53	0.11	ดีมาก
7. พลัดตกหกล้ม	4.41	0.17	ดี
8. ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	4.48	0.18	ดี
9. ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	4.66	0.22	ดีมาก
10. เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	4.50	0.08	ดี
11. ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย	4.50	0.13	ดี
12. เมื่อหนูถูกสารพิษ	4.50	0.19	ดี
13. ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	4.55	0.18	ดีมาก
14. เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน	4.38	0.13	ดี

ตาราง 7 (ต่อ)

ชื่อกิจกรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
15. ไม่อ้วนเอาเท่าไร	4.60	0.18	ดีมาก
16. ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด	4.89	0.07	ดีมาก
รวม	4.53	0.99	ดีมาก

จากตาราง 7 พบว่าครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.99) แสดงว่า ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 อยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมฟันดีฟันสะอาด กิจกรรมก้าวเดินไปพร้อมกัน กิจกรรมหนูควรวาง กิจกรรมระวัง...ไฟฟ้าช็อต กิจกรรมร่วมแรงร่วมใจ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ กิจกรรมไม่อ้วนเอาเท่าไร กิจกรรมชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด อยู่ในระดับดีมาก กิจกรรมดวงตาคู๋สวย กิจกรรมหอมสดชื่น กิจกรรมมือของเรา กิจกรรมพลัดตกหกล้ม กิจกรรมระวัง...ไฟมันร้อนนะ กิจกรรมเดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง กิจกรรมทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย กิจกรรมเมื่อหนูถูกสารพิษ กิจกรรมเรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับดี

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็น ที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้อ และจำแนกรายข้อ

ชื่อกิจกรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
1. หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.56	0.54	ดีมาก
2. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.45	0.59	ดี

ตาราง 8 (ต่อ)

ชื่อกิจกรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความคิดเห็น
3. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.45	0.55	ดี
4. เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.60	0.54	ดีมาก
5. ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.46	0.57	ดี
6. ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.57	0.49	ดีมาก
7. ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.52	0.57	ดีมาก
8. สื่อต่างๆที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีหลากหลาย	4.60	0.54	ดีมาก
9. ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไป และสามารถทำได้ทันเวลา	4.43	0.57	ดี
10. ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.43	0.54	ดี
11. ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.45	0.59	ดี
12. ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.58	0.49	ดีมาก
รวม	4.53	0.19	ดีมาก

จากตาราง 8 พบว่า ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้อ อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 4.53, S.D. = 0.19$) แสดงว่า ครูผู้สอนนักเรียนเห็นด้วยกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้ออยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ผลการวิจัย

พบว่า ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับ 1.หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย 4. เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา 6. ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 7. ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสังชัดเจนและเข้าใจง่าย 8. สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย 12. นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม อยู่ในระดับดีมาก 2. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 3. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 5. กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น 9. ท่านคิดว่าใบงานที่ให้ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา 10. ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง 11. ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง อยู่ในระดับดี

บทที่ 5

อภิปราย สรุปผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาการสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้วิจัยได้ลำดับขั้นตอนของการวิจัย สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
2. เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ทำให้ได้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางให้ครูแนะแนวในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์ต่อนักเรียนเป็นอย่างดี

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นที่ 1 คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2549 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤษดิ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ) จังหวัดปทุมธานี จำนวน 210 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ที่ทำการสอนในโรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ (สฤษดิ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ) และนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนชุมชนวัดเสด็จ(สฤษดิ์ วิจิตร ธาระรัตต์บำเพ็ญ) ตำบลสวนพริกไทย อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี

จำนวน 90 คน โดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 30 คน และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 30 คน

ระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง

ดำเนินการทดลองโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง จำนวน 1 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน คือ วันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันศุกร์ เวลา 08.00 – 09.00 น. , 10.00 – 11.00 น. วันพฤหัสบดี เวลา 13.00 - 14.00 น. , 15.00 – 16.00 น. โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลอง การทดลองเริ่มตั้งแต่วันที่ 12 มกราคม พ.ศ.2550 สิ้นสุดวันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม พ.ศ.2550

สมมติฐานในการวิจัย

1.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 60 / 60

2.คะแนนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 หลังจากได้รับการสอนโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีคะแนนสูงกว่าก่อนได้รับการสอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 1.ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
- 2.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

การดำเนินการทดลอง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ดำเนินการทดลองโดยใช้การวิจัยแบบ One Group Pretest - Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 60) ผู้วิจัยนำชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มาดำเนินการทดลองให้กับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นเวลา 5 วัน โดยชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/3 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เวลา 08.00 – 09.00 น. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2/2 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ เวลา 10.00 – 11.00 น. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3/2 ทำการทดลองในวันจันทร์ วันอังคาร วันพุธ วันศุกร์ เวลา 13.00 - 14.00 น. และวันพฤหัสบดี เวลา 13.00 – 14.00 น.

15.00 – 16.00 น. โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลอง การทดลองเริ่มตั้งแต่วันที่ 12 มกราคม พ.ศ.2550 สิ้นสุดวันพฤหัสบดีที่ 18 มกราคม พ.ศ.2550

ขั้นตอนในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มี 6 ขั้นตอน ดังนี้

- 1.) ขั้นตอนทดสอบก่อนกิจกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการด้านสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด
 - 2.) ขั้นตอนเข้าสู่กิจกรรม ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับด้านสุขภาพกาย
 - 3.) ขั้นตอนกิจกรรม ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทำกิจกรรมต่างๆ ตามขั้นตอนและกฎกติกาที่ได้ระบุไว้ในแต่ละกิจกรรม
 - 4.) ขั้นสรุปกิจกรรม ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงประโยชน์ ความคิดรวบยอด และหลักการสำคัญที่ได้รับจากการทำกิจกรรมแนะแนว
 - 5.) ขั้นตอนทดสอบหลังกิจกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด
 - 6.) ขั้นประเมินชุดการสอนกิจกรรม ผู้วิจัยให้ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อจะได้ทราบว่าความคิดเห็นของครูผู้สอนนักเรียนในช่วงชั้นที่ 1 เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับใด
2. นำคะแนนที่ได้จากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน และแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ศึกษาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม และจำแนกรายกิจกรรม ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 โดยใช้สูตรการคำนวณประสิทธิภาพชุดการสอน E_1 / E_2
2. เปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้สถิติ t-test แบบ dependent (t-test for dependent samples)
3. วิเคราะห์แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. ประสิทธิภาพ E_1 / E_2 ของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 มีประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอน อยู่ระหว่าง 58.66 – 88.33 และมีประสิทธิภาพของผลลัพธ์ อยู่ระหว่าง 86.00 – 100.00 โดยทุกกิจกรรมมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 (เรณู พินิจการ.2545 : 24) ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 และคะแนนหลังได้รับการสอน โดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 มีคะแนนสูงกว่าคะแนนก่อนได้รับการสอนซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 และประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม ซึ่งมีจำนวน 16 กิจกรรม มีประสิทธิภาพเท่ากับ 77.17 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60

2. ศึกษาความก้าวหน้าของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำแนกเป็นรายกิจกรรม โดยใช้สถิติ t-test แบบ dependent พบว่า ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3) นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกายเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทำให้นักเรียนพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกายได้เพิ่มขึ้น

3. วิเคราะห์ความคิดเห็นของครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 คือชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวนชั้นละ 5 ท่าน ที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวที่ได้จากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม และจำแนกรายกิจกรรม โดยใช้ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่า ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม อยู่ในระดับดีมาก แสดงว่า ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 อยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมฟันดีฟันสะอาด กิจกรรมก้าวเดินไปพร้อมกัน กิจกรรมหนูควรระวัง กิจกรรมระวัง...ไฟฟ้าช็อต กิจกรรมร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ กิจกรรมไม่อ้วนเอาเท่าไร กิจกรรมชีวิตปลอดภัย เมื่อห่างไกลยาเสพติด อยู่ในระดับดีมาก กิจกรรมดวงตาคู่สวย กิจกรรมหอมสดชื่น กิจกรรมมือของเรา กิจกรรมพลัดตกหกล้ม กิจกรรมระวัง...ไฟมันร้อนนะ กิจกรรมเดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง กิจกรรมทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย กิจกรรมเมื่อหนูถูกสารพิษ กิจกรรมเรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับดี

เมื่อวิเคราะห์แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวมทุกข้อ และจำแนกรายข้อ ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียนเห็นด้วยกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้ออยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับ 1. หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย 4. เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา 6. ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 7. ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย 8. สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย 12. นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม อยู่ในระดับดีมาก 2. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 3. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 5. กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น 9. ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา 10. ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง 11. ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง อยู่ในระดับดี

การอภิปรายผล

1. จากการวิจัยการสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 จำนวน 16 กิจกรรม โดยใช้สูตรการคำนวณหาประสิทธิภาพชุดการสอน E_1 / E_2 ผลการวิจัย พบว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดการสอนอยู่ระหว่าง 58.66 – 88.33 และค่าประสิทธิภาพชุดการสอนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกลุ่มตัวอย่างอยู่ระหว่าง 86.00 – 100.00 ซึ่งพบว่า

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ที่สร้างขึ้นนั้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 (เรณู พินิจการ. 2545 : 24) ทั้ง 16 กิจกรรม ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 และคะแนนหลังได้รับการสอนโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีคะแนนสูงกว่าคะแนนก่อนได้รับการสอน ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เนื่องมาจากกิจกรรมในชุดการสอนได้ถูกสร้างขึ้นตามขั้นตอนของการสร้างชุดการสอนและสอดคล้องกับเรื่องที่จะพัฒนา อีกทั้งยังเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีอิสระในการแสดงความคิดเห็นทั้งในการอภิปรายแบบกลุ่ม มีบรรยากาศในการเรียนการสอนแบบเป็นกันเองและยอมรับซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับ มาลี จุฑา (2544 : 116) กล่าวว่า ควรจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการคิด คือ เปิดโอกาสให้นักเรียนได้พูดและแสดงความคิดเห็นเพื่อส่งเสริมการคิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น นอกจากนี้กิจกรรมที่จัดเป็นเรื่องที่ใกล้เคียงสอดคล้องกับความต้องการ และความสนใจของนักเรียน ทำให้นักเรียนมองเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเองในด้านการศึกษาและการประกอบอาชีพในอนาคตได้ ดังที่ ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 119) กล่าวว่า ระบบการเรียนการสอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีทางทราบว่าการตัดสินใจหรือการทำงานของตนถูกหรือผิดอย่างไร มีการเสริมแรงทางบวกที่ทำให้นักเรียนภาคภูมิใจที่ได้ทำถูกหรือคิดถูกต้องจะทำให้เกิดพฤติกรรมนั้นซ้ำอีกในอนาคต และค่อยๆ เรียนไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถและความสนใจของผู้เรียนเองโดยไม่มีใครมาบังคับ และเครื่องมือที่ทำให้นักเรียนบรรลุจุดหมาย คือ การจัดการเรียนการสอนโดยการใช้ชุดการสอน ซึ่งสอดคล้องกับ บุญเกื้อ คารหาเวช (2529 : 66-67) กล่าวว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูง เพราะหลักการสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวนั้นเน้นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองตามกำลังความรู้ ความสามารถที่แต่ละคนมีและสามารถสร้างเสริมปรับปรุง และพัฒนาพฤติกรรมและความรู้ในด้านต่างๆ แก่ผู้เรียน จึงทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเนื้อหาที่บรรจุไว้ในชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว

สำหรับประสิทธิภาพชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 (เรณู พินิจการ. 2545 : 24) โดยใช้สูตรการคำนวณประสิทธิภาพชุดการสอน E_1 / E_2 ผลการวิจัย พบว่า ประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม ซึ่งมีจำนวน 16 กิจกรรม มีประสิทธิภาพเท่ากับ 77.17 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมวิชาการ 60/60 แสดงว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม เป็นชุดการสอนที่มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เนื่องจากก่อนสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้วิจัยได้ศึกษาพัฒนาการของนักเรียนในช่วงชั้นที่ 1 ศึกษาพระราชบัญญัติการศึกษา พุทธศักราช 2542 และศึกษาหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

พุทธศักราช 2544 นอกจากนี้ยังศึกษาหลักการและงานวิจัยที่เกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว อีกทั้งกำหนดหัวข้อเรื่องให้ครอบคลุมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1 จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่านตรวจ เพื่อหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ และนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิหลังจากนำชุดการสอนไปปรับปรุงแก้ไขแล้ว ผู้วิจัยจึงนำชุดการสอนไปทดลองใช้กับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนในการใช้ชุดการสอน กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มี 6 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนทดสอบ ก่อนกิจกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับด้านสุขภาพกายมากน้อยเพียงใด ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม ผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับด้าน สุขภาพกาย ขั้นกิจกรรม ผู้วิจัยชี้แจงให้นักเรียนทำกิจกรรมต่างๆตามขั้นตอนและกฎกติกาที่ได้รับไว้ในแต่ละกิจกรรม ขั้นสรุปกิจกรรม ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงประโยชน์ ความคิดรวบยอด และ หลักการสำคัญที่ได้รับจากการทำกิจกรรมแนะแนว ขั้นทดสอบหลังกิจกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนทำ แบบฝึกหัดหลังเรียน เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับด้านสุขภาพกายมากน้อย เพียงใด ขั้นประเมินชุดการสอนกิจกรรม ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อจะได้ทราบว่านักเรียนเห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับใด หลังจากนำ ชุดการสอนไปทดลองใช้กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างแล้วจึงนำมาหาประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งถ้านักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียนมีคะแนน สูงกว่าคะแนนก่อนเรียน ตามเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนด แสดงว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อ พัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีประสิทธิภาพ ดังที่ ไชยยศ เรืองสุวรรณ (2522 : 130) กล่าวว่า การหาประสิทธิภาพของสื่อทำได้ 2 วิธี คือ ประเมินโดยอาศัยเกณฑ์ คือ นำเอาคะแนนก่อน และหลังมาคำนวณแล้วเอาไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่ตั้งไว้ถ้าผ่านเกณฑ์แสดงว่าสื่อนั้นมีประสิทธิภาพ และประเมินโดยไม่อาศัยเกณฑ์เป็นการเปรียบเทียบคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียน ถ้าคะแนนหลังเรียน มีคะแนนสูงกว่าคะแนนก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าสื่อนั้นมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้อง กับ ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 494-497) กล่าวว่า การหาประสิทธิภาพชุดการสอนจะกำหนด เป็นเกณฑ์ที่ผู้สอนคาดหวังว่าผู้เรียนจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงพอใจ โดยถือว่าชุดการสอนที่มี ประสิทธิภาพนั้นจะต้องเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้ ระดับประสิทธิภาพของชุดการสอนจะช่วยให้ ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ หากชุดการสอนมีประสิทธิภาพถึงระดับเกณฑ์แล้วชุดการสอนนั้นมีคุณค่าที่จะ นำไปสอนนักเรียนได้ ซึ่งแสดงว่าชุดการสอนนั้นมีประสิทธิภาพ

2. ผลการศึกษาความก้าวหน้าของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้ชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้สถิติ t-test

แบบ dependent พบว่า ประสิทธิภาพของชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทั้ง 16 กิจกรรม ซึ่งประกอบด้วยเรื่องต่างๆ ดังนี้ การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย(ดวงตาคู่สวย) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (หอมสดชื่น) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (ฟันดีฟันสะอาด) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (มือของเรา) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (ก้าวเดินไปพร้อมกัน) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (หนูควรระวัง) การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย (พลัดตก หกล้ม) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (ระวัง...ไฟมันร้อนนะ) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (ระวัง...ไฟฟ้าช็อต) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (เมื่อหนูถูกสารพิษ) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ) การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย (เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน) การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย (ไม้อ้วนเอาเท่าไร) และการป้องกันร่างกายจากยาเสพติด (ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด) เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพกายเพิ่มขึ้น ทั้งนี้เพราะชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีการใช้เทคนิค การเล่านิทาน การอภิปราย การสาธิต บทบาทสมมติ กรณีศึกษา กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย ซึ่งในแต่ละกิจกรรมผู้วิจัยได้เลือกใช้เทคนิคที่แตกต่างกันตามความเหมาะสมซึ่งนักเรียนจะให้ความสนใจและความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี และในชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 แต่ละกิจกรรมประกอบด้วย คำชี้แจงการใช้ชุดการสอน คู่มือครู คู่มือนักเรียน และสื่อการเรียนรู้ ได้แก่ อุปกรณ์ต่างๆ ใบงาน ใบความรู้ แบบฝึกหัดก่อนและหลังการใช้ชุดการสอน กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าว ของ มนตรี แยมกสิกร และคนอื่นๆ (2528 : 12) ที่กล่าวถึงประโยชน์ของชุดการสอนไว้ว่าช่วยสร้างความสนใจของผู้เรียนเพราะชุดการสอนจะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนมากที่สุด ฝึกการตัดสินใจและการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง

3. ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกกิจกรรม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.99) แสดงว่า นักเรียนเห็นด้วยกับการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 อยู่ในระดับดีมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมฟันดีฟันสะอาด กิจกรรมก้าวเดินไปพร้อมกัน กิจกรรมหนูควรระวัง กิจกรรมระวัง...ไฟฟ้าช็อต กิจกรรมร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ กิจกรรมไม้อ้วนเอาเท่าไร

กิจกรรมชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด อยู่ในระดับดีมาก กิจกรรมดวงตาคู่สวย กิจกรรมหอมสดชื่น กิจกรรมมือของเรา กิจกรรมพลัดตกหกล้ม กิจกรรมระวัง...ไฟมันร้อนนะ กิจกรรมเดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง กิจกรรมทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย กิจกรรมเมื่อหนูถูกสารพิษ กิจกรรมเรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีความคิดเห็นอยู่ในระดับดี

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้อ พบว่า ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้ออยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = 0.19) แสดงว่า ครูผู้สอนนักเรียนเห็นด้วยกับชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 รวมทุกข้ออยู่ในระดับดีมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนนักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับ 1. หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย 4. เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้ และเนื้อหา 6. ท่าน คิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 7. ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย 8. สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย 12. ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม อยู่ในระดับดีมาก 2. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 3. เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน 5. กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น 9. ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถ ทำได้ทันเวลา 10. ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง 11. ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง อยู่ในระดับดี

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 การใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้สอนควรศึกษาคำชี้แจง คู่มือครู คู่มือนักเรียน วิธีใช้สื่อและอุปกรณ์การสอนอีกทั้งควรจัดเตรียมสื่อ อุปกรณ์ ใบงาน ใบความรู้ แบบฝึกหัด จัดสถานที่และเตรียมตัวให้พร้อมก่อนการสอนทุกครั้ง

1.2 ในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ผู้สอนสามารถปรับเปลี่ยนเนื้อหา ขั้นตอนการสอนกิจกรรม สื่อ และอุปกรณ์ในการสอนให้เหมาะสมกับเวลา สถานที่ และสภาพของผู้เรียน

1.3 ในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1 ผู้สอนควรดูแลนักเรียนอย่างใกล้ชิดทุกกลุ่ม โดยกระตุ้นและส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออก ร่วมแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อนอย่างเหมาะสม

1.4 ในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1 ผู้สอนควรกระตุ้นให้ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม รู้จักบทบาทต่างๆภายในกลุ่ม คือ บทบาทผู้นำ ผู้ตาม และการเป็นสมาชิกกลุ่ม

1.5 ในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1 ผู้สอนควรให้นักเรียนสรุปถึงประโยชน์ของแต่ละกิจกรรม และเชื่อมโยงกิจกรรมต่างๆ เพื่อนักเรียนสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

1.6 ในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1 ผู้สอนควรมีการติดตามประเมินผล เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนาปรับปรุงในการวิจัยครั้งต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ในการวิจัยครั้งต่อไปควรสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ให้มีเทคนิคหลากหลาย ทันสมัย เหมาะสมกับวัย ความต้องการ และความสนใจของผู้เรียน

2.2 ในการวิจัยครั้งต่อไปควรใช้สถานที่ที่เหมาะสมในแต่ละกิจกรรม เช่น ลานกลางแจ้ง

ห้องพยาบาล สนามหญ้า เพื่อเป็นแหล่งการเรียนรู้ตามสภาพจริงและเหมาะสมกับเนื้อหาในแต่ละกิจกรรม

2.3 ในการวิจัยครั้งต่อไปควรจัดทำใบงาน และใบความรู้ ให้มีความน่าสนใจมากขึ้น

โดยอาจใช้รูปภาพต่างๆเป็นส่วนประกอบของใบงาน และใบความรู้ เพื่อนักเรียนจะได้ไม่รู้สึกเบื่อหน่าย ที่จะต้องปฏิบัติตามคำชี้แจงในใบงาน และการศึกษาเนื้อหาในใบความรู้

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมล ประทีปธีรานันท์. (2530). ผลการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวตามหลักสัปปริสธรรม เพื่อพัฒนาคุณธรรมด้านสัปปริสธรรม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดไร่ขิงจังหวัดนครปฐม. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กัลญา กริธรร. (2545). การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวการศึกษาต่อสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนคงคาราม จังหวัดเพชรบุรี. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- บุญศรี คำชาย.(2544). จิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้.กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา.
- กุศล สุนทรธาดา.(2541). สถานการณ์และองค์ความรู้เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กในประเทศไทย.กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กองอนามัยครอบครัว กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2538).การดูแลสุขภาพเด็กแรกเกิด - 6 ปี สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กรมพลศึกษา . (2529) .รายงานการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.(2545).หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544.กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ.(2545). คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน.กรุงเทพฯ.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2546). คู่มือการจัดกิจกรรมแนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- ขวัญตา วงศ์สมุทร. (2531). การเปรียบเทียบปัญหาการพัฒนาสุขภาพนักเรียนของครูประจำชั้นในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ใน เขตเทศบาลกับครูประจำชั้นในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 5 .ปรินิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- คณะอนุกรรมการพัฒนาคุณภาพวิชาการ กลุ่มกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน.แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน.กรุงเทพฯ.อัดสำเนา.
- จตุพร ปักเคระกา. (2544).ความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตในการเรียนการสอนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (ธุรกิจศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อัดสำเนา.

- จรินทร์ ธานีรัตน์.(2524). สุขศาสตร์ในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ป.สัมพันธ์พาณิชย์.
- จินดาภรณ์ อังสุวรรณโชติ.(2525).การทดลองใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวอาชีพ
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อัสสาเนา.
- ฉลองชัย สุขวัฒนบุรณ.(2538).การเลือกใช้และการใช้สื่อการสอน.กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์ ; สมเชาว์ เนตรประเสริฐ ; และสุดา สินสกุล. (2521). ระบบสื่อการสอน.
กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. (2528). ชุดการสอนระดับประถมศึกษา ใน เอกสารประกอบการสอน
ชุดวิชาสื่อการสอนระดับประถมศึกษา หน่วยที่ 8 – 15.หน้า490 – 496.กรุงเทพฯ :
สหมิตร.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. (2523). เอกสารการสอนชุดวิชาเทคโนโลยีและสื่อการศึกษาหน่วยที่
1 – 5. นนทบุรี. : สำนักเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ไชยยศ เรืองสุวรรณ. (2522). หลักการ เทคโนโลยีและนวัตกรรมทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2.
มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2546).เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย.พิมพ์ครั้งที่ 9 . กรุงเทพฯ : เทพเนรมิต
การพิมพ์.
- ชอลัดดา ขวัญเมือง.(2541).กิจกรรมการแนะแนวในชั้นเรียน.กรุงเทพฯ : วิทยรัตน์.
- ทิพย์ภา เชษฐไชยลิต.(2543).จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล.สงขลา : ชานเมือง
การพิมพ์.
- ธีระชัย บุรณโชติ. (2532). การสร้างผลงานทางวิชาการเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ
: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพพรษ เพชรเมธี (2545).การพัฒนาชุดการสอนเรื่องจังหวัดพังงาสำหรับนักเรียนชั้น
ประถมศึกษา.ปรินิพนธ์ กศ.ม.(เทคโนโลยีการศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อัสสาเนา.
- นวลแก้ว ผุดผ่อง.(2529).การสร้างแบบสำรวจปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6
โรงเรียนสังกัดนัการศึกษาจังหวัดอุทัยธานี. กรุงเทพฯ : วิทยานิพนธ์ ปรินิพนธ์การศึกษา
มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.อัสสาเนา.
- บุญเกื้อ ควรหาเวช. (2529).นวัตกรรมการศึกษา.กรุงเทพฯ : ภาควิชาเทคโนโลยีทาง
การศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน.อัสสาเนา.นครินทรวิโรฒ.อัสสาเนา.
- ประสงค์ นารอดุดม.(2536).การเจริญเติบโตด้านร่างกายและพัฒนาการทางกลไกของนักเรียน
โรงเรียนวัดบางไฉลงใน.ปรินิพนธ์. กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.อัสสาเนา.

- ประเสริฐ ดันสกุล. (2517). พัฒนาการเด็ก. ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศ.ส. การพิมพ์.
- ปรีชา เวสารัชช. (2527). การปฐมศึกษาในชนบทไทย. กรุงเทพฯ : เจริญวิทย์การพิมพ์.
- เปรี๊ญ กุมุท. (2518). ชุดการสอน. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ผาสวรรณ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา และคนอื่นๆ. (2523). การศึกษาเปรียบเทียบความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาสาธิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และโรงเรียนสายน้ำผึ้ง. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศรีอนันต์.
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช 2543 (ฉบับปรับปรุง).
- พัชรี สวนแก้ว. (2536). จิตวิทยาพัฒนาการและการดูแลเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : บริษัท ศูนย์การพิมพ์ดวงกมล จำกัด.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2530). ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2543). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- มาลี จุฬา. (2544). การประยุกต์จิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้. กรุงเทพฯ : ทิพย์วิสุทธิ.
- มนตรี แยมกลีกร. (2528). รายงานผลโครงการผลิตสื่อการสอนสำหรับโรงเรียนก้นดาร์ โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ปีงบประมาณ 2528 สงขลา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ยุพา อภิโกมลกร. (2531). ผลของการปรับพฤติกรรมสุขภาพด้วยวิธีการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. อุดสาเนา.
- เยาวรัตน์ โพธิ์ทอง (2544). การพัฒนาชุดการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตเรื่องการทำมาหากิน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดสาเนา.
- เรณู พินิจการ. (2545). การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบางลี่วิทยา อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดสาเนา.
- ลักขณา สรวิวัฒน์. (2543). การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรินต์ติ้ง เฮาส์.
- วาสนา พรหมทอง. (2525). การศึกษาการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยด้านการส่งเสริมพัฒนาการทางร่างกายตามปัจจัยพื้นฐานของผู้ปกครองครอบครัวชาวประมง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดสาเนา.

- วรรณ ทอญ่.(2523). การวิเคราะห์ปัญหาของนักเรียนประถมศึกษา สังกัดองค์การบริหาร
ส่วนจังหวัดนครสวรรค์.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.
- วรรณ ศรีอุปบล. (2535). ผลการจัดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้สไลด์เทปเป็นเทคนิค “แม่แบบ”
ที่มีต่อเจตคติเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว).พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร. อุดมศึกษา.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2525). พัฒนาหลักสูตรและการสอน-มิติใหม่.พิมพ์ครั้งที่ 3.กรุงเทพ ฯ :
โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- วิณี ชิดเชิดวงศ์. (2537).การศึกษาเด็ก.กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์.
- วิภาภรณ์ เรือนทิพย์.(2530).ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้สไลด์เทปเป็นเทคนิค
“แม่แบบ” ที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอหนองใหญ่
จังหวัดชลบุรี. กศ.ม.พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พิษณุโลก.อุดมศึกษา.
- ศักดิ์ศรี แสงศรี (2545).การพัฒนาชุดการสอน เรื่องจังหวัดพังงาสำหรับนักเรียนชั้น
ประถมศึกษา.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(เทคโนโลยีการศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อุดมศึกษา.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล.(2545).จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย แนวคิดเชิงทฤษฎี-วัยเด็ก
ตอนกลาง.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ, กระทรวงศึกษาธิการ กรมวิชาการ. (2546).มาตรฐานการ
แนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- สมจิตร ปิยะมาดา.(2528).การศึกษาเกี่ยวกับการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางด้าน
ร่างกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาพัฒนาการ).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อุดมศึกษา.
- สมพร นาคาคินทร์.(2525).การศึกษาเปรียบเทียบปัญหาการสอนวิชากิจกรรมแนะแนว
ของครูแนะแนว ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเขตการศึกษา 7. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อุดมศึกษา.
- สมพร สุทัศนีย์.(2525).การประถมศึกษา.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สมพร สุทัศนีย์.(2525).จิตวิทยาการปกครองชั้นเรียน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ไทยวัฒนาพานิช.
- สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์.(2544).กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช.

- สมสกุล บัณฑิตพุด. (2531). *บทบาทของครูที่มีต่อการส่งเสริมการรักษาความสะอาดของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร .วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.(สุศึกษา) .กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. อุดมสำเนา.*
- สวนา พรพัฒน์กุล. (2522). *จิตวิทยาทั่วไป.แสงรุ่งการพิมพ์*
- สุกัญญา ยีกา (2545). *การสร้างชุดการเรียนการสอนเรื่องเขาคณิตการแปลงสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(คณิตศาสตร์).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อุดมสำเนา.*
- สุจินต์ ปรีชาสามารถ. (2535). *สุขอนามัยส่วนบุคคล.กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว.*
- สุภาพ กลีบบัว. (2524). *ความรู้อนามัยและสภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. (สุศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. อุดมสำเนา.*
- สุรางค์ โค้วตระกูล.(2545). *จิตวิทยาการศึกษา.กรุงเทพฯ : ด้านสุขภาพการพิมพ์ จำกัด.*
- สุรรัตน์ วิไลรัตน์. (2537). *ผลการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการรับรู้ด้านอาชีพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดทรงธรรม อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อุดมสำเนา*
- เสาวนีย์ ลิกขาบัณฑิต. (2528). *เทคโนโลยีทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาครุศาสตร์เทคโนโลยี คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและวิทยาศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.*
- อรรถพร พรสีมา.(2530). *เทคโนโลยีทางการสอน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ โอ.เอส.พรินติ้ง เฮ้าส์.*
- อรรณพ หุ่นดี. (2528). *สภาวะสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี .วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต.(สุศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. อุดมสำเนา*
- อัมพร บำรุงผล.(2539). *การศึกษาปัญหาของนักเรียนระดับประถมศึกษา.ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.อุดมสำเนา.*
- อุษา พัทธวงษ์ (2546). *การพัฒนาชุดกิจกรรมการสอน กลุ่มทักษะคณิตศาสตร์ เรื่อง เวลา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1.กศ.ม.(การประถมศึกษา).ชลบุรี : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.อุดมสำเนา.*
- Arlin,M. (1997). *The Science of Nutrition*. 2nd ed. New York : Macmillan Publish Co.
- Ashby, Sir Eric. (1972). *The Fourth Revolution Instructional Technology in Higher Education*. New York : McGraw-Hill.

- Breazeale, Vicki Diane (1985, October). Development of Concepts about Food and Nutrition *Dissertation Abstracts International*.(46) : 901 – A
- Bohn, A.K. and V.B. Norman.(1958, September). First National Report on Patients of Mental Healthclinics, Public Health Report. (74) : 943 – 956.
- Breckenridge, M.E. ; Vicent, E.L. (1968). *Child Development*. Philadelphia and London : W.B. Sannders Company.
- Frazier, Jenice Gregory. (1975, April). Effect of Systematic Inservice Training Model on Teaching Performance and Skill of a Group of First Grade Teacher, *Dissertation Abstracts International*. 36 (5) : 2589 A
- Good, Carter Victor. (1973). *Dictionary of Education*. 3rd.ed. New York : Mc Graw – Hill.
- Haper, Martha ; Jane Armstrong. (1972). The Development and Evaluation of Multi – Media Self – Instructional Package in Being French of Talent country Junior College, *Dissertation Abstracts International*. 32 : 5669 – A.
- Hoyman, R. and B. Aanderson. (1968). *Solving Problem,” Organization psychology*. Engle Wood Cliffs, New Jersey : Prentice – Hall, Inc. ; n.d.
- Hurlock. E.B. (1968). *Child Development*. New York : Mc Graw – Hill book Company.
- Johnson, Joan, M.N. (1983, October). Health service Problems and Related to the Mainstreaming of Handicapped Children : A Survery, *Dissertation Abstracts International*. 43 (11) : 35-5-A.
- Kemp and Dayton. (1985). *Physical Education* : Foundation. New York : Rinchart and Winston, Inc.
- Lefrancois, G.R.(1994). Of Children ; *An Introduction to Child Development*. Belmont, California : Wadworth Publishing Company.
- Marhoefer, P.E. ; Nadnais, L.A. (1992). *Caring for the Developing child*. 2rd ed. New York : Delmar Publishers Inc.
- McColman, James Westley.(1975, July). Relationship between the use of Learning Activity Packages, Group Activity and the Preferences of Student toward the Social Study Course , *Dissertation Abstracts International*. 36 (1) : 109 A
- Mullins. (1982). *Ruth G. Growth and Development*. New Jersey : Prentice – Hall.
- Robin, L.N.(1976). *Why Young People Become Antisocials*. National Institute of Mental Health, Science Report.
- Sapara Allen V. ; Imar D. Mitchell. (1968). *The Theory of Play and Recreation*. 3rd.ed. New York : The Ronald Press Company.

- Stott,L.H. (1974). *The Psychology of Human Development*. New York : Holt Rinchart and Winston, Inc.
- Turk, Gayla Claire.(1985 , February). Development of the Music Listening Strategy Tempo : Computer Assisted Instruction in Music Listening , *Dissertation Abstracts International*.45(8) : 2436 – A.
- Watson, Robert I ; Lindgtren. H.C. (1973). *Psychology of the Child*. New York : John Wiley Son. Inc.
- Willson, Cynthia Louise. (1989, August). An Analysis of a Direct Instruction Procedure In Teaching Word Problem–Solving to Learning Disabled Student , *Dissertation Abstracts International*. 50 (2) : 416 – A.
- Wongaman, S. (1955).*Functional Health Teaching*.(4thed.) Chicaco : A.J.Nystrom & Co.
- Yvone, D.J., et al. (1985).*Influences in Child Growth Associated with Poverty in the 1970's an Examination of HANES* , Cross – section us national surveys.AJCN Publishing.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

เรื่อง.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างทางขวามือที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของนักเรียน

ระดับ 5 หมายถึง เห็นด้วยในระดับมากที่สุด

ระดับ 4 หมายถึง เห็นด้วยในระดับมาก

ระดับ 3 หมายถึง เห็นด้วยในระดับปานกลาง

ระดับ 2 หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อย

ระดับ 1 หมายถึง เห็นด้วยในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย					
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน					
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน					
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา					
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น					
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน					
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย					
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย					
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา					
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง					
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง					
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม					
รวมคะแนน						

ภาคผนวก ข

เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม พลัดตกหกล้ม

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

ร่าง 26 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา

สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูกแมลงสัตว์

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เมื่อหนกศสารพิษ

เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนไหวร่างกาย

เรื่อง การรู้ คู่กัน และ ความปลอดภัย ของ ร่างกาย กิจกรรม เรื่อง นวัตกรรม เกี่ยว กับ แสงสว่าง ในการ จำหน่าย

เรื่อง การส่งเสริมสิทธิสภาพพ่วงพวย กิจการรณ ไ้คว้ามควาเท่าไร

- ตาราง 33 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30)
เรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด
- ตาราง 34 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ดวงตาคูสวย
- ตาราง 35 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หอมสดชื่น
- ตาราง 36 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ฟันดีฟันสะอาด
- ตาราง 37 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม มือของเรา
- ตาราง 38 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน
- ตาราง 39 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หนูควรระวัง
- ตาราง 40 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม พลัดตกหกล้ม
- ตาราง 41 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ
- ตาราง 42 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต
- ตาราง 43 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง
- ตาราง 44 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย
- ตาราง 45 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ
- ตาราง 46 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
- ตาราง 47 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน
- ตาราง 48 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร
- ตาราง 49 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

ภาคผนวก ข

- ตาราง 22 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ
- ตาราง 23 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต
- ตาราง 24 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง
- ตาราง 25 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
- ตาราง 26 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม
- ตาราง 2 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม
- ตาราง 28 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย
- ตาราง 29 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ
- ตาราง 30 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
- ตาราง 31 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน
- ตาราง 32 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร
- ตาราง 33 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30)
เรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด
- ตาราง 34 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ดวงตาคูสวย

- [illegible]

ตาราง 9 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 (n = 30)

คนที่	กิจกรรม 1		กิจกรรม 2		กิจกรรม 3		กิจกรรม 4		กิจกรรม 5	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1	8	10	7	9	8	10	6	7	9	10
2	9	10	8	10	8	10	6	10	9	10
3	9	10	8	9	8	10	6	9	9	10
4	7	10	6	10	6	10	7	8	8	10
5	7	10	6	10	7	10	6	10	6	10
6	7	10	6	10	6	10	6	10	7	10
7	7	10	7	9	9	10	6	8	8	10
8	9	10	6	10	8	10	6	10	7	8
9	9	10	6	8	8	10	7	10	9	10
10	9	10	6	7	8	10	6	10	7	8
11	9	10	7	9	6	10	6	8	8	10
12	8	10	6	10	8	10	6	9	8	10
13	7	10	6	10	7	10	6	9	7	10
14	8	10	6	10	6	10	5	10	6	10
15	9	10	7	9	8	10	6	8	9	10
16	8	10	7	9	6	9	6	9	9	10
17	7	10	6	9	8	10	7	9	9	10
18	8	10	6	10	6	10	6	9	6	7
19	8	10	6	10	8	10	6	9	8	10
20	9	10	6	10	8	10	6	9	8	10
21	7	10	6	10	8	10	7	9	6	10
22	8	10	7	10	8	10	6	10	7	10
23	8	10	6	7	8	10	5	8	9	10
24	9	10	6	8	8	10	5	9	9	10
25	8	10	6	9	8	10	6	9	9	10
26	7	10	6	10	6	10	7	10	7	9
27	7	10	6	10	7	10	6	9	7	9
28	9	10	6	10	8	10	6	8	9	10
29	9	10	7	10	8	10	6	8	9	10
30	6	10	7	10	6	10	5	8	8	10
รวม	240	300	192	282	222	299	181	269	237	293
X	8.00	10.00	6.40	9.40	7.40	9.97	6.03	8.97	7.90	9.70
SD	0.91	0.00	0.62	0.89	0.93	0.18	0.56	0.85	1.09	0.75

ตาราง 10 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 กิจกรรม
(n = 30)

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน	คะแนนหลังใช้ ชุดการสอน	D	D ²
1	38	46	8	64
2	40	50	10	100
3	40	48	8	64
4	34	48	14	196
5	32	50	8	64
6	32	50	8	64
7	37	47	10	100
8	36	48	12	144
9	39	48	9	81
10	36	45	9	81
11	36	47	11	121
12	36	49	13	169
13	33	49	16	256
14	31	50	19	361
15	39	47	8	64
16	36	47	11	121
17	37	48	11	121
18	32	46	14	196
19	36	49	13	169
20	37	49	12	144
21	34	49	15	225
22	36	50	14	196
23	36	45	9	81
24	37	47	10	100
25	37	48	11	121
26	33	49	16	256
27	33	48	15	225
28	38	48	10	100
29	39	48	9	81
30	32	48	16	256
รวม	1072	1441		
X	35.73	48.03	$\Sigma D = 349$	$\Sigma D^2 = 4321$
SD	2.59	1.40		t = 21.24

ตาราง 11 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 กิจกรรม

ชื่อกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ย (X)		t-value **
	ก่อน	หลัง	
1.ดวงตาคู๋สวย	8	10	12.05
2.หอมสดชื่น	6.4	9.4	15.18
3.ฟันดีฟันสะอาด	7.4	9.97	15.65
4.มือของเรา	6.03	8.97	8.74
5.ก้าวเดินไปพร้อมกัน	7.9	9.7	9.9
รวมทุกชุด	35.73	48.04	21.24

ตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ($n = 30$)
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม ดวงตาคูสวย

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	8	10	2	4
2	9	10	1	1
3	9	10	1	1
4	7	10	3	9
5	7	10	3	9
6	7	10	3	9
7	7	10	3	9
8	9	10	1	1
9	9	10	1	1
10	9	10	1	1
11	9	10	1	1
12	8	10	2	4
13	7	10	3	9
14	8	10	2	4
15	9	10	1	1
16	8	10	2	4
17	7	10	3	9
18	8	10	2	4
19	8	10	2	4
20	9	10	1	1
21	7	10	3	9
22	8	10	2	4
23	8	10	2	4
24	9	10	1	1
25	8	10	2	4
26	7	10	3	9
27	7	10	3	9
28	9	10	1	1
29	9	10	1	1
30	6	10	4	16
รวม	240	300	$\Sigma D = 60$	$\Sigma D^2 = 144$
X	8.00	10.00		$t = 12.05$
SD	0.91	0.00		

ตาราง 13 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 (n = 30) เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม หอมสดชื่น

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	7	9	2	4
2	8	10	2	4
3	8	9	1	1
4	6	10	4	16
5	6	10	4	16
6	6	10	4	16
7	7	9	2	4
8	6	10	4	16
9	6	8	2	4
10	6	7	1	1
11	7	9	2	4
12	6	10	4	16
13	6	10	4	16
14	6	10	4	16
15	7	9	2	4
16	7	9	2	4
17	6	9	3	9
18	6	10	4	16
19	6	10	4	16
20	6	10	4	16
21	6	10	4	16
22	7	10	3	9
23	6	7	1	1
24	6	8	2	4
25	6	9	3	9
26	6	10	4	16
27	6	10	4	16
28	6	10	4	16
29	7	10	3	9
30	7	10	3	9
รวม	192	282	$\Sigma D = 90$	$\Sigma D^2 = 304$
X	6.40	9.40		t = 15.18
SD	0.62	0.89		

ตาราง 14 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 (n = 30) เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม พันธุ์พันธุ์สะอาด

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	8	10	2	4
2	8	10	2	4
3	8	10	2	4
4	6	10	4	16
5	7	10	3	9
6	6	10	4	16
7	9	10	1	1
8	8	10	2	4
9	8	10	2	4
10	8	10	2	4
11	6	10	4	16
12	8	10	2	4
13	7	10	3	9
14	6	10	4	16
15	8	10	2	4
16	6	9	3	9
17	8	10	2	4
18	6	10	4	16
19	8	10	2	4
20	8	10	2	4
21	8	10	2	4
22	8	10	2	4
23	8	10	2	4
24	8	10	2	4
25	8	10	2	4
26	6	10	4	16
27	7	10	3	9
28	8	10	2	4
29	8	10	2	4
30	6	10	4	16
รวม	222	299	$\Sigma D = 77$	$\Sigma D^2 = 221$
X	7.40	9.97		t = 15.65
SD	0.93	0.18		

ตาราง 15 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ($n = 30$)
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม มือของเรา

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	6	7	1	1
2	6	10	4	16
3	6	9	3	9
4	7	8	2	4
5	6	10	4	16
6	6	10	4	16
7	6	8	2	4
8	6	10	4	16
9	7	10	3	9
10	6	10	4	16
11	6	8	2	4
12	6	9	3	9
13	6	9	3	9
14	5	10	5	25
15	6	8	2	4
16	6	9	3	9
17	7	9	2	4
18	6	9	3	9
19	6	9	3	9
20	6	9	3	9
21	7	9	2	4
22	6	10	4	16
23	5	8	3	9
24	5	9	4	16
25	6	9	3	9
26	7	10	3	9
27	6	9	3	9
28	6	8	2	4
29	6	8	2	4
30	5	8	3	9
รวม	181	269	$\Sigma D = 79$	$\Sigma D^2 = 287$
X	6.03	8.97		t = 8.74
SD	0.56	0.85		

ตาราง 16 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ($n = 30$)
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	9	10	1	1
2	9	10	1	1
3	9	10	1	1
4	8	10	2	4
5	6	10	4	16
6	7	10	3	9
7	8	10	2	4
8	7	8	1	1
9	9	10	1	1
10	7	8	1	1
11	8	10	2	4
12	8	10	2	4
13	7	10	3	9
14	6	10	4	16
15	9	10	1	1
16	9	10	1	1
17	9	10	1	1
18	6	7	1	1
19	8	10	2	4
20	8	10	2	4
21	6	10	4	16
22	7	10	3	9
23	9	10	1	1
24	9	10	1	1
25	9	10	1	1
26	7	9	2	4
27	7	9	2	4
28	9	10	1	1
29	9	10	1	1
30	8	10	2	4
รวม	237	293	$\Sigma D = 54$	$\Sigma D^2 = 126$
X	7.90	9.70		t = 9.90
SD	1.09	0.75		

ตาราง 17 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30)

คนที่	กิจกรรม 1		กิจกรรม 2		กิจกรรม 3		กิจกรรม 4		กิจกรรม 5	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1	9	10	8	10	8	10	9	10	9	10
2	6	9	6	7	6	9	9	10	9	10
3	6	9	6	9	6	8	9	10	9	10
4	9	10	7	8	7	9	9	10	9	10
5	8	10	7	9	7	10	9	10	9	10
6	6	9	8	9	8	10	9	10	9	10
7	7	9	6	8	9	10	9	10	9	10
8	6	9	9	10	9	10	9	10	9	10
9	6	9	7	10	7	10	9	10	9	10
10	6	9	6	10	6	10	9	10	9	10
11	9	10	9	10	8	9	9	10	9	10
12	6	9	6	10	6	10	9	10	9	10
13	6	9	6	9	7	9	9	10	8	10
14	7	9	8	10	6	9	9	10	8	10
15	7	9	6	10	7	10	9	10	8	10
16	6	9	6	10	8	10	8	10	8	10
17	6	9	6	10	8	10	8	10	9	10
18	6	9	6	10	7	9	8	10	8	10
19	6	9	7	10	6	10	9	10	8	10
20	6	9	6	10	6	10	9	10	7	10
21	6	9	6	10	8	10	9	10	8	10
22	6	8	7	10	6	9	9	10	9	10
23	7	9	8	10	9	10	9	10	8	10
24	7	9	6	8	9	10	9	10	8	10
25	6	9	6	8	9	10	9	10	9	10
26	6	9	8	10	6	9	9	10	9	10
27	9	10	8	10	8	10	9	10	8	10
28	9	10	9	10	8	10	8	9	8	10
29	6	9	8	10	6	10	8	10	8	10
30	6	9	8	10	8	10	9	10	9	10
รวม	202	275	210	285	219	290	265	299	256	300
X	6.73	9.17	7.00	9.50	7.30	9.67	8.83	9.97	8.53	10.00
SD	1.14	0.46	1.08	0.86	1.12	0.55	0.38	0.18	0.57	0.00

ตาราง 18 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 5 กิจกรรม
(n = 30)

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน	คะแนนหลังใช้ ชุดการสอน	D	D ²
1	43	50	7	49
2	36	45	9	81
3	36	46	10	100
4	41	47	6	36
5	40	49	9	81
6	40	48	8	64
7	40	47	7	49
8	42	49	7	49
9	38	49	11	121
10	36	49	13	169
11	44	49	5	25
12	36	48	12	144
13	36	47	11	121
14	38	48	10	100
15	37	49	12	144
16	36	49	13	169
17	37	49	12	144
18	35	48	13	169
19	36	49	13	169
20	34	49	15	225
21	37	49	12	144
22	37	47	10	100
23	41	49	8	64
24	39	47	8	64
25	39	47	8	64
26	38	48	10	100
27	42	50	8	64
28	42	49	7	49
29	36	49	13	169
30	40	49	9	81
รวม	1152	1448		
X	38.40	48.27	$\Sigma D = 296$	$\Sigma D^2 = 3108$
SD	2.63	1.17		t = 21.26

ตาราง 19 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 5 กิจกรรม

ชื่อกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ย (X)		t-value**
	ก่อน	หลัง	
1.หนูควรระวัง	6.73	9.17	17.21
2.พลัดตกหกล้ม	7	9.5	12.37
3.ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	7.3	9.67	12.98
4.ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	8.83	9.97	17.99
5.เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	8.53	10	14.06
รวมทุกชุด	38.39	48.31	21.26

ตาราง 20 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ($n = 30$)
เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม หนูควรระวัง

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	9	10	1	1
2	6	9	3	9
3	6	9	3	9
4	9	10	1	1
5	8	10	2	4
6	6	9	3	9
7	7	9	2	4
8	6	9	3	9
9	6	9	3	9
10	6	9	3	9
11	9	10	1	1
12	6	9	3	9
13	6	9	3	9
14	7	9	2	4
15	7	9	2	4
16	6	9	3	9
17	6	9	3	9
18	6	9	3	9
19	6	9	3	9
20	6	9	3	9
21	6	9	3	9
22	6	8	2	4
23	7	9	2	4
24	7	9	2	4
25	6	9	3	9
26	6	9	3	9
27	9	10	1	1
28	9	10	1	1
29	6	9	3	9
30	6	9	3	9
รวม	202	275	$\Sigma D = 73$	$\Sigma D^2 = 195$
X	6.73	9.17		$t = 12.05$
SD	1.14	0.46		

ตาราง 21 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30) เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย กิจกรรม พลัดตกหกล้ม

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	8	10	2	4
2	6	7	1	1
3	6	9	3	9
4	7	8	1	1
5	7	9	2	4
6	8	9	1	1
7	6	8	2	4
8	9	10	1	1
9	7	10	3	9
10	6	10	4	16
11	9	10	1	1
12	6	10	4	16
13	6	9	3	9
14	8	10	2	4
15	6	10	4	16
16	6	10	4	16
17	6	10	4	16
18	6	10	4	16
19	7	10	3	9
20	6	10	4	16
21	6	10	4	16
22	7	10	3	9
23	8	10	2	4
24	6	8	2	4
25	6	8	2	4
26	8	10	2	4
27	8	10	2	4
28	9	10	1	1
29	8	10	2	4
30	8	10	2	4
รวม	210	285	$\Sigma D = 75$	$\Sigma D^2 = 223$
X	7.00	9.50		t = 12.37
SD	1.08	0.86		

ตาราง 22 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30) เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

คนที่	คะแนนก่อนใช้	หลัง	$D(X_2 - X_1)$	D^2
	ชุดการสอน(X_1)	ชุดการสอน (X_2)		
1	8	10	2	4
2	6	9	3	9
3	6	8	2	4
4	7	9	2	4
5	7	10	3	9
6	8	10	2	4
7	9	10	1	1
8	9	10	1	1
9	7	10	3	9
10	6	10	4	16
11	8	9	1	1
12	6	10	4	16
13	7	9	2	4
14	6	9	3	9
15	7	10	3	9
16	8	10	2	4
17	8	10	2	4
18	7	9	2	4
19	6	10	4	16
20	6	10	4	16
21	8	10	2	4
22	6	9	3	9
23	9	10	1	1
24	9	10	1	1
25	9	10	1	1
26	6	9	3	9
27	8	10	2	4
28	8	10	2	4
29	6	10	4	16
30	8	10	2	4
รวม	219	290	$\Sigma D = 71$	$\Sigma D^2 = 197$
X	7.30	9.67		t = 12.98
SD	1.12	0.55		

ตาราง 23 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30) เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	9	10	1	1
2	9	10	1	1
3	9	10	1	1
4	9	10	1	1
5	9	10	1	1
6	9	10	1	1
7	9	10	1	1
8	9	10	1	1
9	9	10	1	1
10	9	10	1	1
11	9	10	1	1
12	9	10	1	1
13	9	10	1	1
14	9	10	1	1
15	9	10	1	1
16	8	10	2	4
17	8	10	2	4
18	8	10	2	4
19	9	10	1	1
20	9	10	1	1
21	9	10	1	1
22	9	10	1	1
23	9	10	1	1
24	9	10	1	1
25	9	10	1	1
26	9	10	1	1
27	9	10	1	1
28	8	9	1	1
29	8	10	2	4
30	9	10	1	1
รวม	265	299	$\Sigma D = 34$	$\Sigma D^2 = 42$
X	8.83	9.97		t = 17.99
SD	0.38	0.18		

ตาราง 24 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 (n = 30) เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

คนที่	คะแนนก่อนใช้	หลัง	$D(X_2 - X_1)$	D^2
	ชุดการสอน(X_1)	ชุดการสอน (X_2)		
1	9	10	1	1
2	9	10	1	1
3	9	10	1	1
4	9	10	1	1
5	9	10	1	1
6	9	10	1	1
7	9	10	1	1
8	9	10	1	1
9	9	10	1	1
10	9	10	1	1
11	9	10	1	1
12	9	10	1	1
13	8	10	2	4
14	8	10	2	4
15	8	10	2	4
16	8	10	2	4
17	9	10	1	1
18	8	10	2	4
19	8	10	2	4
20	7	10	3	9
21	8	10	2	4
22	9	10	1	1
23	8	10	2	4
24	8	10	2	4
25	9	10	1	1
26	9	10	1	1
27	8	10	2	4
28	8	10	2	4
29	8	10	2	4
30	9	10	1	1
รวม	256	300	$\Sigma D = 44$	$\Sigma D^2 = 74$
X	8.53	10.00		t = 14.06
SD	0.57	0.00		

ตาราง 25 แสดงคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30)

คนที่	กิจกรรม 11		กิจกรรม 12		กิจกรรม 13		กิจกรรม 14		กิจกรรม 15		กิจกรรม 16	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1	8	10	8	9	6	10	7	10	9	10	6	10
2	9	10	9	9	6	10	8	10	9	10	6	10
3	8	10	8	9	6	10	7	9	8	9	6	7
4	8	10	9	10	6	8	7	9	9	10	7	10
5	9	10	9	10	6	8	8	10	9	10	6	8
6	8	10	8	9	6	8	8	10	8	9	6	8
7	6	10	9	10	6	8	7	9	8	9	7	10
8	9	10	8	9	6	8	9	10	9	10	6	10
9	9	10	9	10	6	8	6	8	9	10	7	10
10	7	10	9	10	6	8	6	8	8	9	6	7
11	7	10	6	9	6	8	8	10	9	10	6	10
12	7	10	8	9	6	8	8	10	8	10	6	9
13	8	10	7	9	6	8	7	10	8	9	7	10
14	7	10	7	9	5	8	6	9	8	9	6	10
15	8	10	6	9	6	8	6	8	9	10	7	10
16	8	10	7	9	6	8	7	8	8	9	6	10
17	8	9	9	10	6	8	7	9	7	9	7	10
18	7	10	8	9	6	8	7	8	8	10	6	10
19	6	10	7	9	6	8	8	10	8	9	6	9
20	9	10	6	9	6	8	8	9	6	8	6	9
21	8	10	7	7	6	8	8	10	8	9	7	10
22	8	10	9	10	6	8	8	10	8	9	7	10
23	7	10	6	9	5	8	8	10	7	8	7	8
24	6	10	6	9	5	8	7	9	8	9	6	7
25	8	10	8	9	6	10	7	8	8	9	9	10
26	8	10	9	10	6	10	7	9	6	8	8	9
27	8	10	6	9	6	10	7	9	8	9	7	10
28	8	10	8	9	6	10	9	10	7	9	6	10
29	8	10	9	10	6	10	9	10	7	9	6	10
30	8	10	6	9	5	10	7	9	6	7	6	10
รวม	233	299	231	277	176	258	222	278	238	275	195	281
X	7.77	9.97	7.70	9.23	5.87	8.60	7.40	9.27	7.93	9.17	6.50	9.37
SD	0.86	0.18	1.18	0.63	0.35	0.93	0.86	0.78	0.91	0.75	0.73	1.03

ตาราง 26 แสดงผลรวมคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม
(n = 30)

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน	คะแนนหลังใช้ ชุดการสอน	D	D ²
1	44	59	15	225
2	47	59	12	144
3	43	54	11	121
4	46	57	11	121
5	47	56	9	81
6	44	54	10	100
7	43	56	13	169
8	47	57	10	100
9	46	56	10	100
10	42	52	10	100
11	42	57	15	225
12	43	56	13	169
13	43	57	14	196
14	39	55	16	256
15	42	55	13	169
16	42	54	12	144
17	44	55	11	121
18	42	55	13	169
19	41	55	14	196
20	41	53	12	144
21	44	53	9	81
22	46	57	11	121
23	40	53	13	169
24	38	52	14	196
25	46	56	10	100
26	44	56	12	144
27	42	57	15	225
28	44	58	14	196
29	45	59	14	196
30	38	55	17	289
รวม	1295	1668		
X	43.17	55.60	$\Sigma D = 373$	$\Sigma D^2 = 4767$
SD	2.51	1.94		t = 21.26

ตาราง 27 แสดงคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 6 กิจกรรม

ชื่อกิจกรรม	คะแนนเฉลี่ย (X)		t-value**
	ก่อน	หลัง	
1.ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย	7.77	9.97	17.21
2.เมื่อหนูถูกสารพิษ	7.7	9.23	12.37
3.ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	5.87	8.6	12.98
4.เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน	7.4	9.27	17.99
5.ไม่อ้วนเอาเท่าไร	7.93	9.17	14.06
6.ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด	6.5	9.37	
รวมทุกชุด	43.17	55.61	21.26

ตาราง 28 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ($n = 30$) เรื่องการป้องกันและความปลอดภัยของร่างกายกิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	8	10	2	4
2	9	10	1	1
3	8	10	2	4
4	8	10	2	4
5	9	10	1	1
6	8	10	2	4
7	6	10	4	16
8	9	10	1	1
9	9	10	1	1
10	7	10	3	9
11	7	10	3	9
12	7	10	3	9
13	8	10	2	4
14	7	10	3	9
15	8	10	2	4
16	8	10	2	4
17	8	9	2	4
18	7	10	3	9
19	6	10	4	16
20	9	10	1	1
21	8	10	2	4
22	8	10	2	4
23	7	10	3	9
24	6	10	4	16
25	8	10	2	4
26	8	10	2	4
27	8	10	2	4
28	8	10	2	4
29	8	10	2	4
30	8	10	2	4
รวม	233	299	$\Sigma D = 67$	$\Sigma D^2 = 171$
X	7.77	9.97		$t = 14.26$
SD	0.86	0.18		

ตาราง 29 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30) เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	8	9	1	1
2	9	9	0	0
3	8	9	1	1
4	9	10	1	1
5	9	10	1	1
6	8	9	1	1
7	9	10	1	1
8	8	9	1	1
9	9	10	1	1
10	9	10	1	1
11	6	9	3	9
12	8	9	1	1
13	7	9	2	4
14	7	9	2	4
15	6	9	3	9
16	7	9	2	4
17	9	10	1	1
18	8	9	1	1
19	7	9	2	4
20	6	9	3	9
21	7	7	0	0
22	9	10	1	1
23	6	9	3	9
24	6	9	3	9
25	8	9	1	1
26	9	10	1	1
27	6	9	3	9
28	8	9	1	1
29	9	10	1	1
30	6	9	3	9
รวม	231	277	$\Sigma D = 44$	$\Sigma D^2 = 96$
X	7.70	9.23		t = 8.97
SD	1.18	0.63		

ตาราง 30 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30) เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	6	10	4	16
2	6	10	4	16
3	6	10	4	16
4	6	8	2	4
5	6	8	2	4
6	6	8	2	4
7	6	8	2	4
8	6	8	2	4
9	6	8	2	4
10	6	8	2	4
11	6	8	2	4
12	6	8	2	4
13	6	8	2	4
14	5	8	3	9
15	6	8	2	4
16	6	8	2	4
17	6	8	2	4
18	6	8	2	4
19	6	8	2	4
20	6	8	2	4
21	6	8	2	4
22	6	8	2	4
23	5	8	3	9
24	5	8	3	9
25	6	10	4	16
26	6	10	4	16
27	6	10	4	16
28	6	10	4	16
29	6	10	4	16
30	5	10	5	25
รวม	176	258	$\Sigma D = 82$	$\Sigma D^2 = 252$
X	5.87	8.60		t = 15.29
SD	0.35	0.93		

ตาราง 31 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ($n = 30$) เรื่องการป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย กิจกรรมเรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	7	10	3	9
2	8	10	2	4
3	7	9	2	4
4	7	9	2	4
5	8	10	2	4
6	8	10	2	4
7	7	9	2	4
8	9	10	1	1
9	6	8	2	4
10	6	8	2	4
11	8	10	2	4
12	8	10	2	4
13	7	10	3	9
14	6	9	3	9
15	6	8	2	4
16	7	8	1	1
17	7	9	2	4
18	7	8	1	1
19	8	10	2	4
20	8	9	1	1
21	8	10	2	4
22	8	10	2	4
23	8	10	2	4
24	7	9	2	4
25	7	8	1	1
26	7	9	2	4
27	7	9	2	4
28	9	10	1	1
29	9	10	1	1
30	7	9	2	4
รวม	222	278	$\Sigma D = 56$	$\Sigma D^2 = 114$
X	7.40	9.27		$t = 17.89$
SD	0.86	0.78		

ตาราง 32 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30) เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	9	10	1	1
2	9	10	1	1
3	8	9	1	1
4	9	10	1	1
5	9	10	1	1
6	8	9	1	1
7	8	9	1	1
8	9	10	1	1
9	9	10	1	1
10	8	9	1	1
11	9	10	1	1
12	8	10	2	4
13	8	9	1	1
14	8	9	1	1
15	9	10	1	1
16	8	9	1	1
17	7	9	2	4
18	8	10	1	1
19	8	9	1	1
20	6	8	2	4
21	8	9	1	1
22	8	9	1	1
23	7	8	1	1
24	8	9	1	1
25	8	9	1	1
26	6	8	2	4
27	8	9	1	1
28	7	9	2	4
29	7	9	2	4
30	6	7	1	1
รวม	238	275	$\Sigma D = 36$	$\Sigma D^2 = 74$
X	7.93	9.17		t = 14.06
SD	0.91	0.75		

ตาราง 33 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (n = 30) เรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

คนที่	คะแนนก่อนใช้ ชุดการสอน(X_1)	หลัง ชุดการสอน (X_2)	$D(X_2 - X_1)$	D^2
1	6	10	4	16
2	6	10	4	16
3	6	7	1	1
4	7	10	3	9
5	6	8	2	4
6	6	8	2	4
7	7	10	3	9
8	6	10	4	14
9	7	10	3	9
10	6	7	1	1
11	6	10	4	16
12	6	9	3	9
13	7	10	3	9
14	6	10	4	16
15	7	10	3	9
16	6	10	4	16
17	7	10	3	9
18	6	10	4	16
19	6	9	3	9
20	6	9	3	9
21	7	10	3	9
22	7	10	3	9
23	7	8	1	1
24	6	7	1	1
25	9	10	1	1
26	8	9	1	1
27	7	10	3	9
28	6	10	4	16
29	6	10	4	16
30	6	10	4	16
รวม	195	281	$\Sigma D = 86$	$\Sigma D^2 = 282$
X	6.50	9.37		t = 14.19
SD	0.73	1.03		

ตาราง 34 ผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ดวงตาคู่สวย

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.80	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	5.00	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	5.00	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.60	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.80	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.80	ดีมาก
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.60	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.40	ดี
$\bar{X}$		4.71	ดีมาก
S.D.		0.16	

ตาราง 35 ผลการประเมินความคิดเห็นของครูผู้สอนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หอมสดชื่น

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.40	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.20	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.60	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.40	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.00	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.00	ดี
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.00	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.80	ดีมาก
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.40	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.60	ดีมาก
$\bar{X}$		4.36	ดี
S.D.		0.24	

ตาราง 36 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม พันธุ์พันธุ์สะอาด

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.60	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.60	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.80	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.60	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.60	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.00	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.20	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.60	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.60	ดีมาก
$\bar{X}$		4.55	ดีมาก
S.D.		0.12	

ตาราง 37 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม มือของเรา

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.80	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.40	ดี
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	3.60	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.80	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.60	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.20	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.20	ดี
$\bar{X}$		4.41	ดี
S.D.		0.20	

ตาราง 38 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.00	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	5.00	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.80	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.40	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.20	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.60	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.20	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.60	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.80	ดีมาก
$\bar{X}$		4.51	ดีมาก
S.D.		0.10	

ตาราง 39 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม หนูควรระวัง

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.40	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.80	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.60	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.20	ดี
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.80	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.00	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.80	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.60	ดีมาก
$\bar{X}$		4.53	ดีมาก
S.D.		0.11	

ตาราง 40 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา
สุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม พลั้ดตทกหกล้ม

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.20	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.80	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.20	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.40	ดี
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.20	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.20	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.40	ดี
$\bar{X}$		4.41	ดี
S.D.		0.17	

ตาราง 41 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.80	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.40	ดี
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.20	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.40	ดี
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.60	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.80	ดีมาก
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.20	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.40	ดี
$\bar{X}$		4.48	ดี
S.D.		0.18	

ตาราง 42 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.80	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	5.00	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.80	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.60	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.80	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	5.00	ดีมาก
$\bar{X}$		4.66	ดีมาก
S.D.		0.22	

ตาราง 43 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.60	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.20	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.40	ดี
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.40	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.80	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.60	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.20	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.60	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.20	ดี
$\bar{X}$		4.50	ดี
S.D.		0.08	

ตาราง 44 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลงสัตว์กัดต่อย

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.40	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.20	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.00	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.40	ดี
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.80	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.40	ดี
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.40	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.80	ดีมาก
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.80	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.80	ดีมาก
$\bar{X}$		4.50	ดี
S.D.		0.13	

ตาราง 45 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.40	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.60	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.80	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบบาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	5.00	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบบานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.40	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	3.60	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	5.00	ดีมาก
$\bar{X}$		4.50	ดี
S.D.		0.19	

ตาราง 46 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.60	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.00	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนรู้เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเนื้อหา	4.40	ดี
5	กิจกรรมการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.60	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนรู้มุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
7	ข้อความในใบความรู้ ใบบาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.60	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	5.00	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบบานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.40	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.40	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.80	ดีมาก
$\bar{X}$		4.55	ดีมาก
S.D.		0.18	

ตาราง 47 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.20	ดี
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.20	ดี
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.20	ดี
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.20	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.40	ดี
9	ท่านคิดว่าใบบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.80	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.20	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.80	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.40	ดี
$\bar{X}$		4.38	ดี
S.D.		0.13	

ตาราง 48 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.60	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.80	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	4.60	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.80	ดีมาก
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.40	ดี
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.60	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.60	ดีมาก
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.40	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.20	ดี
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	5.00	ดีมาก
$\bar{X}$		4.60	ดีมาก
S.D.		0.18	

ตาราง 49 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

ข้อ	ความคิดเห็น	คะแนนความคิดเห็น	ระดับคุณภาพ
1	หลังจากเรียนกิจกรรมแนะแนวท่านมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพกาย	4.80	ดีมาก
2	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่มุ่งพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
3	เนื้อหาในกิจกรรมการเรียนเหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.60	ดีมาก
4	เวลาที่ใช้เหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนและเนื้อหา	5.00	ดีมาก
5	กิจกรรมการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็น	4.00	ดี
6	ท่านคิดว่ากิจกรรมการเรียนมุ่งปลูกฝังให้นักเรียนมีความรู้และรู้จักการพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน	4.40	ดี
7	ข้อความในใบความรู้ ใบงาน และแบบฝึกหัดอ่านง่าย คำสั่งชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.80	ดีมาก
8	สื่อต่างๆ ที่ใช้ในกิจกรรมมีความน่าสนใจและมีความหลากหลาย	4.80	ดีมาก
9	ท่านคิดว่าใบงานที่ให้นักเรียนทำไม่ยากเกินไปและสามารถทำได้ทันเวลา	4.20	ดี
10	ท่านคิดว่าการวัดและการประเมินผลเป็นการวัดจากการกระทำของนักเรียนอย่างแท้จริง	4.20	ดี
11	ท่านคิดว่านักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.60	ดีมาก
12	ท่านคิดว่านักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพกายได้เหมาะสม	4.20	ดี
$\bar{X}$		4.89	ดีมาก
S.D.		0.07	

ภาคผนวก ค

**โปรแกรมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1**

1.ดวงตาคู่สวย	(1 ชั่วโมง)
2.หอมสดชื่น	(1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2

3.ฟันดีฟันสะอาด	(1 ชั่วโมง)
4.มือของเรา	(1 ชั่วโมง)
5.ก้าวเดินไปพร้อมกัน	(1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1

6.หนูควรระวัง	(1 ชั่วโมง)
7.พลัดตก หกล้ม	(1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2

8.ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	(1 ชั่วโมง)
9.ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	(1 ชั่วโมง)
10.เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	(1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1

11.ทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย	(1 ชั่วโมง)
12.เมื่อหนูถูกสารพิษ	(1 ชั่วโมง)
13.ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	(1 ชั่วโมง)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2

14.เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน	(1 ชั่วโมง)
15.ไม่อ้วนเอาเท่าไร	(1 ชั่วโมง)
16.ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด	(1 ชั่วโมง)

โปรแกรมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ชุดที่	ชื่อกิจกรรม	ชั้นประถมศึกษาปีที่	ภาคเรียนที่	วิธีการ / สื่อ
1	ดวงตาคู๋สวย	1	1	การเล่านิทาน
2	หอมสดชื่น	1	1	การอภิปราย
3	ฟันดีฟันสะอาด	1	2	การสาธิต
4	มือของเรา	1	2	การสาธิต
5	ก้าวเดินไปพร้อมกัน	1	2	การอภิปราย
6	หนูควรระวัง	2	1	การอภิปราย
7	พลัดตก หกล้ม	2	1	การสาธิต
8	ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	2	2	การอภิปราย
9	ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	2	2	การอภิปราย
10	เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	2	2	การอภิปราย
11	ทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย	3	1	บทบาทสมมุติ
12	เมื่อหนูถูกสารพิษ	3	1	บทบาทสมมุติ
13	ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	3	1	การสาธิต
14	เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน	3	2	การอภิปราย
15	ไม่อ้วนเอาเท่าไร	3	2	กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย
16	ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด	3	2	กรณีศึกษา

โปรแกรมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ลำดับที่	ชุดที่	ภาคเรียนที่	กิจกรรม	เรื่องที่จะพัฒนา
1	1	1	ดวงตาคู๋สวย	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
2	2	1	หอมสดชื่น	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
3	3	2	ฟันดีฟันสะอาด	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
4	4	2	มือของเรา	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
5	5	2	ก้าวเดินไปพร้อมกัน	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 1				2
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 2				3
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว				5

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ลำดับที่	ชุดที่	ภาคเรียนที่	กิจกรรม	เรื่องที่จะพัฒนา
1	6	1	หนูควรระวัง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
2	7	1	พลัดตก หกล้ม	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
3	8	2	ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
4	9	2	ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
5	10	2	เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 1				2
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 2				3
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว				5

โปรแกรมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ลำดับที่	ชุดที่	ภาคเรียนที่	กิจกรรม	เรื่องที่จะพัฒนา
1	11	1	ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
2	12	1	เมื่อหนูถูกสารพิษ	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
3	13	1	ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
4	14	2	เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
5	15	2	ไม่อ้วนเอาเท่าไร	การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย
6	16	2	ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด	การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 1				3
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวภาคเรียนที่ 2				3
รวมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว				6

โปรแกรมชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 - 2

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
1.การดูแลรักษา อวัยวะของร่างกาย	ดวงตาคู่สวย	1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ ส่วนประกอบที่สำคัญของ ดวงตา 2.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ วิธีการถนอมรักษาดวงตา	การเล่านิทาน	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วย การเตรียมความพร้อมโดยการกล่าว ทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียน โดยให้นักเรียนร่วมกัน ร้องเพลง เกี่ยวกับดวงตาเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่ เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูเล่านิทาน เรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและ ผองเพื่อน ” ให้นักเรียนฟัง 3.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียน ร่วมแสดงความคิดเห็นจากนิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ” ในหัวข้อต่อไปนี้	1. การสังเกตความ สนใจ การแสดง ความ คิดเห็นในการร่วม กิจกรรม 2. การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					- สาเหตุที่ทำให้ท้องกับกับป่วยคืออะไร - ส่วนประกอบที่สำคัญของดวงตา - เราควรถนอมรักษาดวงตาอย่างไรให้อยู่กับเรานานๆ 3.3 ครูอธิบายส่วนประกอบของดวงตาที่สำคัญให้นักเรียนฟังเพิ่มเติม 3.4 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย 3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ร่วมมือกันทำกิจกรรม 3.6 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการถนอมรักษาดวงตา พร้อมทั้งกระตุ้นให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการดูแลรักษาดวงตาของตนเองอย่างถูกต้อง 3.7 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ การถนอมดวงตาคู่สวย ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนและ	

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					หลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
2.การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย	หอมสดชื่น	1.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหน้าที่และประโยชน์ของจมูก 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาจมูกที่ถูกต้อง	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วๆไป การใช้จมูกเพื่อทำกิจกรรมต่างๆเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลงเกี่ยวกับจมูก 3.2 ครูแจกใบงานให้นักเรียนคนละ	1. การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม 2.การตรวจสอบจากการทำงาน 3.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจากใบงาน “ หอมสดชื่น ” 3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาจุก 3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ วิธีการดูแลรักษาจุก ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
3.การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย	ฟันดีฟันสะอาด	1.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนแปรงฟันได้ถูกวิธี 2.เพื่อให้นักเรียนบอกถึง	การสาธิต	1 ชั่วโมง	1.ขั้นตอนทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน	1. การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วม กิจกรรมการสาธิตการ

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
		ประโยชน์ของการ แปรงฟันที่ถูกต้องได้			ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มถามนักเรียนถึงเรื่องการแปรงฟันของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน ก่อนมาโรงเรียน 3.2 ครูสาธิตวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้โมเดลฟัน 3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาแปรงฟันโดยใช้โมเดลฟันที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู 3.4 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการแปรงฟันที่ถูกวิธี ประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกวิธี 3.5 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ ฟันดี ฟันสะอาด ” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลย	แปรงฟัน 2. การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอน กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพ กายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
4.การดูแลรักษา อวัยวะของร่างกาย	มือของเรา	1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการ ดูแลรักษามือ 2.เพื่อให้นักเรียนสามารถ ล้างมือได้ถูกต้อง	การสาธิต	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วย การเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าว ทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงเรื่องการดูแล รักษามือ วิธีล้างมือของนักเรียน ประมาณ 1-2 คน 3.2 ครูอธิบายวิธีการดูแลรักษามือ และสาธิตวิธีการล้างมือที่ถูกต้องให้ นักเรียนดู	1. การสังเกตความ สนใจ การมีส่วนร่วม กิจกรรมการสาธิตการ ล้างมือ 2. การตรวจสอบจาก แบบทดสอบก่อนเรียน และหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 1-2 คน ออกมาล้างมือที่ด้านหน้าห้องเรียน ให้เพื่อนนักเรียนดู พร้อมทั้งกล่าว ชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตขั้นตอน การล้างมือ 3.4 ครูแจกใบความรู้ “การล้างมือที่ถูกต้อง” ให้แก่นักเรียน 3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหา เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพมือ การล้างมือที่ ถูกวิธี 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน นักเรียนสอบปฏิบัติการล้างมือหลัง เรียน 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม และแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
5.การดูแลสุขภาพ อวัยวะของร่างกาย	ก้าวเดินไปพร้อมกัน	1.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน	1. การสังเกตความ สนใจ การแสดงความ

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
		เกี่ยวกับหน้าที่ของเท้า 2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษา เท้าที่ถูกต้อง			2. ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปการใช้เท้าเพื่อทำกิจกรรมต่างๆเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร้องเพลงเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆในร่างกาย 3. ขั้นกิจกรรม 3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละเท่าๆกัน 3.2 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจาก ใบงาน “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ” 3.4 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม 3.5 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหา 3.6 ครูให้นักเรียนศึกษาไปความรู้	คิดเห็นในการร่วมกิจกรรม 2. การตรวจสอบจากการทำงาน 3. การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					เรื่อง “ วิธีการดูแลรักษาเท้า ” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 1.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 2.นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 - 2

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
1.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	หนูควรระวัง	1.เพื่อให้นักเรียนมี ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการปฐม พยาบาลขั้นต้นเมื่อถูก ของมีคมบาด 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการป้องกัน ตนเองจากอุบัติเหตุ	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสูบทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ เตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิด อุบัติเหตุเกี่ยวกับถูกของมีคมบาด และ นำโมเดลบาดแผลพร้อมกับชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้าก๊อซ มาเป็นตัวอย่างให้นักเรียนดู เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุมนักเรียนประมาณ 1-2 คน เรื่องการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมี คมบาด 3.2 ครูแจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “หนูควรระวัง”	1. การสังเกตความ สนใจ การแสดงความ คิดเห็นในการร่วม กิจกรรม 2. การตรวจสอบจาก การทำใบงาน 3. การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความ คิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับ วิธีการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมี คมบาด วิธีการดูแลตนเอง 3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคม บาด” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลย แบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
2.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	พลัดตก หกล้ม	1.เพื่อให้นักเรียนมี ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการปฐม พยาบาลขั้นต้น	การสาธิต	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ	1. การสังเกตความ สนใจ การมีส่วนร่วม กิจกรรมการสาธิตการ ทำแผลฟกช้ำ

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินการกิจกรรม	การประเมินผล
		เมื่อหกล้ม มีแผลฟกช้ำ 2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการป้องกัน ตนเองจาก อุบัติเหตุ			เตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อ เชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3. ขั้นตอนกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงการประสบ อุบัติเหตุเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูงของ นักเรียน ประมาณ 2-3 คน 3.2 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลแผล ฟกช้ำที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้ โมเดลแผลและชุดทำแผล 3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาทำแผลฟกช้ำโดยใช้โมเดลแผล และชุดทำแผลที่ด้านหน้าห้องเรียนให้ เพื่อนนักเรียนดู 3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมา สาธิตการทำแผลให้เพื่อนดูที่หน้า ห้องเรียน 3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหา เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเมื่อหกล้ม พลัดตกจาก ที่สูง 3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้	2. การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					“การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้มมีแผลฟกช้ำ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
3.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	ระวัง...ไฟมันร้อนนะ	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิดจากการเล่นไฟ	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นตอนทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิดอุบัติเหตุเกี่ยวกับถูกไฟไหม้เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา	1.การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม 2.การตรวจสอบจากการทำใบงาน 3.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					3.ชั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนประมาณ 1-2 คน สอบถามเรื่องการปฐมพยาบาลขั้นต้น เมื่อถูก ไฟไหม้ 3.2 ครูแจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ” 3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับ วิธีการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกไฟไหม้ และการป้องกันตนเอง 3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจาก ไฟและความร้อน ” 4.ชั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลย แบบฝึกหัด 5.ชั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบ	

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					ประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
4.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	ระวัง...ไฟฟ้าช็อต	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมี ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับวิธีการป้องกัน ตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิด จากไฟฟ้า	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ เตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิด อุบัติเหตุเกี่ยวกับไฟฟ้าเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่ เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุมนักเรียนประมาณ 1-2 คน เรื่องการป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า 3.2 ครูแจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ” 3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความ คิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับ	1.การสังเกตความ สนใจ การแสดงความ คิดเห็นในการร่วม กิจกรรม 2.การตรวจสอบจาก การทำใบงาน 3.การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					วิธีการป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า 3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า ” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1	
5.การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย	เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุบนท้องถนน	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียน	1. การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม 2.การตรวจสอบจากการทำใบงาน 3.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและ

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					ร้องเพลงเกี่ยวกับการเดินทางบนท้องถนน 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละเท่าๆกัน 3.2 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ 3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจาก ใบงาน “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ” 3.4 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม 3.5 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหา 3.6 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2	หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 - 2

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
1.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	ทำอะไรเมื่อหนูถูก แมลง สัตว์กัดต่อย	1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการ ปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อ ถูกแมลง สัตว์กัดต่อย 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน สามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่ เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้	สาธิต	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ เตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยง เข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ใน การถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน 3.2 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูก แมลงหรือสัตว์กัดต่อยให้นักเรียนดู ดังนี้ - แมลงต่อย - สุนัขหรือแมวกัด - งูกัด 3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์ กัดต่อยที่ด้านหน้าห้องเรียน	1.การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรม การสาธิตการปฐม พยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย 2.การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					ให้เพื่อนนักเรียนดู 3.4 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย 3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย ให้เพื่อนนักเรียน 3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1	
2.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ	เมื่อหนูถูกสารพิษ	1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการ	บทบาท สมมุติ	1 ชั่วโมง	1.ขั้นตอนทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน	1.การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรม

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
ร่างกาย		ปฐมพยาบาลขั้นต้น เมื่อถูกสารเคมี 2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้			2. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3. ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ในการถูกสารเคมีของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน 3.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 10 คน และแจกสถานการณ์ต่างๆให้นักเรียน ในหัวข้อต่อไปนี้ - น้ำยาล้างห้องน้ำ - สารกำจัดแมลง - ก๊าซหุงต้ม 3.3 ครูให้นักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู 3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีให้เพื่อนได้ดู	การสาธิตการปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี 2. การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี 3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1	
3.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	ร่วมแรงร่วมใจ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ วิธีการเคลื่อนย้าย ผู้บาดเจ็บที่ถูกต้อง	การสาธิต	1 ชั่วโมง	1.ขั้นตอนทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา	1.การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรม การสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ 2.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ในการถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน 3.2 ครูสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้นักเรียนดู 3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู 3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้เพื่อนได้ดู 3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ 3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ” 4.ขั้นทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน	

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรม	การประเมินผล
					ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะ แนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1	
4.การป้องกันและ ความปลอดภัยของ ร่างกาย	เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยา สามัญประจำบ้าน	1.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับคุณประโยชน์ และโทษ ของยา 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียน มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับหลักการใช้ยา อย่างง่าย ๆ	การอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ เตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและพูดถึง เรื่องการเจ็บป่วยที่สามารถเกิดขึ้นได้ใน ชีวิตประจำวัน เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงเรื่องการเจ็บป่วย เล็กน้อยๆที่ต้องใช้ยาสามัญประจำบ้าน ของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน 3.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มๆละ 5 กลุ่ม 3.3 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ 3.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดม สมองตอบคำถามจาก ใบงาน “ เรื่องน่ารู้	1.การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็น ในการร่วมกิจกรรม 2.การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ” 3.5 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม 3.6 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน 3.7 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1	
5.การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย	ไม่อ้วนเอาเท่าไร	1.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจคุณค่าและประโยชน์ของอาหาร	กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย	1 ชั่วโมง	1.ขั้นตอนทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ	1.การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม 2.การตรวจสอบจาก

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
		2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขนิสัยที่ดีในการเลือกรับประทานอาหาร 3. เพื่อให้นักเรียนบอกโทษจากการบริโภคอาหารที่ไม่มีคุณภาพ			เตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและพูดถึงเรื่องการรับประทานอาหารของนักเรียน มือเข้าก่อนมาโรงเรียน อาหารที่นักเรียนชอบรับประทาน พร้อมทั้งร่วมร้องเพลงกับนักเรียนเกี่ยวกับอาหารที่มีประโยชน์เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา 3. ขั้นตอนกิจกรรม 3.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เกมส่ายไถเพื่อนส่ายไถรัก 3.2 ครูนำภาพเด็กสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มดู 3.3 ครูให้นักเรียนเลือกว่าต้องการให้ตนเองเป็นเหมือนเด็กคนใดในภาพ พร้อมกับบอกเหตุผลที่ต้องการเหมือนเด็กในภาพและเหตุผลที่ไม่เลือกเด็กในภาพ 3.4 ครูนำอาหารแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มคือ - ประเภทที่หนึ่ง อาหารที่มี	การทำใบงาน 3. การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					ประโยชน์ เช่น ผักสด ผลไม้สด - ประเภทที่สอง อาหารแปรรูปมี ประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น นมกล่อง ขนมปัง ประเภทที่สาม อาหารที่ไม่มี ประโยชน์ เช่น ขนมกรุบกรอบ ลูกอม อยัม 3.5 ครูใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เกมส้อยู่ไหนเอ่ย ในการให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอยู่ตามกลุ่มอาหารประเภทต่างๆ 3.6 ครูแจกใบงานและให้นักเรียนตอบคำถามลงในใบงาน 3.7 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่มหน้าชั้นเรียน 3.8 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรม “ไม่อ้วนเอาเท่าไร ” 4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด 5.ขั้นประเมินชุดการสอน	

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรม	การประเมินผล
					ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	
6.การป้องกันร่างกาย จากยาเสพติด	ชีวิตปลอดภัยเมื่อ ห่างไกลยาเสพติด	1.เพื่อให้นักเรียน ตระหนักถึงโทษของ ยาเสพติด 2.เพื่อให้นักเรียนบอก วิธีการปฏิเสธเมื่อถูก ชักชวนให้เสพยาเสพติด	กรณีศึกษา	1 ชั่วโมง	1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน 2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการ เตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและสอบถาม นักเรียนคร่าว ๆ ว่ายาเสพติดที่นักเรียน รู้จักมีอะไรบ้าง และเป็นอันตรายต่อผู้อื่น อย่างไร 3.ขั้นกิจกรรม 3.1 ครูอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของ เด็กชายหนั” ให้นักเรียนฟัง 3.2 ครูสุ่มถามความรู้สึกของนักเรียน 2-3 คน ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 3.3 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม 3.4 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ โดย	1. การสังเกตความ สนใจ การแสดงออก คิดเห็นในการร่วม กิจกรรม 2.การตรวจสอบจาก การทำใบงาน 3.การตรวจสอบจาก แบบฝึกหัดก่อนและ หลังเรียน

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					อภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้ กลุ่มที่ 1 ความรู้สึกของนักเรียนต่อเหตุการณ์และสาเหตุที่เกิดขึ้นกับนัก กลุ่มที่ 2 บอกลักษณะของผู้ที่ติดยาเสพติดและการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติดอย่างไร กลุ่มที่ 3 - หากนักเรียนพบเพื่อนที่กำลังทดลองเสพยาเสพติดนักเรียนควรทำอย่างไร - วิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด 3.5 ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงาน 3.6 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม 3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับโทษและอันตรายของยาเสพติดที่ส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์และวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด 3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”	

ชื่อเรื่อง	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค	เวลา	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
					4.ขั้นตอนทดสอบหลังเรียน 4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน 4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลย แบบทดสอบ 5.ขั้นประเมินชุดการสอน ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม แนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1	

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 1

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ดวงตาคู่สวย
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับส่วนประกอบที่สำคัญของดวงตาและรู้จักวิธีการถนอมรักษาดวงตาที่ถูกต้อง
แนวคิด	ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน มือ จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น ทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้ อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์ คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี
เทคนิคที่ใช้	การเล่านิทาน
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.2 นิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”
 - 4.3 ใบความรู้ “ การถนอมดวงตาคู่สวย ”
 - 4.5 โปสเตอร์รูปดวงตา
 - 4.6 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ดวงตาคู่สวย ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่องการดูแลรักษาร่างกายโดยใช้กิจกรรม “ ดวงตาคู่สวย ”

1.3.4 ครูเล่านิทาน เรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ” ให้นักเรียนฟัง

1.3.5 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นจากนิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”

1.3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ร่วมมือกันทำกิจกรรมและอธิบายส่วนประกอบของดวงตาที่สำคัญให้นักเรียนฟังเพิ่มเติม

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการถนอมรักษาดวงตาพร้อมทั้งกระตุ้นให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการดูแลรักษาดวงตาของตนเองอย่างถูกต้อง

1.3.7 ครูแจกใบความรู้เรื่อง “ การถนอมดวงตาคู่สวย ”

1.3.8 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ ดวงตาคู่สวย ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 นิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”

1.4.3 ใบความรู้ “ การถนอมดวงตาคู่สวย ”

1.4.4 โปสเตอร์รูปดวงตา

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ดวงตาคูสวย

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน มือ จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น ทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับส่วนประกอบที่สำคัญของดวงตา
2. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการถนอมรักษาดวงตา

สาระการเรียนรู้

ดวงตาเป็นอวัยวะที่สำคัญที่ช่วยในการมองเห็นและยังสามารถใช้บ่งบอกความรู้สึกต่างๆผ่านดวงตาได้ อวัยวะนี้ต้องอยู่กับเราไปตลอดชีวิตหากเกิดอันตรายต่อดวงตาอาจส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านต่างๆ เช่น การดำรงชีวิตประจำวัน การประกอบอาชีพ เป็นต้น เพื่อให้ดวงตายุ่อยู่กับเรานานๆ เราควรเรียนรู้วิธีการดูแลรักษาดวงตาของเราให้สามารถทำหน้าที่ต่างๆ ได้ตามปกติ

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร่วมกันร้องเพลงเกี่ยวกับดวงตาเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูเล่านิทาน เรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ” ให้นักเรียนฟัง

3.2 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นจากนิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ” ในหัวข้อต่อไปนี้

- สาเหตุที่ทำให้น้องกุ๊บกิ๊บป่วยคืออะไร
- ส่วนประกอบที่สำคัญของดวงตา
- เราควรถนอมรักษาดวงตาอย่างไรให้อยู่กับเรานานๆ

3.3 ครูอธิบายส่วนประกอบของดวงตาที่สำคัญให้นักเรียนฟังเพิ่มเติม

3.4 ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัย

3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ร่วมมือกันทำกิจกรรม

3.6 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการถนอมรักษาดวงตาพร้อมทั้ง

กระตุ้นให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการดูแลรักษาดวงตาของตนเองอย่างถูกต้อง

3.7 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ การถนอมดวงตาคู่สวย ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

- 1.การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม
- 2.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

- 1.ห้องแนะแนว
- 2.ห้องสมุด
- 3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “ การถนอมดวงตาคู่สวย ”
- 3.นิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”
- 4.โปสเตอร์รูปดวงตา
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ดวงตาคู่สวย ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนฟังครูเล่านิทาน เรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”
- 5.นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นจากนิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ” ในหัวข้อต่อไปนี้
 - สาเหตุที่ทำให้น้องกุ๊บกิ๊บป่วยคืออะไร
 - ส่วนประกอบที่สำคัญของดวงตา
 - เราควรถนอมรักษาดวงตาอย่างไรให้อยู่กับเรานานๆ
- 6.นักเรียนฟังครูอธิบายส่วนประกอบของดวงตาที่สำคัญๆให้นักเรียนฟังเพิ่มเติม
- 7.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 8.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 9.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “ ดวงตาคู่สวย ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “ ดวงตาคู่สวย ”
- 3.โปสเตอร์รูปดวงตา
- 4.นิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

**กรณีศึกษาประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1**

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ดวงตาคู่สวย

เวลา 1 ชั่วโมง

นิทานเรื่อง “ กุ๊บกิ๊บและผองเพื่อน ”

.....

น้องกุ๊บกิ๊บ เรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 เป็นเด็กผู้ห้าวห้าวตัวเล็ก มีนิสัยร่าเริงแจ่มใส ช่างพูดช่างคุย จึงมีเพื่อนมากมายแต่เพื่อนที่สนิทกับน้องกุ๊บกิ๊บที่สุด มี 2 คน คือน้องยูอี้และน้องปุกปุย ทั้ง 3 คน ชอบอะไรเหมือนกัน เช่นชอบสีชมพู ชอบตุ๊กตาหมี ทั้งสามคนจะไปเล่นที่สนามเด็กเล่นเป็นประจำ

วันนี้ก็เป็นเหมือนเช่นทุกๆวันที่เด็กทั้ง 3 คน ชวนกันไปเล่นที่สนามเด็กเล่น ในขณะที่ทั้งสามคนกำลังเล่นกันอย่างสนุกสนาน น้องกุ๊บกิ๊บก็ร้องออกมาว่า “โหยๆช่วยด้วย มีอะไรเข้าตาน้องกุ๊บกิ๊บ” พูดพร้อมกับใช้มือขยี้ตา น้องยูอี้และน้องปุกปุยรีบวิ่งมาดูน้องกุ๊บกิ๊บ และบอกว่า “น้องกุ๊บกิ๊บมีเศษผงเข้าตาไม่เป็นไรหรอกเดี๋ยวปุกปุยเอาออกให้เอง” จากนั้นน้องปุกปุยได้หยิบชามสีของตนเองเช็ดที่ตาของน้องกุ๊บกิ๊บ

ในวันรุ่งขึ้นเมื่อน้องยูอี้และน้องปุกปุยไปโรงเรียน ทั้งสองคนก็ต้องแปลกใจเมื่อพบว่าน้องกุ๊บกิ๊บมาโรงเรียนเหมือนเคย น้องยูอี้และน้องปุกปุยจึงไปตามคุณครูพบว่า น้องกุ๊บกิ๊บไม่สบายตาบวมแดงคุณหมอให้นอนพักรักษาตัวที่บ้าน 2 – 3 วัน หลังจากเลิกเรียนเย็นวันนั้นน้องยูอี้และน้องปุกปุยจึงไปเยี่ยมน้องกุ๊บกิ๊บที่บ้าน เมื่อน้องยูอี้และน้องปุกปุยเห็นน้องกุ๊บกิ๊บก็ต้องตกใจเพราะดวงตาน้องกุ๊บกิ๊บบวมแดงและมีน้ำตาไหลออกมา

ใบความรู้ประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1
 เรื่อง ดวงตาคู๋สวย



“ ดวงตา ”

ดวงตาเป็นอวัยวะที่สำคัญที่ช่วยในการมองเห็นและยังสามารถใช้บ่งบอกความรู้สึกต่าง ๆ ผ่านดวงตาได้ ดวงตามือส่วนประกอบที่สำคัญดังนี้

- 1.เปลือกตา ทำหน้าที่ป้องกันลูกตา เป็นผิวหนังที่มีความบอบบางที่สุดของร่างกาย
- 2.กระจกหรือกระจกตาดำ ทำหน้าที่หักเหแสงทำให้แสงตกลงบนจอรับภาพมีลักษณะใสจนมองเห็นถึงม่านตาที่มีสีเข้ม
- 3.แก้วตา ทำหน้าที่โฟกัสแสง มีลักษณะนูนใส

วิธีการถนอมรักษา “ ดวงตา ”

- 1.ควรอ่านหนังสือในที่ที่มีแสงสว่างอย่างเพียงพอ
- 2.ควรใช้สายตาอ่านหนังสือเป็นระยะห่าง ประมาณ 35 เซนติเมตร
- 3.ควรล้างมือให้สะอาดทุกครั้งที่สัมผัสบริเวณรอบดวงตา
- 4.ไม่ควรขยี้ตา หากเกิดอาการคันควรใช้ผ้าสะอาดเช็ดรอบๆดวงตาแทน
- 5.ควรตัดเล็บให้สั้นเพื่อป้องกันอันตรายต่อดวงตา
- 6.หากต้องใช้สายตานานๆ เช่น อ่านหนังสือ ทำงานหน้าคอมพิวเตอร์ ควรพักสายตาเป็นระยะๆทุกครึ่งชั่วโมง โดยหลับตาสักครู่หรือมองต้นไม้ใบหญ้าที่มีสีเขียว
- 7.ควรระมัดระวังอย่าให้สิ่งแปลกปลอมเข้าตา เช่น สบู่ แชมพูสระผม เศษผง เป็นต้น
- 8.ควรฝึกพักสายตาเมื่อเกิดความเมื่อยล้าดังนี้
 - 8.1 นำฝ่ามือทั้งสองข้างวางปิดดวงตาไว้
 - 8.2 หลับตาลงสักครู่
- 9.ไม่ควรอ่านหนังสือขณะนั่งอยู่บนรถที่กำลังแล่น

บรรณานุกรม

ทีมจักษุแพทย์โรงพยาบาลจักษุ รัตนิน.(2545).รอบรู้เรื่องตา.กรุงเทพฯ : บริษัทเรือนปัญญา.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ ดวงตาคู่สวย ”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.ดวงตาทำหน้าที่ช่วยในการมองเห็น 2.อวัยวะที่ทำหน้าที่ป้องกันลูกตาจากอันตรายต่างๆคือเปลือกตา 3.ควรใช้ระยะห่างในการอ่านหนังสือประมาณ 35 เซนติเมตร 4.เมื่อมีเศษผงเข้าตาควรใช้นิ้วมือเช็ดเศษผงออกเบาๆ 5.หากลืมนำเช็ดหน้าไปโรงเรียนควรขอยืมของเพื่อนมาใช้เช็ดดวงตา 6.ควรล้างมือให้สะอาดทุกครั้งหากต้องสัมผัสดวงตา 7.ควรอ่านหนังสือในที่ที่มีแสงสว่างอย่างเพียงพอ 8.ขณะที่สระผมควรระมัดระวังไม่ให้แชมพูเข้าตา 9.เมื่ออ่านหนังสือนานๆควรพักสายตาด้วยการมองสีเขียว 10.การดูโทรทัศน์นานๆเป็นการฝึกพักสายตาเมื่อเกิดความเมื่อยล้า

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1 2 3 6 7 8	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1 2 3 6 7 8	เติมเครื่องหมาย	×	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 4 5 9 10	เติมเครื่องหมาย	×	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 4 5 9 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 1

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ดวงตาคู่สวย

ข้อดี

- 1.เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
- 2.นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
- 3.เป็นกิจกรรมที่สนุกไม่จำเจเนื่องจากใช้กิจกรรมการร้องเพลงกระตุ้นนักเรียนให้ร่วม

กิจกรรม

ข้อจำกัด

- 1.ระยะเวลาในการทำกิจกรรมมีจำกัด
- 2.นักเรียนอ่านหนังสือไม่ออกจึงใช้เวลาในการอธิบายการทำกิจกรรมเป็นเวลาพอสมควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน อุปกรณ์การเรียน เช่น ดินสอ ยางลบ เพื่อสำรองการใช้งาน สำหรับนักเรียนที่ไม่ได้นำอุปกรณ์มาเรียนหรืออุปกรณ์การเรียนชำรุด

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม และสังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน เพื่อให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมและแสดงศักยภาพทางความคิดได้อย่างเต็มที่

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

- 1.ขณะทำกิจกรรมควรใช้น้ำเสียงดัง พูดชัดเจน เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนร่วมมือในการทำกิจกรรม
- 2.ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 2

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หอมสดชื่น

จุดมุ่งหมาย เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหน้าที่ของจมูกและวิธีการดูแลรักษาจมูกที่ถูกต้อง

แนวคิด ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน มือ จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น จะทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆให้ถูกวิธี

เทคนิคที่ใช้ การอภิปราย

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1.คำชี้แจง

2.คู่มือครู

3.คู่มือนักเรียน

4.สื่อและอุปกรณ์

4.1 ใบงานเรื่อง “ หอมสดชื่น ”

4.2 ใบความรู้ “ วิธีการดูแลรักษาจมูก ”

4.4 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ หอมสดชื่น ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่องการดูแลรักษาร่างกายโดยใช้กิจกรรม “ หอมสดชื่น ”

1.3.4 ครูแจกใบงานให้นักเรียน คนละ 1 ใบ

1.3.5 ครูให้นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ หอมสดชื่น ”

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาจมูก

1.3.7 ครูแจกใบความรู้ “ วิธีการดูแลรักษาจมูก ”

1.3.8 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายโดยใช้กิจกรรม “ หอมสดชื่น ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ หอมสดชื่น ”

1.4.3 ใบความรู้ “ วิธีการดูแลรักษาจมูก ”

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หอมสดชื่น

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน มือ จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น จะทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆให้ถูกวิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหน้าที่และประโยชน์ของจมูก
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาจมูกที่ถูกต้อง

สาระการเรียนรู้

อวัยวะที่สำคัญที่ช่วยในการดมกลิ่นต่างๆของเราคือ จมูก ไม่ว่าจะเป็นกลิ่นอาหาร กลิ่นหอมของดอกไม้ หากเราใช้อย่างไม่ระมัดระวังหรือด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์อาจทำให้เกิดอันตรายต่อจมูกได้

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การใช้จมูกเพื่อทำกิจกรรมต่างๆเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลงเกี่ยวกับจมูก

3.2 ครูแจกใบงานให้ให้นักเรียนคนละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ หอมสดชื่น ”

3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการดูแล

รักษาจมูก

3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ วิธีการดูแลรักษาจมูก ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

1.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

2.นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

1. การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

2.การตรวจสอบจากการทำใบงาน

3.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง วิธีการดูแลรักษาจมูก

3.ใบงาน “ หอมสดชื่น ”

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ หอมสดชื่น ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนทำใบงาน “ หอมสดชื่น ” โดยตอบคำถามจากใบงาน
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 6.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 7.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “ หอมสดชื่น ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ หอมสดชื่น”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “ วิธีการดูแลรักษาจมูก ”
- 4.แบบฝึกหัดและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

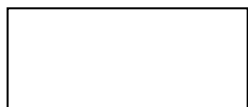
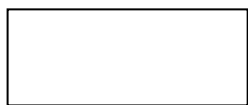
ชื่อกิจกรรม หอมสดชื่น

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ควรปฏิบัติ และ
 ใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ไม่ควรปฏิบัติ









ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง วิธีการดูแลรักษาจมูก



อวัยวะที่สำคัญที่ช่วยในการดมกลิ่นต่างๆของเราคือ จมูก ไม่ว่าจะเป็นกลิ่นอาหาร กลิ่นหอมของดอกไม้ หากเราใช้อย่างไม่ระมัดระวังหรือด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์อาจทำให้เกิดอันตรายต่อจมูกได้

เพื่อเป็นการถนอมรักษาจมูกที่ถูกต้องเราควรเรียนรู้วิธีการดูแลรักษาจมูกดังนี้

วิธีการดูแลรักษาจมูก

- 1.เมื่อมีอาการคัดจมูกหรือมีน้ำมูกควรล้างน้ำมูกเบาๆ
- 2.ไม่ควรใช้นิ้ว เล็บ หรือของแข็งแคะจมูก เพราะอาจทำให้จมูกเป็นแผล
- 3.ควรระมัดระวังไม่ให้จมูกกระทบกระแทกกับของแข็งอาจทำให้จมูกได้รับอันตราย เช่น มีเลือดออกที่จมูก
- 4.หลีกเลี่ยงการหายใจในที่ที่มีกลิ่นเหม็น อากาศไม่บริสุทธิ์ เช่น มีควัน ฝุ่นละออง ฝุ่นปูน เป็นต้น
- 5.หลีกเลี่ยงการถอนขนจมูกเพราะขนจมูกช่วยกรองฝุ่นละอองที่จะเข้าสู่จมูก
- 6.ไม่ควรใช้น้ำหยอดเข้าจมูกเมื่อมีแมลงหรือสิ่งแปลกปลอมเข้าสู่จมูก ควรบอกผู้ปกครองเพื่อพาไปพบแพทย์
- 7.ควรทำความสะอาดจมูกอยู่เสมอโดยใช้ผ้าหรือสำลีชุบน้ำสะอาดหมาดๆเช็ดออกเบาๆ

ประโยชน์ของจมูก

- 1.ใช้ดมกลิ่นต่างๆ เช่น อาหาร ดอกไม้ กลิ่นเหม็นต่างๆ
- 2.ใช้เป็นทางผ่านของอากาศเข้าสู่ร่างกาย
- 3.ใช้ดักจับเชื้อโรคหรือฝุ่นละอองที่จะเข้าสู่ร่างกาย

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ หอมสดชื่น ”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.เราควรใช้สบู่ทำความสะอาดจมูกทุกวัน 2.ปากมีหน้าที่ช่วยจมูกหายใจ 3.เมื่อมีจมูกช่วยให้เราได้กลิ่นอาหารแสนอร่อย 4.เราควรหายใจเอาอากาศบริสุทธิ์ เช่น ที่สวนดอกไม้ 5.เราต้องใช้นิ้วแคะจมูกเพื่อให้รู้สึกเฟลิดเฟลิน 6.เราควรทำความสะอาดจมูกด้วยผ้าชุบน้ำสะอาดและเช็ดให้แห้ง 7.เราควรถอนขนจมูกเพื่อแต่งขนจมูกให้เกิดความสวยงาม 8.เมื่อมีน้ำมูกเราควรสั่งน้ำมูกเบาๆ 9.ขณะวิ่งเล่นต้องระวังไม่ให้จมูกชนประตู 10.ไม่ควรใช้น้ำหยอดจมูก

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 3 4 6 8 9 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 3 4 6 8 9 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 1 2 5 7	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 1 2 5 7	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หอมสดชื่น

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

ข้อจำกัด

นักเรียนอ่านหนังสือไม่ออกจึงใช้เวลาในการอธิบายการทำกิจกรรมเป็นเวลาพอสมควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหา
ของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และ
สรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ก่อนทำกิจกรรมควรทำความเข้าใจกับนักเรียนเรื่องการออกนอกห้องเรียน เช่นการขออนุญาตก่อนออกนอกห้องเรียน
2. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรใช้สื่อการสอนที่มีสีสันสวยงามเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 3

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ฟันดีฟันสะอาด
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้ นักเรียนสามารถแปรงฟันได้ถูกวิธี และสามารถบอกถึงประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกต้องได้
แนวคิด	ฟันเป็นอวัยวะที่แข็งแรงที่สุดในร่างกาย มีหน้าที่บดเคี้ยวอาหาร ช่วยในการเปลี่ยนเสียงให้ชัดเจน เสริมบุคลิกภาพ การดูแลรักษาฟันในคงอยู่กับเรานานๆเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ฉะนั้นเราควรใส่ใจดูแลรักษาสุขภาพของฟันตั้งแต่ต้นด้วยการแปรงฟันที่ถูกต้อง
เทคนิคที่ใช้	การสาธิต
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง “ฟันดีฟันสะอาด”
 - 4.2 โมเดลฟันและแปรงสีฟัน
 - 4.3 โปสเตอร์ขั้นตอนการแปรงฟันที่ถูกต้อง
 - 4.4 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ฟันดีฟันสะอาด ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.2 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนและเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการสุ่มถามนักเรียนถึงวิธีการแปรงฟันของนักเรียนประมาณ 2-3 คน

1.3.3 ครูชี้แจงการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่องการดูแลรักษาร่างกายโดยใช้กิจกรรม “ ฟันดีฟันสะอาด ”

1.3.4 ครูสาธิตวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้โมเดลฟัน

1.3.5 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาแปรงฟันโดยใช้โมเดลฟันที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

1.3.6 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการแปรงฟันให้เพื่อนได้ดู

1.3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการแปรงฟันที่ถูกต้อง ประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกต้อง

1.3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ ฟันดีฟันสะอาด ”

1.3.9 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.10 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ฟันดีฟันสะอาด”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบความรู้ “ฟันดีฟันสะอาด”

1.4.3 โมเดลฟันและแปรงสีฟัน

1.4.4 โปสเตอร์ขั้นตอนการแปรงฟันที่ถูกต้อง

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม พันธุ์ฟันสะอาด

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ฟันเป็นอวัยวะที่แข็งแรงที่สุดในร่างกาย มีหน้าที่บดเคี้ยวอาหาร ช่วยในการเปล่งเสียงให้ชัดเจน เสริมบุคลิกภาพ การดูแลรักษาฟันในคงอยู่กับเรานานๆ เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ฉะนั้นเราควรใส่ใจดูแลรักษาสุขภาพของฟันตั้งแต่ต้นด้วยการแปรงฟันที่ถูกต้องวิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนแปรงฟันได้ถูกวิธี
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกต้องได้

สาระการเรียนรู้

การแปรงฟันที่ถูกวิธีมิได้หมายถึงการแปรงฟันให้สะอาดเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ยังหมายถึงการแปรงฟันที่ไม่ทำอันตรายต่อสุขภาพของเหงือกและเนื้อฟัน เพื่อให้การแปรงฟันมีประสิทธิภาพตัวของเราเองก็คือบุคคลที่สำคัญที่สุดในการดูแลรักษาสุขภาพปากและฟันให้อยู่กับเราไปนานๆ

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มถามนักเรียนถึงเรื่องการแปรงฟันของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน ก่อนมาโรงเรียน

3.2 ครูสาธิตวิธีการแปรงฟันที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้โมเดลฟัน

3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาแปรงฟันโดยใช้โมเดลฟันที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

3.4 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการแปรงฟันที่ถูกต้อง ประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกต้อง

3.5 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ ฟันดีฟันสะอาด ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตการแปรงฟัน

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้ “ ฟันดีฟันสะอาด ”

3.โมเดลฟันและแปรงสีฟัน

4.โปสเตอร์ขั้นตอนการแปรงฟันที่ถูกต้อง

5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ฟันดีฟันสะอาด ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องการแปรงฟัน
- 5.นักเรียนชมสาธิตการแปรงฟันที่ถูกวิธีจากครู
- 6.นักเรียนขออาสาสมัครแปรงฟันจากโมเดลฟัน
- 7.นักเรียนสรุปข้อคิดเรื่องประโยชน์ของการแปรงฟันที่ถูกวิธี
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ ฟันดีฟันสะอาด ”
- 9.วิธีทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “ฟันดีฟันสะอาด”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “ ฟันดีฟันสะอาด ”
- 3.โมเดลฟันและแปรงสีฟัน
- 4.โปสเตอร์ขั้นตอนการแปรงฟันที่ถูกต้อง
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง ฟันดีฟันสะอาด



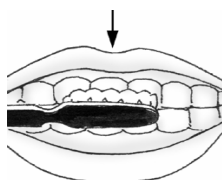
อวัยวะต่างๆในร่างกายของเรามีหน้าที่แตกต่างกันไป เช่นตามีไว้ดูสิ่งต่างๆ หูมีไว้ฟังปากมีไว้พูด ปากเป็นอวัยวะสำคัญที่อยู่บนใบหน้าของเราและภายในช่องปากยังประกอบด้วยอวัยวะที่สำคัญต่างๆอีก เช่น ลิ้น เหงือก ฟัน

ในที่นี่เราจะมาทำความรู้จักฟันของเราเพราะเรามีฟันเพียง 2 ชุดเท่านั้น คือ ฟันแท้ และฟันน้ำนม หากเราไม่มีฟัน เราก็ไม่สามารถเคี้ยวอาหารได้ เพื่อให้ฟันอยู่กับเราไปนานๆเราควรใส่ใจดูแลรักษาฟันของเราดังนี้

การแปรงฟันที่ถูกวิธีควรปฏิบัติดังนี้

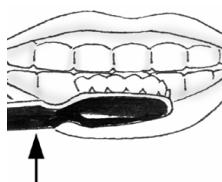
1. ฟันบน

ปัดขนแปรงจากด้านบนลงมาด้านล่าง



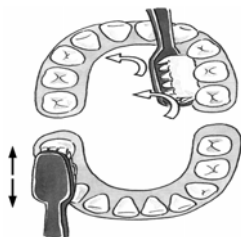
2. ฟันล่าง

ปัดขนแปรงจากด้านล่างขึ้นด้านบน



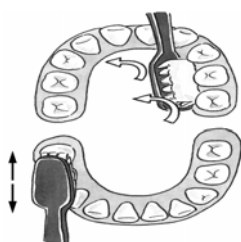
3. ฟันกราม

แปรงถูไปมาหลายๆครั้ง



4. ฟันด้านใน

แปรงบิดออกมา



อุปกรณ์การแปรงฟัน



1. ยาสีฟัน
2. แปรงสีฟัน
3. น้ำสะอาดสำหรับบ้วนปาก

การรักษาความสะอาดช่องปากและฟัน

1. แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง คือตอนตื่นนอนตอนเช้าและก่อนเข้านอนเป็นประจำ
2. หลังรับประทานอาหารทุกครั้งถ้าไม่สามารถแปรงฟันได้ให้บ้วนปากให้สะอาดทุกครั้ง
3. ไปพบหมอฟันเพื่อตรวจฟันอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง
4. เลือกแปรงสีฟันมีขนแปรงไม่อ่อนและแข็งจนเกินไป ด้ามแปรงจับถนัดมือ
5. เลือกยาสีฟันผสมฟลูออไรด์เพื่อป้องกันฟันผุ
6. รับประทานผักผลไม้เพื่อช่วยทำให้ฟันแข็งแรง เช่น ส้ม ฝรั่ง เป็นต้น
7. ไม่ควรรับประทานน้ำอัดลม ขนมหวาน ลูกอม
8. ไม่ควรใช้ฟันกัดแทะ ของแข็ง

บรรณานุกรม

เอกรินทร์ สีมหาศาล และคณะ .สุขศึกษาและพลศึกษา 2.กรุงเทพฯ : บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ฟันดีฟันสะอาด
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.สาเหตุที่ฟันผุเพราะเด็กชอบรับประทานลูกอม 2.ฟันของคนมีทั้งหมด 3 ชุด 3.การรับประทานผลไม้จะช่วยให้ฟันแข็งแรง 4.เราควรแปรงฟันล่างโดยการแปรงปัดขึ้น 5.เราควรเลือกแปรงสีฟันที่มีราคาแพง 6.เราควรเลือกยาสีฟันที่มีส่วนของผสมฟลูออไรด์ 7.เราควรไปตรวจฟันอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง 8.การดูแลรักษาฟันให้ดีจะช่วยป้องกันฟันผุ ยึดสตรไส 9.เราควรใช้ฟันเปิดขวดน้ำอัดลม 10.ยาสีฟันช่วยให้ฟันสะอาด ลมหายใจหอมสดชื่น

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1 3 4 6 7 8 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1 3 4 6 7 8 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 2 5 9	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 2 5 9	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 2

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม พันธุ์พันธุ์สะอาด

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่
3. เป็นกิจกรรมที่สนุกสนานน่าสนใจ
4. มีอุปกรณ์เสมือนจริงเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

ข้อจำกัด

การสาธิตการแปรงฟันใช้เวลาพอสมควรเพราะนักเรียนต้องการทำกิจกรรมหลายคน

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหา
ของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม เตรียมคัดเลือกนักเรียนที่จะออกมาร่วมทำ
กิจกรรมสังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรสาธิตการทำกิจกรรมโดยละเอียดเพื่อให้ นักเรียนเข้าใจเนื้อหา
2. ควบคุมการใช้เวลาทำกิจกรรม
3. ควรมีภาพตัวอย่างของฟันผุหรือโมเดลฟันผุให้นักเรียนดูเป็นตัวอย่าง

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 4

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	มือของเรา
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษามือของตนเองและรู้จักวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง
แนวคิด	ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น ทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี
เทคนิคที่ใช้	การสาธิต
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.2 ใบความรู้เรื่อง “ การล้างมือที่ถูกวิธี ”
 - 4.3 โปสเตอร์รูปขั้นตอนการล้างมือ
 - 4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “มือของเรา”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนและเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียน

1.3.2 ครูประเมินความรู้ของนักเรียนโดยให้นักเรียนทำความสะอาดมือของตนเอง

1.3.3 ครูชี้แจงการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่องการดูแลรักษาร่างกายโดยใช้กิจกรรม “มือของเรา”

1.3.4 ครูอธิบายวิธีการดูแลรักษามือและสาธิตวิธีการล้างมือที่ถูกต้องให้นักเรียนดู

1.3.5 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 1-2 คน ออกมาล้างมือที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

1.3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้องให้เพื่อนได้ดู

1.3.6 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียนด้วยการทำความสะอาดมือของตนเอง

1.3.7 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “มือของเรา”

1.4 สิ่งที่คุณต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียน

1.4.2 อุปกรณ์การล้างมือ เช่น สบู่ ผ้าขนหนู เป็นต้น

1.4.3 ใบความรู้ “การล้างมือที่ถูกต้อง”

1.4.4 โปสเตอร์รูปขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม มือของเรา

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้น ทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษา ร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์ คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลรักษามือ
- 2.เพื่อให้นักเรียนสามารถล้างมือได้ถูกต้อง

สาระการเรียนรู้

พื้นฐานที่สำคัญของการมีสุขภาพที่ดีเริ่มต้นจากการที่เราต้องดูแลรักษา ร่างกายอย่างถูกต้อง สม่ำเสมอ หากปล่อยปละละเลยอาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ อื่นๆตามมา มือเป็นอวัยวะที่เราใช้ในชีวิตประจำวันอยู่ตลอดเวลาไม่ว่าจะเป็น การใช้เพื่อการดำเนินชีวิต ประกอบอาชีพ การศึกษา เราควรปลูกฝังให้เด็กได้ เรียนรู้วิธีการดูแลรักษามือของตนเองให้สะอาดอยู่เสมอ

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงเรื่องการดูแลรักษามือ วิธีล้างมือของนักเรียนประมาณ 1-2 คน

3.2 ครูอธิบายวิธีการดูแลรักษามือและสาธิตวิธีการล้างมือที่ถูกต้องให้นักเรียนดู

3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 1-2 คน ออกมาล้างมือที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู พร้อมทั้งกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตขั้นตอนการล้างมือ

3.4 ครูแจกใบความรู้ “ การล้างมือที่ถูกต้อง ” ให้แก่นักเรียน

3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลรักษามือ การล้างมือที่ถูกต้อง

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

นักเรียนสอบปฏิบัติการล้างมือหลังเรียน

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตการล้างมือ

6.2 การตรวจสอบจากแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้ “ การล้างมือที่ถูกต้อง ”

3.อุปกรณ์การล้างมือ เช่น สบู่ ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น

4.โปสเตอร์ขั้นตอนการล้างมือ

5.แบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียน

6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “มือของเรา” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องการล้างมือ
- 5.นักเรียนชมสาธิตการล้างมือที่ถูกวิธีจากครู
- 6.นักเรียนอาสาสมัคร จำนวน 1 คน สาธิตย้อนกลับการล้างมือหน้าชั้นเรียน
- 7.นักเรียนสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลรักษามือ การล้างมือที่ถูกวิธี
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การล้างมือที่ถูกวิธี”
- 9.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “มือของเรา”

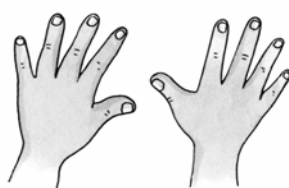
สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “การล้างมือที่ถูกวิธี”
- 3.โปสเตอร์ขั้นตอนการล้างมือ
- 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง การล้างมือที่ถูวิธี

“มือ”

เป็นอวัยวะสำคัญที่เราต้องใช้ในการดำเนินชีวิตและประกอบกิจกรรมต่างๆ เช่น การศึกษา การรับประทานอาหาร การประกอบอาชีพ หากละเลยหรือดูแลรักษาไม่ถูกต้องอาจก่อให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะนั้นๆ ดังนั้นเราควรใส่ใจที่จะเรียนรู้วิธีการดูแลรักษามือของตนเองให้สะอาดอยู่เสมอ



วิธีการดูแลรักษา “มือ”

1. ควรล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง
2. ควรล้างมือให้สะอาดหลังจากเข้าห้องน้ำทุกครั้ง
3. ไม่ควรอม ดูด นิ้วมือ เพราะอาจจะนำเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้
4. ควรตัดเล็บให้สั้นเพื่อให้ง่ายต่อการทำความสะอาด
5. ไม่ควรปล่อยให้มือเปียกชื้นเป็นเวลานาน เพราะอาจเกิดการหมักหมมเชื้อโรค
6. ไม่ใช้มือในกิจกรรมที่เป็นอันตราย เช่น แหย่ปลั๊กไฟ ดับเปลวเทียน
7. ไม่ควรเล่นของมีคม เพราะอาจบาดเจ็บได้



*อย่างนี้หนูๆไม่ควรทำนะจ๊ะ *

ขั้นตอนการล้างมือ

1.ฟอกบริเวณฝ่าไปมา



2.ฟอกฝ่ามือและง่ามนิ้วมือด้านหน้า



3.ฟอกหลังมือและง่ามนิ้วมือด้านหลัง



4. ฟอกนิ้วมือและข้อนิ้วด้านหลัง



5. ฟอกบริเวณฝ่ามือด้วยปลายนิ้วมือ



6. ฟอกนิ้วหัวแม่มือ



ที่มา : โครงการวิจัยย่อยประสิทธิผลของกลยุทธ์ในการพัฒนาการล้างมือในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัย ปี 2548

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 4

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม มือของเรา

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่
3. สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการล้างมือที่ถูกต้อง

ข้อจำกัด

ใช้เวลาในการทำกิจกรรมนานเนื่องจากต้องสังเกตการล้างมือของนักเรียนทุกคน

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรอุปกรณ์การล้างมือดังนี้ ผ้าเช็ดมือ สบู่ ให้ครบถ้วน

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม เตรียมคัดเลือกนักเรียนที่จะออกมาร่วมทำกิจกรรมสังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรสาธิตการทำกิจกรรมโดยละเอียดเพื่อให้ นักเรียนเข้าใจเนื้อหา
2. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อสงสัย
3. ควบคุมการใช้เวลาทำกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 5

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ก้าวเดินไปพร้อมกัน
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหน้าที่และวิธีการดูแลรักษาเท้าที่ถูกต้อง
แนวคิด	ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน หู จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้นทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง ก้าวเดินไปพร้อมกัน
 - 4.2 ใบความรู้ วิธีการดูแลรักษาเท้า
 - 4.4 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร้องเพลงเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆในร่างกาย

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่องการดูแลรักษาร่างกายโดยใช้กิจกรรม “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ”

1.3.4 ครูช่วยแบ่งกลุ่มนักเรียน

1.3.5 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงานและให้นักเรียนนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองหน้าชั้นเรียน

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาเท้า

1.3.7 ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

1.3.8 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ”

1.4.3 ใบความรู้ วิธีการดูแลรักษาเท้า

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน

เวลา 1 ชั่วโมง

.....

สาระสำคัญ

ในร่างกายคนเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆเป็นจำนวนมากที่ทำงานร่วมกันอย่างสมดุล เช่น ดวงตา ปาก ฟัน หู จมูก เท้า เป็นต้น การที่จะทำให้อวัยวะเหล่านั้นทำหน้าที่ให้เป็นปกติต่อไปได้นั้นต้องทำการดูแลรักษาร่างกายให้อยู่ในสภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง พื้นฐานที่สำคัญในการคงสภาพที่สมบูรณ์คือ การดูแลรักษาความสะอาดอวัยวะต่างๆได้ถูกวิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหน้าที่ของเท้า
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษาเท้าที่ถูกต้อง

สาระการเรียนรู้

คนเรามีเท้าเป็นอวัยวะที่สำคัญในการเคลื่อนไหวและเคลื่อนที่ เท้าจะนำพาเราไปในสถานที่ต่างๆมากมาย ช่วยให้เรายืน เดิน นั่ง หรือทำกิจกรรมอีกหลายอย่าง

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การใช้เท้าเพื่อทำกิจกรรมต่างๆเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร้องเพลงเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆในร่างกาย

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละเท่าๆกัน

3.2 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจาก ใบงาน “ก้าวเดินไปพร้อมกัน”

3.4 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม

3.5 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหา

3.6 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ วิธีการดูแลรักษาเท้า ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

1.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

2.นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

1. การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

2.การตรวจสอบจากการทำใบงาน

3.การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง วิธีการดูแลรักษาเท้า

3.ใบงาน “ ก้าวเดินไปพร้อมกัน ”

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ก้าวเดินไปพร้อมกัน” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

1. นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
2. นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
3. นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
4. นักเรียนทำใบงาน “ก้าวเดินไปพร้อมกัน” โดยช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจากใบงาน
5. นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
6. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม
7. นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
8. ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “ก้าวเดินไปพร้อมกัน”

สื่อการเรียนรู้

1. ครู
2. ใบงาน “ก้าวเดินไปพร้อมกัน”
3. ใบความรู้เรื่อง วิธีการดูแลรักษาเท้า
4. แบบฝึกหัดและหลังเรียน
5. แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน

ชื่อกลุ่ม.....

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ควรปฏิบัติ และ
ใส่เครื่องหมาย ✗ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ไม่ควรปฏิบัติ

☐

☐

☐

☐

☐


ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
เรื่อง วิธีการดูแลรักษาเท้า

.....

คนเรามีเท้าเป็นอวัยวะที่สำคัญในการเคลื่อนไหวและเคลื่อนที่ เท้าจะนำพาเราไปในสถานที่ต่าง ๆ มากมาย ช่วยให้เรายืน เดิน นั่ง หรือทำกิจกรรมหลายอย่าง อีกทั้งเท้ายังรับน้ำหนักทั้งหมดของร่างกาย การที่เราใช้งานเท้ามากอาจเกิดอันตรายต่อเท้าได้เราควรเรียนรู้วิธีการรักษาเท้าดังนี้



วิธีการดูแลรักษาเท้า

1. ควรสวมรองเท้าทุกครั้งขณะออกนอกบ้าน
2. ควรเลือกรองเท้าที่ขนาดพอดีกับเท้าไม่หลวมหรือคับจนเกินไป
3. ไม่ควรใส่รองเท้าที่มีส้นสูงจนเกินไปเพราะอาจเกิดอันตรายได้
4. ควรตัดเล็บเท้าให้สั้นอยู่เสมอ
5. ควรทำความสะอาดเท้าและเช็ดให้แห้งอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง หรือหลังจากทำกิจกรรมต่าง ๆ มาทั้งวัน
6. ไม่ควรแช่เท้าในน้ำเป็นเวลานานเพราะอาจเกิดการอักเสบขึ้นที่เท้า
7. ควรรักษาน้ำหนักของร่างกายให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ไม่ปล่อยให้ น้ำหนักมากหรืออ้วนเพราะเท้าต้องรับน้ำหนักมาก
8. ขณะเดินหรือทำกิจกรรมควรระมัดระวังอุบัติเหตุที่จะเกิดกับเท้า เช่น การเหยียบเศษแก้ว ตะปู เป็นต้น



ประโยชน์ของเท้า

1. ใช้ยืน เดิน
2. ใช้ในการใช้ในการรับน้ำหนักของร่างกาย
3. ใช้ในการทรงตัวของร่างกาย



แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การดูแลรักษาร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ก้าวเดินไปพร้อมกัน”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1. ทำช่วยรับน้ำหนักทั้งหมดของร่างกาย 2. เราควรเลือกสวมใส่รองเท้าที่พอดีเท้า 3. การถนอมเท้าที่ดีที่สุดคือการสวมใส่รองเท้าส้นสูง 4. การไว้เล็บเท้ายาวจะช่วยให้ใส่รองเท้าได้พอดี 5. เราต้องใส่รองเท้าทุกครั้งเมื่อออกนอกบ้าน 6. เราควรทำความสะอาดเท้าด้วยการฟอกสบู่และเช็ดให้แห้ง 7. เมื่อรู้สึกเมื่อยล้าที่เท้าให้ใช้ผ้ารัดเท้าให้แน่น 8. ไม่ปล่อยให้ร่างกายอ้วนเพราะเท้าจะรับน้ำหนักมาก 9. หลังเดินเหยียบย่ำน้ำท่วมขังให้ล้างเท้าฟอกสบู่ให้สะอาดทุกครั้ง 10. ทำช่วยให้เราวิ่งได้

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1 2 5 6 8 9 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1 2 5 6 8 9 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 3 4 7	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 3 4 7	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 5

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ชื่อเรื่อง การดูแลรักษาอวัยวะของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ก้าวเดินไปพร้อมกัน

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่
3. นักเรียนได้ร่วมกันทำงานเป็นทีม

ข้อจำกัด

ใช้เวลาในการทำกิจกรรมนาน นักเรียนบางส่วนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมน้อย

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการจัดกลุ่มนักเรียนและเตรียมสื่อการเรียนให้ดี

วิธีดำเนินการ/การสรุป

การนำเสนอผลงานกลุ่มของนักเรียนควรให้กลุ่มที่มีผลงานสำเร็จแล้วนำเสนอก่อนหรืออาจเรียงลำดับกลุ่มที่จะนำเสนอผลงานไว้ก่อนเพื่อให้การเรียนการสอนตรงตามเวลาที่กำหนด

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรสรุปเนื้อหาเพิ่มเติมในส่วนที่นักเรียนยังไม่เข้าใจ
2. กระตุ้นให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอนโดยเฉพาะการร่วมกันสรุปเนื้อหา
3. ควบคุมการใช้เวลาทำกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 6

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	หนูควรระวัง
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาดและส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุ
แนวคิด	ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง
ส่วนประกอบในชุดการสอน	1. คำชี้แจง 2. คู่มือครู 3. คู่มือนักเรียน 4. สื่อและอุปกรณ์ 4.1 ใบงานเรื่อง “หนูควรระวัง” 4.2 ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด ” 4.4 โมเดลบาดแผลและชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้า
ก๊อส เป็นต้น	4.5 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน 4.6 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “หนูควรระวัง”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูแจกใบงานให้นักเรียน คนละ 1 ใบ

1.3.5 ครูให้นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “หนูควรระวัง”

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคม

1.3.7 ครูแจกใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด”

1.3.8 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “หนูควรระวัง”

1.4.3 ใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด”

1.4.4 โมเดลบาดแผลและชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้าก๊อซ เป็นต้น

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หนูควรระวัง

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุ

สาระการเรียนรู้

วัยเด็กมักเกิดบาดแผลเกี่ยวกับการถูกของมีคมบาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะมีดบาดนิ้ว ซึ่งจะทำให้เกิดบาดแผลและทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายทางบาดแผลได้ง่าย

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิดอุบัติเหตุเกี่ยวกับถูกของมีคมบาด และนำโมเดลบาดแผลพร้อมกับชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้าก๊อซ มาเป็นตัวอย่างให้นักเรียนดูเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนประมาณ 1-2 คน เรื่องการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด

3.2 ครูแจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “หนูควรระวัง”

3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด วิธีการดูแลตนเอง

3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง ปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด

3.ใบงาน “หนูควรระวัง”

4. โมเดลบาดแผลและชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้าก๊อซ เป็นต้น
5. แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
6. แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
- ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “หนูควรระวัง” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนทำใบงาน “หนูควรระวัง” โดยตอบคำถามจากใบงาน
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 6.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 7.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “หนูควรระวัง”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “หนูควรระวัง”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคม”
- 4.โมเดลบาดแผลและชุดทำแผล เช่น น้ำยาล้างแผล ยาไอโอดีนใส่แผล สำลี ผ้าก๊อซ เป็นต้น
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หนูควรระวัง

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ○ (วงกลม) ภาพที่ทำให้เกิดบาดเจ็บจากของมีคมด้วยสีแดง
และ ○ (วงกลม) ภาพที่ไม่ทำให้เกิดบาดเจ็บจากของมีคมด้วยสีน้ำเงิน



ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาด



วัยเด็กมักเกิดบาดแผลเกี่ยวกับการถูกของมีคมบาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะมีดบาดบาดนิ้ว ซึ่งจะทำให้เกิดบาดแผลและทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายทางบาดแผลได้ง่ายเราจึงควรเรียนรู้การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกของมีคมบาดดังนี้

วิธีการปฐมพยาบาลขั้นต้น

1. ห้ามเลือดโดยเอามือกดที่รอยแผลจนกว่าเลือดหยุดไหล
2. ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่
3. ใส่ยาทาแผลสด เช่น ยาไอโอดีน
4. ปิดแผลด้วยผ้าปิดแผลหรือพลาสติกที่สะอาด
5. ดูแลไม่ให้แผลถูกน้ำหรือแกะเกาแผล



แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“หนูควรระวัง”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1. หนูถือแก้วน้ำต้องระวังเพราะอาจตกแตกบาดมือได้ 2. ไม่ควรนำมิดของคุณแม่มาเล่นซุกซน 3. แผลถลอกมีเลือดออกมากกว่าแผลถลอกมีบาด 4. แผลมีเลือดออกหนูควรเอานี้วกดที่จนเลือดหยุด 5. ต้องเก็บของมีคมให้พ้นมือเด็ก 6. ควรทำความสะอาดแผลถลอกมีบาดด้วยผ้าชุบน้ำและเช็ดให้แห้ง 7. เราต้องปิดแผลด้วยผ้าปิดแผลที่สะอาด 8. ถ้าคันแผลให้เกามากๆ 9. ขณะวิ่งเล่นต้องระวังไม่ให้เหยียบเศษแก้ว 10. เมื่อใช้มีดเสร็จแล้วควรเก็บเข้าที่เรียบร้อย

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1 2 4 5 7 9 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1 2 4 5 7 9 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 3 6 8	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 3 6 8	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 6

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม หนูควรระวัง

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่ง่ายและสนุกสนาน
2. นักเรียนสนใจเรียน
3. เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออก
4. นักเรียนได้รับความรู้ในการปฐมพยาบาลตนเองและผู้อื่นได้เมื่อถูกของมีคมบาด
5. มีสื่อการสอนที่กระตุ้นความสนใจนักเรียนคือโมเดลบาดแผลและชุดทำแผล

ข้อจำกัด

เวลาในการทำกิจกรรมมีจำกัดนักเรียนบางคนอาจทำงานล่าช้าทำให้ผลงานยังมีข้อบกพร่อง

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหา
ของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม เตรียมคัดเลือกนักเรียนที่จะออกมาร่วมทำ
กิจกรรมสังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรช่วยชี้แนะนักเรียนที่ไม่เข้าใจเนื้อหา
2. ควบคุมการใช้เวลาทำกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ชุดที่ 7

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	พลัดตก หกล้ม
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุ หลักเสี่ยงการเกิดอุบัติเหตุ
แนวคิด	ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือ เหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและ เหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียก เหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จัก วิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น
เทคนิคที่ใช้	การสาธิต
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผลฟกช้ำ ”
 - 4.2 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.3 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “พลัดตก หกล้ม”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลแผลฟกช้ำที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้โมเดลแผลและชุดทำแผล

1.3.5 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาทำแผลที่ด้านหน้าห้องเรียน

1.3.6 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการทำแผล

1.3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูง

1.3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผล ฟกช้ำ”

1.3.9 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.10 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 โมเดลแผลและชุดทำแผล

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผล ฟกช้ำ”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม พลัดตก หกล้ม

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้น
เมื่อหกล้ม มีแผลฟกช้ำ
- 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุ

สาระการเรียนรู้

เด็กที่ชอบวิ่งขึ้น-ลงบันได ปีนป่ายที่สูง มักเกิดเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ อาจทำให้พลัดตกจากที่สูง หรือขณะวิ่งเล่นถ้าขาดความระมัดระวังอาจหกล้ม ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดการฟกช้ำหรือห้อเลือดขึ้นได้

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงการประสบอุบัติเหตุเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูงของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน

3.2 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลแผลฟกช้ำที่ถูกต้องให้นักเรียนดู โดยใช้โมเดลแผลและชุดทำแผล

3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2-3 คน ออกมาทำแผลฟกช้ำโดยใช้โมเดลแผลและชุดทำแผลที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการทำแผลให้เพื่อนดูที่หน้าห้องเรียน

3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูง

3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผลฟกช้ำ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตการทำแผลฟกช้ำ

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผล ฟกช้ำ”

3.โมเดลแผลและชุดทำแผล

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “พลัดตก หกล้ม” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องการประสบอุบัติเหตุเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูง
- 5.นักเรียนชมวิธีการปฐมพยาบาลแผลฟกช้ำที่ถูกต้องจากครู
- 6.นักเรียนอาสาสมัครทำแผลฟกช้ำโดยใช้โมเดลแผลและชุดทำแผล
- 7.นักเรียนสรุปข้อคิดเรื่องประโยชน์ของการปฐมพยาบาลเมื่อหกล้ม พลัดตกจากที่สูง
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผล ฟกช้ำ”
- 9.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 เรื่อง “พลัดตก หกล้ม”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “การปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อหกล้ม มีแผล ฟกช้ำ”
- 3.โมเดลแผลและชุดทำแผล
- 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง พลัดตก หกล้ม

การปฐมพยาบาลผู้ที่มีฟกช้ำ

มักเกิดจากการพลัดตก หกล้ม ทำให้เกิดแผลที่บริเวณแขนขา

วิธีการปฐมพยาบาล

1. ประคบแผลด้วยน้ำเย็นหรือน้ำแข็ง
2. ทายาบรรเทาการปวดบวมหรือทาขี้ผึ้งแก้ปวดบวม
3. หลังจาก 24 ชั่วโมงแล้วให้ประคบร้อนด้วยผ้าชุบน้ำร้อน

วันละ 2-3 ครั้ง



การป้องกัน

1. ไม่ควรวิ่งขึ้น - ลงบันได
2. ขณะขึ้น - ลงบันได ควรเปิดไฟหรือมีแสงสว่างเพียงพอ
3. ไม่ควรเดินในที่มืดเพราะอาจสะดุดล้มเป็นอันตราย
4. ไม่วางสิ่งของเกะกะบันได
5. ไม่ควรปีนป่ายที่สูงเช่น ต้นไม้ เพราะอาจได้รับอันตราย
6. ไม่ควรเดินบนพื้นที่เปียกน้ำ
7. จัดวางสิ่งของในบ้านให้เป็นระเบียบ
8. หากพบบันไดชำรุดให้รีบแจ้งคุณพ่อคุณแม่



บรรณานุกรม

----- (2544). คู่มือฉุกเฉิน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์คนทำหนังสือ.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	พลัดตก หกล้ม
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✗ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.เราไม่ควรวิ่งเล่นที่บ้านไต่บันได 2.เราควรจัดบ้านให้เป็นระเบียบจะได้ไม่สะดุดล้ม 3.เมื่อมีแผลฟกช้ำเราควรประคบด้วยน้ำแข็ง 4.เมื่อคุณพ่อคุณแม่ไม่อยู่เราจะไปเล่นปีนต้นไม้กับเพื่อน 5.เมื่อแผลฟกช้ำผ่านไป 1 วัน เราควรประคบร้อน 6.เราควรใช้ผ้าผืนแก่ปวดบวมทาแผลเมื่อถูกมีดบาด 7.เราวางของเล่นไว้ที่บ้านไต่จะได้หยิบง่าย 8.ควรเดินบนพื้นที่ไม่แห้งไม่เปียกน้ำจะได้ไม่สะดุดล้ม 9.เมื่อหกล้มมีแผลฟกช้ำให้ทาแผลด้วยไอโอดีน 10.เมื่อจะขึ้นบันไดเราต้องปิดไฟ

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1	2	3	5	8	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1	2	3	5	8	เติมเครื่องหมาย	×	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 4	6	7	9	10	เติมเครื่องหมาย	×	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 4	6	7	9	10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 7

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม พลัดตก หกล้ม

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่ง่ายและสนุกสนาน
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่
3. เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออก
4. นักเรียนได้รับความรู้ในการปฐมพยาบาลตนเองและผู้อื่นได้
5. มีสื่อการสอนที่กระตุ้นความสนใจนักเรียนคือโมเดลบาดแผลและชุดทำแผล

ข้อจำกัด

เวลาในการทำกิจกรรมมีจำกัด และเป็นกิจกรรมที่มีอุปกรณ์ในการสาธิตจำนวนจำกัด

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมอุปกรณ์การปฐมพยาบาลให้พร้อมและเพียงพอต่อความสนใจของนักเรียน

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม เตรียมคัดเลือกนักเรียนที่จะออกมาร่วมทำกิจกรรมสังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรช่วยชี้แนะนักเรียนที่ไม่เข้าใจเนื้อหาการปฐมพยาบาล
2. ควบคุมการใช้เวลาทำกิจกรรม
3. ควรจัดหาอุปกรณ์การสาธิตให้เพียงพอ

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1
ชุดที่ 8

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ระวัง...ไฟมันร้อนนะ
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิดจากการเล่นไฟ
แนวคิด	ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”
 - 4.2 ใบความรู้ “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”
 - 4.4 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูแจกใบงานให้นักเรียน คนละ 1 ใบ

1.3.5 ครูให้นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกไฟไหม้

1.3.7 ครูแจกใบความรู้ “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”

1.3.8 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

1.4.3 ใบความรู้ “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิดจากการเล่นไฟ

สาระการเรียนรู้

เด็กกับไฟมักเป็นของคู่กันเนื่องจากเด็กมีความอยากรู้อยากเห็น ไฟมีแสงสว่างน่าดึงดูด เช่น พลุ ประทัด แม้จะมีความสวยงามแต่สามารถก่อเกิดอันตรายต่อบุคคลที่เล่น บุคคลทั่วไป หรือแม้แต่ทรัพย์สิน

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิดอุบัติเหตุเกี่ยวกับถูกไฟไหม้เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนประมาณ 1-2 คน สอบถามเรื่องการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกไฟไหม้

3.2 ครูแจกใบงานให้ให้นักเรียนคนละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกไฟไหม้ และการป้องกันตนเอง

3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”

3.ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้น

ที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ระวัง...ไฟมันร้อนนะ ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนทำใบงาน “ ระวัง...ไฟมันร้อนนะ ” โดยตอบคำถามจากใบงาน
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 6.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 7.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ ระวัง...ไฟมันร้อนนะ ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน”
- 4.แบบฝึกหัดและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย หนูทำได้

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

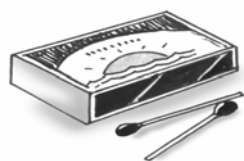
ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ○ (วงกลม) ล้อมรอบภาพที่ทำให้เกิดบาดเจ็บจากไฟหรือความร้อน



ที่มา : โปรแกรมแผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ป.2 CD – ROM คู่ฉบับกับหนังสือคู่มือครูและแผนการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้ อจท.

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน

.....



เด็กกับไฟมักเป็นของกลุ่มกันเนื่องจากเด็กมีความอยากรู้อยากเห็น ไฟมีแสงสว่างน่าดึงดูด เช่น พลุ ประทัด แม้จะมีความสวยงามแต่สามารถก่อเกิดอันตรายต่อบุคคลที่เล่น บุคคลทั่วไป หรือแม้แต่ทรัพย์สิน เราจึงควรเรียนรู้วิธีการป้องกันตนเองจากการบาดเจ็บจากไฟและความร้อน

การป้องกัน

1. ไม่ควรนำไม้ขีดไฟมาเล่น
2. ไม่ควรเล่นประทัด พลุ เพราะอาจเกิดอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สิน
3. ไม่ควรวิ่งเล่นใกล้ๆ กับบริเวณที่ใกล้กับความร้อน เช่น เต้าไฟ
4. ไม่ควรใช้มือหรืออวัยวะของร่างกายในการดับรูปเทียน
5. เมื่อใช้อุปกรณ์ในการไหว้พระเสร็จแล้วควรดับไฟจากรูปเทียนให้

เรียบร้อย

6. ไม่ควรจุดรูปเทียนใกล้กับบริเวณที่เป็นกระดาษ ผ้า

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ระวัง...ไฟมันร้อนนะ”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.เมื่อไหว้พระเสร็จแล้วหนูจะดับเทียน 2.เมื่อคุณครูไม่อยู่เราจะเล่นจุดพลุกับเพื่อนๆ 3.เล่นประทัดไม่ทำให้เกิดอันตราย 4.การจุดธูปเทียนใกล้กับบริเวณที่เป็นกระดาษไม่เกิดอันตราย 5.เราไม่ใช้มือดับเทียนด้วยมือฟอง 6.เมื่อจะจุดไฟควรบอกคุณพ่อคุณแม่ทุกครั้ง 7.หนูพบเห็นไฟไหม้หนูจะรีบบอกคุณครูให้ทราบ 8.ไฟไม่เป็นอันตรายกับเรา 9.ไม้ขีดไฟเป็นของเล่นสำหรับเด็ก 10.วิ่งเล่นใกล้กองไฟจะทำให้เรามองเห็นชัดเจน

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่	1	5	6	7	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน	
2.ข้อที่	1	5	6	7	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน	
3.ข้อที่	2	3	4	8	9 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่	2	3	4	8	9 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 8

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟมันร้อนนะ

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่ง่ายและสนุกสนาน
2. นักเรียนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าแสดงออก

ข้อจำกัด

สื่อการสอนที่ใช้ในกิจกรรม เช่น รูปภาพเกี่ยวกับไฟมีค่อนข้างจำกัด และสีสันไม่สวยงามเท่าที่ควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมอุปกรณ์การปฐมพยาบาลให้พร้อมและเพียงพอต่อความสนใจของนักเรียน

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ครูควรช่วยชี้แนะนักเรียนที่ไม่เข้าใจเนื้อหาการปฐมพยาบาล
2. กระตุ้นผู้เรียนให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรหากิจกรรมหรือเกมส์เข้ามากระตุ้นผู้เรียนในการทำกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 9

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ระวัง...ไฟฟ้าช็อต
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิดจากไฟฟ้า
แนวคิด	ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง “ระวัง...ไฟฟ้าช็อต”
 - 4.2 ใบความรู้ “การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า”
 - 4.4 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.6 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูแจกใบงานให้นักเรียน คนละ 1 ใบ

1.3.5 ครูให้นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกไฟฟ้าช็อต

1.3.7 ครูแจกใบความรู้ “ การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า ”

1.3.8 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

1.4.3 ใบความรู้ “ การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า ”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุที่เกิดจากไฟฟ้า

สาระการเรียนรู้

ปัจจุบันไฟฟ้าเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในกิจกรรมต่าง เนื่องจากไฟฟ้ามีส่วนสำคัญต่อการดำรงชีวิตทุกเรือนจึงต้องมีไฟฟ้าสำหรับ การประกอบอาหาร การเรียน การพักผ่อน เป็นต้น หากใช้ไม่ถูกต้องอาจเกิดอันตรายร้ายแรงต่อผู้ใช้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กเล็กอาจเกิดอุบัติเหตุจากไฟฟ้าได้เนื่องจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป การเกิดอุบัติเหตุเกี่ยวกับไฟฟ้าเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนประมาณ 1-2 คน เรื่องการป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า

3.2 ครูแจกใบงานให้ให้นักเรียนคนละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละคนตอบคำถามจาก ใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

3.4 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า

3.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง “การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า”

3.ใบงาน “ระวัง...ไฟฟ้าช็อต”

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนทำใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ” โดยตอบคำถามจากใบงาน
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 6.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 7.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “ การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า ”
- 4.แบบฝึกหัดและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ท่านเห็นว่าถูก
 และใส่เครื่องหมาย ✗ ลงในช่องว่างหน้าภาพที่ท่านเห็นว่าผิด

☐

☐

☐




ที่มา : โปรแกรมแผนการจัดการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ป.2 CD – ROM คู่ฉบับกับหนังสือคู่มือครูและแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ อจท.

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง การป้องกันตนเองจากการใช้ไฟฟ้า

.....

ปัจจุบันไฟฟ้าเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในกิจกรรมต่าง เนื่องจากไฟฟ้ามีส่วนสำคัญต่อการดำรงชีวิตทุกครัวเรือนจึงต้องมีไฟฟ้าสำหรับ การประกอบอาหาร การเรียน การพักผ่อน เป็นต้น หากใช้ไม่ถูกต้องอาจเกิดอันตรายร้ายแรงต่อผู้ใช้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กเล็กอาจเกิดอุบัติเหตุจากไฟฟ้าได้เนื่องจากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

การป้องกัน

- 1.เมื่อใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าเสร็จแล้วควรถอดปลั๊กออกให้เรียบร้อย
- 2.เครื่องใช้ไฟฟ้าบางชนิดเด็กไม่ควรใช้ตามลำพัง เช่น กาต้มน้ำร้อนไฟฟ้า เตารีดพัดลม เป็นต้น
- 3.ขณะที่มือเปียกไม่ควรใช้เครื่องไฟฟ้า
- 4.ควรศึกษา ทำความเข้าใจวิธีการใช้เครื่องไฟฟ้าอย่างละเอียดเพื่อจะได้ใช้อย่างถูกวิธี
- 5.ไม่ควรเอานิ้วมือไปแหย่ปลั๊กไฟเพราะอาจถูกไฟดูดได้
- 6.หากพบว่าเครื่องใช้ไฟฟ้าชำรุดควรรีบแจ้งคุณพ่อคุณแม่ทราบทันที

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ ระวัง...ไฟฟ้าช็อต ”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าถูก และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด 1.เมื่อพัดลมเสียหนูรีบบอกคุณพ่อคุณแม่ 2.หนูถอดปลั๊กโทรทัศน์เมื่อดูการ์ตูนจบแล้ว 3.เมื่อเปิดพัดลมหนูชอบเอาไม้ไปแหย่ใบพัด 4.คุณแม่ไม่อยู่บ้านหนูเอาเตารีดมารีดผ้า 5.เมื่อมือเปียกน้ำหนูไม่จับปลั๊กไฟ 6.กระตะไฟฟ้าเป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่เป็นอันตรายสำหรับเด็ก 7.เราควรอ่านวิธีใช้กาต้มน้ำร้อนก่อนใช้ 8.หนูไม่เอามือไปแหย่ที่ปลั๊กไฟ 9.หนูเอาดินสอไปแหย่ปลั๊กไฟฟ้า 10.หนูนำพัดลมที่เสียแล้วกลับมาใช้อีก

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่	1	2	5	7	8	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่	1	2	5	7	8	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่	3	4	6	9	10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่	3	4	6	9	10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 9

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่ง่ายและสนุกสนาน
2. นักเรียนสนใจเรียน
3. นักเรียนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม

ข้อจำกัด

สื่อการสอนที่ใช้ในกิจกรรม เช่น รูปภาพเกี่ยวกับไฟฟ้าช็อตมีค่อนข้างจำกัด และสีสันไม่สวยงามเท่าที่ควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมอุปกรณ์ ใบงาน ใบความรู้ให้พร้อมและเพียงพอแก่นักเรียน

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และขั้นสรุปเนื้อหาของกิจกรรมครูควรเพิ่มเติมเนื้อหาให้กับนักเรียนอย่างครบถ้วน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ปรับปรุงใบความรู้ให้สวยงาม เช่น มีภาพประกอบเนื้อหา สีสวยงาม
2. กระตุ้นผู้เรียนให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรหากิจกรรมหรือเกมส์เข้ามากระตุ้นผู้เรียนในการทำกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 10

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุบนท้องถนน
แนวคิด	ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง
 - 4.2 ใบความรู้ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง
 - 4.3 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร้องเพลงเกี่ยวกับการเดินทาง บนท้องถนน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูช่วยแบ่งกลุ่มนักเรียน

1.3.5 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงานและให้นักเรียนนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองหน้าชั้นเรียน

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุบนท้องถนน

1.3.7 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.8 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

1.4.3 ใบความรู้ “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในช่วงของวัยเด็กบางครั้งเราอาจจะพบกับเหตุการณ์ไม่คาดคิดหรือเหตุการณ์ที่เราไม่ทราบล่วงหน้ามาก่อนได้ ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ที่ส่งผลให้เราได้รับบาดเจ็บ สิ่งของสำคัญรับความเสียหาย เราเรียกเหตุการณ์ที่ทำให้เราบาดเจ็บหรือได้รับอันตรายนี้ว่า “อุบัติเหตุ” เราจึงควรรู้จักวิธีการดูแลตนเองในเบื้องต้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจวิธีการป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุบนท้องถนน

สาระการเรียนรู้

ขณะที่เราเดินทางบนท้องถนนด้วยการเดินหรือโดยสารรถยนต์ รถประจำทางมีโอกาที่จะเกิดอุบัติเหตุได้หากขาดความระมัดระวัง ความรู้ ความชำนาญ ทักษะการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นบนท้องถนนเราควรเรียนรู้วิธีการป้องกันอุบัติเหตุขณะเดินทาง

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา จากนั้นครูสร้างบรรยากาศในการเรียนโดยให้นักเรียนร้องเพลงเกี่ยวกับการเดินทางบนท้องถนน

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม จำนวนกลุ่มละเท่าๆกัน

3.2 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ

3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจาก ใบงาน “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

3.4 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม

3.5 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหา

3.6 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”

3.ใบงาน “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนทำใบงาน “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง” โดยช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจากใบงาน
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 6.นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม
- 7.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 8.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”
- 4.แบบฝึกหัดและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

.....

ชื่อกลุ่ม.....



จากภาพจงตอบคำถามต่อไปนี้

1.หนูคิดว่าควรปฏิบัติเหมือนภาพข้างบนหรือไม่ เพราะอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

2.หนูมีวิธีป้องกันตนเองอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
เรื่อง เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง

.....

สาเหตุการเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน

- 1.เกิดจากความประมาทคึกคะนอง
- 2.ขาดความรู้ความชำนาญในการขับรถ เส้นทางขับรถ
- 3.ไม่ปฏิบัติตามกฎจราจร
- 4.สภาพอากาศไม่ดี เช่น ฝนตก ถนนลื่น
- 5.ผู้ขับขี่เมาสุรา



วิธีการป้องกันอุบัติเหตุขณะเดินทางบนท้องถนน

- 1.เดินบนทางเท้าชิดขวา
- 2.ควรข้ามถนนบนสะพานลอย ทางม้าลาย
- 3.เมื่อจะข้ามถนนควรมองถนนทุกทางให้แน่ใจว่าไม่มีรถแล้วจึงข้าม
- 4.ไม่หยอกล้อหรือวิ่งเล่นบนถนน
- 5.สวมเสื้อผ้าสีสว่าง เช่น สีขาวขณะเดินบนถนนตอนกลางคืน
- 6.ขณะรอรถโดยสารควรรยืนบนขอบทางด้านใน
- 7.ควรรอให้รถโดยสารหยุดแล้วจึงขึ้นรถ
- 8.ควรต่อแถวขึ้นรถให้เป็นระเบียบ
- 9.ไม่ควรยืนหรือห้อยโหนที่ประตูรถ
- 10.ควรปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจร ดังนี้

ไฟแดง	หมายถึง	รถทุกคันต้องหยุด
ไฟเขียว	หมายถึง	รถทุกคันผ่านไปได้
ไฟเหลือง	หมายถึง	รถทุกคันเตรียมหยุด
- 11.ขณะเดินทางบนท้องถนนเด็กควรมีผู้ปกครองดูอย่างใกล้ชิด

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“เดินทางปลอดภัยเมื่อใส่ใจตนเอง”
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน และใส่เครื่องหมาย ✕ ลงในช่องว่างที่ท่านเห็นว่าผิด

- 1.ควรข้ามถนนบนสะพานลอย ทางม้าลาย
- 2.เราควรสวมเสื้อผ้าสีดำนะเดินบนถนนตอนกลางคืน
- 3.รถทุกคันต้องหยุดเมื่อเห็นไฟแดง รถทุกคันผ่านไปได้เมื่อเห็นไฟเขียว
- 4.หนูมองถนนทุกทางจนแน่ใจว่าไม่มีรถแล้วจึงข้ามถนน
- 5.หนูชอบเล่นฟุตบอลกับเพื่อนบนถนน
- 6.เราควรรอให้รถโดยสารหยุดแล้วจึงขึ้นรถ
- 7.หนูต้องรีบแย่งขึ้นรถโดยสารเดี่ยวไม่มีที่นั่ง
- 8.เราเดินชิดด้านขวาเมื่อต้องเดินบนถนน
- 9.ยืนห้อยโหนที่ประตुरถสนุกดี
- 10.เราควรปฏิบัติตามกฎจราจร

การแปลผลคะแนน

1.ข้อที่ 1 3 4 6 8 10	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	1	คะแนน
2.ข้อที่ 1 3 4 6 8 10	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	0	คะแนน
3.ข้อที่ 2 5 7 9	เติมเครื่องหมาย	✗	ให้	1	คะแนน
4.ข้อที่ 2 5 7 9	เติมเครื่องหมาย	✓	ให้	0	คะแนน

รวมคะแนน = ... คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 10

ภาคเรียนที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ระวัง...ไฟฟ้าช็อต

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่ง่ายและสนุกสนาน
2. นักเรียนสนใจเรียน
3. นักเรียนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
4. นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

ข้อจำกัด

สื่อการสอนที่ใช้ในกิจกรรม เช่น รูปภาพเกี่ยวกับไฟมีค่อนข้างจำกัด และสีสันไม่สวยงามเท่าที่ควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมอุปกรณ์ ใบงาน ใบความรู้ให้พร้อมและเพียงพอแก่นักเรียน

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และขั้นสรุปเนื้อหาของกิจกรรมครูควรเพิ่มเติมเนื้อหาให้กับนักเรียนอย่างครบถ้วน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ปรับปรุงใบความรู้ให้มีสีสันสวยงาม
2. กระตุ้นผู้เรียนให้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรหากิจกรรมหรือเกมส์เข้ามากระตุ้นผู้เรียนในการทำกิจกรรม
5. เมื่อทำกิจกรรมเรียบร้อยแล้วควรชมเชยนักเรียนทุกครั้ง

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 11

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อยและส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้
แนวคิด	ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ดังนั้นเราจึงต้องรู้วิธีบรรเทาอาการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับตัวเราหรือคนอื่น ก่อนที่จะไปพบแพทย์ ซึ่งเราเรียกวิธีการนี้ว่า การปฐมพยาบาล
เทคนิคที่ใช้	สาธิต
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย”
 - 4.2 อุปกรณ์การปฐมพยาบาล เช่น น้ำ สบู่ ผ้าพันแผล ขี้ผึ้งแก้ปวดบวม ยาใส่แผลเบตาดีน เป็นต้น
 - 4.3 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยให้นักเรียนดู

1.3.5 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

1.3.6 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยให้เพื่อนได้ดู

1.3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย

1.3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

1.3.9 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.10 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 อุปกรณ์การปฐมพยาบาล เช่น น้ำ สบู่ ผ้าพันแผล ขี้ผึ้งแก้ปวดบวม ยาใส่แผลเบตาดีน เป็นต้น

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คัมภีร์

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ดังนั้นเราจึงต้องรู้วิธีบรรเทาอาการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับตัวเราหรือคนอื่น ก่อนที่จะไปพบแพทย์ ซึ่งเราเรียกรวีกีการนั้นว่า การปฐมพยาบาล

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกแมลง
สัตว์กัดต่อย
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้

สารการเรี่ยนรู้

เด็กกับเล็กมักถูกแมลง สัตว์ที่มีพิษต่าง ๆ กัดได้เช่น ผึ้ง ต่อ แตน โดยเฉพาะสุนัข แมว ที่เป็นสัตว์เลี้ยงมีความใกล้ชิดกับคน ในบางโอกาสหากประมาทสัตว์เหล่านี้อาจก่ออันตรายต่อผู้เลี้ยงหรือแม้แต่เด็กได้ ฉะนั้นผู้ที่โดนแมลง สัตว์กัดต่อยจึงมีความจำเป็นที่ต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นให้ตนเองและบุคคลรอบข้างอย่างถูกต้อง

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ในการถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน

3.2 ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยให้นักเรียนดู ดังนี้

- แมลงต่อย
- สุนัขหรือแมวกัด
- งูกัด

3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

3.4 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย

3.5 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตการปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยให้เพื่อนนักเรียน

3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตการปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

- 1.ห้องแนะแนว
- 2.ห้องสมุด
- 3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
 - 2.ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”
 - 3.อุปกรณ์การปฐมพยาบาล เช่น น้ำ สบู่ ผ้าพันแผล ขี้ผึ้งแก้ปวดบวม ยาใส่แผล
เบตาดีน เป็นต้น
 - 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
- ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องประสบการณ์ในการถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย
- 5.นักเรียนชมสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยจากครู
- 6.นักเรียนอาสาสมัครทำการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย
- 7.นักเรียนสรุปข้อคิดเรื่องประโยชน์ของการปฐมผู้ถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อย
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”
- 9.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย ”
- 3.อุปกรณ์การปฐมพยาบาล เช่น น้ำ สบู่ ผ้าพันแผล ชีฟิ่งแก้ปวดบวม ยาใส่แผล เบตาดีน เป็นต้น
- 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลง สัตว์กัดต่อย

.....

การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกสัตว์กัด

อาการ

-ถูกสัตว์กัดจะมีอาการบวม เลือดออกบริเวณบาดแผลที่ถูกกัด

วิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกสัตว์กัด

ถูกสัตว์กัด เช่น แมว สุนัข ให้รีบล้างแผลให้ด้วยสบู่และน้ำสะอาดหลายๆ ครั้งจนแผลสะอาดแล้วจึงรีบนำส่งโรงพยาบาล

.....

การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงกัดต่อย

อาการ

-ถูกสัตว์กัดพบว่าจะมีอาการปวด บวมแดง บริเวณบาดแผลที่ถูกกัดต่อย

วิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูกัด

หากถูกงูกัดให้รีบห้ามเลือดโดยใช้รัดเหนือบาดแผลบริเวณที่ถูกงูกัดและรีบนำผู้ที่ถูกงูกัดส่งโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

.....

วิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงต่อย

หากถูกแมลงต่อย เช่น ผึ้ง ต่อ แตน ควรปฏิบัติดังนี้

- 1.ให้รีบนำเหล็กในของแมลงที่ต่อยออก
- 2.ประคบเย็น
- 3.ทาขี้ผึ้งลดอาการปวดบวม
- 4.หากอาการปวดบวมไม่ทุเลาควรไปโรงพยาบาล



บรรณานุกรม

วิรัตน์ ศรีนพคุณ และศรี ศรีนพคุณ.(2541).การปฐมพยาบาล.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ทำอะไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย
คำชี้แจง	ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. สัตว์ในข้อใดที่เป็นอันตรายต่อตัวเรา

- ก.สุนัข
- ข.แมว
- ค.งู
- ง.ถูกทุกข้อ

2. เมื่อถูกสุนัขกัดควรปฐมพยาบาลข้อใดเป็นอันดับแรก

- ก.ทายาใส่แผล
- ข.ปิดแผล
- ค.ล้างแผล
- ง.พันแผล

3. ข้อใดคือแมลงมีพิษ

- ก.ผีเสื้อ
- ข.ต่อแตน
- ค.เต่าทอง
- ง.แมลงปอ

4. ผู้ที่ถูกผึ้งต่อยจะมีอาการอย่างไร

- ก.เลือดออก
- ข.ปวดบวม
- ค.แผลพุพอง
- ง.ปวดท้อง

5. เมื่อถูกผึ้งต่อยหนูควรทำอะไร

- ก.ทายาไอโอดีน
- ข.เอาเหล็กในออก
- ค.ล้างแผล
- ง.พันแผล

6.เมื่อถูกงูกัดควรปฐมพยาบาลอย่างไร

- ก.ล้างแผลให้สะอาด
- ข.ฉีดยาแก้พิษงู
- ค.ทายาใส่แผลสด
- ง.นำผ้ามารัดเหนือแผล

7.เราควรบรรเทาอาการปวดเมื่อถูกผึ้ง ต่อ แตน ต่อยอย่างไร

- ก.ประคบน้ำแข็ง
- ข.ประคบน้ำร้อน
- ค.กินยาแก้แก็กเสบ
- ง.นวดบริเวณที่ถูกต่อย

8.เมื่อถูกงูกัดที่โรงเรียนหนูควรบอกใคร

- ก.ยาม
- ข.ทหาร
- ค.คุณครู
- ง.ตำรวจ

9.เมื่อถูกงูกัดใครเป็นคนรักษาเรา

- ก.ครู
- ข.แพทย์
- ค.ตำรวจ
- ง.ทหาร

10.เมื่อปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงต่อยแล้วยังไม่ดีขึ้นควรทำอย่างไร

- ก.รีบไปโรงพยาบาล
- ข.รอดูอาการ
- ค.ซื้อยามากิน
- ง.นอนพัก

เฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม “ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย”

1.ง	6.ง
2.ค	7.ก
3.ข	8.ค
4.ข	9.ข
5.ข	10.ก

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 11

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ทำอย่างไรเมื่อหนูถูกแมลง สัตว์กัดต่อย

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

ข้อจำกัด

อุปกรณ์การปฐมพยาบาลมีจำนวนจำกัดอาจทำให้นักเรียนมีอุปกรณ์ไปทดลองใช้ไม่ทั่วถึง

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหา
ของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และ
สรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. จัดเตรียมอุปกรณ์การสาธิตหลายชุดเพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทดลองใช้
2. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 12

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	เมื่อหนูถูกสารพิษ
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกสารพิษและส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้
แนวคิด	ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ดังนั้นเราจึงต้องรู้วิธีบรรเทาอาการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับตัวเราหรือคนอื่น ก่อนที่จะไปพบแพทย์ ซึ่งเราเรียกวิธีการนี้ว่า การปฐมพยาบาล
เทคนิคที่ใช้	บทบาทสมมุติ
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบความรู้ “ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”
 - 4.2 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.3 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “เมื่อหนูถูกสารพิษ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 10 คน และแจกสถานการณ์ต่างๆ ให้นักเรียน

1.3.5 ครูให้นักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

1.3.6 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีให้เพื่อนได้ดู

1.3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี

1.3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”

1.3.9 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.10 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “เมื่อหนูถูกสารพิษ”

1.4 สิ่งที่คุณต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน แสดงบทบาทสมมุติ เรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ถูกน้ำยาล้างห้องน้ำ
สารกำจัดแมลง ก๊าซหุงต้ม

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ดังนั้นเราจึงต้องรู้วิธีบรรเทาอาการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับตัวเราหรือคนอื่น ก่อนที่จะไปพบแพทย์ ซึ่งเราเรียกวิธีการนั้นว่า การปฐมพยาบาล

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลขั้นต้นเมื่อถูกสารเคมี
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนสามารถแจ้งเหตุฉุกเฉินที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้องได้

สาระการเรียนรู้

สารเคมีหลากหลายชนิดที่เรานำมาใช้ในชีวิตประจำวันล้วนแล้วแต่เป็นสารที่ก่ออันตรายต่อสุขภาพ เช่น น้ำยาล้างห้องน้ำ สารกำจัดแมลง ก๊าซหุงต้ม หากนำมาใช้โดยขาดความรู้ความเข้าใจหรือด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์อาจเกิดโทษมากกว่าประโยชน์

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ในการถูกสารเคมีของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน

3.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็นกลุ่มละ 10 คน และแจกสถานการณ์ต่างๆให้นักเรียนในหัวข้อต่อไปนี้

- น้ำยาล้างห้องน้ำ
- สารกำจัดแมลง
- ก๊าซหุงต้ม

3.3 ครูให้นักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมีให้เพื่อนได้ดู

3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี

3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตการปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

- 1.ห้องแนะแนว
- 2.ห้องสมุด

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 3.ใบความรู้ “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”
- 4.ใบงาน แสดงบทบาทสมมุติ เรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ถูกน้ำยาล้างห้องน้ำ

สารกำจัดแมลง ก๊าซหุงต้ม

- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้น

ที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “เมื่อหนูถูกสารพิษ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องประสบการณ์ในการถูกสารเคมี
- 5.นักเรียนชมแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี
- 6.นักเรียนขออาสาสมัครทำการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี
- 7.นักเรียนสรุปข้อคิดเรื่องประโยชน์ของการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”
- 9.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม เรื่อง “เมื่อหนูถูกสารพิษ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี”
- 3.ใบงาน แสดงบทบาทสมมติ เรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ถูกน้ำยาล้างห้องน้ำ
สารกำจัดแมลง ก๊าซหุงต้ม
- 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม “เมื่อหนูถูกสารพิษ”

1.จงแสดงบทบาทสมมุติในหัวข้อเรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ที่สัมผัสกับน้ำยาล้างห้องน้ำ

2.จงแสดงบทบาทสมมุติในหัวข้อเรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ที่สัมผัสกับสารกำจัดแมลง

3.จงแสดงบทบาทสมมุติในหัวข้อเรื่อง การปฐมพยาบาลผู้ที่สัมผัสกับก๊าซหุงต้ม

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสารเคมี

การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกสารเคมี

อาการ

ผิวหนังบวม ปวดแสบปวดร้อน

วิธีการปฐมพยาบาล

1. ถ้าสารเคมีเข้าตาให้รีบล้างตาด้วยน้ำสะอาดแล้วรีบไปพบแพทย์
2. ถ้าสารเคมีถูกเสื้อผ้าให้ถอดเสื้อผ้าออกแล้วล้างด้วยน้ำสะอาด
3. ถ้าสารเคมีถูกผิวหนังให้เปิดน้ำชะล้างผิวหนังบริเวณที่ถูกสารเคมีนานๆ
4. หากมีอาการรุนแรงให้รีบนำผู้บาดเจ็บส่งโรงพยาบาล

การปฐมพยาบาลผู้ที่สูดดมก๊าซหุงต้ม

วิธีการปฐมพยาบาล

1. รีบพาผู้บาดเจ็บหนีออกมาจากที่มีอากาศบริสุทธิ์
2. ถ้าแสบตา มีน้ำตาไหลใช้น้ำสะอาดล้างตามาก
3. ถ้าหากหายใจไม่ออกควรรีบผายปอดทันทีแล้วนำส่งโรงพยาบาล

บรรณานุกรม

----- (2544). คู่มือฉุกเฉิน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์คนทำหนังสือ.

วิรัตน์ ศรีนพคุณ และศรี ศรีนพคุณ.(2541).การปฐมพยาบาล.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	เมื่อหนูถูกสารพิษ
คำชี้แจง	ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1. ข้อใดคือสารเคมีที่เป็นอันตราย

- ก. โซดาไฟ
- ข. เกลือแกง
- ค. ยาล้างตา
- ง. สีส้มอาหาร

2. เมื่อโดนสารเคมีหนูจะอย่างไร

- ก. เช็ดด้วยแอลกอฮอล์
- ข. ล้างน้ำสะอาด
- ค. ทายาใส่แผล
- ง. เช็ดมือให้แห้ง

3. สารเคมีกระเด็นเข้าตาควรอย่างไร

- ก. ขยี้ตา
- ข. หยอดตา
- ค. ล้างตาด้วยน้ำสบู่
- ง. ลืมตาในน้ำสะอาด

4. เมื่อหนูพบเพื่อนสูดดมควันหนูจะทำอะไรเป็นอันดับแรก

- ก. ดื่มน้ำมากๆ
- ข. จับนอนหงาย
- ค. ถอดเสื้อผ้าออก
- ง. พาไปที่อากาศบริสุทธิ์

5. เมื่อผู้บาดเจ็บสูดดมควันมากๆจนหายใจไม่ออกควรอย่างไร

- ก. ผายปอด
- ข. จับนอนหงาย
- ค. ถอดเสื้อผ้าออก
- ง. ดื่มน้ำมากๆ

6.เมื่อควันไฟเข้าตาหนูจะอย่างไร

ก.ขยี้ตา

ข.เช็ดตา

ค.ลืมน้ำในน้ำ

ง.นวดรอบดวงตา

7.ถ้ามือของหนูถูกน้ำยาล้างห้องน้ำอาการเป็นอย่างไร

ก.บวม

ข.แผลพุพอง

ค.ปวดแสบปวดร้อน

ง.ถูกทุกข้อ

8.สารข้อใดที่สูดดมแล้วเกิดอันตรายต่อร่างกาย

ก.ก๊าซหุงต้ม

ข.น้ำหอม

ค.พืชมเสน

ง.การบูร

9.เมื่อถูกสารเคมีหนูขอความช่วยเหลือจากใคร

ก.คุณพ่อ

ข.คุณแม่

ค.คุณครู

ง.ถูกทุกข้อ

10.เมื่อถูกสารเคมีหนูจะไปรับการรักษาที่ไหน

ก.บ้าน

ข.อำเภอ

ค.โรงพยาบาล

ง.โรงเรียน

เฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อกิจกรรม การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม “เมื่อหนูถูกสารพิษ”

1.ก	6.ค
2.ข	7.ง
3.ง	8.ก
4.ง	9.ง
5.ก	10.ค

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 12

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เมื่อหนูถูกสารพิษ

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

ข้อจำกัด

นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติเกินเวลาที่กำหนด

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหา
ของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และ
สรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ควรควบคุมเวลาการทำกิจกรรมให้เป็นตามกำหนด
2. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 13

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ถูกต้อง
แนวคิด	ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ในการนำผู้บาดเจ็บไปรักษาได้ทันทั่วที่ต้องการมีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บไปยังสถานพยาบาลโดยเร็วที่สุด ซึ่งการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ถูกต้องสามารถช่วยชีวิตของผู้ที่บาดเจ็บและลดความรุนแรงที่จะเกิดกับผู้บาดเจ็บได้
เทคนิคที่ใช้	การสาธิต
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบความรู้ “ การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ ”
 - 4.2 โปสเตอร์ภาพการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
 - 4.3 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.2 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนและเกริ่นนำเข้าสู่บทเรียนด้วยการสุ่มถามนักเรียนประมาณ 2-3 คน ถึงประสบการณ์ในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้นักเรียนดู

1.3.5 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

1.3.6 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้เพื่อนได้ดู

1.3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

1.3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

1.3.9 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.10 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 โปสเตอร์ภาพการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

1.4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ในชีวิตประจำวันของเราบางครั้งเราอาจจะพบกับการบาดเจ็บหรือผู้บาดเจ็บซึ่งเขาเหล่านั้นต้องการความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น ในการนำผู้บาดเจ็บไปรักษาได้ทันช่วงที่ต้องมีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บไปยังสถานพยาบาลโดยเร็วที่สุด ซึ่งการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกต้องสามารถช่วยชีวิตของผู้ที่บาดเจ็บและลดความรุนแรงที่จะเกิดกับผู้บาดเจ็บได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ถูกต้อง

สาระการเรียนรู้

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บจากที่เกิดเหตุมีหลายวิธีการขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อาการของผู้ที่บาดเจ็บ น้ำหนักหรือขนาดของผู้บาดเจ็บ ซึ่งเป้าหมายสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บนอกจากเป็นการรักษาชีวิตของผู้บาดเจ็บแล้วยังช่วยลดความพิการหรือภาวะแทรกซ้อนอื่นๆที่จะตามมาได้

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงประสบการณ์ในการถูกแมลงหรือสัตว์กัดต่อยของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน

3.2 ครูสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้นักเรียนดู

3.3 ครูขออาสาสมัครนักเรียน 2 คน ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ด้านหน้าห้องเรียนให้เพื่อนนักเรียนดู

3.4 ครูกล่าวชมเชยนักเรียนที่ออกมาสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บให้เพื่อนได้ดู

3.5 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

3.6 นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การมีส่วนร่วมกิจกรรมการสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบความรู้เรื่อง “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

3.โปสเตอร์ภาพการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง

นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนที่ถูกครูสุ่มถามตอบคำถามเรื่องประสบการณ์ในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
- 5.นักเรียนชมสาธิตวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บจากครู
- 6.นักเรียนขออาสาสมัครทำการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
- 7.นักเรียนสรุปข้อคิดเรื่องประโยชน์ของการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
- 8.นักเรียนศึกษาใบความรู้ “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”
- 9.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 10.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้ “การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ”
- 3.โปสเตอร์ภาพการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
- 4.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 5.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บมีหลายวิธีขึ้นอยู่กับอาการที่เกิดขึ้น ดังนี้

ผู้บาดเจ็บเป็นเด็ก

ตัวเล็ก หรือน้ำหนักตัวน้อย ใช้วิธีการอุ้ม

ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวดี บาดเจ็บเล็กน้อย

1. จับแขนผู้บาดเจ็บพาดบ่า
2. ใช้มือโอบเอวผู้บาดเจ็บพยุงเดิน

ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวแต่เคลื่อนไหวไม่ได้

ใช้วิธีประสานแคร่

1. โดยผู้ปฐมพยาบาลใช้มือขวาจับข้อมือซ้ายตนเอง
2. จากนั้นใช้มือซ้ายจับข้อมือผู้ปฐมพยาบาลอีกคน
3. ให้ผู้ป่วยนั่งบนแขนผู้ปฐมพยาบาลเพื่อพาไปรักษาพยาบาล

บรรณานุกรม

วิรัตน์ ศรีนพคุณ และศรี ศรีนพคุณ.(2541).การปฐมพยาบาล.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย					
ชื่อกิจกรรม	“ รวมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ ”					
คำชี้แจง	จงใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน					
	✓	หมายถึง	ปฏิบัติ	ให้	1	คะแนน
	x	หมายถึง	ไม่ปฏิบัติ	ให้	0	คะแนน

ประเมินสภาพผู้บาดเจ็บได้ ดังนี้

- 1. น้ำหนักตัวของผู้บาดเจ็บมากหรือน้อย
- 2. อวัยวะที่บาดเจ็บบริเวณใบหน้า แขน ขา
- 3. อาการของผู้บาดเจ็บ เช่น ลุกนั่งได้ เดินได้ รู้สึกตัว ไม่รู้สึกตัว

วิธีการปฐมพยาบาลในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

- 4. ผู้บาดเจ็บเป็นเด็ก น้ำหนักตัวน้อยใช้วิธีการอุ้ม
- ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัว บาดเจ็บเล็กน้อย
- 5. จับแขนผู้บาดเจ็บพาดบ่า
- 6. ใช้มือโอบเอวผู้บาดเจ็บพยุงเดิน
- ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวแต่เคลื่อนไหวไม่ได้
- 7. โดยผู้ปฐมพยาบาลใช้มือขวาจับข้อมือซ้ายตนเอง
- 8. จากนั้นใช้มือซ้ายจับข้อมือผู้ปฐมพยาบาลอีกคน
- 9. ให้ผู้ป่วยนั่งบนแขนผู้ปฐมพยาบาลเพื่อพาไปรักษาพยาบาล
- 10. ผู้ปฐมพยาบาลขอความช่วยเหลือเมื่อเกินขีดความสามารถ เช่น

ผู้ปกครอง คุณครู

รวม

คะแนน

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 13

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ร่วมแรงร่วมใจเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

ข้อจำกัด

นักเรียนมีความสนใจกิจกรรมมาก บางครั้งแย่งกันปฏิบัติกิจกรรม

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหาของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
2. ควรให้การเสริมแรงนักเรียนเมื่อปฏิบัติกิจกรรมได้ถูกต้อง เช่น กล่าวคำชมเชย หรือให้รางวัลกับนักเรียน

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 14

ชื่อเรื่อง	การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณสมบัติและโทษของยา เข้าใจหลักการใช้ยาอย่างง่าย ๆ
แนวคิด	เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นวงจรปกติของชีวิต เมื่อคนเราเกิดมาไม่สามารถ หลีกเลี่ยงความเจ็บป่วยได้ การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นมีความรุนแรงมากน้อยก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจของเรา จึงพยายาม แสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดีแต่เมื่อเกิดการเจ็บป่วยขึ้นเราควร หาวิธีการดูแลรักษาร่างกายให้เข้าสู่ภาวะปกติโดยเร็วด้วยวิธีการรักษาพยาบาล ในรูปแบบต่างๆ และยาก็เป็นส่วนหนึ่งของวิธีการรักษาของแพทย์ในหลายจาก ความเจ็บป่วยหรือหรือบรรเทาความรุนแรงของโรคได้ ในบางกรณีการเจ็บป่วย ที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยเราสามารถที่จะบรรเทาอาการเจ็บป่วยในทุเลาลงได้ด้วย การปฐมพยาบาลเบื้องต้น เช่น เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีไข้สามารถ รับประทานยาลดไข้ได้
เทคนิคที่ใช้	การอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบความรู้ เรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”
 - 4.2 ตัวอย่างยาสามัญประจำบ้าน เช่น ยาแก้ไอ ยาลดไข้ ยาใส่แผล เป็นต้น
 - 4.3 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

4.4 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูช่วยแบ่งกลุ่มนักเรียน

1.3.5 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงานและให้นักเรียนนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองหน้าชั้นเรียน

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหา

1.3.7 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

1.3.8 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.9 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “ เรื่อนำรู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

1.4.4 ตัวอย่างยาสามัญประจำบ้าน เช่น ยาแก้ไอ ยาลดไข้ ยาใส่แผล เป็นต้น

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นวงจรปกติของชีวิต เมื่อคนเราเกิดมาไม่สามารถหลีกเลี่ยงความเจ็บป่วยได้ การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นมีความรุนแรงมากน้อยก็ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจของเรา จึงพยายามแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดีแต่เมื่อเกิดการเจ็บป่วยขึ้นเราควรหาวิธีการดูแลรักษาร่างกายให้เข้าสู่ภาวะปกติโดยเร็วด้วยวิธีการรักษาพยาบาลในรูปแบบต่างๆ และยาก็เป็นส่วนหนึ่งของวิธีการรักษาของแพทย์ในหายจากความเจ็บป่วยหรือบรรเทาความรุนแรงของโรคได้ ในบางกรณีการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเพียงเล็กน้อยเราสามารถที่จะบรรเทาอาการเจ็บป่วยในทุเลาลงได้ด้วยการปฐมพยาบาลเบื้องต้น เช่น เมื่อสมาชิกในครอบครัวมีไข้สามารถรับประทานยาลดไข้ได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณประโยชน์และโทษของยา
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการใช้อย่างง่ายๆ

สาระการเรียนรู้

หากเกิดการเจ็บป่วยเล็กน้อยขึ้นกับบุคคลภายในครอบครัวสิ่งที่จะทุเลาความเจ็บป่วย คือ ยาสามัญประจำบ้าน ซึ่งแบ่งการใช้งานได้ทั้ง เป็นยาใช้ภายในร่างกายและยาที่ใช้สำหรับภายนอกร่างกาย เราจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับสรรพคุณต่างๆ ของยาหากใช้อย่างถูกต้องแล้วจะก่อให้เกิดคุณประโยชน์ต่อร่างกาย

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและพูดถึงเรื่องการเจ็บป่วยที่สามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันเพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูสุ่มนักเรียนถึงเรื่องการเจ็บป่วยเล็กน้อยๆที่ต้องใช้ยาสามัญประจำบ้านของนักเรียน ประมาณ 2-3 คน

3.2 นักเรียนแบ่งกลุ่มๆละ 5 กลุ่ม

3.3 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ

3.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันระดมสมองตอบคำถามจาก ใบงาน “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

3.5 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม

3.6 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

3.7 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1.ห้องแนะแนว

2.ห้องสมุด

3.ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1.ครู

2.ใบงาน “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

3.ใบความรู้ “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

- 4.ตัวอย่างยาสามัญประจำบ้าน เช่น ยาแก้ไอ ยาลดไข้ ยาใส่แผล เป็นต้น
 - 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน
- ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนรับฟังการบรรยายเรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ” จากครู
- 5.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน
- 6.นักเรียนช่วยกันสรุปเกี่ยวกับคุณประโยชน์ โทษของยาสามัญประจำบ้าน หลักการใช้ยาสามัญประจำบ้านอย่างง่าย ๆ
- 7.นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”
- 8.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 9.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”
- 3.ใบความรู้ “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน ”
- 4.ตัวอย่างยาสามัญประจำบ้าน เช่น ยาแก้ไอ ยาลดไข้ ยาใส่แผล เป็นต้น
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

.....

ชื่อกลุ่ม.....

สมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2
 เรื่อง “เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน”

ยาสามัญประจำบ้าน

แบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

1. ยาใช้ภายใน ติดด้วยฉลากสีน้ำเงิน เป็นยารับประทาน เช่น ยาแก้ปวดลดไข้
 2. ยาใช้ภายนอก ติดด้วยฉลากสีแดง เป็นยาอันตรายห้ามรับประทานใช้ภายนอกร่างกายเท่านั้น เช่น ยาใส่แผลสดไอโอดีน น้ำยาล้างแผล เป็นต้น
- ยาสามัญประจำบ้านที่ควรรู้จักมีดังนี้**

1. ยาพาราเซตามอล

สรรพคุณ	ลดไข้ บรรเทาปวด
ขนาดและวิธีใช้	รับประทานหลังอาหาร ทุก 4 หรือ 6 ชั่วโมง
คำเตือน	ไม่ควรใช้ติดต่อกันนานเกิน 5 วัน

2. ยาคลอเฟนิรามีน

สรรพคุณ	ลดน้ำมูก บรรเทาอาการแพ้
ขนาดและวิธีใช้	เมื่อมีอาการ รับประทาน ทุก 4 หรือ 6 ชั่วโมง
คำเตือน	ไม่ควรใช้ติดต่อกันนานเกิน 7 วัน

3. ยาอลูมิเนียมไฮดรอกไซด์

สรรพคุณ	ลดกรด แก้อาการเสียด
ขนาดและวิธีใช้	รับประทานโดยเคี้ยวก่อนอาหาร ½ ชั่วโมง หรือหลังอาหาร 1 ชั่วโมง
คำเตือน	ห้ามใช้ในผู้ที่เป็โรคหัวใจ โรคไต

4. ยาแก้อาเจียน

สรรพคุณ	บรรเทาอาการไอ ขับเสมหะ
ขนาดและวิธีใช้	เขย่าขวดก่อนรับประทาน รับประทานวันละ 2-3 มื้อ
คำเตือน	ห้ามใช้ในเด็กอายุต่ำกว่า 6 ปี

5.เกลือแร่

สรรพคุณ	ทดแทนการเสียน้ำของร่างกาย
ขนาดและวิธีใช้	ผสมน้ำดื่มสุกน้ำ 250 ซีซี : 1ซองตามวิธีการใช้ข้างซอง)
คำเตือน	-

6.ยาธาตุน้ำแดง

สรรพคุณ	แก้จุกเสียด
ขนาดและวิธีใช้	เขย่าขวดก่อนรับประทาน รับประทานก่อนอาหาร วันละ 3 ครั้ง หรือหลังอาหาร 1 ชั่วโมง
คำเตือน	ห้ามใช้ในผู้ที่เป็โรคหัวใจ โรคไต

7.แอลกอฮอล์

สรรพคุณ	ทำความสะอาดรอบบาดแผล
ขนาดและวิธีใช้	ชุบสำลีเช็ดรอบ ๆ บาดแผล
คำเตือน	ใช้ภายนอกห้ามรับประทาน

8.ไอโอดีน

สรรพคุณ	ยารักษาแผลสด
ขนาดและวิธีใช้	ชุบสำลีเช็ดบาดแผล
คำเตือน	ใช้ภายนอกห้ามรับประทาน

9.น้ำเกลือล้างแผล

สรรพคุณ	ยารักษาแผลสด
ขนาดและวิธีใช้	ชุบสำลีเช็ดทำความสะอาดบาดแผล
คำเตือน	ใช้ภายนอกห้ามรับประทาน

10. ขี้ผึ้งแก้ปวดบวม

สรรพคุณ	บรรเทาการปวดบวมเนื่องจากแมลง สัตว์ กัดต่อย
ขนาดและวิธีใช้	ชุบสำลีเช็ดทำความสะอาดแผล
คำเตือน	ใช้ภายนอกห้ามรับประทาน

11. ยาไฟนอล

สรรพคุณ	บรรเทาอาการจากแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
ขนาดและวิธีใช้	เชย้าขูดก่อนใช้ ชุบสำลีทาบริเวณที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
คำเตือน	ใช้ภายนอกห้ามรับประทาน

บรรณานุกรม

วิทย์ เทียงบุญธรรม.(2541).พจนานุกรมยาและยาใหม่ในประเทศไทย.กรุงเทพฯ : บริษัทรวมสาส์น (1977) จำกัด.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
 ชื่อกิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน
 คำชี้แจงให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1.ข้อใดเป็นวิธีการใช้ยาภายใน

- ก.รับประทาน
- ข.ใช้ทา
- ค.ใช้ดม
- ง.ใช้ฉีด

2.ข้อใดเป็นสีของฉลากยาภายใน

- ก.สีชมพู
- ข.สีน้ำเงิน
- ค.สีเทา
- ง.สีแดง

3.ข้อใดเป็นสีของฉลากยาภายนอก

- ก.สีชมพู
- ข.สีน้ำเงิน
- ค.สีเทา
- ง.สีแดง

4.ก่อนใช้ยาสามัญประจำบ้านควรทำอะไร

- ก.ชื่อยากินเอง
- ข.กินยาหมดอายุ
- ค.เก็บยาพ้นมือเด็ก
- ง.กินยาก่อนอาหาร 5 นาที

5.เมื่อมีอาการปวดศีรษะ มีไข้ควรรับประทานยาข้อใด

- ก.พาราเซตามอล
- ข.ยาธาตุน้ำแดง
- ค.ยาธาตุน้ำขาว
- ง.ผงเกลือแร่

6.ข้อใดเป็นยาใช้ภายใน

- ก.ยาธาตุน้ำแดง
- ข.ขี้ผึ้งปวดบวม
- ค.แอลกอฮอล์
- ง.ไอโอดีน

7.ข้อใดเป็นยาใช้ภายนอก

ก.ยาราทุน้ำขาว

ข.ผงเกลือแร่

ค.ยาลดกรด

ง.แอลกอฮอล์

8.เมื่อเกิดอาการท้องเสียควรรับประทานยาในข้อใด

ก.ยาราทุน้ำขาว

ข.ยาราทุน้ำแดง

ค.ผงเกลือแร่

ง.ยาลดกรด

9.ยาไอโอดีนควรใช้เมื่อใด

ก.จุกเสียด

ข.ปวดศีรษะ

ค.มีบาดแผล

ง.มีผื่นคัน

10.วิธีเก็บรักษายาที่ถูกต้องคือข้อใด

ก.แยกยาภายในภายนอก

ข.แยกตามตัวอักษร

ค.แยกตามขนาด

ง.แยกตามสี

เฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย
 ชื่อกิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

1.ก	6.ก
2.ข	7.ง
3.ง	8.ค
4.ค	9.ค
5.ก	10.ก

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 14

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันและความปลอดภัยของร่างกาย

ชื่อกิจกรรม เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับยาสามัญประจำบ้าน

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่
4. มีอุปกรณ์การเรียนการสอนน่าสนใจและเป็นสิ่งใกล้ตัวนักเรียน

ข้อจำกัด

นักเรียนสนใจอุปกรณ์การเรียนการสอนมากทำให้กิจกรรมบางส่วนยังให้ความสนใจน้อย เช่น การทำแบบฝึกหัด

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหาของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ก่อนทำกิจกรรมควรทำความเข้าใจกับนักเรียนเรื่องการออกนอกห้องเรียน เช่น การขออนุญาตก่อนออกนอกห้องเรียน
2. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรใช้สื่อการสอนที่น่าสนใจและเป็นสิ่งใกล้ตัวนักเรียนเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 15

ชื่อเรื่อง	การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	ไม่อ้วนเอาเท่าไร
จุดมุ่งหมาย	เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณค่าของอาหาร สุขนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหาร และโทษของการเลือกรับประทานอาหารที่ไม่มีคุณภาพ
แนวคิด	ปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ประกอบด้วยอาหาร อากาศ น้ำ เครื่องนุ่งห่ม เป็นที่ทราบดีว่าอาหารยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้มนุษย์มีสุขภาพแข็งแรง ช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย สร้างภูมิคุ้มกัน ฉะนั้นในการรับประทานอาหารแต่ละมื้อควรคำนึงถึงคุณประโยชน์ที่ร่างกายจะได้รับจากอาหารและสุขนิสัยในการรับประทานอาหารที่ดีควรเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก
เทคนิคที่ใช้	กลุ่มสัมพันธ์และการอภิปราย
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 ใบงานเรื่อง “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”
 - 4.2 ใบความรู้ “ การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ”
 - 4.3 อาหารประเภทต่าง เช่น นม ผัก ผลไม้ ถูกลม ขนมกรุบกรอบ เป็นต้น
 - 4.4 ภาพเด็กสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม
 - 4.5 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.6 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียน ช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกายโดยใช้กิจกรรม “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูช่วยแบ่งกลุ่มนักเรียน

1.3.5 ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงานและให้นักเรียนนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองหน้าชั้นเรียน

1.3.6 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับอวัยวะต่างๆของร่างกายรวมทั้งหน้าที่ของอวัยวะนั้น

1.3.7 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.8 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โดยใช้กิจกรรม “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

1.4 สิ่งที่ต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

1.4.3 ใบความรู้เรื่อง “ การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ”

1.4.4 ตัวอย่างอาหารที่มีประโยชน์ เช่น นม ผัก ผลไม้

1.4.5 ตัวอย่างอาหารที่ไม่มีประโยชน์ เช่น ขนมกรุบกรอบ ลูกอม

1.4.6 ภาพเด็กสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม

1.4.7 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ประกอบด้วยอาหาร อากาศ น้ำ เครื่องนุ่งห่ม เป็นที่ทราบดีว่าอาหารยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้มนุษย์มีสุขภาพแข็งแรง ช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย สร้างภูมิคุ้มกัน ฉะนั้นในการรับประทานอาหารแต่ละมื้อควรคำนึงถึงคุณประโยชน์ที่ร่างกายจะได้รับจากอาหารและสุขนิสัยในการรับประทานอาหารที่ดีควรเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจคุณค่าและประโยชน์ของอาหาร
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีสุขนิสัยที่ดีในการเลือกรับประทานอาหาร
3. เพื่อให้นักเรียนบอกโทษจากการบริโภคอาหารที่ไม่มีคุณภาพ

สาระการเรียนรู้

เด็กตอนต้นเป็นวัยแห่งการเรียนรู้สิ่งใหม่รอบตัว ต้องใช้พลังงานในการทำกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น การเตรียมร่างกายของเพื่อเด็กวัยนี้ให้พร้อมต่อการทำกิจกรรมด้านต่างๆ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใส่ใจเรื่องของการรับประทานอาหารที่มีคุณประโยชน์ เหมาะสมกับความต้องการด้านร่างกายของเด็กและต้องพึงระวังถึงการบริโภคผลิตภัณฑ์ที่ไม่มีคุณภาพต่อเด็กซึ่งอาจส่งผลเสียต่อตัวเด็กโดยตรง เช่น การที่เด็กมีภาวะน้ำหนักเกิน

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมโดยการกล่าวทักทาย ผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและพูดถึงเรื่องการรับประทานอาหารของนักเรียนเมื่อเข้าก่อนมา โรงเรียน อาหารที่นักเรียนชอบรับประทาน พร้อมทั้งร้องเพลงกับนักเรียนเกี่ยวกับอาหารที่มีประโยชน์เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่เนื้อหา

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เกมส่ายโยโย่ เพื่อนส่ายโยโย่รัก

3.2 ครูนำภาพเด็กสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มดู

3.3 ครูให้นักเรียนเลือกว่าต้องการให้ตนเองเป็นเหมือนเด็กคนใดในภาพ พร้อมกับ บอกเหตุผลที่ต้องการเหมือนเด็กในภาพและเหตุผลที่ไม่เลือกเด็กในภาพ

3.4 ครูนำอาหารแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มคือ

ประเภทที่หนึ่ง อาหารที่มีประโยชน์ เช่น ผักสด ผลไม้สด

ประเภทที่สอง อาหารแปรรูปมีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น นมกล่อง ขนมปัง

ประเภทที่สาม อาหารที่ไม่มีประโยชน์ เช่น ขนมกรุบกรอบ ลูกอม อยุ่ยม

3.5 ครูใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เกมสอยุ่ไหนเอ่ย ในการให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอยู่ตาม กลุ่มอาหารประเภทต่างๆ

3.6 ครูแจกใบงานและให้นักเรียนตอบคำถามลงในใบงาน

3.7 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่มหน้าชั้นเรียน

3.8 ครูและนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรม “ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบฝึกหัด

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม และแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6.กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

1. ห้องแนะแนว
2. ห้องสมุด
3. ห้องพยาบาล

สื่อการเรียนรู้

1. ครู
2. ใบงาน “ไม่อ้วนเอาเท่าไร”
3. ใบความรู้เรื่อง “การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์”
4. อาหาร เช่น นม ผัก ผลไม้ ลูกอม ขนมกรุบกรอบ
5. ภาพเด็กสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม
6. แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
7. แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน

ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย โดยใช้กิจกรรม “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ” ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
- 5.นักเรียนแต่ละกลุ่มดูภาพและเลือกว่าต้องการให้ตนเองเป็นเหมือนเด็กคนใดในภาพ พร้อมกับบอกเหตุผลที่ต้องการเหมือนเด็กในภาพและเหตุผลที่ไม่เลือกเด็กในภาพ
- 6.นักเรียนร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เล่นเกมส้อยู่ไหนเอ่ย ในการอยู่ตามกลุ่มอาหารประเภทต่างๆ
- 7.นักเรียนทำใบงาน “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ” โดยช่วยกันระดมสมองในการตอบคำถามจากใบงาน
- 8.นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มๆละ 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม
- 9.นักเรียนซักถามข้อสงสัย ร่วมแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งสรุปเนื้อหาที่ได้จากกิจกรรมนี้
- 10.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 11.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 กิจกรรม “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “ การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ”
- 4.อาหาร เช่น นม ผัก ผลไม้ ลูกอม ขนมกรุบกรอบ
- 5.ภาพเด็กสมบูรณ์แข็งแรง เด็กอ้วน เด็กผอม
- 6.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 7.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

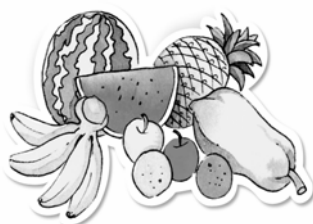
ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย

ชื่อกิจกรรม “ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

ใบงานที่ 1

ชื่อกลุ่ม.....



จงตอบคำถามลงในใบงานที่กำหนด

หนูควรเลือกซื้ออาหารประเภทนี้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

หนูรู้ไหมว่าอาหารประเภทนี้มีประโยชน์อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

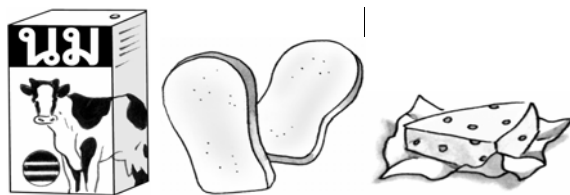
ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย

ชื่อกิจกรรม “ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

ใบงานที่ 2

ชื่อกลุ่ม.....



จงตอบคำถามลงในใบงานที่กำหนด
 หนูควรเลือกซื้ออาหารประเภทนี้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

หนูรู้ไหมว่าอาหารประเภทนี้มีประโยชน์อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย

ชื่อกิจกรรม “ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

ใบงานที่ 3

ชื่อกลุ่ม.....



จงตอบคำถามลงในใบงานที่กำหนด

หนูควรเลือกซื้ออาหารประเภทนี้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

หนูรู้ไหมว่ารับประทานอาหารประเภทนี้หนูจะเป็นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

หนูอยากเป็นเหมือนใครเอ่ย.....?

1



2



3



ใบความรู้ประกอบการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 2
 เรื่อง การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์



อาหารมีหลากหลายชนิดทั้งที่มีประโยชน์และโทษต่อร่างกาย หากเรา
 รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายน้อยหรือไม่มีประโยชน์ต่อร่างกายเลย อาจ
 ทำให้เกิดโรค เช่น อาหารไม่สะอาดมีแมลงวันตอมอาจทำให้เกิดอาการถ่ายเหลว เรา
 ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ในการเลือกซื้อหรือผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
 ควรปฏิบัติดังนี้

การเลือกซื้ออาหาร

ผักผลไม้	มีลักษณะสด สะอาด ไม่ช้ำ ไม่มีราขึ้น อาจมีรอยกัดของแมลง
เนื้อสัตว์	สีแดงสด ไม่มีกลิ่นเหม็นเปรี้ยว
ไข่	เปลือกเรียบ สะอาด ไม่มีรอยแตกร้าว
อาหารแห้ง	ใหม่ ไม่ขึ้นรา
อาหารกระป๋อง	กระป๋องไม่เป็นสนิม ไม่ยุบ ไม่บวม มีเครื่องหมายเลข

ทะเบียนอาหาร

และยา วันผลิต วันหมดอายุ

การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพ

ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ เช่น อาหาร ยา เครื่องสำอาง ฯลฯ

- 1.เลือกผลิตภัณฑ์ที่มีเครื่องหมายเลขทะเบียนอาหารและยา
- 2.เลือกผลิตภัณฑ์ที่มีเครื่องหมายมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม
- 3.เลือกผลิตภัณฑ์ที่มีฉลากระบุข้อมูลสำคัญ เช่น วันผลิต วันหมดอายุ วิธีการใช้ เป็นต้น

.....

การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์

- 1.ในหนึ่งวันเราควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ดังนี้



- หมู่ที่ 1 ควรรับประทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ นม ไข่
- หมู่ที่ 2 ควรรับประทานอาหารจำพวกข้าว แป้ง เผือก มัน
- หมู่ที่ 3 ควรรับประทานอาหารจำพวกผักต่างๆเช่นผักบุ้ง ผักชี
- หมู่ที่ 4 ควรรับประทานอาหารจำพวกผลไม้ เช่น มะละกอ ส้ม
- หมู่ที่ 5 ควรรับประทานอาหารจำพวกไขมันเช่น เนย น้ำมันพืช น้ำมันตับปลา

- 2.ควรรับประทานอาหารปรุงอาหารด้วยความร้อนสูงและปรุงให้สุกทั่วถึงกัน
- 3.รับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ
- 4.หลังรับประทานอาหารเสร็จใหม่ควรพักสักครู่ก่อนทำกิจกรรม
- 5.ไม่ควรรับประทานอาหารจุบจิบ

.....

อาหารที่ไม่ควรรับประทาน

- 1.อาหารรสจัดเกินไปอาจทำให้ปวดท้อง ท้องเสีย
- 2.อาหารที่ใส่ผงชูรส เกิดอาการแพ้ ลื่นชา
- 3.อาหารหมักดอง เช่น มะม่วงดอง มะยมดอง ทำให้
- 4.ชา กาแฟ ทำให้นอนไม่หลับ
- 5.ขนมหวาน เช่น ลูกอม อมยิ้ม ท็อฟฟี่ ช็อคโกแลต เพราะอาจทำให้ฟันผุ น้ำหนักตัวมากเกินไป
- 6.น้ำอัดลมทำให้อ้วนและฟันผุง่าย
- 7.เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์ เพราะจะทำให้ติดได้ง่าย



8. ของทอด เช่น ก๋วยทอด หนึ่งไก่ทอดจะทำให้อ้วน
9. อาหารจานด่วนต่าง ๆ เพราะทำให้อ้วนและคุณค่าทางอาหารน้อย
10. ขนมถุง ขนมกรือบแกร็บ ทำให้อ้วนและคุณค่าทางอาหารน้อย



.....

เมื่อเราเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพแล้วเรากำลังถึง
 สุขนิสัยที่ดีในการรับประทานอาหารด้วย ซึ่งควรปฏิบัติดังนี้

1. ล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหารทุกครั้ง
2. ใช้ช้อนกลางตักอาหารที่รับประทานร่วมกัน
3. ไม่พูดคุยขณะกำลังเคี้ยวอาหาร
4. ไม่เคี้ยวอาหารเสียงดัง

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย
ชื่อกิจกรรม	“ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”
คำชี้แจง	ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

- 1.อาหารมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร
 - ก.ตัวอ้วน
 - ข.แข็งแรง
 - ค.แคระแกร็น
 - ง.ป่วยง่าย
- 2.นักเรียนควรเลือกรับประทานอาหารข้อใด
 - ก.อาหารปรุงสุกใหม่ๆ
 - ข.ผัก ผลไม้สด
 - ค.น้ำสะอาด
 - ง.ถูกทุกข้อ
- 3.เราควรรับประทานอาหารกี่มื้อในหนึ่งวัน
 - ก.1 มื้อ
 - ข.2 มื้อ
 - ค.3 มื้อ
 - ง.4 มื้อ
- 4.รับประทานผักสดมากๆจะให้ประโยชน์อะไรต่อร่างกาย
 - ก.ผิวพรรณสดใส
 - ข.ขับถ่ายสะดวก
 - ค.ฟันแข็งแรง
 - ง.ถูกทุกข้อ
- 5.อาหารข้อใดไม่ควรเลือกรับประทาน
 - ก.ข้าวสวย
 - ข.ขนมปัง
 - ค.มะละกอ
 - ง.ขนมกรอบแกร็บ
- 6.เมื่อหนูดื่มกาแฟจะเป็นอย่างไร
 - ก.นอนหลับ
 - ข.นอนไม่หลับ
 - ค.ง่วงนอน
 - ง.หาวบ่อยๆ

7.อาหารข้อใดที่ทำให้หนูอ้วน

ก. น้ำอัดลม

ข. ท็อฟฟี่

ค. กล้วยทอด

ง. ถูทุกข้อ

8. ข้อใดคืออาหารที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

ก. นมสด

ข. ลูกอม

ค. ไข่ต้ม

ง. ข้าวสวย

9. ขณะรับประทานอาหารหนูไม่ควรปฏิบัติตัวอย่างไร

ก. รับประทานอาหารที่ตกพื้น

ข. เคี้ยวอาหารให้ละเอียด

ค. ใช้ช้อนกลางตักอาหาร

ง. ไม่พูดขณะเคี้ยวอาหาร

10. ก่อนรับประทานอาหารควรปฏิบัติตัวอย่างไร

ก. ฟังเพลง

ข. แปรงฟัน

ค. ล้างมือ

ง. พูดคุย

เฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพกาย
ชื่อกิจกรรม “ ไม่อ้วนเอาเท่าไร ”

1.ข

6.ข

2.ง

7.ง

3.ค

8.ข

4.ง

9.ก

5.ง

10.ค

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 15

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพร่างกาย

ชื่อกิจกรรม ไม่อ้วนเอาเท่าไร

.....

ข้อดี

1. เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริง
2. นักเรียนสนใจเรียนและให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่

ข้อจำกัด

นักเรียนอ่านหนังสือไม่ออกจึงใช้เวลาในการอธิบายการทำกิจกรรมเป็นเวลาพอสมควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหาของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

1. ก่อนทำกิจกรรมควรทำความเข้าใจกับนักเรียนเรื่องการออกนอกห้องเรียน เช่นการขออนุญาตก่อนออกนอกห้องเรียน
2. ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
3. ควรใช้สื่อการสอนที่มีสีสันสวยงามเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชุดที่ 16

ชื่อเรื่อง	การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด
ชื่อกิจกรรม	ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด
จุดมุ่งหมาย	เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงโทษของยาเสพติดที่ส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์และบอกวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด
แนวคิด	ปัจจุบันทั้งภาครัฐและเอกชนต่างเล็งเห็นความสำคัญในการแก้ไขปัญหา ยาเสพติด เพราะยาเสพติดนอกจากจะเป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้ที่เสพแล้วยังก่อปัญหาให้กับครอบครัว สังคม ประเทศชาติ และเป็นที่น่าสลดใจยิ่งเมื่อเราพบเห็นเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นในสังคมไทยผ่านทางสื่อต่างๆว่าประชาชนหรือผู้บริสุทธิ์ต้องเป็นเหยื่อของบุคคลที่ตกเป็นทาสของยาเสพติด หากโชคดีอาจจะได้รับบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยแต่ถ้าโชคร้ายอาจจะถึงแก่ชีวิต
เทคนิคที่ใช้	กรณีศึกษา
ระยะเวลา	1 ชั่วโมง

ส่วนประกอบในชุดการสอน

1. คำชี้แจง
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. สื่อและอุปกรณ์
 - 4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
 - 4.2 ใบงาน “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
 - 4.3 ใบกรณีศึกษา เรื่อง ชีวิตของเด็กชายนัท
 - 4.4 ใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
 - 4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของ

นักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

1.1 การเตรียมตัวของครู

1.1.1 ก่อนสอนครูต้องอ่านคำชี้แจงในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว คู่มือครูและคู่มือนักเรียนให้ครบ พร้อมทั้งทำความเข้าใจให้ดี

1.1.2 ครูเตรียมสื่อการเรียนการสอนให้พร้อมและปฏิบัติตามคู่มือครูเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรม

1.2 การจัดกิจกรรม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพกาย โดยใช้กิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

1.3 บทบาทของครู

1.3.1 ครูสร้างบรรยากาศในการเรียน

1.3.2 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

1.3.3 ครูชี้แจงและให้คำแนะนำในการทำกิจกรรม

1.3.4 ครูอ่านกรณีศึกษาเรื่อง ชีวิตของเด็กชายนัท ให้นักเรียนฟัง

1.3.5 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม

1.3.6 ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงาน ดังหัวข้อต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ความรู้สึกของนักเรียนต่อเหตุการณ์และสาเหตุที่เกิดขึ้นกับนัท

กลุ่มที่ 2 บอกลักษณะของผู้ที่ติดยาเสพติดและการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติดอย่างไร

กลุ่มที่ 3 - หากนักเรียนพบเพื่อนที่กำลังทดลองเสพยาเสพติด นักเรียนควรทำอย่างไร

- วิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

1.3.7 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มออกไปนำเสนอผลงานของกลุ่มตนเองหน้าชั้นเรียน

1.3.8 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับโทษและอันตรายของยาเสพติดที่ส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์และวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

1.3.9 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

1.3.10 ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

1.3.11 ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายโดยใช้กิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

1.4 สิ่งที่ครูต้องเตรียม

1.4.1 แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

1.4.2 ใบงาน “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

1.4.3 ใบกรณีศึกษา เรื่อง ชีวิตของเด็กชายนัท

1.4.4 ใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

1.4.5 แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 1

คู่มือครู

สำหรับการดำเนินกิจกรรมในการใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด

ชื่อกิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ปัจจุบันทั้งภาครัฐและเอกชนต่างเล็งเห็นความสำคัญในการแก้ไขปัญหายาเสพติด เพราะยาเสพติดนอกจากจะเป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้ที่เสพแล้วยังก่อปัญหาให้กับครอบครัว สังคม ประเทศชาติ และเป็นที่น่าสลดใจยิ่งเมื่อเราพบเห็นเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นในสังคมไทยผ่านทางสื่อต่างๆ ว่าประชาชนหรือผู้บริสุทธิ์ต้องเป็นเหยื่อของบุคคลที่ตกเป็นทาสของยาเสพติด หากโชคดีอาจจะได้รับบาดเจ็บเพียงเล็กน้อยแต่ถ้าโชคร้ายอาจจะถึงแก่ชีวิต

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงโทษของยาเสพติด
2. เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

สาระการเรียนรู้

คนในสังคมจำนวนไม่น้อยที่ต้องตกเป็นทาสของยาเสพติดโดยที่ไม่รู้ตัว ทั้งๆที่รู้ว่ายาเสพติดมีโทษต่อตนเองมากมายเพียงใด เขาเหล่านั้นมักคิดว่าสิ่งที่เขาเสพเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิตประจำวัน ทำให้ดูดีในสายตาของผู้อื่น สามารถเข้าสังคมได้ง่าย เช่น การดื่มสุรา สูบบุหรี่ เสพยาบ้า โดยจะต้องเพิ่มปริมาณในการเสพต่อไปเรื่อยๆ ยาเสพติดนอกจากเป็นอันตรายต่อร่างกายแล้วยังส่งผลเสียต่อพฤติกรรม จิตใจ และอารมณ์

วิธีดำเนินการ

1.ขั้นทดสอบก่อนเรียน

นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน

2.ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูสร้างบรรยากาศในการเรียนด้วยการเตรียมความพร้อมด้วยการกล่าวทักทายผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องทั่วไปและสอบถามนักเรียนคร่าว ๆ ว่ายาเสพติดที่นักเรียนรู้จักมีอะไรบ้าง และเป็นอันตรายต่อผู้อื่นอย่างไร

3.ขั้นกิจกรรม

3.1 ครูอ่านกรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของเด็กชายนัท” ให้นักเรียนฟัง

3.2 ครูสุ่มถามความรู้สึกของนักเรียน 2-3 คน ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

3.3 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม

3.4 ครูแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 ใบ โดยอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ความรู้สึกของนักเรียนต่อเหตุการณ์และสาเหตุที่เกิดขึ้นกับนัท

กลุ่มที่ 2 บอกลักษณะของผู้ที่ติดยาเสพติดและการป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติดอย่างไร

กลุ่มที่ 3 - หากนักเรียนพบเพื่อนที่กำลังทดลองเสพยาเสพติด
นักเรียนควรทำอย่างไร
- วิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

3.5 ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำลงในใบงาน

3.6 ครูให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่ม ๆ ละ 1 คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม

3.7 ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับโทษและอันตรายของยาเสพติดที่ส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์และวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

3.8 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

4.ขั้นทดสอบหลังเรียน

4.1 นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน

4.2 นักเรียนและครูช่วยกันเฉลยแบบทดสอบ

5.ขั้นประเมินชุดการสอน

ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

6. กระบวนการวัดและประเมินผล

6.1 การสังเกตความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการร่วมกิจกรรม

6.2 การตรวจสอบจากการทำใบงาน

6.3 การตรวจสอบจากแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

แหล่งการเรียนรู้

ห้องแนะแนว

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
- 3.ใบงาน “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
- 4.กรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของเด็กชายนัท”
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

คู่มือนักเรียน

สำหรับการดำเนินกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย เรื่อง การป้องกันร่างกายจาก ยาเสพติด โดยใช้กิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด ใช้เวลาเรียน 1 ชั่วโมง นักเรียน ควรปฏิบัติดังนี้

- 1.นักเรียนเข้าห้องแนะแนว
- 2.นักเรียนฟังคำชี้แจงจากครูให้เข้าใจ
- 3.นักเรียนทำแบบฝึกหัดก่อนเรียน
- 4.นักเรียนฟังกรณีศึกษาเรื่อง“ชีวิตของเด็กชายนัท”
- 5.นักเรียน 2-3 คน บอกความรู้สึกต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจากกรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของเด็กชายนัท”
- 6.ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม และร่วมกันอภิปรายสรุปตามประเด็นจากใบงานที่ครูแจกให้
- 7.นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่ม 1คน เพื่อนำเสนอผลงานกลุ่ม
- 8.ครูและนักเรียนช่วยสรุปเนื้อหาเกี่ยวกับโทษและอันตรายของยาเสพติดที่ส่งผลต่อชีวิตของมนุษย์และวิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด
- 9.นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
- 10.นักเรียนทำแบบฝึกหัดหลังเรียน
- 11.ครูผู้สอนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำแบบประเมินชุดการสอนกิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

สื่อการเรียนรู้

- 1.ครู
- 2.ใบงาน “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
- 3.ใบความรู้เรื่อง “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”
- 4.กรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของเด็กชายนัท”
- 5.แบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน
- 6.แบบประเมินชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

**ใบกิจกรรมประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพ
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1
กรณีศึกษาเรื่อง “ชีวิตของเด็กชายนัท”**

.....

เด็กชายนัท อายุ 11 ปี เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง เขาอาศัยอยู่กับยายสองคนเพราะพ่อแม่เสียชีวิตตั้งแต่นั้นอายุ 3 ขวบ ยายชายขนมเพื่อเลี้ยงดูนัทและส่งเสียให้เขาได้เรียนหนังสือ นัทเป็นเด็กขยันและตั้งใจเรียน หลังเลิกเรียนทุกวันนัทจะกลับมาช่วยยายชายขนม อยู่มาไม่นานยายเกิดล้มป่วยลงเนื่องจากยายของนัทอายุมากแล้วและต้องทำงานหนัก นัทอยากมีเงินมารักษายาย จึงคิดจะเข้าไปรับจ้างทำงานในตลาด

วันหนึ่งหลังเลิกเรียนขณะที่นัทเดินทางไปตลาดเพื่อไปทำงานรับจ้างในร้านอาหารแห่งหนึ่ง มีชายหญิงหน้าตาทำทางดีคนหนึ่งเข้ามาถามทางเพื่อไปเยี่ยมญาติที่อยู่ใกล้ๆกับหมู่บ้านที่นัทอาศัยอยู่ เขาจึงช่วยบอกทางชายหญิงคนนั้นจึงให้ขนมกับนัทเพื่อเป็นรางวัล เขารับประทานขนมจนหมด ต่อมาชายหญิงคู่เดิมเริ่มเข้ามาทำความคุ้นเคยกับนัทและให้ขนมเขากินเป็นประจำจนนัทติดขนม

นัทเริ่มเรียกร้องขอขนมจากชายหญิงคนนั้น แต่ชายหญิงคนนั้นให้เขาทำงานแลกเพื่อให้ได้ขนมมากินโดยต้องนำห่อของจากชายหญิงดังกล่าวไปส่งให้กับชายแปลกหน้า ทำทางน่ากลัวคนหนึ่งในตลาด ยายของนัทเริ่มสังเกตเห็นว่านัทหงุดหงิดง่าย อารมณ์เสียบ่อย ร่างกายซูบผอม ไม่ขยันทำงานเหมือนเดิม บางวันไม่ไปโรงเรียน ยายว่ากล่าวตักเตือนนัทก็ไม่ฟัง ยายของนัทจึงไปบอกคุณครูเพื่อขอความช่วยเหลือเมื่อคุณครูไปค้นหาความจริงจึงพบว่า นัท “ติดยา” เพราะชายหญิงคนนั้นนำยาเสพติดใส่ขนมให้นัทกิน

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด

ชื่อกิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

ชื่อกลุ่ม.....

ใบงาน 1

ให้นักเรียนระดมสมองและเติมข้อความลงในใบงานที่กำหนด

1.ความรู้สึกของนักเรียนต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับนัก

[illegible]

2.สาเหตุที่เกิดขึ้นกับนัก

[illegible]

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด

ชื่อกิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

ชื่อกลุ่ม.....

ใบงาน 2

ให้นักเรียนระดมสมองและเติมข้อความลงในใบงานที่กำหนด

1.บอกลักษณะของผู้ที่ติดยาเสพติด

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school handwriting practice paper. The lines are evenly spaced and run across the entire width of the page. There are no margins, text, or other markings present.

2.การป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากยาเสพติดได้อย่างไร

[illegible]

ใบงานประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคการศึกษาที่ 1

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด

ชื่อกิจกรรม “ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด”

ชื่อกลุ่ม.....

ใบงาน 2

ให้นักเรียนระดมสมองและเติมข้อความลงในใบงานที่กำหนด

1. หากนักเรียนพบเพื่อนที่กำลังทดลองเสพยาเสพติดนักเรียนควรทำอย่างไร

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school writing paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

2.วิธีการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้เสพยาเสพติด

[illegible]

ใบความรู้ประกอบชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกาย

ภาคเรียนที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

เรื่อง ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

สุรา

สุราหมายถึงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่ในเกณฑ์ที่คนสามารถใช้ดื่มได้และเอทิลแอลกอฮอล์เป็นสารเสพติดได้

พิษของสุรา

ทำลายสมอง

ทำลายระบบทางเดินอาหาร

ทำลายระบบหัวใจและหลอดเลือด ทำลายภูมิคุ้มกัน

เป็นอันตรายต่อทารกในครรภ์มารดา

อาการของผู้ดื่มสุรา

ตาแดง หน้าบวม ตัวเหม็นสกปรก คลื่นไส้อาเจียน ก้าวร้าว

พูดจาไม่สุภาพ ขาดสติ

ยาบ้า

เดิมเรียกว่า “ยาม้า” ส่วนผสมของสารเคมีที่สำคัญ คือ แอมเฟตามีน

อาการของผู้เสพ

มีฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาททำให้ผู้เสพประสาทตึงเครียด

ตกใจง่าย หงุดหงิด สับสน กระวนกระวายใจ นอนไม่หลับ เมื่อ

เสพยาบ้าเป็นระยะเวลานานจะทำให้สมองเสื่อม มีอาการ

ประสาทหลอน หวาดระแวง คลุ้มคลั่ง อาจทำร้ายตนเองและ

ผู้อื่นได้

ฝิ่น

เป็นสารประกอบชนิดหนึ่ง ซึ่งได้จากยางของผลฝิ่นส่วนผสมของสารเคมีที่สำคัญ คือ แอลคาลอยด์ ที่เป็นสารเสพติด

พิษของฝิ่น

ออกฤทธิ์กดระบบประสาท มีอาการเสพติดทั้งทางร่างกายและ

จิตใจ พิษของฝิ่นแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1 ออกฤทธิ์ทำให้เกิดอาการมึนเมา ทางเภสัชวิทยาถือว่าเป็นยาทำให้นอนหลับ

2 ออกฤทธิ์ทำให้กล้ามเนื้อเรียบคลายตัว

อาการของผู้เสพ

จิตใจเฉื่อยล้า ง่วง ซึม แก้วตาหรี่ พูดจาวกวน ความคิด

เชื่องช้า ไม่รู้สึกหิว ชีพจรเต้นช้า อารมณ์ดี

สารระเหย

สารระเหยชนิดต่าง ๆ เช่น ทินเนอร์ผสมสี น้ำมันเบนซิน น้ำมันไฟแช็ก น้ำมันก๊าด น้ำมันแลคเกอร์ กาวชนิดต่าง ๆ ยาทาเล็บ ตลอดจนสเปรย์ชนิดต่าง ๆ

พิษของสารระเหย ออกฤทธิ์ในการกดสมองส่วนกลางโดยตรง พิษของสารระเหย

แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

- พิษระยะเฉียบพลัน หัวใจเต้นเร็ว น้ำลายไหล คลื่นไส้

อาเจียน ง่วงซึม

- พิษระยะเรื้อรัง ไอ หอบ เหนื่อย เจ็บหน้าอก

กล้ามเนื้ออ่อนแรง อาจเป็นอัมพาตได้

อาการของผู้เสพ

เวียนหัว ตาพร่า ตาขวาง เดินโซเซ ง่วงซึม ครีกรั่น

ฉีกคางนอน สติปัญญาทึบ หูแว่ว ประสาทหลอน หากสูดดม

ต่อไปนาน ๆ จะทำให้อาจถึงตายได้

.....

การป้องกันตนเอง

- 1.อยู่ห่างจากผู้เสพยาเสพติด
- 2.ไม่รับของจากคนแปลกหน้า เช่น ขนม เครื่องดื่ม บุหรี่ สุรา เป็นต้น
- 3.ถ้าพบเพื่อน พี่น้อง ใช้นยาเสพติด รีบแจ้งคุณพ่อคุณแม่ หรือคุณครู
- 4.ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับโทษของยาเสพติด
- 5.ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น อ่านหนังสือ เล่นกีฬา เล่นดนตรี ฟังเพลง



บรรณานุกรม

สมภาพ เรื่องตะกูล.(2543).ยาเสพติดอันตรายที่ป้องกันได้.กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.

แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง	การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด
ชื่อกิจกรรม	ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด
คำชี้แจง	ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

1.ข้อเสียของการดื่มสุราตรงกับข้อใด

- ก.ร่างกายแข็งแรง
- ข.หายปวดเมื่อย
- ค.มีฐานะดี
- ง.ขาดสติ

2.บุคคลในข้อใดดื่มสุรา

- ก.ตัวเหมีนแต่งกายสกปรก
- ข.ใส่เสื้อผ้าราคาแพง
- ค.แต่งกายสะอาด
- ง.ร่างกายสะอาด

3.ยาบ้ามีส่วนผสมของสารในข้อใด

- ก.แอมโมเนีย
- ข.แอมเฟตามีน
- ค.แอลกอฮอล์
- ง.แอลกอฮอล์

4.คนที่เสพยาบ้าติดต่อกันนานๆเป็นอย่างไร

- ก.ความคิดสับสน
- ข.นอนไม่หลับ
- ค.สุขภาพทรุดโทรม
- ง.ถูกทุกข้อ

5.ข้อใดคือสารระเหย

- ก.สุรา
- ข.ยาบ้า
- ค.ทินเนอร์
- ง.กัญชา

6.ผู้ที่ติดยาเสพติดจะระเหยโดยวิธีการใด

- ก.ฉีด
- ข.กิน
- ค.ดื่ม
- ง.ดม

7.บุคคลที่ติดสารระเหยจะมีอาการอย่างไร

- ก.กระฉับกระเฉง
- ข.กระปรี้กระเปร่า
- ค.ไอ หอบ เหงื่อ
- ง.ผิวหนังอักเสบ

8.สารเคมีตัวใดของฝุ่นที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย

- ก.แอลคัลลอยด์
- ข.แอมโมเนีย
- ค.แอมเฟตามีน
- ง.แอลกอฮอล์

9.อาการของผู้ที่เสพฝุ่นเป็นอย่างไร

- ก.ไอ หอบ เหงื่อ
- ข.ง่วงซึม เลื่อนลอย
- ค.ความดันโลหิตปกติ
- ง.อ่อนเพลีย ถ่ายเหลว

10.ข้อใดคือวิธีการป้องกันตนเองจากยาเสพติด

- ก.ซื้อยาเสพติดมาใช้เอง
- ข.ไม่เชื่อคำชักชวนให้ลองเสพ
- ค.ใช้ยาเสพติดเมื่อไม่สบายใจ
- ง.ใช้ยาเสพติดเพื่อให้ทันสมัย

เฉลยแบบฝึกหัดก่อนและหลังเรียน

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด
ชื่อกิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

1.ง	6.ง
2.ก	7.ค
3.ข	8.ก
4.ง	9.ข
5.ค	10.ข

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

ชุดที่ 16

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2

ชื่อเรื่อง การป้องกันร่างกายจากยาเสพติด

ชื่อกิจกรรม ชีวิตปลอดภัยเมื่อห่างไกลยาเสพติด

ข้อดี

- 1.เป็นกิจกรรมที่ง่าย สร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน
- 2.เนื้อหาของกิจกรรมเป็นเรื่องใกล้ตัวจึงกระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจเรียน
- 3.เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออก
- 4.เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้เรื่องทักษะของการทำงานเป็นทีม

ข้อจำกัด

นักเรียนอ่านหนังสือไม่ออกจึงใช้เวลาในการอธิบายการทำกิจกรรมเป็นเวลาพอสมควร

การเตรียมตัว/อุปกรณ์

ครูควรเตรียมการสอน ศึกษาเนื้อหาการทำกิจกรรมอย่างละเอียด และควรเตรียมสรุปเนื้อหาของกิจกรรม

วิธีดำเนินการ/การสรุป

ควรดำเนินการตามขั้นตอนการจัดกิจกรรม สังเกตความพร้อม ความสนใจของผู้เรียน และสรุปเนื้อหาของกิจกรรมร่วมกับผู้เรียน

สิ่งที่ควรปรับปรุง/ข้อเสนอแนะ

- 1.ก่อนทำกิจกรรมควรทำความเข้าใจกับนักเรียนเรื่องการออกนอกห้องเรียน เช่นการขออนุญาตก่อนออกนอกห้องเรียน
- 2.ควรกระตุ้นผู้เรียนให้ร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง
- 3.ควรใช้สื่อการสอนที่มีสีสันสวยงามเพื่อกระตุ้นความสนใจของนักเรียน

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ - ชื่อสกุล	นางเสาวลักษณ์	ตันติสุขวิวงษ์
วัน เดือน ปีเกิด	22 พฤศจิกายน	2517
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พระพุทธบาท ตำบลธารเกษม อำเภอพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี	
ประวัติการศึกษา		
พ.ศ.2530	ประถมศึกษา	
	โรงเรียนพระพุทธบาท	
พ.ศ.2533	มัธยมศึกษาตอนต้น	
	โรงเรียนวินิตศึกษา	
พ.ศ.2536	มัธยมศึกษาตอนปลาย	
	โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย	
พ.ศ.2540	พยาบาลศาสตรบัณฑิต	
	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี	
พ.ศ.2550	การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการแนะแนว)	
	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร	