



**กิจกรรมแนะแนว**  
**ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี**



**ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6**

กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว  
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กระทรวงศึกษาธิการ



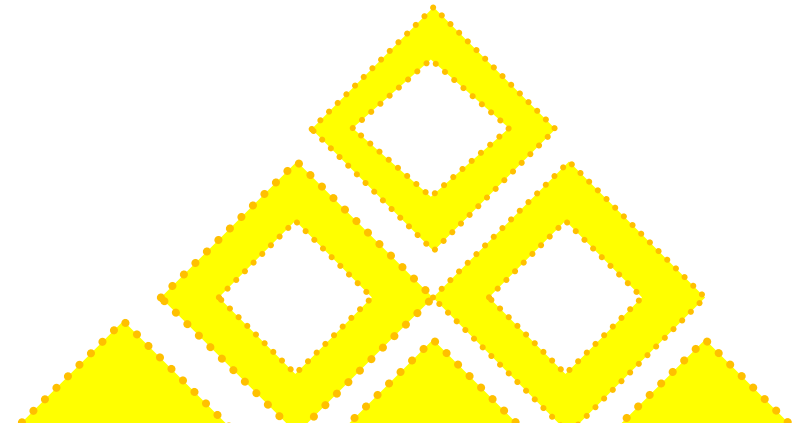
## คำนำ

แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวให้กับครูและบุคลากรที่สนใจ และรับผิดชอบงานแนะแนว ในการนำไปเป็นแนวทางจัดการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนให้มีประสิทธิภาพ โดยอาศัยความร่วมมือของบุคลากรทุกฝ่ายในโรงเรียน ทั้งนี้เนื่องจากการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน เสริมสร้างทักษะชีวิต ภูมิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยสอดคล้องกับทิศทางของแผนพัฒนาการแนะแนวการศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 1 (พ.ศ.2561 - 2565) ที่กล่าวถึงวิสัยทัศน์ของการแนะแนว ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีสมรรถนะด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม มีสุขภาวะที่ดี มีทักษะชีวิต และทักษะที่สำคัญจำเป็นในศตวรรษที่ 21 ซึ่งสอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีพันธกิจ ดังนี้ 1) ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพตนเอง โดยใช้กระบวนการแนะแนว การให้คำปรึกษา ให้มีสมรรถนะทางการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อการศึกษาและการมีงานทำ 2) ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียน ให้มีสุขภาวะที่ดี มีทักษะชีวิต มีทักษะที่สำคัญจำเป็นในศตวรรษที่ 21 ดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3) พัฒนาระบบการแนะแนวในสถานศึกษาให้ได้มาตรฐาน 4) ส่งเสริม สนับสนุน และสร้างภาคีเครือข่ายความร่วมมือด้านการแนะแนว เพื่อให้การจัดกิจกรรมแนะแนวของสถานศึกษา สามารถดำเนินกิจกรรมได้บรรลุวัตถุประสงค์ และเป้าหมายของการจัดกิจกรรมแนะแนว จึงได้จัดทำแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวฉบับนี้ขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการจัดกิจกรรมให้ครอบคลุมทุกด้าน เพื่อพัฒนานักเรียนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ พร้อมกับส่งเสริมการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนของสถานศึกษาให้มีประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลต่อไป

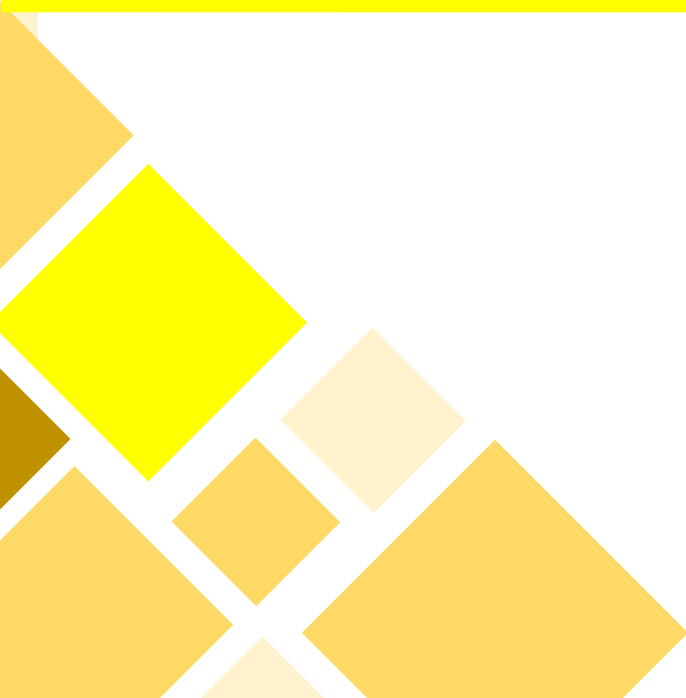
คณะผู้จัดทำ

## สารบัญ

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| คำนำ                         | ก   |
| สารบัญ                       | ข   |
| บทนำ                         | 2   |
| แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว    | 6   |
| โครงสร้างการจัดกิจกรรมแนะแนว | 9   |
| ตารางสรุปกิจกรรมแนะแนว       | 19  |
| แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว       | 23  |
| - ด้านการศึกษา               | 24  |
| - ด้านอาชีพ                  | 105 |
| - ด้านส่วนตัวและสังคม        | 164 |
| บรรณานุกรม                   | 297 |
| ภาคผนวก                      | 307 |
| คณะทำงาน                     | 312 |



# บทนำ



## บทนำ

ตามแผนการศึกษาชาติ (พ.ศ.2560-2579) ได้ระบุถึงปัญหาและความท้าทายของระบบการศึกษาของกลุ่มเด็กในวัยเรียนที่นักเรียนยังประสบปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์ การขาดทักษะการคิด ที่จะพิจารณาแยกแยะ คัดกรองค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดีของสังคมไทย รวมถึงการขาดทักษะชีวิตของนักเรียน ซึ่งส่งผลสืบเนื่องสู่ปัญหาการติดยาเสพติด การตั้งครม.ก่อนวัยอันควร การประสบปัญหาการวางแผนการศึกษาต่อ และการเลือกศึกษาต่อที่ไม่ตรงตามความสนใจและศักยภาพของตนเอง ส่งผลต่อการเกิดปัญหาในการประกอบอาชีพในอนาคต

การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) ระบุว่า กระบวนการแนะแนวเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่มุ่งเน้นการทำงานในเชิงป้องกันความเสี่ยง แก้ไขปัญหา ส่งเสริมพัฒนาสมรรถนะอันพึงประสงค์ให้นักเรียน ให้รู้จักเข้าใจตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม ส่งเสริมทักษะกระบวนการคิด การตัดสินใจ การคิดแก้ปัญหา สามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเอง ทั้งด้านการศึกษาอาชีพ ตลอดจนสามารถปรับตัวดำรงชีวิตเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพในสังคมอย่างมีความสุข ควบคู่การมีคุณธรรม ตามทิศทางของแผนพัฒนาการแนะแนวการศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 1 (พ.ศ.2561-2565)

ที่กล่าวถึงวิสัยทัศน์ของการแนะแนวที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีสมรรถนะด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม มีสุขภาวะที่ดี มีทักษะชีวิต และทักษะที่สำคัญจำเป็นในศตวรรษที่ 21 ให้สอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีพันธกิจดังนี้ 1) ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพตนเอง โดยใช้กระบวนการแนะแนวการให้คำปรึกษาให้มีสมรรถนะทางการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อการศึกษา และการมีงานทำ 2) ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียน ให้มีสุขภาวะที่ดี มีทักษะชีวิต มีทักษะที่สำคัญจำเป็นในศตวรรษที่ 21 ดำรงชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3) พัฒนาระบบการแนะแนวในสถานศึกษาให้ได้มาตรฐาน 4) ส่งเสริม สนับสนุน และสร้างภาคีเครือข่ายความร่วมมือด้านการแนะแนว

จากแผนพัฒนาการแนะแนวการศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 1 (พ.ศ.2561-2565) ที่สอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี มุ่งหวังให้การบริหารจัดการแนะแนวสัมฤทธิ์ผลในการส่งเสริมบุคคลในทุกช่วงวัยของชีวิต โดยเฉพาะผู้อยู่ในวัยเรียน ให้รู้จัก เข้าใจตนเอง มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศิลธรรม จริยธรรม มีทักษะชีวิต อยู่ดีมีสุข พัฒนาตนเองและสังคมได้เต็มตามศักยภาพ สู่เป้าหมายการพัฒนาคุณภาพนักเรียนให้มีคุณธรรมเป็นพลเมืองที่ดีของสังคมไทยและสามารถปรับตัวเป็นพลเมืองโลกได้อย่างมีความสุขอย่างยั่งยืน

การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคลให้เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สร้างเสริมให้เขามีคุณภาพเหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน มีทักษะการดำเนินชีวิต มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศิลธรรม จริยธรรม รู้จักการเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา รู้จักคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาโดยจุดหมายของการแนะแนว คือการป้องกันปัญหา แก้ไขและการพัฒนาให้ทุกคนไปสู่จุดหมายของชีวิตที่ต้องการ

กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งครูแนะแนวทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาด้านชีวิต การศึกษาต่อ และการพัฒนาด้านตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ

**หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว** มีหลักการในการดำเนินการดังนี้

1. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการและธรรมชาติของนักเรียน
2. จัดกิจกรรมให้ครอบคลุมเนื้อหาสาระด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม
3. ประสานความร่วมมือกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนานักเรียน ตั้งแต่ผู้บริหาร ครูทุกคน ผู้ปกครอง ชุมชน ร่วมมือพบปะและมีส่วนร่วมในการดำเนินการ ให้ความร่วมมือและสนับสนุนให้การจัดกิจกรรมดำเนินไปด้วยความสะดวกอย่างมีประสิทธิภาพ

**ขอบข่ายการจัดกิจกรรมแนะแนว** มีขอบข่ายการดำเนินงาน 3 ด้าน คือ

1. **การแนะแนวการศึกษา** ซึ่งมีขอบข่ายงานตั้งแต่การสร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียน การฝึกทักษะหรือเทคนิคการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ การวางแผนการเรียนรู้ที่ดี การรู้ช่องทางการศึกษาและการเลือกทางศึกษาต่อ ตลอดทั้งการสร้างนิสัยเรียนรู้ตลอดชีวิต
2. **การแนะแนวด้านอาชีพ** ซึ่งมีขอบข่ายงานตั้งแต่การสร้างเจตคติที่ดีต่อการทำงานและการประกอบอาชีพ การสร้างความตระหนัก รับรู้เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของโลกอาชีพ การสำรวจอาชีพ การตัดสินใจและวางแผนด้านอาชีพ การเตรียมตัวเพื่ออาชีพ การเข้าสู่อาชีพและการพัฒนาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในอาชีพ ตลอดทั้งมีทักษะในการประกอบอาชีพ
3. **การแนะแนวส่วนตัวและสังคม** ซึ่งมีขอบข่ายงานตั้งแต่การรู้จักชีวิตและสังคมที่เปลี่ยนแปลง อยู่ตลอดเวลา การรู้จักตนเองและรู้คุณค่าของตน การรู้จักปรับตัวและแก้ปัญหา การพัฒนาตนเอง การฝึกทักษะชีวิต และทักษะทางสังคม เพื่อให้บุคลิกภาพ สุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี

**เป้าหมายของการจัดกิจกรรมแนะแนว**

**ด้านการศึกษา** นักเรียนมีทักษะในการเรียนเพื่อส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จทางการเรียนตามศักยภาพของตน ค้นพบศักยภาพและพัฒนาศักยภาพของตนให้เป็นประโยชน์ต่อตน ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ ได้ตามสภาพของแต่ละบุคคล

**ด้านอาชีพ** นักเรียนมีทักษะในการประกอบอาชีพ รู้จักนำข้อมูลเกี่ยวกับตนเองเพื่อประกอบการวางแผนในการเลือกอาชีพ เช่น ความถนัด ความสามารถ ความสนใจ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง รู้และเข้าใจในธรรมชาติ และคุณลักษณะของอาชีพ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต เห็นคุณค่าของการทำงาน มีความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางการศึกษาเพื่อเข้าสู่งานอาชีพ มีเป้าหมายชีวิต รู้จักวางแผนชีวิต การเรียน การงานที่เหมาะสมกับความถนัด ความสนใจ และสภาพการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยีและมีคุณลักษณะพื้นฐานที่จำเป็นในการเตรียมตัวสู่โลกของงานอาชีพ

**ด้านส่วนตัวและสังคม** นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเอง เข้าใจและยอมรับผู้อื่น มีทักษะในการดำเนินชีวิต มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคม สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไปได้อย่างเหมาะสมและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข รู้จักตัดสินใจและแก้ปัญหา รวมทั้งสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตอย่างเหมาะสม มีคุณธรรม จริยธรรม เป็นคนดีในสังคม อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข รู้จักหลีกเลี่ยงอบายมุข สารเสพติด การพนัน หรือสิ่งที่เป็นอันตรายต่อชีวิต

**รูปแบบการจัดกิจกรรมแนะแนว** มี 2 ลักษณะ คือ 1) การจัดบริการแนะแนว 2) การจัดกิจกรรมในและนอกห้องเรียน

**1. การจัดการบริการแนะแนว** เป็นหน้าที่ที่ครูทุกคนรวมถึงครูแนะแนวด้วย ร่วมรับผิดชอบและมีหน้าที่ในการจัดการบริการแนะแนว โดยมีครูแนะแนวเป็นที่ปรึกษาและประสานงานเพื่อพัฒนานักเรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์และครอบคลุมบริการแนะแนวทั้ง 5 บริการ ตามวิธีการดังนี้ 1) บริการรวบรวมข้อมูลและศึกษานักเรียนเป็นรายบุคคล เป็นบริการที่จำเป็นพื้นฐานในการที่จะให้ความช่วยเหลือนักเรียนได้ถูกต้อง เพราะจะทำให้ได้ทราบปัญหา หรือข้อบกพร่องในตัวนักเรียน เพื่อดำเนินการแก้ไขได้ถูกต้องและนำข้อมูลที่ได้ศึกษามาเป็นองค์ประกอบในการจัดการบริการ อื่น ๆ ต่อไป งานบริการด้านนี้ได้แก่ การบันทึกประวัตินักเรียนทุกคนไว้ในระเบียบสะสม บริการข้อมูลแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง ทดสอบความถนัด ความสนใจของนักเรียน สำรวจพฤติกรรมที่มีปัญหาของนักเรียน 2) บริการสนเทศ เป็นบริการให้ความรู้แก่นักเรียนในหลายรูปแบบ เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ รู้จักตัดสินใจ และวางแผนอนาคตอย่างฉลาด ได้แก่ การจัดสอนให้ความรู้ข้อมูลต่าง ๆ ในคาบกิจกรรมแนะแนว การจัดปายนิเทศ การจัดทำข้อมูลด้านต่างๆที่เป็นประโยชน์แก่นักเรียน การจัดอภิปราย บรรยาย ให้ความรู้ในด้านการศึกษาอาชีพ และการปรับตัวในสังคม การจัดงานวันอาชีพ การจัดสัปดาห์แนะแนวทางศึกษาต่อ การจัดฉายวิทัศน์ที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน การจัดบรรยายจากวิทยากรและรุ่นพี่ เพื่อให้ความรู้แก่นักเรียนในด้านการปรับปรุงบุคลิกภาพ การวางตัว และการวางแผนการศึกษาต่อภายหลังจบการศึกษา 3) บริการให้คำปรึกษา เป็นบริการที่นับว่าเป็นหัวใจสำคัญของกิจกรรมแนะแนว โดยเฉพาะการเรียน การสอนตามหลักสูตรใหม่ และในสภาวะเศรษฐกิจและสังคมยุคปัจจุบัน งานบริการในด้านนี้คือ ให้คำปรึกษานักเรียนที่มีปัญหาด้านส่วนตัว การเรียน และอาชีพ ศึกษาและหาทางช่วยให้นักเรียนแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เสนอแนะแนวทางปฏิบัติตน เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพ 4) บริการจัดวางตัวบุคคล เป็นบริการที่ช่วยเหลือ ส่งเสริมและพัฒนาในด้านต่างๆ ดังนี้ การช่วยเหลือด้านทุนการศึกษาการวางแผนในการเลือกรายวิชาที่เรียนและส่งเสริมพัฒนาศักยภาพในด้านต่างๆให้เต็มตามศักยภาพของแต่ละบุคคล 5) บริการติดตามผล มีครูแนะแนวปฏิบัติหน้าที่ร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ฝ่ายต่างๆ เพื่อติดตามผล และให้บริการช่วยเหลือเพิ่มเติม ได้แก่ การติดตามผลนักเรียนที่ได้รับทุนการศึกษา การติดตามผลนักเรียนที่ออกกลางคันหรือมีปัญหา การติดตามผลนักเรียนที่จบออกไป นอกจากนี้ยังนำเอาผลที่ได้มาปรับปรุงบริการแนะแนวต่างๆ ให้ดียิ่งขึ้น

**2. การจัดกิจกรรมในและนอกห้องเรียน** ครูทุกคนร่วมรับผิดชอบ และมีหน้าที่จัดกิจกรรมแนะแนว โดยมีครูแนะแนว เป็นที่ปรึกษาและประสานงาน ร่วมกันวางแผนและหาวิธีการที่เหมาะสมมาใช้พัฒนานักเรียน โดยสามารถดำเนินกิจกรรมดังนี้

**กิจกรรมในห้องเรียน** มีแนวทางในการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) กิจกรรมคาบแนะแนว 2) กิจกรรมโฮมรูม 3) การสอดแทรกกระบวนการแนะแนว

**กิจกรรมนอกห้องเรียน** มีแนวทางในการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) กิจกรรมกลุ่มทางจิตวิทยาและการแนะแนว เช่น โปรแกรมพัฒนาตนเองเกี่ยวกับการรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเอง 2) การอบรมเชิงปฏิบัติการ เช่น อบรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา อบรมเกี่ยวกับทักษะชีวิต 3) การทัศนศึกษาแหล่งวิทยาการและสถานประกอบการ 4) ตลาดนัดอาชีพ 5) การเชิญวิทยากรให้ความรู้ ได้แก่ ผู้ปกครอง นักเรียน ศิษย์เก่า ภูมิปัญญาท้องถิ่น 6) การจัดนิทรรศการ 7) การจัดปายนิเทศ 8) การปฐมนิเทศ 9) การปัจฉิมนิเทศ 10) การจัดเสียงตามสาย 11) ชุมนุมแนะแนว 12) กิจกรรมพบผู้ปกครอง 13) กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน

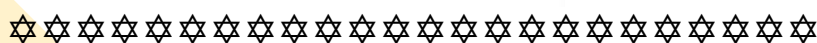
ในการจัดกิจกรรมแนะแนว ควรมีการเสริมสร้างในเรื่องของ **สมรรถนะทางการแนะแนว** เข้าไปด้วย ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้มีแนวทางในการพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพในแต่ละด้านเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย

**สมรรถนะทางการแนะแนว** หมายถึง คุณลักษณะที่ต้องการให้นักเรียนทุกคนมีและสามารถนำไปใช้กับตนเองได้อย่างเหมาะสมซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้ครูควรส่งเสริมด้านต่างๆ ได้แก่ **ความรู้ (Knowledge)** หมายถึง ความรู้เฉพาะด้านของเด็ก เช่น ความรู้ภาษาอังกฤษ ความรู้ด้านคณิตศาสตร์ ความรู้ด้านภาษา เป็นต้น **ทักษะ (Skills)** หมายถึง สิ่งที่เด็กกระทำได้ดี และฝึกปฏิบัติเป็นประจำจนเกิดความชำนาญ เช่น ทักษะการอ่าน การเขียน การวาดภาพ การร้องเพลง การทำอาหาร เป็นต้น **ภาพลักษณ์ภายในตน (Self-image/Self-concept)** หมายถึง ทศนคติ ค่านิยม และความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเองหรือสิ่งที่เด็กเชื่อว่าตนเองเป็น เช่น คนที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง จะเชื่อว่าตนเองสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ **คุณลักษณะภายในหรืออุปนิสัย (Traits)** หมายถึง บุคลิกลักษณะประจำตัวของเด็ก เป็นสิ่งที่อธิบายถึงเด็กคนนั้น เช่น เป็นคนที่น่าเชื่อถือและไว้วางใจ หรือมีลักษณะเป็นผู้นำ เป็นต้น **แรงจูงใจ (Motive)** หมายถึง แรงขับภายใน ซึ่งทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่มุ่งสู่สิ่งที่เป็นเป้าหมาย เช่น เด็กที่มุ่งผลสัมฤทธิ์ มักชอบตั้งเป้าหมายที่ท้าทายและพยายามทำงานสำเร็จตามเป้าที่ตั้งไว้ ตลอดจนพยายามปรับปรุงการทำงานของตนเองตลอดเวลา ในการจัดกิจกรรมแนะแนวควรสร้างเสริมคุณลักษณะให้สอดคล้องกับสมรรถนะทางการแนะแนวในแต่ละด้านอย่างเหมาะสม ซึ่งมีอยู่ทั้งหมดด้วยกัน 3 ด้าน ได้แก่

**1. สมรรถนะด้านการศึกษา** หมายถึง การมีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องเกี่ยวกับการเรียน สามารถนำข้อมูลความรู้ที่ได้รับมาใช้ในการวางแผนในด้านการเรียนและการศึกษาต่อเพื่อพัฒนาตนเองด้านการเรียนได้เต็มตามศักยภาพ

**2. สมรรถนะด้านอาชีพ** หมายถึง การมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพ ตลอดจนมีเจตคติ และค่านิยมที่ดีต่ออาชีพ มีข้อมูล/ประสบการณ์ด้านอาชีพ เพื่อให้มีทักษะในการตัดสินใจวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำได้เต็มตามศักยภาพ

**3. สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม** หมายถึง การรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข





## แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว

## กิจกรรมแนะแนวระดับชั้นประถมศึกษาที่ 4-6

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) มุ่งพัฒนาผู้เรียน ให้ความสมดุลด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม จิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในการปกครอง ตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็น ต่อการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ และการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญบนพื้นฐานความเชื่อว่า ทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ

กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จัก เข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการร่วมพัฒนาผู้เรียน ทั้งนี้การแนะแนวในระดับประถมศึกษาครอบคลุม สาระสำคัญเกี่ยวกับหลักการและกฎ กติกาที่สำคัญ การสร้างเสริมเจตคติทางบวกต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต การมีส่วนร่วม และความรับผิดชอบต่อตนเอง

การกำหนดโครงสร้างกิจกรรมแนะแนวระดับชั้นประถมศึกษาที่ 4-6 นี้ ดำเนินการโดยอาศัยหลักการ แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ ทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม และทฤษฎีพัฒนาการทางอาชีพ เพื่อกำหนดค่าน้ำหนัก ของการแนะแนวด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ซึ่งนำไปสู่การวิเคราะห์วัตถุประสงค์ของกิจกรรม แนะแนวตามที่กำหนดในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และการออกแบบกิจกรรม แนะแนวได้อย่างเหมาะสมกับช่วงวัยของผู้เรียน ดังรายละเอียดดังนี้

| ระดับชั้น           | ค่าน้ำหนัก (ร้อยละ) |           |                     | รวม |
|---------------------|---------------------|-----------|---------------------|-----|
|                     | ด้านการศึกษา        | ด้านอาชีพ | ด้านส่วนตัวและสังคม |     |
| ประถมศึกษาปีที่ 4-6 | 25                  | 25        | 50                  | 100 |

**หมายเหตุ** โครงสร้างกิจกรรมแนะแนวนี้อาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ดังนั้นการจัดกิจกรรมแนะแนว จึงจำเป็นต้องจัดให้กับนักเรียนทุกคนอย่างต่อเนื่องในทุกระดับชั้น และมีการดำเนินการจัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ เพื่อมุ่งส่งเสริมพัฒนาผู้เรียนให้พัฒนาตนเอง อย่างเต็มตามศักยภาพ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น พึ่งตนเอง มีทักษะในการเลือกแนวทางการศึกษาอาชีพ ส่วนตัวและสังคม มีสุขภาพจิตที่ดี มีจิตสำนึกในการทำประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติต่อไป

**สมรรถนะทางการแนะแนว** หมายถึง คุณลักษณะที่ต้องการให้นักเรียนทุกคนมีและสามารถนำไปใช้ กับตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งคุณลักษณะเหล่านี้ครูควรส่งเสริมด้านต่างๆ ได้แก่ ความรู้ (Knowledge) หมายถึง ความรู้เฉพาะด้านของเด็ก เช่น ความรู้ภาษาอังกฤษ ความรู้ด้านคณิตศาสตร์ ความรู้ด้านภาษา เป็นต้น ทักษะ (Skills) หมายถึง สิ่งที่ได้กระทำได้ดี และฝึกปฏิบัติเป็นประจำจนเกิดความชำนาญ เช่น ทักษะการอ่าน การเขียน การวาดภาพ การร้องเพลง การทำอาหาร เป็นต้น ภาพลักษณ์ภายในตน (Self-image/Self-concept)

หมายถึง ทักษะ ค่านิยมและความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพลักษณ์ของตนเองหรือสิ่งที่เด็กเชื่อว่าตนเองเป็น เช่น คนที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง จะเชื่อว่าตนเองสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ คุณลักษณะภายในหรืออุปนิสัย (Traits) หมายถึง บุคลิกลักษณะประจำตัวของเด็ก เป็นสิ่งที่อธิบายถึงเด็กคนนั้น เช่น เป็นคนที่น่าเชื่อถือและไว้วางใจ หรือมีลักษณะเป็นผู้นำ เป็นต้น แรงจูงใจ(Motive) หมายถึง แรงขับภายใน ซึ่งทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่มุ่งสู่สิ่งที่เป็นเป้าหมาย เช่น เด็กที่มุ่งผลสัมฤทธิ์ มักชอบตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย และพยายามทำงานสำเร็จตามเป้าที่ตั้งไว้ ตลอดจนพยายามปรับปรุงการทำงานของตนเองตลอดเวลาในการจัดกิจกรรมแนะแนวควรสร้างเสริมคุณลักษณะให้สอดคล้องกับสมรรถนะทางการแนะแนวในแต่ละด้านอย่างเหมาะสม ซึ่งมีอยู่ทั้งหมดด้วยกัน 3 ด้าน ได้แก่

**1. สมรรถนะด้านการศึกษา** หมายถึง การมีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องเกี่ยวกับการเรียน สามารถนำข้อมูลความรู้ที่ได้รับมาใช้ในการวางแผนในด้านการเรียนและการศึกษาต่อเพื่อพัฒนาตนเองด้านการเรียนได้เต็มตามศักยภาพ ซึ่งมีรายละเอียด 4 สมรรถนะ ดังนี้

- 1.1 รู้และเข้าใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร
- 1.2 มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- 1.3 ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา
- 1.4 พัฒนาตนเองด้านการเรียนได้เต็มศักยภาพ

**2. สมรรถนะด้านอาชีพ** หมายถึง การมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพ ตลอดจนมีเจตคติ และค่านิยมที่ดีต่ออาชีพ มีข้อมูล/ประสบการณ์ด้านอาชีพ เพื่อให้มีทักษะในการตัดสินใจวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ ซึ่งมีรายละเอียด 3 สมรรถนะ ดังนี้

- 2.1 การเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องอาชีพ
- 2.2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ
- 2.3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ

**3. สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม** หมายถึง การรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งมีรายละเอียด 4 สมรรถนะดังนี้

- 3.1 รู้จักและเข้าใจตนเอง
- 3.2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- 3.3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
- 3.4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

# โครงสร้างการจัดกิจกรรมแนะแนว

**โครงสร้างกิจกรรมแนะแนวระดับชั้นประถมศึกษาที่ 4 – 6**  
**สมรรถนะด้านการศึกษา**

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                                                                                        | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                            | เรื่อง                              | จำนวน (ชั่วโมง) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------|
| ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ<br>ด้านส่วนตัวและสังคม                                                                                                           | 1. บอกคำอธิบายรายวิชา จุดมุ่งหมายการจัดกิจกรรม และการประเมินผลกิจกรรมแนะแนวได้<br>2. ปฏิบัติตนในการเรียนกิจกรรมแนะแนวถูกต้อง ตามจุดมุ่งหมายของกิจกรรม                                                            | ปฐมนิเทศ<br>การจัดกิจกรรม<br>แนะแนว | 1 ชั่วโมง       |
| 2. มีค่านิยมในการเรียนรู้<br>ตลอดชีวิต<br>3. ให้ข้อมูลในการวางแผน<br>การศึกษา                                                                           | 1. บอกความสำคัญของการศึกษา<br>2. แสวงหา สืบค้นข้อมูลด้าน การศึกษาต่อ<br>จากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ<br>3. บอกแนวทางในการเลือกศึกษาต่อเมื่อเรียนจบ<br>ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6                                             | โลกกว้างทาง<br>การศึกษา             | 2 ชั่วโมง       |
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดี<br>ต่อการเรียนรู้ตาม<br>หลักสูตร<br>2. มีค่านิยมในการเรียนรู้<br>ตลอดชีวิต                                                | 1. บอกความสนใจ ความถนัด ความสามารถ<br>ทางการศึกษาของตนเองได้<br>2. บอกคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จ<br>ทางการศึกษาที่ตนสนใจได้<br>3. บอกคุณลักษณะของตนที่สอดคล้องกับบุคคล<br>ที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา | My Idol                             | 2 ชั่วโมง       |
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดี<br>ต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร<br>2. มีค่านิยมในการเรียนรู้<br>ตลอดชีวิต<br>4. พัฒนาตนเอง<br>ด้านการเรียน<br>ได้เต็มศักยภาพ | 1. บอกความสนใจ ความถนัด และความสามารถ<br>ทางการเรียนของตนเองได้<br>2. บอกความสำคัญด้านความสามารถทางการเรียน<br>ของตนเองได้<br>3. สรุปทักษะที่สำคัญด้านต่าง ๆ ที่ตนเองมี<br>เพื่อประกอบการเลือกเรียนต่อได้        | ความถนัด<br>และทักษะ<br>ทางการเรียน | 2 ชั่วโมง       |
| 3. ให้ข้อมูลในการวางแผน<br>การศึกษา                                                                                                                     | 1. วางแผนการศึกษาของตนเองโดยคำนึงถึง<br>ความสามารถ ศักยภาพ ของตนเองและครอบครัว<br>2. เลือกแนวทางการศึกษาต่อที่เหมาะสม                                                                                            | ทางเลือก                            | 3 ชั่วโมง       |

### สมรรถนะด้านการศึกษา (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                          | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                                                               | เรื่อง                | จำนวน (ชั่วโมง) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------|
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร<br>3. ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา | 1. บอกผลการเรียนรายวิชาต่างๆ ของตนเองในระดับชั้นที่ผ่านมา<br>2. บอกระดับผลการเรียนในรายวิชาจำเป็นที่สอบ O-NET<br>3. บอกระดับผลการเรียนรายวิชาที่ใช้ในการสอบเข้าเรียนต่อระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น<br>4. เสนอแนวทางในการพัฒนาตนเองด้านการเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมในการสอบและศึกษาต่อ | มุมมอง<br>มุมมองกลับ  | 3 ชั่วโมง       |
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร                                    | 1. บอกความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการเรียนของตนได้<br>2. เข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลได้<br>3. แสดงการยอมรับกับสิ่งที่ตนเองมีและเข้าใจผู้อื่นด้านความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการเรียน                                                                               | ความแตกต่าง           | 3 ชั่วโมง       |
| 2. มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต<br>4. พัฒนตนเองด้านการเรียนได้เต็มศักยภาพ              | 1. บอกรูปแบบการเรียนรู้ของตนเองได้<br>2. สืบค้นและเรียนรู้ปัญหาของตนเองได้<br>3. บอกวิธีการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ของตนเองได้                                                                                                                                                        | การเรียนรู้<br>ของฉัน | 3 ชั่วโมง       |
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร<br>3. ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา | 1. บอกข้อมูลด้านความรู้ ความสนใจ ความสามารถ และเป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้<br>2. บอกเป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้<br>3. เลือกวิธีการไปสู่เป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้                                                                                          | ฝันให้ไกล<br>ไปให้ถึง | 3 ชั่วโมง       |
| 4. พัฒนตนเองด้านการเรียนได้เต็มศักยภาพ                                                    | 1. ระบุรายวิชาที่ผลการเรียนยังไม่เป็นที่พอใจ พร้อมสาเหตุที่ได้ระดับผลการเรียนเช่นนั้นได้<br>2. บอกวิธีการพัฒนาให้ระดับผลการเรียนดีขึ้นได้                                                                                                                                           | แก้ไขได้              | 1 ชั่วโมง       |

### สมรรถนะด้านการศึกษา (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                       | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                                                    | เรื่อง                  | จำนวน (ชั่วโมง) |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------|
| 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร | 1. ระบุกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ตนเองสนใจได้<br>2. บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ ได้                                                                                                                                                                             | วิชาโปรด<br>ประโยชน์มาก | 2 ชั่วโมง       |
| 4. พัฒนาตนเอง ด้านการเรียนรู้ ได้เต็มศักยภาพ           | 1. อธิบายสภาพการเรียนรู้ของตนเองด้วยการสำรวจ<br>ปัญหาการเรียนรู้ได้<br>2. สรุปสาเหตุของการมีผลการเรียนที่ดีและไม่ดี<br>ของตนเองได้<br>3. ยกตัวอย่างวิธีแก้ปัญหาและปรับปรุงการเรียนรู้<br>ของตนเองตามสาเหตุได้<br>4. ระบุวิธีการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน<br>ของตนเองได้ | วิธีคิด<br>ของนักปราชญ์ | 3 ชั่วโมง       |



### สมรรถนะด้านอาชีพ

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                                         | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                         | เรื่อง                     | จำนวน (ชั่วโมง) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------|
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ<br>2. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ                                      | 1. บอกลักษณะของอาชีพที่ตนเองสนใจ<br>2. บอกคุณลักษณะของตนเองที่สอดคล้องกับอาชีพที่สนใจ<br>3. บอกข้อดีของอาชีพที่ตนเองอยากเป็น                                                                                  | โตขึ้นจะเป็นอะไร           | 3               |
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ                                                                             | 1. บอกสาเหตุที่ทำให้โลกอาชีพมีการเปลี่ยนแปลง<br>2. บอกผลกระทบต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคต                                                                                                              | โลกอาชีพที่เปลี่ยนไป       | 3               |
| 2. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ<br>3. มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำตามศักยภาพ | 1. อธิบาย/ให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่เลือกแสดงบทบาทสมมติในตลาดนัดอาชีพได้<br>2. สามารถสืบค้นข้อมูลอาชีพจากเว็บไซต์ต่างๆ ได้<br>3. วางแผนการเรียนไปสู่อาชีพในอนาคตได้                                           | सानฝันสู่อาชีพ             | 3               |
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ<br>2. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ                                      | 1. รู้จักอาชีพในชุมชนของตนเอง<br>2. ศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน                                                                                                                          | อาชีพที่ฉันรู้จัก          | 1               |
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ<br>3. มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำตามศักยภาพ        | 1. บอกคุณลักษณะของตนเองที่สอดคล้องกับอาชีพที่สนใจ<br>2. บอกความสนใจ ความถนัดความสามารถทางการเรียนและอาชีพของตนเองได้<br>3. ใช้ข้อมูลของตนเองในด้านความสนใจ ความถนัดความสามารถ เพื่อวางแผนการเลือกอาชีพที่สนใจ | ความถนัดสู่อาชีพ           | 3               |
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ<br>3. มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำตามศักยภาพ        | 1. สำรวจความสนใจเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง<br>2. แสดงความคิดเห็น ความสนใจ ความถนัดความสามารถ เพื่อวางแผนการเลือกอาชีพที่สนใจ<br>3. วางแผนการเรียนไปสู่อาชีพในอนาคตได้                                             | ความสนใจนำไปสู่อาชีพที่รัก | 3               |



สมรรถนะด้านอาชีพ (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                                             | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                        | เรื่อง          | จำนวน (ชั่วโมง) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ<br>2. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ                                          | 1. ศึกษา สํารวจ อาชีพที่มีคุณค่าและสะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน<br>2. บอกอาชีพที่มีคุณค่าและสะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน<br>3. เสนอแนวทางในการอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ในท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไป                    | อาชีพเอกลักษณ์  | 3               |
| 2. มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ<br>3. มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ | 1. บอกความประทับใจที่มีต่อบุคคลที่เป็นต้นแบบทางอาชีพที่นักเรียนชื่นชอบได้<br>2. ศึกษา ค้นคว้าเกี่ยวกับบุคคลต้นแบบอาชีพที่นักเรียนของนักเรียน<br>3. อภิปราย แลกเปลี่ยนเรียนรู้บุคคลต้นแบบอาชีพของนักเรียนกับเพื่อนในชั้นเรียน | Idol อาชีพ      | 4               |
| 2. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ                                                                                 | 1. ยกตัวอย่างคุณลักษณะของอาชีพสุจริตได้<br>2. อภิปรายความสำคัญของอาชีพต่างๆ ได้<br>3. ทดลองทำกิจกรรมประสบการณ์เกี่ยวกับอาชีพที่สนใจได้                                                                                       | วงเวียนสัมมาชีพ | 4               |
|                                                                                                              | 1. อธิบายเหตุผลในการเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเองได้<br>2. เลือกบุคคลตัวอย่างด้านอาชีพที่เป็นไอดอลได้                                                                                                                         | รอบรู้ Idol     | 2               |
|                                                                                                              | 1. ค้นหาข้อมูลอาชีพที่ตนเองสนใจจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้<br>2. เลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความรอบครอบได้                                                                                          | พลิกฝันครู      | 2               |
|                                                                                                              | 1. ยกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจตามความใฝ่ฝันได้<br>2. บอกอาชีพที่ตนเองสนใจได้ 5 อาชีพ                                                                                                                                         | ตามหาความฝัน    | 2               |

สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                           | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                             | เรื่อง             | จำนวน (ชั่วโมง) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง                                                                    | 1. สำรวจสิ่งที่เปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัย<br>2. สรุปสิ่งที่เปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัย                                                                                                           | พัฒนาการตามช่วงวัย | 2               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น                            | 1. อธิบายการเกิดความคิด ความรู้สึกอารมณ์ของบุคคล<br>2. ระบุความคิด ความรู้สึกของตนเองเมื่อกระทบกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้<br>3. จำแนกความคิด ความรู้สึก อารมณ์ด้านบวกและลบได้                         | รู้เขา รู้เรา      | 2               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข              | 1. บอกความหมายบุคลิกภาพได้<br>2. อธิบายบุคลิกภาพของตนเองและเพื่อน<br>3. แสดงการยอมรับบุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่นทั้งด้านบวกและด้านลบ                                                              | รับได้ ใจเป็นสุข   | 2               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น                            | 1. บอกความรู้สึกที่ดีต่อร่างกายด้านบวกของตนเองและผู้อื่น<br>2. บอกความรู้สึกที่ดีต่อความคิดด้านบวกของตนเองและผู้อื่น<br>3. บอกความรู้สึกที่ดีต่ออารมณ์และจิตใจด้านบวกของตนเองและผู้อื่น           | ค่าของคน           | 2               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข              | 1. บอกอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง พร้อมสาเหตุ<br>2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผลมาแล้วกับกลุ่มเพื่อนได้<br>3. สรุปวิธีการที่จะเลือกไว้ใช้กับตนเอง | ผ่อนคลาย           | 2               |
| 2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น<br>4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข | 1. แสดงให้ผู้อื่นทราบว่าเราชื่นชมการกระทำที่ดีงามของเขา<br>2. ระบุวิธีการแสดงความชื่นชมผู้อื่นอย่างหลากหลาย<br>3. แสดงวิธีการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น<br>4. แสดงความชื่นชมให้ผู้อื่นรับรู้    | ชื่นชมยินดี        | 2               |

สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                                                                                                 | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                              | เรื่อง              | จำนวน (ชั่วโมง) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------|
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>3. มีวุฒิภาวะทางอารมณ์                                                                                | 1. บอกอารมณ์ของตนเองในสถานการณ์ต่างๆ<br>2. ศึกษาวิธีการควบคุมอารมณ์จากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ<br>3. บอกวิธีการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ                                              | การควบคุมอารมณ์     | 2               |
| 2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น<br>3. มีวุฒิภาวะทางอารมณ์<br>2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น<br>3. มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ | 1. บอกมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น<br>2. อธิบายวิธีแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น<br>3. แสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น                                          | มิตรไมตรี           | 2               |
| 4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข                                                                               | 1. บอกความสำคัญของการมีทักษะในศตวรรษที่ 21 ได้<br>2. บอกความสัมพันธ์เชื่อมโยงของทักษะในศตวรรษที่ 21 กับนักเรียนได้                                                                 | ทักษะในศตวรรษที่ 21 | 2               |
|                                                                                                                                  | 1. บอกความหมายของสารเสพติดได้<br>2. มีทักษะในการป้องกันสารเสพติด<br>3. ระบุวิธีการป้องกันตนเองจากสารเสพติดได้                                                                      | สารเสพติด           | 2               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น<br>4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข            | 1. สรรวจบุคลิกภาพที่ดีที่คนในสังคมให้การยอมรับ<br>2. บอกบุคลิกภาพที่ดีของตนเองได้และบุคลิกภาพที่ต้องพัฒนา<br>3. เสนอแนวทางในการพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับตนเอง                    | บุคลิกภาพที่ใช่     | 3               |
| 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง<br>4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข                                                    | 1. บอกการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจของตนเอง<br>2. บอกพัฒนาการของวัยรุ่นในช่วงอายุ 11-13 ปี ได้<br>3. ระบุวิธีการปรับตัวที่ดีและเหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่น ช่วงอายุ 11- 13 ปี | วัยรุ่น วัยรุ่น     | 3               |

สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                                           | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                                                                                                          | เรื่อง                       | จำนวน (ชั่วโมง) |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------|
| 4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข                         | 1. วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย ของสื่อออนไลน์ได้<br>2. บอกและใช้ website ที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนของตนเองได้<br>3. เลือกใช้ข้อมูลจากสื่อออนไลน์อย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์                                                                                          | ท่องโลกออนไลน์อย่างปลอดภัย   | 3               |
| 4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข                         | 1. ระบุโทษของสารเสพติดแต่ละประเภทได้<br>2. มีความรู้ความเข้าใจ โทษของสารเสพติดแต่ละประเภทได้<br>3. บอกวิธีปฏิบัติตนให้ห่างไกลจากสารเสพติดได้<br>4. รู้วิธีการปฏิบัติตนให้ห่างไกลจากสารเสพติดได้                                                                | เด็กไทยหัวใจห่างไกลสารเสพติด | 3               |
| 3. มีคุณภาพทางอารมณ์                                                       | 1. บอกสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนโกรธหรือเครียดได้<br>2. ระบุการปรับตัวที่ดีของตนเองที่เหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่นช่วงอายุ 10 -13 ปี<br>3. เสนอแนววิธีการจัดการอารมณ์และความเครียดตามสถานการณ์ต่างๆ ได้<br>4. สรุปวิธีการ สร้างความมั่นคง ทางอารมณ์ที่เหมาะสมตนเอง | เมื่อเข้ามาได้ก็ผ่านไปได้    | 3               |
| 2. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น                                       | 1. แสดงความคิดเห็นต่อบุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่น<br>2. แสดงความคิดเห็นและชื่นชมบุคลิกภาพและการกระทำที่ดีของผู้อื่นด้วยคำพูดและภาษากาย<br>3. ยอมรับบุคลิกภาพของเพื่อนทั้งด้านดีและด้านที่ต้องพัฒนา                                                              | บุคลิกฉันบุคลิกเธอ           | 4               |
| 2. ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข | 1. แสดงออกถึงการเข้าใจตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น<br>2. แสดงพฤติกรรมยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากเพื่อน                                                                                                                                             | ฉันมีมิตรภาพ                 | 2               |

สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม (ต่อ)

| สมรรถนะการแนะแนว                                                            | จุดประสงค์การเรียนรู้                                                                                                                                                               | เรื่อง            | จำนวน (ชั่วโมง) |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------|
| 2. ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข | 1. บอกความสำคัญและการใช้กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules) ได้<br>2. ระบุพฤติกรรมที่กระทำที่ไม่พึงปฏิบัติต่อผู้อื่นได้<br>3. แสดงพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่นได้ | กฎการป้องกันตนเอง | 3               |
| 2. ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข | 1. บอกทักษะที่สำคัญจำเป็นต้องใช้สำหรับการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้<br>2. ระบุวิธีการในการเสริมสร้างทักษะชีวิตในการปฏิบัติตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข                          | สร้างสรรค์ทักษะ   | 2               |
| 2. ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข | 1. บอกความสำคัญของเพื่อนที่ดีได้<br>2. แสดงพฤติกรรมการยอมรับบุคลิกภาพของเพื่อนทั้งด้านดีและด้านที่ต้องพัฒนาได้<br>3. เสนอแนวทางการปรับตัวอยู่ร่วมกับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม           | เราเพื่อนกัน      | 3               |

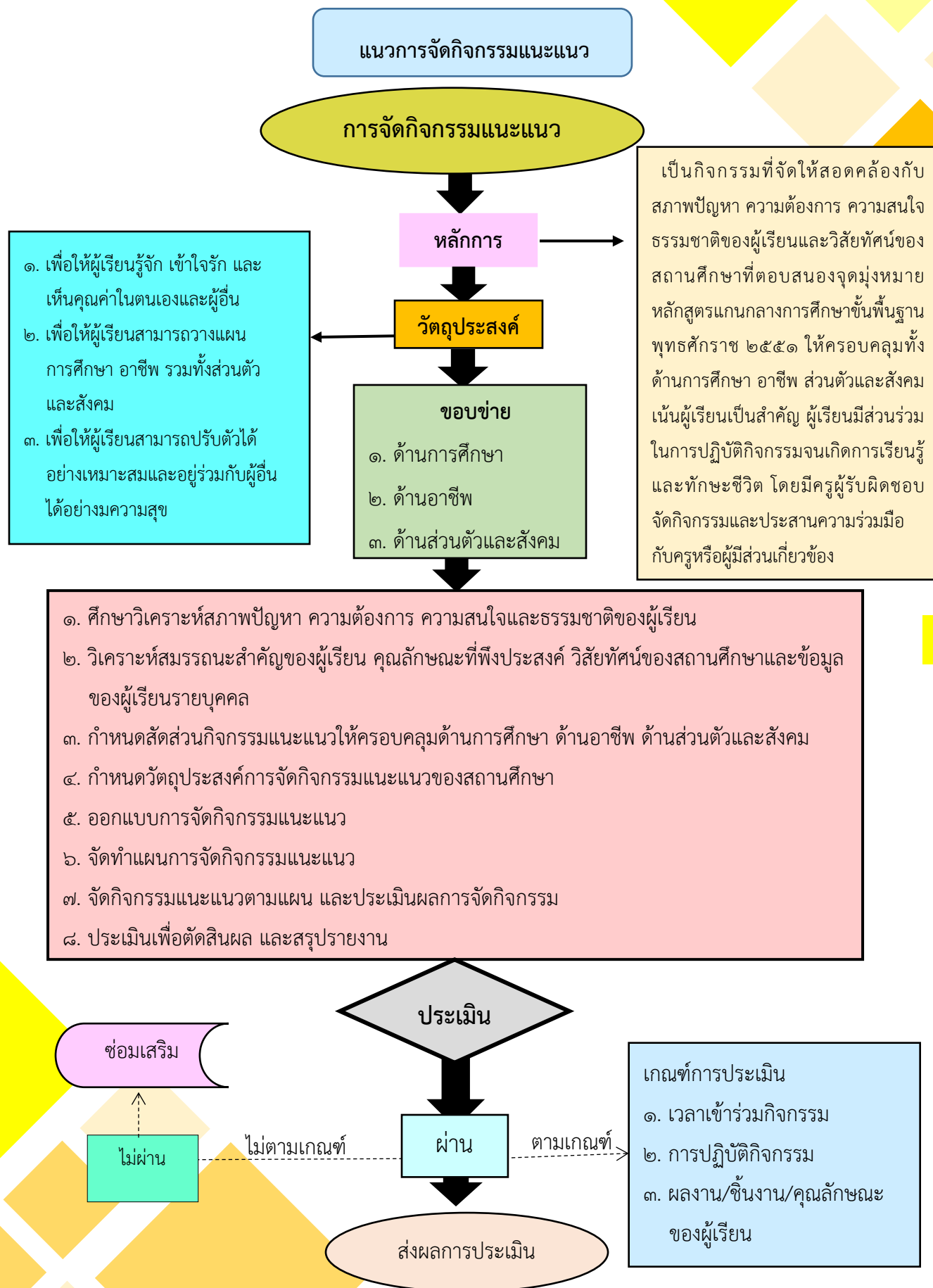


## ตารางสรุปกิจกรรมแนะแนวชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

| ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด/กิจกรรม   | สรุณณะ                                              | หมายเหตุ  |
|-----|-----------------------------|-----------------------------------------------------|-----------|
| 1   | ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว       | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา<br>อาชีพ ส่วนตัวและสังคม | 1 ชั่วโมง |
| 2   | โลกกว้างทางการศึกษา         | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 2 ชั่วโมง |
| 3   | My Idol                     | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 2 ชั่วโมง |
| 4   | ความถนัดและทักษะทางการเรียน | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 2 ชั่วโมง |
| 5   | ทางเลือก                    | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 6   | มุมมอง มุมกลับ              | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 7   | ความแตกต่าง                 | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 8   | การเรียนรู้ของฉัน           | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 9   | ฝันให้ไกลไปให้ถึง           | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 10  | แก้ไขได้                    | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 1 ชั่วโมง |
| 11  | วิชาโปรดประโยชน์มาก         | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 12  | วิธีคิดของนักปราชญ์         | หน่วยการจัดกิจกรรมการศึกษา                          | 3 ชั่วโมง |
| 13  | โตขึ้นจะเป็นอะไร            | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 14  | โลกอาชีพที่เปลี่ยนไป        | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 15  | सानฝันสู่อาชีพ              | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 16  | อาชีพที่ฉันรู้จัก           | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 1 ชั่วโมง |
| 17  | ความถนัดสู่อาชีพ            | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 18  | ความสนใจนำไปสู่อาชีพที่รัก  | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 19  | อาชีพเอกลักษณ์              | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 3 ชั่วโมง |
| 20  | Idol อาชีพ                  | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 4 ชั่วโมง |
| 21  | วงเวียนสัมมาชีพ             | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 4 ชั่วโมง |
| 22  | รอบรู้ Idol                 | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 2 ชั่วโมง |
| 23  | พลิกฝันกูรู                 | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 2 ชั่วโมง |
| 24  | ตามหาความฝัน                | หน่วยการจัดกิจกรรมอาชีพ                             | 2 ชั่วโมง |

ตารางสรุปกิจกรรมแนะแนวชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 (ต่อ)

| ที่ | หัวข้อ/รายละเอียด/กิจกรรม    | สาระ                              | หมายเหตุ  |
|-----|------------------------------|-----------------------------------|-----------|
| 25  | พัฒนาการตามช่วงวัย           | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 26  | รู้เขา รู้เรา                | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 27  | รับได้ ใจเป็นสุข             | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 28  | ค่าของคน                     | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 29  | ผ่อนคลาย                     | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 30  | ชื่นชมยินดี                  | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 31  | การควบคุมอารมณ์              | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 32  | มิตรไมตรี                    | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 33  | ทักษะในศตวรรษที่ 21          | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 34  | สารเสพติด                    | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 35  | บุคลิกภาพที่ใช้              | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 36  | วัยรุ่น วัยรุ่น              | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 37  | ท่องโลกออนไลน์อย่างปลอดภัย   | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 38  | เด็กไทยหัวใจห่างไกลสารเสพติด | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 39  | เมื่อเข้ามาได้ก็ผ่านไป       | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 40  | บุคลิกฉัน บุคลิกเธอ          | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 4 ชั่วโมง |
| 41  | ฉันที่มีรูปภาพ               | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 42  | กฎการป้องกันตนเอง            | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |
| 43  | สร้างสรรค์ทักษะ              | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 2 ชั่วโมง |
| 44  | เราเพื่อนกัน                 | หน่วยการจัดกิจกรรมส่วนตัวและสังคม | 3 ชั่วโมง |





## กิจกรรมแนะแนวระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6

กิจกรรมแนะแนวประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียน รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนด้านการเรียน และอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จัก เข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครอง ในการร่วมพัฒนาผู้เรียน ทั้งนี้ การแนะแนวประถมศึกษาครอบคลุมสาระสำคัญ เกี่ยวกับหลักการ กฎ กติกาที่สำคัญ การสร้างเสริมเจตคติทางบวกต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต การมีส่วนร่วมและความรับผิดชอบต่อตนเอง

การกำหนดโครงสร้างกิจกรรมดำเนินการโดยอาศัยหลักการคิดจากทฤษฎีพัฒนาการทางอาชีพ ทางสังคม และการเรียนรู้ เพื่อกำหนดค่าน้ำหนักของการแนะแนวด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ซึ่งนำไปสู่การวิเคราะห์ และการออกแบบกิจกรรมแนะแนว รายละเอียดดังนี้

### ตารางสรุปกิจกรรมการแนะแนว

| ด้านการศึกษา (25%)             | ด้านอาชีพ (25%)               | ด้านส่วนตัวและสังคม (50%)        |
|--------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 1. ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว       | 1. โตขึ้นจะเป็นอะไร           | 1. พัฒนาการตามช่วงวัย            |
| 2. โลกกว้างทางการศึกษา         | 2. โลกอาชีพที่เปลี่ยนไป       | 2. รู้เขา รู้เรา                 |
| 3. My Idol                     | 3. สานฝันสู่อาชีพ             | 3. รับผิดชอบ เป็นสุข             |
| 4. ความถนัดและทักษะทางการเรียน | 4. อาชีพที่ฉันรู้จัก          | 4. ค่าของคน                      |
| 5. ทางเลือก                    | 5. ความถนัดสู่อาชีพ           | 5. ผ่อนคลาย                      |
| 6. มุมมอง มุมกลับ              | 6. ความสนใจนำไปสู่อาชีพที่รัก | 6. ชื่นชมยินดี                   |
| 7. ความแตกต่าง                 | 7. อาชีพเอกลักษณ์             | 7. การควบคุมอารมณ์               |
| 8. การเรียนรู้ของฉัน           | 8. Idol อาชีพ                 | 8. มิตรไมตรี                     |
| 9. ฝันให้ไกลไปให้ถึง           | 9. วงเวียนสัมมาชีพ            | 9. ทักษะในศตวรรษที่ 21           |
| 10. แก้ไขได้                   | 10. รอบรู้ Idol               | 10. สารเสพติด                    |
| 11. วิชาโปรดประโยชน์มาก        | 11. พลิกฝันสู่                | 11. บุคลิกภาพที่ใช่              |
| 12. วิธีคิดของนักปราชญ์        | 12. ตามหาความฝัน              | 12. วัยรุ่น วัยรุ่น              |
|                                |                               | 13. ท่องโลกออนไลน์อย่างปลอดภัย   |
|                                |                               | 14. เด็กไทยหัวใจห่างไกลสารเสพติด |
|                                |                               | 15. เมื่อเข้ามาได้ก็ผ่านไปได้    |
|                                |                               | 16. บุคลิกฉัน บุคลิกเธอ          |
|                                |                               | 17. ฉันที่มีมิตรภาพ              |
|                                |                               | 18. กฎการป้องกันตนเอง            |
|                                |                               | 19. สร้างสรรค์ทักษะ              |
|                                |                               | 20. เราเพื่อนกัน                 |

แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว  
ด้านการศึกษา

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 1

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 1 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนกิจกรรมหนึ่งที่สถานศึกษาต้องจัดให้นักเรียนในทุกช่วงชั้นการศึกษาเพื่อส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคลทำให้นักเรียนสามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน อีกทั้งเสริมสร้างนักเรียนในด้านทักษะชีวิต ภูมิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ การสร้างสัมพันธภาพที่ดี ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงาน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อ 1 รู้ เข้าใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกคำอธิบายรายวิชา จุดมุ่งหมายการจัดกิจกรรม และการประเมินผลกิจกรรมแนะแนวได้
- 3.2 ปฏิบัติตนในการเรียนกิจกรรมแนะแนวถูกต้องตามจุดมุ่งหมายของกิจกรรม

### 4. สาระการเรียนรู้

กิจกรรมแนะแนว

### 5. ชิ้นงาน / ภาระงาน (ถ้ามี)

- 5.1 การร่วมกันอภิปราย
- 5.2 ใบงานเรื่อง สำรวจความต้องการของนักเรียน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

6.1 ครูแนะนำตนเองให้นักเรียนรู้จักโดยบอกชื่อ-สกุล วิชาที่สอน ระดับชั้นที่สอน และห้องพักครูที่อยู่ประจำ ต่อจากนั้นให้นักเรียนแนะนำตัวเองทีละคน โดยนักเรียนลุกขึ้นยืนและแนะนำชื่อ นามสกุล และชื่อเล่นของตน

6.2 ครูอธิบายถึงธรรมชาติกิจกรรมแนะแนว จุดมุ่งหมายการจัดกิจกรรม คำอธิบายรายวิชา กิจกรรมแนะแนว คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว และการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ดังกล่าว

6.3 ครูอธิบายถึงเวลาเรียนตามโครงสร้างหลักสูตรตลอดการศึกษาที่กำหนดไว้ 40 ชั่วโมง ภาคเรียนละ 20 ชั่วโมง นักเรียนต้องมีเวลาเรียนในแต่ละภาคเรียน ไม่น้อยกว่า 16 ชั่วโมง ขาดเรียนได้ไม่เกิน 4 ครั้ง ถ้าขาดเกินต้องเรียนเพิ่มเติมให้ครบตามเกณฑ์

6.4 ครูชี้แจงแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว เช่น การทำกิจกรรมกลุ่ม การทำกิจกรรมเป็นรายบุคคล และการประเมินผลกิจกรรมซึ่งมีการวัดผลประเมินผลตามจุดประสงค์ การสังเกตพฤติกรรม และประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

6.5 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว และร่วมอภิปรายกับครูดังนี้

- กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
- กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียนตามความแตกต่าง

ระหว่างบุคคล

- คาบกิจกรรมแนะแนวมีการจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้จักเข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่นมีการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการปรับตัวและการดำรงชีวิต และขอช่วยในการจัดกิจกรรมแนะแนว ด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม

6.6 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมแนะแนว การเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว การปฏิบัติกิจกรรม และการวัดผลประเมินผล

6.7 มอบหมายให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง สำรวจความต้องการของนักเรียน

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบความรู้เรื่อง ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว

7.2 ใบงานเรื่อง สำรวจความต้องการของนักเรียน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจประเมินจากใบงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินใบงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                               |
|---------|---------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา    |

## ใบความรู้ เรื่อง ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว

### กิจกรรมแนะแนว

เป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนกิจกรรมหนึ่งที่สถานศึกษาต้องจัดให้นักเรียนในทุกช่วงชั้นการศึกษาเพื่อส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียนให้เหมาะสม ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ทำให้นักเรียนสามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน อีกทั้งเสริมสร้างนักเรียนในด้านทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดี ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ

### คำอธิบายกิจกรรมแนะแนว

เข้าใจและค้นหาจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง มีความพึงพอใจในตนเองตามสภาพที่เป็นอยู่ สามารถแก้ปัญหาด้วยตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัย มีทักษะในการตัดสินใจอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์เรียนรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น วางแผนอนาคตอย่างเป็นระบบ และมีข้อมูลประกอบที่ถูกต้อง มีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย

### จุดมุ่งหมายของงานแนะแนว

งานแนะแนวที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อให้บริการแก่นักเรียน มีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. การแนะแนวการศึกษาโดยมุ่งหวังให้นักเรียนพัฒนาการเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพ รู้จักแสวงหาความรู้และวางแผนการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวด้านการเรียน และมีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน
2. การแนะแนวอาชีพช่วยให้นักเรียนรู้จักตนเองและโลกของงานอย่างหลากหลาย มีเจตคติและมีนิสัยที่ดีในการทำงาน มีโอกาสได้รับประสบการณ์และฝึกงานตามความถนัด ความสนใจ
3. การแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีอารมณ์มั่นคง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เข้าใจสิ่งแวดล้อม และสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข



## ใบความรู้ (ต่อ)

### เรื่อง ปฐมนิเทศกิจกรรมแนะแนว

#### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ในการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว มีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ดังนี้

1. กิจกรรมรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
2. กิจกรรมการตัดสินใจและแก้ปัญหา
3. กิจกรรมการปรับตัวและการดำรงชีวิต
4. กิจกรรมการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ



#### การวัดและประเมินผลกิจกรรมแนะแนว

1. ประเมินการผ่านจุดประสงค์การเรียนรู้
2. ประเมินจากการสังเกตพฤติกรรม และประเมินคุณลักษณะด้านคุณธรรม จริยธรรม ดังต่อไปนี้
  - 2.1 ด้านความมุ่งมั่นขยันหมั่นเพียรได้แก่ พฤติกรรมการปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายด้วยความตั้งใจและพฤติกรรมการทำงานตรงเวลา
  - 2.2 ด้านความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น ได้แก่ พฤติกรรมการยอมรับในผลงานตนเองและพฤติกรรมที่ไม่รบกวนผู้อื่น
  - 2.3 ด้านความมีระเบียบวินัย ได้แก่ พฤติกรรมการเข้าเรียนตรงเวลาและผลงานสะอาดเรียบร้อยถูกต้อง
  - 2.4 ด้านความสามัคคี ได้แก่ พฤติกรรมความร่วมมือกันปฏิบัติงานจนสำเร็จและพฤติกรรมที่มีความเป็นประชาธิปไตย
  - 2.5 ด้านความมีน้ำใจ ได้แก่ พฤติกรรมการช่วยเหลือเพื่อนและพฤติกรรมการอธิบายความรู้ให้ซึ่งกันและกัน
3. ประเมินจากการมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาทั้งหมดที่จัดกิจกรรม

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2555). **แนวทางการจัด**

**กิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราชการ 2551.** กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

## ใบงาน

### เรื่อง สำรวจความต้องการของนักเรียน

ชื่อ - สกุล.....ชั้นประถมศึกษาปีที่...../.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเขียนตัวเลข 1, 2, 3 ในช่องว่างหน้าข้อความ โดย 1 หมายถึง อันดับที่นักเรียนต้องการเลือกมากที่สุดและ 2, 3 เป็นอันดับที่ต้องการเลือกรองลงมาตามลำดับ

#### 1. วิชาที่นักเรียนชอบเรียนมากที่สุด

( ) ภาษาไทย      ( ) ภาษาอังกฤษ      ( ) คณิตศาสตร์      ( ) พลศึกษา  
( ) ศิลปะ      ( ) วิทยาศาสตร์      ( ) คอมพิวเตอร์      ( ) อื่นๆ.....

เหตุผล เพราะ .....

.....

#### 2. วิชาที่นักเรียนไม่ชอบเรียนมากที่สุด

( ) ภาษาไทย      ( ) ภาษาอังกฤษ      ( ) คณิตศาสตร์      ( ) พลศึกษา  
( ) ศิลปะ      ( ) วิทยาศาสตร์      ( ) คอมพิวเตอร์      ( ) อื่นๆ.....

เหตุผล เพราะ .....

.....

#### 3. สิ่งที่ทำนักเรียนทำได้ดีที่สุด คือ

อันดับ 1.....

อันดับ 2.....

อันดับ 3.....





## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 2

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การมีข้อมูลด้านการศึกษาที่หลากหลาย จะช่วยให้นักเรียนมองเห็นแนวทางในการไปสู่เป้าหมาย การวางแผนการศึกษาต่อได้เหมาะสมกับความสามารถ ความสนใจ และความถนัดของตนเอง

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 2 มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ข้อที่ 3 ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกข้อมูลในด้านการศึกษาต่อได้

3.2 แสวงหา สืบค้นข้อมูลด้านการศึกษาต่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ

3.3 บอกแนวทางในการเลือกศึกษาต่อเมื่อเรียนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 ข้อมูลในด้านการศึกษาต่อ

4.2 การแสวงหา สืบค้นข้อมูลด้านการศึกษาต่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ

4.3 แนวทางการศึกษาต่อเมื่อเรียนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

5.2 ใบงานเรื่อง เรียนอะไร เรียนที่ไหน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูและนักเรียนสนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับความสำคัญของการศึกษาต่อและเป้าหมายการเรียนรู้ของนักเรียนแต่ละคน

6.2 แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ 4 – 5 คน เพื่อสืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งศึกษาต่อที่นักเรียนสนใจจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ และบันทึกข้อมูลที่สืบค้นได้ลงในสมุดจดบันทึก

6.3 นักเรียนในกลุ่มร่วมกันนำเสนอข้อมูลที่ได้จากการสืบค้นพร้อมกับแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อมูลที่เพื่อนแต่ละคนสืบค้นและพิจารณาแบ่งประเภทของสถานศึกษา นักเรียนบันทึกข้อมูลลงในใบงาน เรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

## ชั่วโมงที่ 2

6.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอข้อมูลที่สืบค้นตามใบงานเรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

6.5 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับแนวทางการศึกษาต่อในประเด็นทางเลือกศึกษาต่อเมื่อเรียนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เช่น จากข้อมูลที่เพื่อนแต่ละกลุ่มนำเสนอ นักเรียนคิดว่าตัวเองสามารถศึกษาต่อในสถานศึกษาใดได้บ้าง

6.6 แจกแผนภูมิโลกกว้างทางการศึกษาสำหรับผู้จบ ป.6 และให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง เรียนอะไร เรียนที่ไหน

6.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่าการเลือกศึกษาต่อนั้นควรมีความสอดคล้องเหมาะสมกับความรู้ความสามารถ ความถนัด และความสนใจของตนเอง นักเรียนจึงจะประสบผลสำเร็จ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

7.2 ใบงานเรื่อง เรียนอะไร เรียนที่ไหน

7.3 แผนภูมิโลกกว้างทางการศึกษา สำหรับผู้จบ ป.6

7.4 แหล่งสืบค้นในโรงเรียน เช่น ห้องสมุด อินเทอร์เน็ต ผู้รู้ เป็นต้น

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจใบงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินใบงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                                                                    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา<br>ระดับคุณภาพผลงาน ดีมาก ดี พอใช้ ปรับปรุง (ระดับคุณภาพพอใช้ “ผ่านเกณฑ์”) |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา<br>ระดับคุณภาพ ปรับปรุง “ไม่ผ่านเกณฑ์”                                                  |

#### เกณฑ์การประเมินใบงาน

##### 1) ใบงานเรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

|                            |             |          |
|----------------------------|-------------|----------|
| แบ่งประเภทได้ 4 สาขาขึ้นไป | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| แบ่งประเภทได้ 2 – 3 สาขา   | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| แบ่งประเภทได้ 1 สาขา       | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| แบ่งประเภทไม่ได้           | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

##### 2) ใบงานเรื่อง เรียนอะไร เรียนที่ไหน

|                                   |             |          |
|-----------------------------------|-------------|----------|
| บอกชื่อและสถานที่ได้ 3 แห่งขึ้นไป | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| บอกชื่อและสถานที่ได้ 2 แห่ง       | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| บอกชื่อและสถานที่ได้ 1 แห่ง       | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| บอกไม่ได้                         | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

## เรื่อง โลกกว้างทางการศึกษา

สมาชิกของกลุ่ม

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

[illegible]

## ใบงาน

### เรื่อง เรียนอะไร เรียนที่ไหน

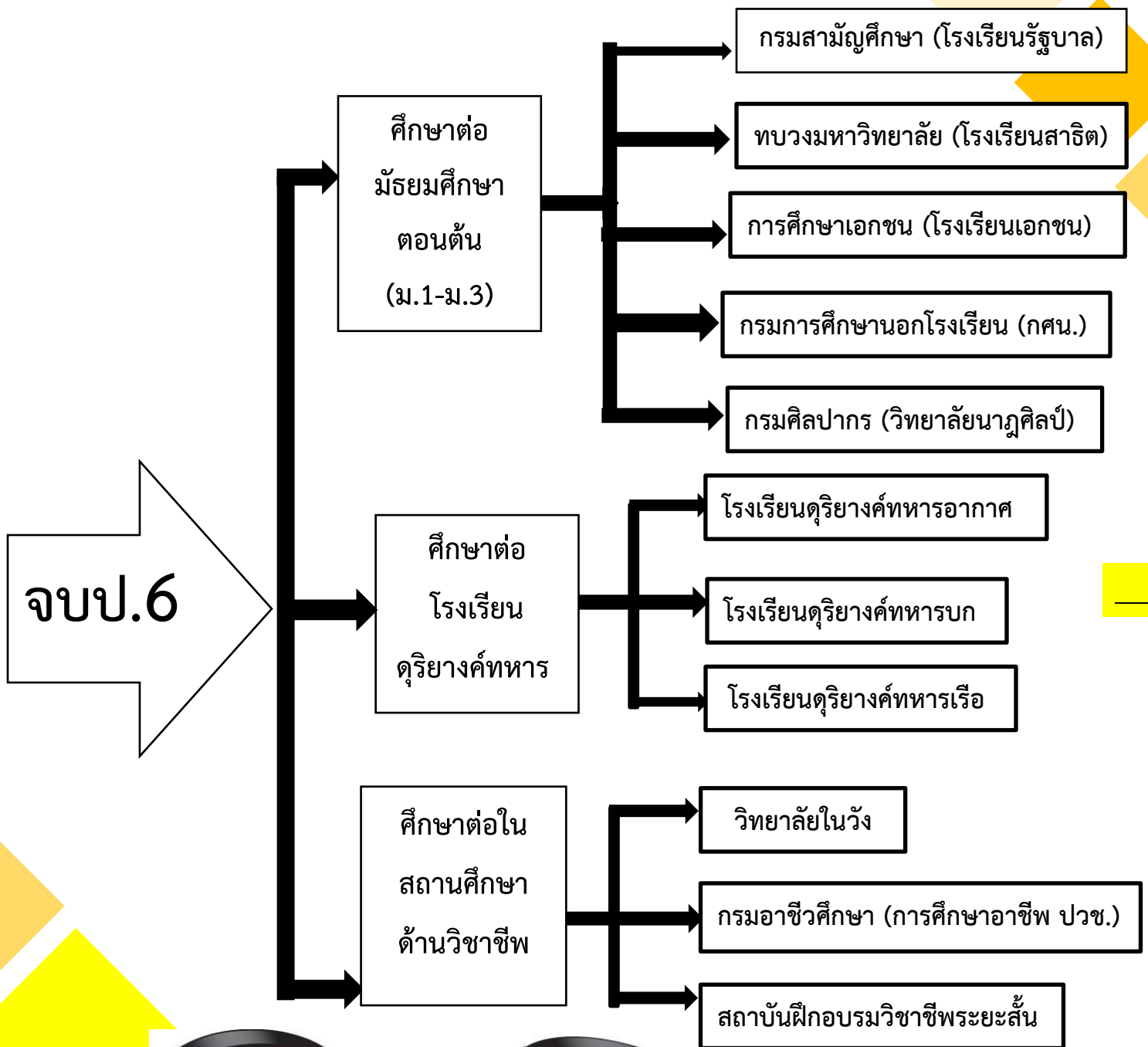
ชื่อ.....สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนระบุชื่อสถานศึกษาที่นักเรียนคิดว่ามีแนวโน้มที่จะสามารถเข้าศึกษาต่อเมื่อสำเร็จ  
การศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่6

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....



## แผนภูมิโลกกว้างการศึกษาต่อ สำหรับผู้จบชั้น ป.6



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 3

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง My Idol

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การรู้จักคุณลักษณะ ความสนใจ ความถนัด และความสามารถทางการศึกษาของตนเอง การแสวงหาคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาที่ตนสนใจสอดคล้องกับคุณลักษณะของตนเอง จะช่วยให้นักเรียนมีกำลังใจที่จะเรียน และสามารถวางแผนการศึกษาต่อไปในอนาคตได้อย่างเหมาะสม

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

ข้อที่ 2. มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการศึกษาของตนเองได้

3.2 บอกคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาที่ตนสนใจได้

3.3 บอกคุณลักษณะของตนที่สอดคล้องกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 ความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการศึกษาของตนเอง

4.2 คุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

4.3 คุณลักษณะของตนที่สอดคล้องกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง ลักษณะไอดอลการเรียนของฉัน

5.2 ใบงานเรื่อง คุณลักษณะของฉันกับ Idol

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูยกตัวอย่างบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา (ไอดอลทางการศึกษา) และอธิบายลักษณะของบุคคลนั้นให้นักเรียนฟัง

6.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4 – 5 คน แจกตัวอย่างบุคคล Idol ด้านการศึกษา ให้นักเรียนทุกกลุ่มให้ร่วมกันวิเคราะห์ลักษณะนิสัยของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาที่นักเรียนชื่นชอบพร้อมทั้งบันทึกลงในใบงานเรื่อง ลักษณะไอดอลการเรียนของฉัน

6.3 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการวิเคราะห์หน้าชั้นเรียน

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมและนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูทบทวนการจัดกิจกรรมในครั้งที่แล้วมา และสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับคุณลักษณะ  
ของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

6.6 ให้นักเรียนจับคู่ที่ดี วิเคราะห์ลักษณะของคู่ที่ดีที่ส่งผลให้ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

6.7 มอบหมายงานให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง คุณลักษณะของฉันกับ Idol

6.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงคุณลักษณะสำคัญที่จะทำให้ นักเรียนประสบความสำเร็จ  
ทางการศึกษา ครูให้ข้อเสนอเพิ่มเติมอีกครั้งเพื่อความสมบูรณ์

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง ลักษณะ Idol การเรียนของฉัน

7.2 ใบงานเรื่อง คุณลักษณะของฉันกับ Idol

7.3 ตัวอย่างบุคคล Idol ด้านการศึกษา

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจใบงาน/ผลงานการนำเสนอผลงานกลุ่ม

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินใบงาน/แบบประเมินการนำเสนอผลงานกลุ่ม

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                         |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ<br>และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                    |



### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                                                                    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา<br>ระดับคุณภาพผลงาน ดีมาก ดี พอใช้ ปรับปรุง (ระดับคุณภาพพอใช้ “ผ่านเกณฑ์”) |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา<br>ระดับคุณภาพ ปรับปรุง “ไม่ผ่านเกณฑ์”                                                  |

#### เกณฑ์การประเมินผลใบงาน มีดังนี้

##### 1) การประเมินผลใบงาน เรื่อง ลักษณะ Idol การเรียนของฉัน

|                                                   |             |          |
|---------------------------------------------------|-------------|----------|
| บอกคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา |             |          |
| ประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้ 4 ข้อ               | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| บอกคุณลักษณะของบุคคลที่                           |             |          |
| ประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้ 2 – 3 ข้อ           | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| บอกคุณลักษณะของบุคคลที่                           |             |          |
| ประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้ 1 ข้อ               | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| บอกไม่ได้                                         | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

##### 2) การประเมินผลใบงานเรื่อง คุณลักษณะของฉันกับ Idol

|                                     |             |          |
|-------------------------------------|-------------|----------|
| บอกคุณลักษณะของตนเองได้ 3 ข้อขึ้นไป | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| บอกคุณลักษณะของตนเองได้ 2 ข้อ       | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| บอกคุณลักษณะของตนเองได้ 1 ข้อ       | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| บอกไม่ได้                           | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

## ใบงาน

### เรื่อง ลักษณะidol การเรียนของฉัน

กลุ่มที่.....

สมาชิกของกลุ่ม

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

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนบอกคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษาที่นักเรียนชื่นชอบ

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



## ใบงาน

### เรื่อง คุณลักษณะของฉันกับ Idol

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

คำชี้แจง ให้นักเรียนบอกคุณลักษณะของตนเองที่สอดคล้องกับ Idol ที่ประสบความสำเร็จทางการศึกษา

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



ตัวอย่าง  
บุคคล Idol ด้านการศึกษา

\*\*\*\*\*

1. โบ รัญญะสุภาวงศ์



โบ รัญญะสุภาวงศ์ นักแสดงที่สวยงาม เก่ง สามารถพูดได้ถึง 6 ภาษาด้วยกัน ได้แก่ ไทย อังกฤษ ญี่ปุ่น ฝรั่งเศส เกาหลี และสเปน นอกจากนี้ยังเคยได้รับทุนไปศึกษาต่อที่ประเทศญี่ปุ่นเป็นเวลา 4 ปี ที่ Ritsumeikan Asia Pacific University ด้านรัฐศาสตร์ความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโทจาก คณะ Integrated Marketing (การตลาดแบบบูรณาการ) สาขา Digital Marketing จาก New York University (NYU) ประเทศสหรัฐอเมริกา ด้วยเกียรตินิยมอันดับ 1 (เกรดเฉลี่ย 3.94)

2. ปราง กัญญ์ณรัณ



ปราง กัญญ์ณรัณ นางเอกสาวเจ้าของฉายา “พัยค์หน้าหยก” จากละครน้ำผึ้งเทวดา เรื่องการเรียนได้จบการศึกษาระดับปริญญาตรีจากหลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการท่องเที่ยวและการบริการ วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยมหิดล เกียรตินิยมอันดับ 1 ด้วยเกรดเฉลี่ย 3.78

### 3. ไต้ฝุ่น ตากเพชร



ไต้ฝุ่น ตากเพชร จบการศึกษาระดับปริญญาตรีจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยนอตติงแฮม (ปริญญาตรี 2 ใบ) ระดับปริญญาโทสำเร็จการศึกษาจากอิมพีเรียล คอลเลจลอนดอน ด้านวิศวกรรมศาสตร์ ในปัจจุบันมีผลงานการแสดงให้ได้ติดตามและยังเป็นวิศวกร ของบริษัท ปตท จำกัด (มหาชน) ด้วย

### 4. เฟย์ พรปวีณ์



เฟย์ พรปวีณ์ นักร้อง นักแสดง (อดีตสมาชิกเกิร์ลกรุ๊ปวง เฟย์ ฟาง แก้ว) สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท ด้านแฟชั่น (Fashion Management) ที่กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ (เกียรตินิยม)

## 5. ฝน ศนันธฉัตร



ฝน ศนันธฉัตร ที่โด่งดังมาจากซีรีส์วัยรุ่นสุดฮอตอย่าง ฮอว์โมน วัยว้าวุ่น นอกจากจะมีความสามารถ ในด้านการแสดงแล้ว ยังเรียนเก่งด้วย โดยได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะศิลปศาสตร์ สาขาวิชาภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยมหิดล เกียรตินิยมอันดับ 2

## 6. ฟาง ธนันต์ธรญ์



ฟาง ธนันต์ธรญ์ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี สาขา การธนาคารและการเงิน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เกียรตินิยมอันดับ 2 และได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท จากมหาวิทยาลัยระดับโลก Imperial College London สาขา Master of Science เกียรตินิยมอันดับ 2

## 7. ฟิล์ม ธนภัทร



ฟิล์ม ธนภัทร สำเร็จการศึกษาจากคณะบริหารธุรกิจ ภาควิชาการเงินและการธนาคาร มหาวิทยาลัย  
กรุงเทพ เกียรตินิยมอันดับ 2 และก่อนที่หนุ่มคนนี้จะเข้ามาเป็นนักแสดงเต็มตัว เขาก็เคยทำงาน  
เป็นสจ๊วตของสายการบิน Thai Lion Air ด้วย

## 8. เพลง ชนม์ธิดา



เพลง ชนม์ธิดา เป็นนักร้อง นักแสดง ที่ไม่ได้มีความสามารถด้านการร้องเพลงและงานแสดง  
เพียงเท่านั้น แต่สาวเพลงยังเรียนเก่งมาก โดยสำเร็จการศึกษาจากคณะนิเทศศาสตร์ หลักสูตรนานาชาติ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เกียรตินิยมอันดับ1 ด้วยเกรดเฉลี่ย 3.81

## 9. นัทรู ศักดาทร



นัทรู ศักดาทร แชมป์ AF4 ที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด เกียรตินิยมอันดับ 1 และได้เข้าศึกษาต่อด้านดนตรี ที่ Berklee College of Music อีก 1 เทอม และจึงได้กลับมาเมืองไทย

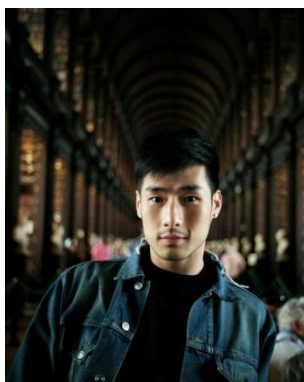
## 10. บอย ปกรณ์



บอย ปกรณ์ จบการศึกษาระดับปริญญาตรี จากคณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พร้อมทั้งยังคว้าเกียรตินิยมอันดับ 2



## 11. ภัทร์ ฉัตรบริรักษ์



ภัทร์ ฉัตรบริรักษ์ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เกียรตินิยมอันดับ 1 และสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโทจากคณะนิเทศศาสตร์ สาขาการจัดการสื่อสาร แบบบูรณาการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย...

## 12. แต้ว ณฐพร



แต้ว ณฐพร สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ด้วยเกียรตินิยมอันดับ 2 พร้อมทั้งเคยเป็นผู้อัญเชิญตราพระเกี้ยวของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในงานฟุตบอลประเพณีจุฬาฯ-ธรรมศาสตร์ ครั้งที่ 66 ด้วย

### 13. อาเล็ก จีรเดช



อาเล็ก จีรเดช สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ด้วยเกียรตินิยมอันดับ 2 และยังคงเป็นผู้นำเชียร์จุฬาฯ ในงานฟุตบอลประเพณีจุฬาฯ-ธรรมศาสตร์ ครั้งที่ 65 ด้วย

### 14. เบเบ้ ธันย์ชนก



เบเบ้ ธันย์ชนก นักแสดงสาวคนเก่งและยังเป็นไอดอลของคนที่ชอบการออกกำลังกายด้วย โดยสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยอีสต์สมิธชั่น เกียรตินิยมอันดับ 1 ด้วยเกรดเฉลี่ย 3.91 และในระดับปริญญาโท สำเร็จการศึกษาจากสาขาบริหารธุรกิจ (MBA) มหาวิทยาลัยอีสต์สมิธชั่น เกียรตินิยมอันดับ 1 ด้วยเกรดเฉลี่ย 3.97

## 15. ณเดชน์ คูกิมิยะ



ณเดชน์ คูกิมิยะ ได้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากสาขาวิชาการภาพยนตร์และวีดิทัศน์ วิทยาลัยนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต เกียรตินิยมอันดับ 2 ด้วยเกรดเฉลี่ย 3.31 และในปัจจุบันกำลังศึกษาระดับปริญญาโทที่วิทยาลัยนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต

แหล่งที่มา : <https://campus.campus-star.com/variety/79046.html>

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 4

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง ความถนัดและทักษะทางการเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

ความถนัดทางการเรียนและทักษะด้านต่างๆ เป็นความสามารถเฉพาะบุคคลและความสามารถทางการเรียนของแต่ละบุคคลก็มีความแตกต่างกัน การเข้าใจและยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่นจะช่วยให้เราสามารถเลือกเป้าหมายการศึกษาได้อย่างเหมาะสม โดยไม่เลือกเรียนต่อ เพราะอยากเรียนตามเพื่อน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

- ข้อที่ 1. รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร
- ข้อที่ 2. มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- ข้อที่ 4. พัฒนาค้นหาตนเองด้านการเรียนได้เต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกความสนใจ ความถนัด และความสามารถทางการเรียนของตนเองได้
- 3.2 บอกความสำคัญด้านความสามารถทางการเรียนของตนเองได้
- 3.3 สรุปทักษะที่สำคัญด้านต่าง ๆ ที่ตนเองมีเพื่อประกอบการเลือกเรียนต่อได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 ความสนใจ ความถนัด และความสามารถทางการเรียน
- 4.2 ความสำคัญด้านความสามารถทางการเรียน
- 4.3 ทักษะที่สำคัญด้านต่างๆ เพื่อประกอบการเลือกเรียนต่อ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงานเรื่อง ความถนัดทางการเรียนของฉัน
- 5.2 .ใบงานเรื่อง การสำรวจทักษะตนเอง

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูสนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับวิชาที่นักเรียนชอบ สนใจ และวิชาที่นักเรียนมีความถนัด โดยสุ่มถามความสนใจ ความชอบ และความถนัดทางการเรียนของนักเรียนแต่ละคน (แนวคำตอบมีหลากหลาย ขึ้นอยู่กับนักเรียนแต่ละคน)

6.2 ครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า บางครั้งวิชาที่เราชอบ เราจะสามารถเรียนได้ดี แต่บางครั้งในวิชาที่เราชอบเราก็อาจมีผลการเรียนที่ไม่ดีนัก เนื่องจากเราไม่มีความถนัด หรือเข้าใจมากพอ ดังนั้นหากนักเรียนชอบและมีความสนใจในวิชาใดแล้ว แต่เราไม่มีความถนัด เราจึงควรที่จะฝึกฝนบ่อยๆ จนเกิดความถนัด ความชำนาญ

6.3 ให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง ความถนัดทางการเรียนของฉัน จากนั้นนำใบงานแลกเปลี่ยนกับเพื่อนของตนเอง แล้วพิจารณาว่าเพื่อนมีความถนัด เหมือนหรือต่างจากที่เราคิดอย่างไร

6.4 ครูสรุปให้นักเรียนฟังว่าคนแต่ละคนมีความสนใจ มีความชอบ ความถนัด ความสามารถด้านการเรียนที่แตกต่างกัน ซึ่งเราควรยอมรับและชื่นชมความแตกต่างของกันและกัน

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนการเรียนรู้ในครั้งที่ผ่านมา

6.6 แจ้งจุดประสงค์การร่วมกิจกรรมให้นักเรียนทราบว่า นักเรียนสำรวจทักษะที่สำคัญด้านต่างๆ ของตนเอง เพื่อประกอบการเลือกเรียนต่อให้เหมาะสม

6.7 ให้นักเรียนศึกษาเอกสารใบความรู้ เรื่อง การค้นหาทักษะของตนเอง ประกอบการทำใบงานเรื่อง สำรวจทักษะตนเอง จากนั้นให้ทุกคนสรุปทักษะที่สำคัญของตนเองลงในใบงาน

6.8 ครูให้นักเรียนร่วมกันสะท้อนผลที่ได้จากกิจกรรม ครูสรุปเพิ่มเติมว่าการค้นหาความสนใจ ทักษะ และความถนัดที่ใช้ จะช่วยให้นักเรียนเลือกเป้าหมายการศึกษาและวางแผนอนาคตได้อย่างเหมาะสม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง ความถนัดทางการเรียนของฉัน

7.2 ใบความรู้เรื่อง การค้นหาทักษะของตนเอง

7.3 ใบงานเรื่อง การสำรวจทักษะตนเอง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจใบงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินใบงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

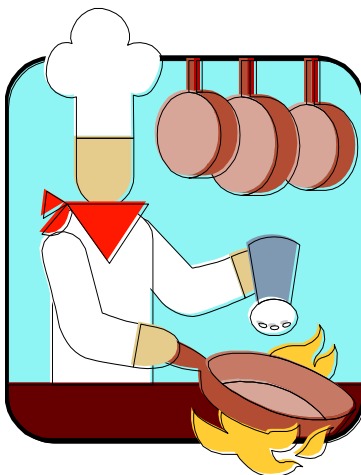
## เรื่อง ความกดดันทางการเรียนของฉัน

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาดตนเองเกี่ยวกับด้านการเรียน แล้วเขียนชื่อรายวิชาที่มีความถนัดทางการเรียนลงในใบงานที่ได้รับมอบหมาย

A cartoon illustration of a young girl with short brown hair tied with a red bow. She is wearing a blue school uniform with a white collar and is sitting at a desk with an open book and a pencil. She is surrounded by six speech bubbles, each containing five horizontal dotted lines for writing. The background is white with a yellow and orange geometric pattern in the bottom left corner.

## ใบความรู้

### เรื่อง การค้นหาทักษะของตนเอง



- 🐾 ทักษะหรือความสามารถ หมายถึงถึง กิจกรรมที่นักเรียนทำได้หรือมีความถนัด
- 🐾 การค้นหาทักษะจะทำให้รู้ว่าตัวเรานั้นเหมาะกับงานประเภทใด
- 🐾 มนุษย์เราจะมีความถนัดต่างกัน บางคนถนัดทำงานกับเครื่องจักร บางคนถนัดพูดคุยบางคนถนัดกับการใช้หัวคิดวิเคราะห์

ทักษะที่พูดถึงนี้อาจจะหมายความรวมถึง สิ่งที่นักเรียนมีตามธรรมชาติ เช่น บางคนถนัดการเขียนรูป บางคนถนัดการทำครัว เป็นต้น

ทักษะบางชนิดก็เป็นสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ฝึกฝนให้เกิดความชำนาญ เช่น พิมพ์ดีด ขับรถ เล่นกีฬา

เมื่อคนเราได้ค้นหาทักษะและรู้ว่าเรามีทักษะกลุ่มใดเป็นพิเศษแล้วเราก็จะรู้ว่างานทุกชนิดต้องการทักษะต่างกัน ถ้าเราจะหางาน เราก็ควรจะหางานที่ต่างกับทักษะที่เรามีอยู่ก็จะทำได้ง่าย เข้าได้ไปเพิ่มเติม หรือฝึกฝนให้เกิด

ความชำนาญก่อนการตัดสินใจเข้าสู่อาชีพ

เมื่อเราลงมือทำกิจกรรม เราจะสังเกตเห็นว่าทักษะบางชนิดเราเองก็มี และเราก็อาจจะไม่คิดว่ามันเป็นทักษะแต่จริงๆ แล้วมันก็คือทักษะส่วนหนึ่ง และเมื่อเราได้รู้ทักษะที่สำคัญของเราเราก็จะได้หางานที่ต่างกับทักษะที่เราจะทำให้เราทำงานอย่างมีความสุขมากขึ้น



ที่มา : กรมส่งเสริมการมีงานทำ (2561). **เครื่องมือค้นหาตนเอง**. เอกสารประกอบการอบรมครูแนะแนว  
โครงการพัฒนาเครือข่ายการแนะแนวอาชีพ. 27 สิงหาคม 2561 ขอนแก่น, (เอกสารอัดสำเนา).



## ใบงาน

### เรื่อง การสำรวจทักษะตนเอง

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนสำรวจทักษะของตนเอง ถ้าเราใช้ทักษะในด้านใด ก็ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ในแต่ละทักษะที่ใช้ และให้พิจารณาว่าเรามีทักษะดังกล่าวในระดับใด โดยให้

- หมายเลข 1 แทนระดับความชำนาญที่มีอยู่น้อยที่สุด  
 หมายเลข 2 แทนระดับความชำนาญที่มีอยู่น้อย  
 หมายเลข 3 แทนระดับความชำนาญที่มีอยู่ปานกลาง  
 หมายเลข 4 แทนระดับความชำนาญที่มีอยู่มาก  
 หมายเลข 5 แทนระดับความชำนาญที่มีอยู่มากที่สุด

| รายการประเมินสำรวจทักษะตนเอง                     | มีน้อย<br>มาก | น้อย  | ปาน<br>กลาง | มาก   | มาก<br>ที่สุด |
|--------------------------------------------------|---------------|-------|-------------|-------|---------------|
|                                                  | 1             | 2     | 3           | 4     | 5             |
| 1. การทำงานที่เกี่ยวข้องกับวัตถุ.....            | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 2. การใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย.....               | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 3. การใช้ถ้อยคำหรือภาษา.....                     | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 4. การใช้ตัวเลข.....                             | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 5. การใช้ญาณพิเศษหรือลางสังหรณ์ใจที่เกิดขึ้น...  | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 6. การวิเคราะห์และการใช้เหตุผล.....              | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 7. การใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์.....           | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 8. ทักษะเกี่ยวข้องกับบุคคลและการให้ความช่วยเหลือ | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 9. ทักษะทางศิลปะ.....                            | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |
| 10. ความเป็นผู้นำ.....                           | .....         | ..... | .....       | ..... | .....         |

เมื่อนักเรียนทำเสร็จแล้ว ขอให้ย้อนกลับไปดูว่า มีหัวข้อใดบ้างทั้ง 10 หัวข้อ ที่นักเรียนมีเครื่องหมาย ✓ มากที่สุด เมื่อได้แล้วก็ให้ใส่ทักษะที่สำคัญๆ ของนักเรียนลงในช่องว่างข้างล่าง นักเรียนก็จะได้ทราบว่า ตัวนักเรียนนี้มีความสามารถด้านใดที่เด่นชัดบ้าง

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

สรุปทักษะที่สำคัญของฉัน คือ

- 1.....
- 2.....
- 3.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 5

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง ทางเลือก

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การตัดสินใจเลือกแผนการเรียน และสถานศึกษาต่อของผู้เรียน ครอบครัวเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนสำคัญการตัดสินใจเลือกแผนการเรียน และสถานศึกษา จึงควรให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการเลือกเส้นทางวางแผนด้านการศึกษา ดังนั้นจึงต้องพิจารณาความพร้อมของครอบครัวด้วย

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 3 ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 วางแผนการศึกษาของตนเองโดยคำนึงถึงความสามารถ ศักยภาพของตนเอง และครอบครัว
- 3.2 เลือกแนวทางการศึกษาต่อที่เหมาะสมได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 การวางแผนการศึกษาต่อ
- 4.2 การเลือกแนวทางการศึกษา

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงานเรื่อง ความสามารถกับแผนการเรียน
- 5.2 ใบงานเรื่อง ทางเลือกกับครอบครัวของฉัน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1 - 2

- 6.1 ครูสนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับโรงเรียนที่นักเรียนมีความประสงค์หรือต้องการศึกษาต่อ
- 6.2 ครูสอบถามนักเรียนว่านักเรียนแต่ละคนคิดวางแผนการเรียนต่อในสถานศึกษาที่ต้องการศึกษาต่ออย่างไร สุ่มนักเรียนตอบคำถามตามความเหมาะสม
- 6.3 นักเรียนร่วมกันพิจารณาความสามารถของตนเอง และเพื่อนในชั้นเรียน จากนั้นแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 4 – 5 คน ร่วมกันอภิปรายวางแผนการศึกษาของตนเองโดยคำนึงถึงความสามารถ ศักยภาพของตนเอง และครอบครัว จากนั้นให้บันทึกข้อมูลลงในใบงานเรื่อง ความสามารถกับแผนการเรียน
- 6.4 ครูแนะแนวทาง เสนอแนะให้นักเรียนฟังว่า การเลือกสถานที่ศึกษาต่อนักเรียนควรเลือกสถานศึกษาที่เหมาะสมกับความสามารถของตัวเอง และความพร้อมของครอบครัวด้วย เช่น สถานศึกษานั้นมีไกล

จากบ้านของนักเรียนมากจนเกินไป ค่าใช้จ่ายของสถานศึกษานั้นเหมาะสมกับฐานะทางครอบครัวหรือไม่ ครอบครัวเห็นด้วยกับการตัดสินใจเลือกสถานที่เรียนของนักเรียน ฯลฯ

6.5 มอบหมายงานให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง ทางเลือกกับครอบครัวของฉัน

6.6 ครูอธิบายเพิ่มเติมให้นักเรียนฟังว่า ครอบครัวเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนสำคัญต่อการเลือกแผนการเรียน และโรงเรียน เพราะครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานที่จะผลักดันให้ผู้เรียนสามารถเรียนต่อได้ ดังนั้นในการตัดสินใจเลือกแผนการเรียนและที่เรียนจึงต้องพิจารณาความพร้อมของครอบครัวร่วมด้วย

### ชั่วโมงที่ 3

6.7 ทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ผ่านมา ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4 – 5 คน แต่ละกลุ่มนำใบงานเรื่อง ทางเลือกกับครอบครัวของฉัน มาสนทนาพูดคุยกันและสรุปในประเด็นดังต่อไปนี้

“ครอบครัวมีความสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกแผนการเรียนและโรงเรียนอย่างไร”

6.8 ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่ม นำเสนอข้อสรุปของกลุ่มให้เพื่อนๆ ฟัง

6.9 ครูอธิบายเพิ่มเติมให้นักเรียนฟังว่า ครอบครัวเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนสำคัญต่อการเลือกแผนการเรียน และโรงเรียน เพราะครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานที่จะผลักดันให้ผู้เรียนสามารถเรียนต่อได้ ดังนั้นในการตัดสินใจเลือกแผนการเรียนและที่เรียนจึงต้องพิจารณาความพร้อมของครอบครัวร่วมด้วย

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง ความสามารถกับแผนการเรียน

7.2 ใบงานเรื่อง ทางเลือกกับครอบครัวของฉัน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีการประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.3 ตรวจประเมินผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบงาน

### เรื่อง ความสามารถกับแผนการเรียนรู้

กลุ่มที่.....

- สมาชิกของกลุ่ม
1. ....
  2. ....
  3. ....
  4. ....
  5. ....
  6. ....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเขียนความสามารถของนักเรียน และแผนการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความสามารถของนักเรียน

| ความสามารถ | แผนการเรียนรู้ |
|------------|----------------|
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |
|            |                |

ใบงาน

เรื่อง ทางเลือกกับครอบครัวของฉัน

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

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาสภาพแวดล้อม ความต้องการของครอบครัวของนักเรียนในประเด็นที่กำหนดให้แล้วพิจารณาว่านักเรียนจะสามารถเลือกแผนการเรียน และโรงเรียนใดศึกษาต่อในอนาคต

การเงิน

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

ระยะทาง

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

สิ่งแวดล้อมอื่นๆ

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



ความต้องการด้านการเรียน

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

แผนการเรียนและโรงเรียนที่ฉันควรเลือกเรียน คือ

แผนการเรียน 1. .... 2. .... 3. ....

โรงเรียน 1. .... 2. .... 3. ....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 6

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง มุมมอง มุมกลับ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพต้องรู้จักวางแผนการเรียนรู้ รู้จักวิเคราะห์ข้อมูลสภาพความรู้พื้นฐานของตนเอง เช่น ผลการเรียนรู้ในระดับใด รายวิชาใดที่มีผลการเรียนรู้ในระดับดี รายวิชาใดผลการเรียนควรปรับปรุงแก้ไข โดยเฉพาะชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นระดับชั้นสำคัญที่สำเร็จการศึกษาตามหลักสูตร ระดับชั้นประถมศึกษา มีการประเมินผลระดับชาติ (O-NET) เพื่อเป็นแนวทางเตรียมความพร้อมศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 1 รู้เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

ข้อที่ 3 ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกผลการเรียนรายวิชาต่างๆ ของตนเองในระดับชั้นที่ผ่านมาได้
- 3.2 บอกความสำคัญการสอบ O-NET และผลการเรียนในรายวิชาจำเป็นที่สอบ O-NET ได้
- 3.3 บอกรายวิชาที่ใช้ในการสอบเข้าเรียนต่อระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นได้
- 3.4 เสนอแนวทางการปฏิบัติด้านการเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมในการสอบและศึกษาต่อได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 ผลการเรียนรู้รายวิชาต่างๆ ที่ผ่านมา
- 4.2 การสอบ O-NET
- 4.3 รายวิชาที่ใช้ในการสอบเข้าเพื่อศึกษาต่อระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- 4.4 แนวทางการปฏิบัติตนด้านการเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมในการสอบและศึกษาต่อ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงานเรื่อง ผลการเรียนรู้ของฉัน
- 5.2 ใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET
- 5.3 ใบงานเรื่อง เตรียมพร้อมเข้า ม. 1

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูทบทวนการจัดกิจกรรมจากครั้งที่แล้ว ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญของรายวิชาที่นักเรียนเรียนอยู่ปัจจุบัน

6.2 นักเรียนบันทึกข้อมูลผลการเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามใบงานเรื่อง ผลการเรียนรู้ของฉัน พร้อมทั้งพิจารณารายวิชาที่มีผลการเรียนดีน่าพอใจ และรายวิชาที่ต้องปรับปรุง

6.3 นักเรียนแต่ละคนนำเสนอรายวิชาที่พอใจและรายวิชาที่ต้องปรับปรุง พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าควรทำอย่างไรเพื่อปรับปรุงรายวิชาที่มีผลยังไม่เป็นที่น่าพอใจให้ดีขึ้น

### ชั่วโมงที่ 2

6.4 ครูสนทนากับนักเรียนถึงความสำคัญของการสอบ O-NET วิชาที่ต้องสอบและคะแนนเฉลี่ย O-NET ของโรงเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมา

6.5 นักเรียนช่วยกันระดมความคิดว่าควรทำอย่างไรจึงจะทำให้คะแนน O-NET ของปีนี้นักเรียน กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สูงขึ้นกว่าปีก่อนๆ

6.6 ให้นักเรียนบันทึกสิ่งที่ตนจะปฏิบัติเพื่อให้คะแนน O-NET สูงขึ้น ลงในใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET

### ชั่วโมงที่ 3

6.7 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับการทำใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET จากนั้นพูดคุยกันต่อเกี่ยวกับการเรียนต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้คำถาม เช่น

- นักเรียนอยากไปเรียนต่อที่ไหน เพราะเหตุใด?

- โรงเรียนที่จะไปเรียนต่อต้องสอบเข้าหรือไม่ หากสอบเข้าต้องสอบวิชาอะไรบ้างและใช้ผลคะแนนสอบ O-NET ในการพิจารณาด้วยหรือไม่?

6.8 นักเรียนพิจารณาผลการเรียนของตนเองจากใบงานเรื่อง ผลการเรียนรู้ของฉัน ร่วมกับใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET จากนั้นนักเรียนช่วยกันระบุนวิธีการปฏิบัติตนในการเตรียมตัวสอบ เตรียมความพร้อมเพื่อเข้าศึกษาต่อชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และบันทึกลงในใบงานเรื่อง เตรียมพร้อมเข้า ม. 1

6.9 สุ่มนักเรียน 2-3 คน นำเสนอแนวทางการเตรียมตัวสอบเข้า ม.1 โดยครูคอยแนะนำและเสนอแนะให้ข้อมูลเพิ่มเติมแนวทางการปฏิบัติตนด้านการเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมในการสอบและศึกษาต่อ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง ผลการเรียนรู้ของฉัน

7.2 ใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET

7.3 ใบงานเรื่อง เตรียมพร้อมเข้า ม. 1

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีการประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 สังเกตการนำเสนอผลงาน

8.1.3 ตรวจผลงาน/ใบงาน



## 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบสังเกตการนำเสนอผลงาน

8.2.3 แบบตรวจผลงาน/ใบงาน

## 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินตรวจผลงาน/ใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                                                         |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา (ระดับคุณภาพดีมาก ดี พอใช้ ปรับปรุง) ได้ระดับ “พอใช้” ผ่านเกณฑ์ |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา (ระดับคุณภาพ ปรับปรุง) ไม่ผ่านเกณฑ์                                          |

### เกณฑ์การประเมินตรวจผลใบงาน

1) ใบงาน เรื่อง ผลการเรียนรู้ของชั้น

|                                                    |                      |
|----------------------------------------------------|----------------------|
| บอกผลการเรียนได้ถูกต้อง พิจารณาผลเหมาะสมทุกรายวิชา | ระดับคุณภาพ ดีมาก    |
| บอกผลการเรียนได้ถูกต้อง พิจารณาผลเหมาะสม 4-7 วิชา  | ระดับคุณภาพ ดี       |
| บอกผลการเรียนได้ถูกต้อง พิจารณาผลเหมาะสม 1-3 วิชา  | ระดับคุณภาพ พอใช้    |
| บอกไม่ได้                                          | ระดับคุณภาพ ปรับปรุง |

2) ใบงานเรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET

|                                             |                      |
|---------------------------------------------|----------------------|
| เสนอแนวทางสิ่งที่ตนจะปฏิบัติได้ 5 ข้อขึ้นไป | ระดับคุณภาพ ดีมาก    |
| เสนอแนวทางสิ่งที่ตนจะปฏิบัติได้ 3 - 4 ข้อ   | ระดับคุณภาพ ดี       |
| เสนอแนวทางสิ่งที่ตนจะปฏิบัติได้ 1 - 2 ข้อ   | ระดับคุณภาพ พอใช้    |
| เสนอแนวทางสิ่งที่ตนจะปฏิบัติไม่ได้          | ระดับคุณภาพ ปรับปรุง |

3) ใบงานเรื่อง เตรียมพร้อมเข้า ม. 1  
ระบุวิธีการปฏิบัติตนได้ 5 ข้อขึ้นไป  
ระบุวิธีการปฏิบัติตนได้ 3 - 4 ข้อ  
ระบุวิธีการปฏิบัติตนได้ 1 - 2 ข้อ  
ระบุไม่ได้

ระดับคุณภาพ ดีมาก  
ระดับคุณภาพ ดี  
ระดับคุณภาพ พอใช้  
ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

## เรื่อง ผลการเรียนรู้ของฉัน

**คำชี้แจง**ให้นักเรียนบันทึกข้อมูลผลการเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 แล้วพิจารณารายวิชาที่มีผลการเรียน  
ดีน่าพอใจ และรายวิชาที่ต้องปรับปรุง

[illegible]

ใบงาน

เรื่อง เตรียมตัวสอบ O-NET

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

คำชี้แจง ให้นักเรียนระบุ/เสนอแนวทางสิ่งที่ตนจะปฏิบัติเพื่อให้คะแนน O-NET สูงขึ้น

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



## ใบงาน

### เรื่อง เตรียมพร้อมเข้า ม. 1

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

คำชี้แจง ให้นักเรียนระบุวิธีการปฏิบัติตนในการเตรียมตัวสอบ/เตรียมความพร้อมเพื่อเข้าศึกษาต่อ  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

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



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 7

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง ความแตกต่าง

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคคลมีความสนใจ ความถนัด และความสามารถด้านการเรียนรู้แตกต่างกัน การได้ปฏิบัติกิจกรรมหรือทำงานในสิ่งที่สอดคล้องกับความสนใจ ความถนัด และความสามารถของแต่ละบุคคล จะส่งผลให้งานประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี หากบุคคลเข้าใจความแตกต่างระหว่างกันยอมรับข้อแตกต่างของกันและกันได้จะทำให้การเรียนรู้ไม่มีปัญหาและอุปสรรค หรือหากมีก็สามารถก้าวข้ามข้อจำกัดต่างๆของตนเองและผู้อื่นได้จะส่งผลต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตรบรรลุเป้าหมายและเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพของทุกคน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 1 รู้เข้าใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการเรียนของตนได้

3.2 เข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลได้

3.3 แสดงการยอมรับกับสิ่งที่ตนเองมีและเข้าใจผู้อื่นด้านความสนใจ ความถนัด และความสามารถทางการเรียน

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 ความสนใจ ความถนัดของตนเอง ความสามารถทางการเรียน

4.2 การยอมรับและเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง บันทึกวิชาที่ชอบและเรียนได้ดี

5.2 ใบงานเรื่อง “งานของห้องเรา”

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนการเรียนรู้ในครั้งที่แล้วมา แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

6.2 ให้นักเรียนทุกคนนั่งล้อมวง ครูอธิบายวิธีทำกิจกรรม ดังนี้

- ทุกคนจะร่วมกันร้องเพลง ลมเพ ลมพัด เมื่อจบเพลงแต่ละครั้ง ครูจะพูดชื่อวิชาที่จะถูกพัดให้ผู้ที่ชอบวิชานั้นวิ่งไปรวมกลุ่มกันแล้วลงชื่อในกระดาษลงชื่อแต่ละรายวิชา (8 กลุ่มสาระการเรียนรู้)

- ทำเช่นนั้นจนครบทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้

6.3 ให้แต่ละคนไปจดชื่อวิชาที่มีรายชื่อของตนเองปรากฏอยู่ในแบบบันทึกวิชาที่ฉันเรียนได้ดีและวิชาที่ชอบ

**ส่วนที่ 1**

### **ชั่วโมงที่ 2**

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนกิจกรรมจากชั่วโมงที่ 1 ให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมเช่นเดียวกับชั่วโมงที่ 1 แต่เปลี่ยนเป็นวิชาที่เรียนแล้วเข้าใจได้ดี และมีความสุข

6.5 ให้นักเรียนบันทึกชื่อวิชาที่มีรายชื่อของตนเองปรากฏอยู่ในแบบบันทึกเดียวกับชั่วโมงที่ 1 โดยเขียนชื่อวิชา ในส่วนที่ 2

### **ชั่วโมงที่ 3**

6.6 ทบทวนกิจกรรมจากครั้งที่แล้วมา ให้นักเรียนพิจารณาข้อมูลรายชื่อวิชาในแบบบันทึกที่เขียนไว้แล้วในชั่วโมงที่ 1 และชั่วโมงที่ 2

6.7 เขียนหมายเลข 1 หน้าชื่อวิชาที่ชอบ และชื่อวิชาที่สนใจและความถนัดที่เป็นวิชาเดียวกัน กรณีมีมากกว่า 1 คู่ คู่ต่อไปใช้หมายเลข 2 และ 3 ตามลำดับ แล้วนำชื่อวิชามาเขียนในส่วนที่ 3 ของแบบบันทึก

6.8 กำหนดสถานการณ์ที่เป็นงานของห้อง ที่ต้องใช้บุคคลทำหน้าที่ต่าง ๆ ให้หัวหน้าห้องดำเนินการมอบหมายงานตามความชอบ ความสนใจ และความถนัดของสมาชิกในห้องเรียน เช่น จัดกิจกรรมวันปีใหม่มอบหมายงานเด็ก โดยมีเลขานุการบันทึกการมอบหมายในใบงานเรื่อง “งาน...ของห้องเรา”

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมว่า คนเรามีความสนใจในกิจกรรมแตกต่างกัน ความถนัด และความสามารถทางการเรียนของแต่ละบุคคลก็เช่นกัน หากนักเรียนแต่ละคนยอมรับข้อแตกต่างของกันและกันได้ จะทำให้การเรียนไม่มีปัญหาและอุปสรรค หรือหากมีก็สามารถก้าวข้ามข้อจำกัดต่างๆของตนเองและผู้อื่นได้ จะส่งผลต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตรบรรลุเป้าหมายและเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพของทุกคน

## **7. สื่อ/อุปกรณ์**

7.1 แบบบันทึกวิชาที่ชอบและเรียนได้ดี

7.2 ใบงานเรื่อง “งาน...ของห้องเรา”

7.3 แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

## **8. การวัดและประเมินผล**

### **8.1 วิธีประเมิน**

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจแบบบันทึก/ตรวจใบงานเรื่อง “งาน...ของห้องเรา”

### **8.2 เครื่องมือประเมิน**

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน/ใบงาน/แบบบันทึกคุณภาพการปฏิบัติงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

#### เกณฑ์การประเมินผลงาน

แบบบันทึกวิชาที่ชื่นชอบและเรียนได้ดี

- บันทึกข้อมูลได้ 3 ส่วน      ระดับคุณภาพ ดี
- บันทึกข้อมูลได้ 2 ส่วน      ระดับคุณภาพ พอใช้
- บันทึกข้อมูลได้ 1 ส่วน      ระดับคุณภาพ ปรับปรุง



## แบบบันทึกวิชาที่ฉันชอบและเรียนได้ดี

ชื่อ-สกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

| ส่วนที่ 1 วิชาที่ฉันชอบ                  | ส่วนที่ 2 วิชาที่ฉันเรียนได้ดี |
|------------------------------------------|--------------------------------|
|                                          |                                |
| ส่วนที่ 3 วิชาที่ฉันทั้งชอบและเรียนได้ดี |                                |
|                                          |                                |

ใบงาน  
เรื่อง “งาน..ของห้องเรา”

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

คำชี้แจง ให้นักเรียนระบุวิธีการปฏิบัติตนในการเตรียมตัวสอบ/เตรียมความพร้อมเพื่อศึกษาต่อ  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

| ภาระงาน | หน้าที่ | ชื่อผู้ปฏิบัติ |
|---------|---------|----------------|
|         |         |                |

.....ประธานการประชุม

.....ผู้บันทึกการประชุม

## แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

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

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน และใบงาน ลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

| ที่ | ชื่อ - สกุล | ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน |         | สรุประดับคุณภาพ |
|-----|-------------|--------------------------|---------|-----------------|
|     |             | แบบบันทึก                | ห้องเรา |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |
|     |             |                          |         |                 |

### เกณฑ์การพิจารณา

ดี 2 ใบงาน  
มี ดีและพอใช้เท่านั้น  
มี ปรับปรุง

ระดับคุณภาพ ดี  
ระดับคุณภาพ พอใช้  
ระดับคุณภาพปรับปรุง

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 8

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง การเรียนรู้ของฉัน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การเรียนรู้ของนักเรียนแต่ละคนแตกต่างกันไปตามรูปแบบการเรียนรู้ที่แต่ละคนชอบและปฏิบัติ ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดีที่สุดสำหรับตนเองหากนักเรียนได้รู้รูปแบบการเรียนรู้ของตนเองและได้รู้ว่าตนเองมีหุปัญญา (Multiple Intelligences) ด้านใดจะช่วยพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 2 มีค่านิยมในการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ข้อที่ 4 พัฒนาตนเองด้านการเรียนได้เต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกรูปแบบการเรียนรู้ของตนเองได้

3.2 สำรวจและเรียนรู้หุปัญญาของตนเอง

3.3 บอกวิธีการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ของตนเองได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 รูปแบบการเรียนรู้ของแต่ละคน

4.2 การเรียนรู้หุปัญญาของตนเอง

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 รูปแบบการเรียนรู้ 1 – 2

5.2 สำรวจหุปัญญา

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ทบทวนการจัดกิจกรรมในครั้งที่แล้ว ครูแจกกระดาษให้นักเรียนเขียนวิธีการเรียนของนักเรียน แล้วนำมาติดที่กระดานหน้าชั้นเรียนให้ครบทุกคน ครูและนักเรียนช่วยกันจัดประเภทของการเรียนรู้ของแต่ละคน เป็นกลุ่มๆ ที่มีรูปแบบเดียวกัน สุ่มถามนักเรียน 1-2 คน ว่าเพราะอะไรจึงเลือกรูปแบบการเรียนรู้แบบนี้

6.2 ครูให้นักเรียนดูภาพที่ 1 รูปแบบการเรียนรู้ 1 แล้วให้นักเรียนอภิปรายข้อมูลจากภาพเกี่ยวกับการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ และความแตกต่างของแต่ละรูปแบบ

6.3 ให้นักเรียนดูภาพที่ 2 รูปแบบการเรียนรู้ 2 แล้วให้อภิปรายข้อมูลจากภาพเกี่ยวกับผลที่เกิดจากการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ และผลต่อการเรียนรู้ของนักเรียน

6.4 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแล้วร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ของตนเอง

6.5 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 2

6.6 ครูเกริ่นนำถึงรูปแบบการเรียนรู้ของแต่ละบุคคล สุ่มนักเรียน 4-5 คน ออกมาเล่าวิธีการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ของนักเรียนว่ามีรูปแบบการพัฒนาการเรียนรู้และเทคนิคการเรียนรู้ของตนเองอย่างไรให้ประสบความสำเร็จในการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ครูชื่นชมและเสริมแรงเชื่อมโยงการเรียนรู้ของแต่ละคนสู่การเรียนรู้พหุปัญญา 8 ด้าน

6.7 ครูให้ข้อมูลเกี่ยวกับพหุปัญญาแต่ละด้านและความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนรู้แล้วให้นักเรียนแบ่งกลุ่มศึกษาใบความรู้เรื่อง พหุปัญญา (Multiple Intelligence) (8 กลุ่ม กลุ่มละ 1 ด้าน) แล้วนำเสนอ

6.8 แจกใบงานเรื่อง แบบสำรวจพหุปัญญา ให้นักเรียนศึกษาเพื่อนำมาทำกิจกรรมในครั้งถัดไป

6.9 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการเรียนรู้

### ชั่วโมงที่ 3

6.10 ครูทบทวนข้อมูลเกี่ยวกับพหุปัญญาและความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนรู้และพหุปัญญาในกิจกรรมแนะแนวครั้งที่แล้ว

6.11 ให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง แบบสำรวจพหุปัญญา จากนั้นตรวจให้คะแนนจากเฉลยแบบสำรวจพหุปัญญา

6.12 นักเรียนสรุปคะแนนที่ได้จากการสำรวจพหุปัญญาแล้วร่วมกันอภิปรายถึงพหุปัญญาของแต่ละคน

6.13 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผล รูปแบบการเรียนรู้ของแต่ละคนแตกต่างกัน พหุปัญญาของแต่ละบุคคลบางคนเหมือนกันและแตกต่างกัน ดังนั้นแต่ละคนก็จะมีสไตล์การเรียนรู้ที่ต่างกัน ส่วนวิธีการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ของตนเองก็เช่นกันควรมีการเลือกวิธีการที่เหมาะสมกับตนเองและใช้ประโยชน์คุ้มค่าแก่ตนเองมากที่สุดครูนัดหมายการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ภาพที่ 1 รูปแบบการเรียนรู้ 1

7.2 ภาพที่ 2 รูปแบบการเรียนรู้ 2

7.3 ใบความรู้เรื่อง พหุปัญญา (Multiple Intelligence)

7.4 ใบงานเรื่อง แบบสำรวจพหุปัญญา

7.5 กระดาษคำตอบแบบสำรวจพหุปัญญา

7.6 แบบเฉลยเรื่อง แบบสำรวจพหุปัญญา

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## รูปแบบการเรียนรู้ แบ่งเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่



เรียนรู้ผ่าน  
การลงมือทำ

ชอบเคลื่อนไหวร่างกาย  
จะเรียนรู้ได้ดีเมื่อลงมือ  
ปฏิบัติ หรือออกภาค  
สนาม ชอบการเรียนรู้  
แบบโครงการ  
(project base)



เรียนรู้ผ่าน  
ตา

ชอบรับรู้ข้อมูลผ่านการ  
ดู การแสดง สาธิต  
ชอบหนังสือที่มีภาพ  
แผนภูมิ ชอบดูวิดีโอ  
มักจินตนาการภาพ  
ในใจเวลาคิด



เรียนรู้ผ่าน  
หู

ชอบฟังบรรยาย  
อภิปราย ชอบ  
สนทนา จดจำบท  
เพลง กอนได้ดี  
มักเก่งดนตรี และ  
ภาษา

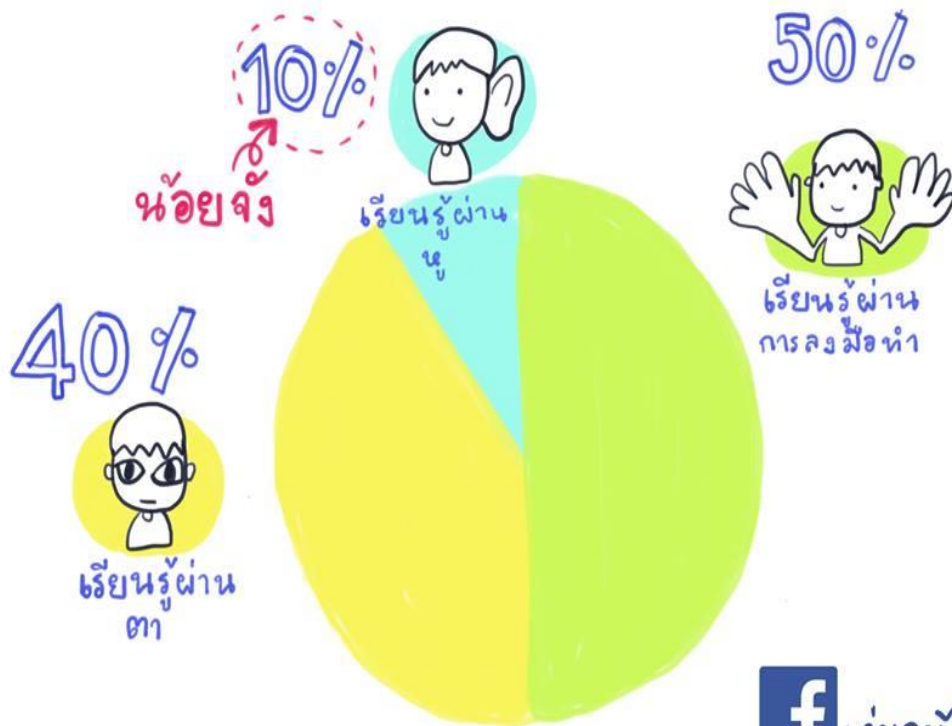


เล่นจนได้เรื่อง

## ใบความรู้

### ภาพที่ 2 รูปแบบการเรียนรู้ 2

ในการวิจัยกลุ่มนักเรียนมัธยมในอเมริกาพบว่า  
ปริมาณของเด็กที่เรียนรู้แบบต่างๆ มีสัดส่วนดังนี้



f เล่นจนได้เรื่อง

ที่มา : รูปแบบการเรียนรู้ (Learning Style) ตอนที่ 1 โดย เล่นจนได้เรื่อง

<https://www.facebook.com/media/set/?set=a.1019962241422593.1073741837.988121224606695&type=3>



## ใบความรู้

### เรื่อง พหุปัญญา (Multiple Intelligence)

\*\*\*\*\*

โฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ ได้แบ่งสติปัญญาของมนุษย์ออกเป็น 8 ประเภท หรือพหุปัญญา (Multiple Intelligence) ดังนี้

#### 1. ปัญญาด้านภาษา/การสื่อความ (Verbal/Linguistic Intelligence)

เป็นความสามารถในการใช้คำและภาษาทั้งในการพูดและเขียนอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การสร้างงานเขียนในลักษณะต่างๆ ทั้งร้อยแก้ว ร้อยกรองและอื่นๆ การพูดโน้มน้าวใจให้คล้อยตาม การใช้ภาษาเพื่อการอธิบาย การใช้ภาษาเพื่อบอกเล่าประสบการณ์

ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะประกอบอาชีพเป็นนักเขียน นักหนังสือพิมพ์ นักการเมือง นักเล่านิทาน ฯลฯ และจะสามารถเรียนรู้ได้ดีจากการใช้ภาษาทั้งการเขียน พูดสื่อความคิด และการอ่าน ความสามารถในการใช้ Internet E-mail และการวิจัยระดับสูง

#### 2. ปัญญาด้านการใช้เหตุผล ตรรกะและคณิตศาสตร์ (Logical/Mathematical Intelligence)

เป็นความสามารถในการคิด อย่างสมเหตุสมผล การมองเห็นความสำคัญและความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ อย่างชัดเจน การคิดคำนวณ การคิดค่าความน่าจะเป็น การทดสอบสมมติฐาน การเล่นเกม การถอดรหัส

ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะประกอบอาชีพเป็นนักสถิติ นักวิทยาศาสตร์ นักคณิตศาสตร์ นักตรรกศาสตร์ ฯลฯ

#### 3. ปัญญาด้านดนตรีและท่วงทำนอง (Musical/Rhythmic Intelligence)

เป็นความสามารถในการรับรู้เสียงดนตรี กิจกรรมเข้าจังหวะ ท่วงทำนองความแตกต่างของเสียงที่ได้ยิน การแสดงออก การแยกเสียงดนตรี การแต่งเพลง การเข้าใจสีน้ของดนตรี

ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะประกอบอาชีพเป็นนักดนตรี และจะสามารถเรียนรู้ได้ดีเมื่อมีดนตรีหรือใช้ท่วงทำนองของเสียงประกอบท่าทาง

#### 4. ปัญญาด้านการเคลื่อนไหวทางกาย (Body/Kinesthetic Intelligence)

เป็นความสามารถในการใช้กล้ามเนื้อ ความสามารถในการทำงาน หรือการประสานสัมพันธ์กันของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อการทำงานต่าง ๆ ได้อย่างคล่องแคล่วกลมกลื่น เช่น นักกีฬา ศัลยแพทย์ ช่างฝีมือ หรือมีความสามารถในการใช้ร่างกายในการแสดงออกถึงความรู้สึก เช่น นักแสดง นักเต้นรำ ความสามารถทางด้านนี้มักจะประกอบย่อย ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างอวัยวะที่ต้องใช้เกี่ยวข้องกัน การทรงตัว ความแข็งแรง ทนทาน ความยืดหยุ่น และความเร็ว ผู้ที่มีความสามารถด้านนี้จะเรียนรู้ได้ดีเมื่อมีการเคลื่อนไหวทำกิจกรรมการเล่นหรือการแสดงที่ใช้อวัยวะต่างๆ

## 5. ปัญญาด้านมิติสัมพันธ์ การเห็นและมิติตำแหน่ง (Visual/Spatial Intelligence)

เป็นความสามารถในการรับรู้เกี่ยวกับทิศทาง ตำแหน่ง รูปร่าง รูปทรง เส้น สี และมิติตำแหน่งของสิ่งต่าง ๆ ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะประกอบอาชีพเป็นมัคคุเทศก์ ศิลปิน มัณฑนากร สถาปนิก นักเดินทะเล ผู้ที่มีความสามารถในด้านนี้จะเรียนได้ดีจากการเรียนด้วยภาพประกอบการแสดงตำแหน่งของแห่งที่ของสิ่งที่เรียน

## 6. ปัญญาด้านมนุษยสัมพันธ์ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Intelligence)

เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ และความรู้สึกของบุคคลอื่นจากสิ่งที่เขาได้แสดงออกทั้งจากสีหน้า ท่าทาง และน้ำเสียง ยอมรับบุคคลและสามารถแสดงพฤติกรรมโต้ตอบได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เมื่อประสบกับภาวะที่ไม่พอใจจนทำให้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ราบรื่น

ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะมีเพื่อนมาก ชอบติดต่อร่วมงานกับผู้อื่นและจะเรียนได้ดีเมื่อทำกิจกรรมกลุ่ม และเรียนรู้จากกลุ่มบุคคลต่าง ๆ การคิดที่เป็นน้ำใจ

## 7. ปัญญาด้านการเข้าใจตนเอง (Intrapersonal Intelligence)

เป็นความสามารถเกี่ยวกับการตระหนักรู้ในเรื่องต่าง ๆ ของตนเอง และมีความไวในความเปลี่ยนแปลงในภาวะต่าง ๆ ของตนเองทั้งอารมณ์ ความตั้งใจ แรงจูงใจ ความสามารถของตนเองในด้านต่างๆ การหยั่งรู้ การคิดสร้างสรรค์ การแสวงหา และความสามารถในการนำข้อมูลเกี่ยวกับตนเองมาปรับใช้ในสถานการณ์ต่างๆ ทั้งการทำงาน ความขัดแย้ง การเล่น และการติดต่อกับบุคคลอื่น

ผู้มีความสามารถด้านนี้มักจะประกอบอาชีพที่ต้องทำงานคนเดียว เช่น เป็นเจ้าของกิจการ และมักจะชอบเรียนรู้ได้ดีด้วยตนเองตามลำพังด้วยการนำความรู้ ความเข้าใจตนเองมาปรับใช้ในการทำงานได้อย่างชัดเจน

## 8. ปัญญาด้านการเข้าใจในธรรมชาติ (Naturalist Intelligence)

เป็นความสามารถทางการรับรู้ และเข้าใจสภาพประกอบต่างๆ ในธรรมชาติทั้งความเป็นชีวิต และกายภาพสิ่งแวดล้อม โดยมีความสามารถในการมองเห็นความเกี่ยวข้อง สัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ มีความเข้าใจในกฎเกณฑ์ หรือปรากฏการณ์ธรรมชาติที่เกิดขึ้น การถ่ายภาพธรรมชาติ การปลูกต้นไม้ การสะสมเปลือกหอย สังเกตสัตว์ การชมนก

ผู้เรียนที่มีความสามารถในลักษณะนี้เด่น จะเรียนรู้ได้ดีกับประสบการณ์ตรงในธรรมชาติ เรียนรู้จากของจริง เป็นนักอนุรักษ์ธรรมชาติ เป็นต้น

ที่มา : <http://portal.edu.chula.ac.th/mana.k/blog/view.php?Bid=1277087709556070>

## แบบสำรวจพหุปัญญา

\*\*\*\*\*

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในกระดาษคำตอบในข้อที่ตรงกับนักเรียนมากที่สุด

1. หนังสือสำคัญมากสำหรับฉัน
2. ฉันสามารถคำนวณตัวเลขในใจได้อย่างง่ายดาย
3. เวลาหลับตาฉันสามารถเห็นภาพได้อย่างชัดเจน
4. ฉันเข้าร่วมในกีฬาหรือกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหวร่างกายอย่างน้อย 1 ชนิดเป็นประจำ
5. ฉันมีเสียงร้องเพลงที่ไพเราะ
6. มักจะมีคนมาขอคำแนะนำ ปรีक्षाในที่ทำงาน หรือเพื่อนบ้านจากฉันเสมอ
7. ฉันใช้เวลาส่วนใหญ่ในการทำสมาธิ หรือครุ่นคิดกับคำถามที่สำคัญเกี่ยวกับชีวิต
8. ฉันมีสัตว์เลี้ยงอย่างน้อย 1 ชนิด
9. ฉันสามารถได้ยินเกี่ยวกับเรื่องงานก่อนฉันอ่าน พุดหรือเขียนลงบน
10. คณิตศาสตร์และหรือวิทยาศาสตร์ เป็น/เคยเป็นวิชาที่โปรดปรานเมื่ออยู่ในโรงเรียน
11. ฉันรู้สึกไวต่อสี
12. ฉันรู้สึกว่าเป็นการยากที่จะนั่งเฉย ๆ เป็นเวลานาน ๆ
13. ฉันสามารถบอกได้ว่า โน้ตดนตรีผิดคีย์
14. ฉันชอบกีฬาประเภทกลุ่ม เช่น แบดมินตัน วอลเลย์บอล หรือซอฟบอล มากกว่ากีฬาประเภทเดี่ยว เช่น วูตวูตหรือ วูตวูต
15. ฉันเข้าร่วมการสัมมนาเพื่อพัฒนาตนเอง หรือกิจกรรมอื่น ๆ เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองมากขึ้น
16. ฉันชอบการไปเที่ยวตามสวนสาธารณะ และสันหนากการกลางแจ้ง
17. ฉันสามารถเข้าใจจากการฟังทางวิทยุ หรือเทป มากกว่าจากการเห็นภาพทางโทรทัศน์ หรือภาพยนตร์
18. ฉันสนุกกับการแก้เกมหรือปัญหาที่ต้องใช้การคิดที่เป็นเหตุเป็นผล
19. บ่อยครั้งที่ฉันใช้กล้องบันทึกภาพเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัว
20. ฉันชอบการทำงานที่ต้องใช้มือ เช่น การเย็บผ้า การทอ แกะสลัก งานไม้ หรือการสร้างโมเดล
21. ฉันเล่นดนตรีหรือรักที่จะเล่นดนตรี
22. เมื่อฉันมีปัญหา ฉันมักจะหาคนช่วยมากกว่าที่จะพยายามแก้ปัญหาด้วยตนเอง
23. ฉันสามารถตอบโต้ด้วยการใช้ความสงบ
24. ฉันชอบตกปลา ล่าสัตว์ หรือไปออกค่าย
25. ฉันชอบเล่นประเภทสแครปเบิ้ล (Scrabble) เกมต่อรูป (Anagrams) หรือเกมผสมคำ (Password)
26. ฉันชอบการทดลองที่ตั้งคำถามด้วย“จะเป็นอย่างไรถ้า...” ตัวอย่างเช่น จะเป็นอย่างไรถ้าฉันเพิ่มปริมาณน้ำที่รดต้นไม้ในแต่ละสัปดาห์
27. ฉันสนุกกับการเล่นเกมปริศนา เกมวงกตพิศวง และปริศนาอื่น ๆ ที่ใช้การมอง

28. บ่อยครั้งที่ความคิดที่ดีที่สุดเกิดขึ้นเมื่อฉันเดินเล่น หรือวิ่งหรือ เมื่อฉันเข้าร่วมในกิจกรรมที่ต้องออกกำลังกาย
29. ชีวิตของฉันจะแย่กว่านี้หากขาดเสียงดนตรี
30. ฉันมีเพื่อนสนิทอย่างน้อย 3 คน
31. ฉันมักครุ่นคิดอยู่เสมอถึงเป้าหมายบางประการที่สำคัญในชีวิต
32. ฉันสนุกสนานกับการให้อาหารและดูแลสัตว์
33. ฉันสนุกกับการเล่นคำ (tongue twister) การท่องโคลงกลอน
34. ฉันชอบที่จะครุ่นคิดสิ่งต่าง ๆ อย่างมีแบบแผนตามกฎเกณฑ์ต่างๆ
35. ฉันเห็นภาพชัดเจนในความฝัน
36. ฉันชอบใช้เวลาว่างส่วนใหญ่กลางแจ้ง
37. บางครั้งฉันพบว่า ตัวเองมักจะฮัมทำนองเพลงที่คุ้นเคย
38. ฉันใช้เวลาว่างเล่นเกมประเภทที่ต้องใช้สมองคิด และเล่นได้ตามลำพัง เช่น เกมถอดไฟ
39. ฉันชอบที่จะประเมินตัวเองว่าประสบความสำเร็จตามจุดหมายที่กำหนดไว้
40. ฉันชอบเที่ยวอุทยานแห่งชาติที่เป็นธรรมชาติ หรือภูมิประเทศมากกว่าสถานที่ทางประวัติศาสตร์
41. บางครั้งคนอื่นๆ มักจะหยุดและให้ฉันอธิบายความหมายของคำที่ฉันใช้ในการเขียนหรือพูด
42. ฉันสนใจในการพัฒนาใหม่ๆ ทางด้านวิทยาศาสตร์
43. ฉันสามารถอยู่ในที่ที่ไม่คุ้นเคยได้
44. ฉันสามารถจำวิธีการทำได้ดีเมื่อฉันทำมันด้วยตนเอง
45. ฉันสามารถบอกได้ทันทีถ้าเสียงเพลงหรือดนตรีเล่นผิดโน้ต
46. ฉันรู้สึกท้าทายกับการสอนคนอื่น หรือกลุ่มคนในสิ่งที่ฉันรู้วิธีทำ
47. ฉันมีมุมมองที่ชัดเจนเกี่ยวกับจุดดีและจุดด้อยของตนเอง
48. ฉันชอบอ่านเรื่องเกี่ยวกับสัตว์ หรือปรากฏการณ์ธรรมชาติ เช่น เฮอริเคน แผ่นดินไหว และภูเขาไฟระเบิด
49. ภาษาอังกฤษ สังคมศึกษา และประวัติศาสตร์ง่ายสำหรับฉันมากกว่าคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์
50. ฉันเชื่อว่า เกือบแทบทุกสิ่งมีคำอธิบายที่มีเหตุผล
51. ฉันชอบวาดภาพ หรือขีดเขียน
52. ฉันใช้มือแสดงท่าทางประกอบ หรือภาษากายอื่นๆ เวลาสนทนากับคนอื่น
53. ฉันสามารถใช้เวลาอยู่กับดนตรีด้วยเครื่องดนตรีง่ายๆ สักชิ้น
54. ฉันมองว่าตัวเองเป็นผู้นำ หรือคนอื่นเรียกเช่นนั้น
55. ฉันชอบที่จะอยู่ตามลำพังในห้องเล็กๆ มากกว่าที่จะอยู่ร่วมกับคนมากๆ ในรีสอร์ทที่มีชื่อเสียง
56. ฉันสนุกกับการทำสวน หรือปลูกต้นไม้ในร่ม
57. เวลาที่ฉันขับรถบนทางหลวง ฉันสนใจกับป้ายต่าง ๆ มากกว่าทิวทัศน์ข้างทาง
58. ฉันชอบพิจารณาข้อผิดพลาดจากคำพูดและการกระทำของผู้อื่นในที่บ้านและที่ทำงาน
59. ฉันสามารถจินตนาการสิ่งที่จะเกิด ถ้าพิจารณาจากภายนอก
60. ฉันสนุกกับการขี่ม้าสนุกสนานล่อโผน หรือกิจกรรมที่มีลักษณะท้าทาย ตื่นเต้น เสี่ยงภัย

- 61. บ่อยครั้งที่ฉันทำจิ้งหะหรือร้องเพลงเบาๆ ขณะทำงาน
- 62. ฉันไม่รู้สึกรอคอยเวลาอยู่ท่ามกลางคนหมู่มาก
- 63. ฉันมักจดบันทึกเหตุการณ์ส่วนตัวประจำวันถึงเหตุการณ์ที่เกิดในชีวิต
- 64. ฉันมักสะสมก้อนหิน ต้นไม้ ฝีเสื้อ ใบไม้หรือแก้วคริสตัล (หรือวัสดุอื่นๆ จากธรรมชาติ)

---

ที่มา : <http://portal.edu.chula.ac.th/mana.k/blog/view.php?Bid=1277087709556070>

## กระดาษคำตอบแบบสำรวจปัญหา

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในกระดาษคำตอบในข้อที่ตรงกับนักเรียนมากที่สุด

ชื่อ-สกุล..... ชั้น.....เลขที่.....

|           |  |           |  |           |  |
|-----------|--|-----------|--|-----------|--|
| ข้อที่ 1  |  | ข้อที่ 23 |  | ข้อที่ 45 |  |
| ข้อที่ 2  |  | ข้อที่ 24 |  | ข้อที่ 46 |  |
| ข้อที่ 3  |  | ข้อที่ 25 |  | ข้อที่ 47 |  |
| ข้อที่ 4  |  | ข้อที่ 26 |  | ข้อที่ 48 |  |
| ข้อที่ 5  |  | ข้อที่ 27 |  | ข้อที่ 49 |  |
| ข้อที่ 6  |  | ข้อที่ 28 |  | ข้อที่ 50 |  |
| ข้อที่ 7  |  | ข้อที่ 29 |  | ข้อที่ 51 |  |
| ข้อที่ 8  |  | ข้อที่ 30 |  | ข้อที่ 52 |  |
| ข้อที่ 9  |  | ข้อที่ 31 |  | ข้อที่ 53 |  |
| ข้อที่ 10 |  | ข้อที่ 32 |  | ข้อที่ 54 |  |
| ข้อที่ 11 |  | ข้อที่ 33 |  | ข้อที่ 55 |  |
| ข้อที่ 12 |  | ข้อที่ 34 |  | ข้อที่ 56 |  |
| ข้อที่ 13 |  | ข้อที่ 35 |  | ข้อที่ 57 |  |
| ข้อที่ 14 |  | ข้อที่ 36 |  | ข้อที่ 58 |  |
| ข้อที่ 15 |  | ข้อที่ 37 |  | ข้อที่ 59 |  |
| ข้อที่ 16 |  | ข้อที่ 38 |  | ข้อที่ 60 |  |
| ข้อที่ 17 |  | ข้อที่ 39 |  | ข้อที่ 61 |  |
| ข้อที่ 18 |  | ข้อที่ 40 |  | ข้อที่ 62 |  |
| ข้อที่ 19 |  | ข้อที่ 41 |  | ข้อที่ 63 |  |
| ข้อที่ 20 |  | ข้อที่ 42 |  | ข้อที่ 64 |  |
| ข้อที่ 21 |  | ข้อที่ 43 |  |           |  |
| ข้อที่ 22 |  | ข้อที่ 44 |  |           |  |

แบบเฉลย  
แบบสำรวจพหุปัญญา

คำชี้แจง ให้นักเรียนนำคะแนน 1 คะแนน ในช่องที่ทำเครื่องหมาย ✓ ในกระดาษคำตอบในแต่ละด้านมาสรุป  
รวมคะแนนพหุปัญญาแต่ละด้าน ดังนี้

| พหุปัญญาด้าน                              | ข้อที่                        | รวมคะแนน |
|-------------------------------------------|-------------------------------|----------|
| 1. ภาษา/การสื่อสาร                        | 1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57  |          |
| 2. การใช้เหตุผล ตรรกะ และคณิตศาสตร์       | 2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58 |          |
| 3. ดนตรีและท่วงทำนอง                      | 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61 |          |
| 4. การเคลื่อนไหวทางกาย                    | 4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60 |          |
| 5. มิติสัมพันธ์ การเห็น และมิติตำแหน่ง    | 3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59 |          |
| 6. มนุษยสัมพันธ์ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล | 6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62 |          |
| 7. การเข้าใจตนเอง                         | 7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63 |          |
| 8. การเข้าใจในธรรมชาติ                    | 8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64 |          |

สรุปว่า ฉันมีพหุปัญญาด้าน.....

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 9

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง ฝันให้ไกลไปให้ถึง

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

ความฝันในอนาคตเป็นแรงผลักดันให้นักเรียนดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย ถ้านักเรียนมีวิธีการไปสู่เป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนอย่างดี และมีผู้สนับสนุนไปสู่เป้าหมายนั้น เป้าหมายที่นักเรียนแต่ละคนตั้งไว้นั้นย่อมอยู่ไม่ไกล

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อ 1 รู้เข้าใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

ข้อ 3 ให้ข้อมูลในการวางแผนการศึกษา

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกข้อมูลด้านความรู้ ความสนใจ ความสามารถ และเป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้

3.2 บอกเป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้

3.3 เลือกวิธีการไปสู่เป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตนได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 การรู้จักตนเอง

4.2 เป้าหมายการเรียนรู้

4.3 วิธีการไปสู่เป้าหมายด้านการเรียน

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานที่ 1 เรื่อง นี่แหละตัวฉัน

5.2 ใบงานที่ 2 เรื่อง เคียงข้างกัน...ไปให้ถึงฝัน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงอนาคตของนักเรียนแต่ละคน หลังจากจบการศึกษาในแต่ละระดับ การประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิต

6.2 ให้นักเรียนวาดรูปอนาคตของนักเรียน โดยให้บอกเป้าหมายของนักเรียนเมื่อจบ ป.6

6.3 ครูให้นักเรียนนำเสนออนาคตที่นักเรียนวาด โดยให้บอกเส้นทางการศึกษาในระดับต่าง ๆ เป้าหมายในอนาคตพร้อมเหตุผล



6.4 หลังจบการนำเสนอ ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงอนาคตของนักเรียน ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูเกริ่นนำถึงการรู้จักตนเองของนักเรียนในด้านต่างๆ มีความสำคัญเพราะการรู้จักตนเองและเข้าใจตนเอง ทั้งภายในและรู้จักตนเองภายนอกในด้านความถนัด ความสนใจ ทักษะความสามารถ จุดเด่น จุดด้อย ลักษณะนิสัย อารมณ์ บุคลิกภาพ ผลการเรียนรู้ สุขภาพ เป็นต้น รวมถึงความภูมิใจ รักและเห็นคุณค่าในตนเอง จะช่วยให้นักเรียนมีเป้าหมายการเรียนรู้ในอนาคตได้เป็นอย่างดี

6.6 ให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง นี้แหละตัวฉัน จากนั้นให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อน แล้วให้เติมเต็มข้อมูลด้านความสามารถและศักยภาพที่ไม่ได้เขียนไว้ในใบงานเรื่อง นี้แหละตัวฉัน ให้แก่กันและกันทราบ

6.7 ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความสามารถ ศักยภาพและอนาคตของนักเรียนจะเลือกเป้าหมายชีวิตของตนเองไปในทิศทางใดไปสู่การฝันให้ไกลไปให้ถึงเป้าหมายที่วางแผนไว้ ครูนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 3

6.8 ครูทบทวนถึงกิจกรรมแนะแนวทั้งสองครั้งที่ผ่านมา ซึ่งในครั้งแรกนักเรียนได้ตั้งเป้าหมายในอนาคตด้านการศึกษาของตนเอง ในครั้งที่ 2 นักเรียนได้ทบทวนเพื่อการรู้จักตนเองในด้านความรู้ ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ และเป้าหมายด้านการเรียนในอนาคตของตน รวมทั้งเพื่อนๆ ได้ร่วมกันสะท้อนความสามารถและศักยภาพของนักเรียนอีกด้วย

6.9 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ตามใบงานเรื่อง เคียงข้างกัน...ไปให้ถึงฝัน แล้วนำเสนอ

6.10 ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงวิธีการไปสู่ความฝัน ความสำคัญและบทบาทของผู้สนับสนุน (คนเคียงข้าง) เพื่อให้นักเรียนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้านการเรียนที่ตั้งไว้

6.11 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนี้ ครูสรุปเพิ่มเติมว่า การจะก้าวไปสู่เป้าหมายได้ต้องเริ่มที่การรู้จักตนเองอย่างแจ่มแจ้ง จะช่วยให้นักเรียนรู้จักวางแผนชีวิตได้ตามความชอบ เราถนัดสนใจ และความสามารถเลือกในสิ่งที่ใช่ตัวตนของเรา การที่นักเรียนต้องการทราบว่าตนเองเป็นอย่างไร มีความสามารถทางด้านใด หรืออย่างไรต้องมีเครื่องมือในการค้นหาตนเอง เช่น จากการทดสอบ การสำรวจจากประสบการณ์ ผู้อื่นประเมิน ฯลฯ การรู้จักตนเองรอบด้าน จะช่วยให้นักเรียนวางแผนชีวิตได้ว่าตนจะเรียนอะไร จุดหมายไปทางไหน นอกจากนั้นการรู้จักตนเองในด้าน ร่างกาย อารมณ์ และสังคมก็นับว่าเป็น สิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง นี้แหละตัวฉัน

7.2 ใบงานเรื่อง เคียงข้างกัน...ไปให้ถึงฝัน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

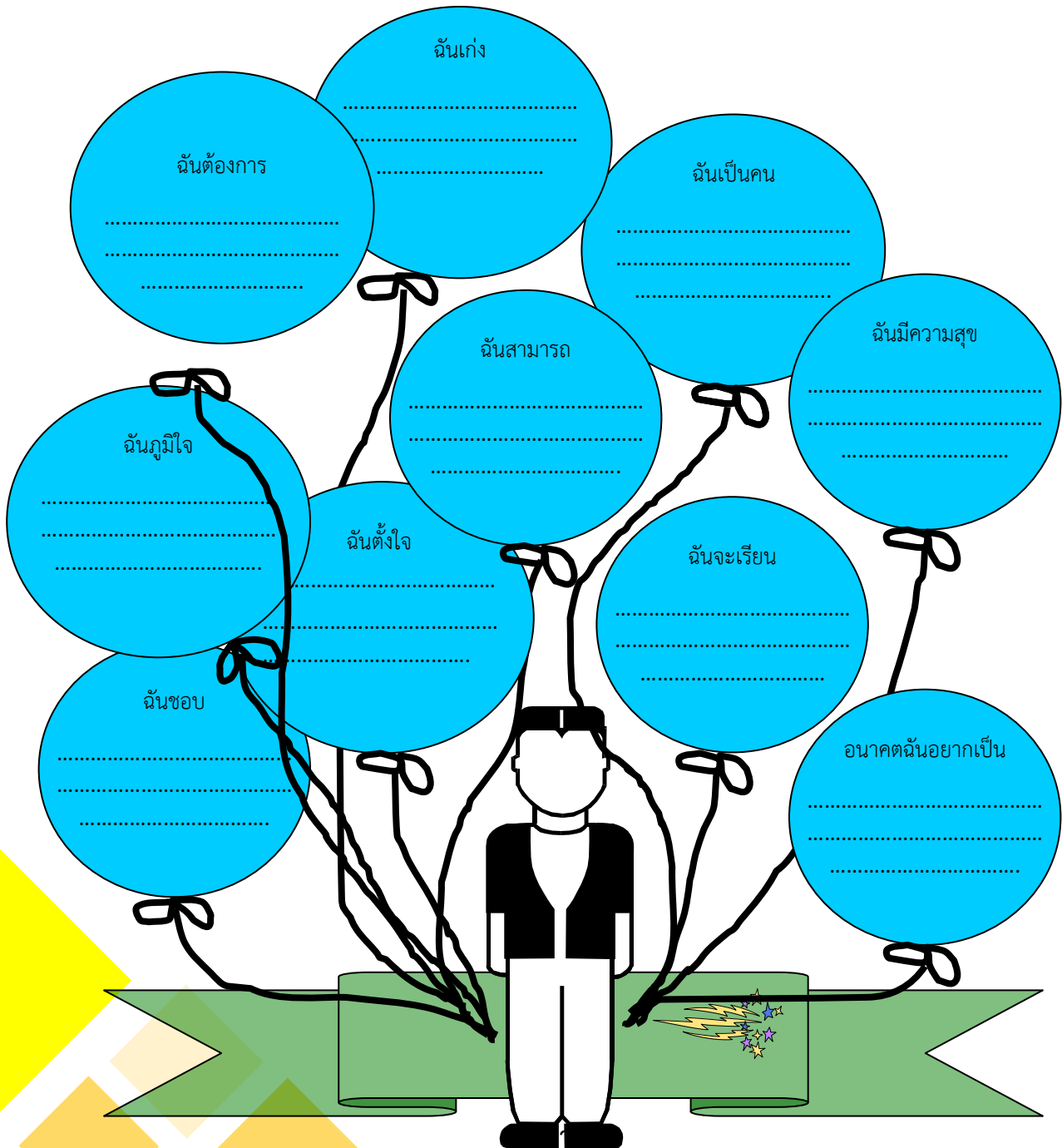
8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบงาน  
เรื่อง นี่แหละตัวฉัน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนข้อมูลเกี่ยวกับตนเองลงในแผนภาพนี้เพื่อให้นักเรียนมองภาพรวมของตนเองเด่นชัดขึ้น



## เรื่อง เคียงข้างกัน...ไปให้ถึงฝัน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถึงเป้าหมายในอนาคตที่ตั้งไว้แล้วให้บันทึกกิจกรรมลงในใบงาน

| เป้าหมายด้านการเรียน<br>ในอนาคต | วิธีการไปสู่ฝันที่เป็นจริง | คนเคียงข้างกัน...ไปให้ถึงฝัน<br>(ความสำคัญและบทบาท) |
|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------|
|                                 |                            |                                                     |
|                                 |                            |                                                     |
|                                 |                            |                                                     |
|                                 |                            |                                                     |
|                                 |                            |                                                     |
|                                 |                            |                                                     |

“อย่าลืมนะ เธอไม่ได้มุ่งสู่ฝันเพียงลำพัง หันมาสิ ฉันอยู่ข้างๆ”

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 10

หน่วยการจัดกิจกรรม การศึกษา  
เรื่อง แก่ไขได้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 1 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การพัฒนาตนเองด้านการเรียนให้เต็มศักยภาพนั้น มีวิธีการเทคนิคการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพได้หลากหลายวิธี การทราบความสามารถทางการเรียนตนเอง รู้จักวิเคราะห์รายวิชาที่เป็นจุดแข็ง เรียนได้ดี รายวิชาที่ควรปรับปรุง พัฒนาผลการเรียนให้ดีขึ้น ดังนั้นการที่นักเรียนทราบสาเหตุที่ทำให้ผลการเรียนไม่เป็นที่พอใจ จะช่วยให้สามารถหาวิธีแก้ไข ปรับปรุง เพื่อพัฒนาให้ผลการเรียนดีขึ้น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 4 พัฒนาตนเองด้านการเรียนได้เต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ระบุรายวิชาที่ผลการเรียนยังไม่เป็นที่พอใจพร้อมสาเหตุที่ได้ระดับผลการเรียนเช่นนั้นได้
- 3.2 บอกวิธีการพัฒนาให้ระดับผลการเรียนดีขึ้นได้

### 4. สาระการเรียนรู้

วิธีพัฒนาตนเองเพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 วิเคราะห์ผลการเรียนตนเอง
- 5.2 บันทึกระดับผลการเรียน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

- 6.1 ครูทบทวนกิจกรรมจากครั้งที่แล้ว แจกจุดประสงค์การเรียนรู้ในชั่วโมงนี้ให้นักเรียนทราบ
- 6.2 ครูตีแผนภูมิระดับผลการเรียนบนกระดานดำ

|                     |                                        |
|---------------------|----------------------------------------|
| ระดับผลการเรียน 4   | หมายถึงผลเรียนเรียนดีเยี่ยม            |
| ระดับผลการเรียน 3.5 | หมายถึงผลเรียนเรียนดีมาก               |
| ระดับผลการเรียน 3   | หมายถึงผลเรียนเรียนดี                  |
| ระดับผลการเรียน 2.5 | หมายถึงผลเรียนเรียนค่อนข้างดี          |
| ระดับผลการเรียน 2   | หมายถึงผลเรียนเรียนน่าพอใจ             |
| ระดับผลการเรียน 1.5 | หมายถึงผลเรียนเรียนพอใช้               |
| ระดับผลการเรียน 1   | หมายถึงผลเรียนเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ    |
| ระดับผลการเรียน 0   | หมายถึงผลเรียนเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ขั้นต่ำ |

6.3 ครูสนทนถึงความหมายของระดับผลการเรียน นักเรียนทราบความหมายของระดับผลการเรียนหรือไม่ว่าแต่ละระดับผลการเรียนหมายความว่าอย่างไร

6.4 ครูให้นักเรียนบอกระดับผลการเรียนของตน ว่าในแต่ละวิชานักเรียนได้ระดับผลการเรียนอะไรบ้าง แล้วเขียนระดับผลการเรียนของตนโดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มวิชาที่อยู่ระดับดี กลุ่มวิชาที่อยู่ระดับปานกลาง และกลุ่มวิชาที่อยู่ระดับปรับปรุง วิเคราะห์ผลการเรียนตนเอง แล้วให้สรุปรายละเอียดลงในแบบบันทึกที่ระดับผลการเรียน

6.5 นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงสาเหตุที่ระดับผลการเรียนที่ไม่เป็นที่พอใจและแนวทางการพัฒนา เพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น ครูให้กำลังใจและอำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

6.6 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสาเหตุและแนวทางการพัฒนาเพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 แผนภูมิระดับผลการเรียน

7.2 แบบบันทึกที่ระดับผลการเรียน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงานแบบบันทึกผลการเรียน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงานบันทึกที่ระดับผลการเรียน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบงาน  
แบบบันทึกระดับผลการเรียน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์ผลการเรียนของตนเองแบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มวิชาที่เรียนได้ระดับดี กลุ่มวิชาที่เรียนได้ระดับปานกลาง และกลุ่มวิชาที่เรียนได้ระดับควรปรับปรุง ลงในแบบบันทึกระดับผลการเรียน

| วิชาที่ได้ระดับดี<br>( ระดับ 4.0 - 3.5 - 3.0 ) | วิชาที่ได้ระดับปานกลาง<br>( ระดับ 2.5 - 2.0 - 1.5 ) | วิชาที่ได้ระดับปรับปรุง<br>( ระดับ 1.0 ) |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------|
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |
|                                                |                                                     |                                          |

สรุปการวิเคราะห์การเรียน

วิชาที่อยู่ในระดับดี

จำนวน.....วิชา

วิชาที่อยู่ในระดับปานกลาง

จำนวน.....วิชา

วิชาที่อยู่ในระดับปรับปรุง

จำนวน.....วิชา

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 11

หน่วยการจัดกิจกรรมด้านการศึกษา  
เรื่อง วิชาโปรดประโยชน์มาก

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การรู้จักและเข้าใจกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ ตามหลักสูตร ถือเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการเรียนรู้ ซึ่งแต่ละรายวิชามีคุณค่า มีความหมายสำคัญ และมีประโยชน์ต่อการเรียนรู้ทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้ ซึ่งตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) กำหนดกลุ่มสาระการเรียนรู้ไว้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนานักเรียนให้เป็น คนดี คนเก่ง และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 1 รู้จัก เข้าใจ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ตามหลักสูตร

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ระบุกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ตนเองสนใจได้
- 3.2 บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆได้

### 4. สาระการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

จัดทำผังความคิด (Mind Mapping) ประโยชน์ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูเกริ่นนำเกี่ยวกับกลุ่มสาระการเรียนรู้และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) และแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

6.2 ครูอธิบาย เกม “วิชาโปรด” ดังนี้

6.2.1 มีวงกลมจำนวน 10 วง แต่ละวงกลมระบุชื่อกลุ่มสาระการเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระ และ 1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

6.2.2 ครูเปิดเพลงขณะให้นักเรียนเดินเลือกวงกลมตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ เมื่อได้ยินเสียงนกหวีด ให้นักเรียนเข้าไปยืนในวงกลมที่ตนเองชอบมากที่สุด

6.2.3 สมาชิกในกลุ่มร่วมสนทนาแลกเปลี่ยนเหตุผลที่ตนเองชอบเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เลือก รวมทั้งเหตุผลที่ชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ น้อยกว่า ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมวันนี้



## ชั่วโมงที่ 2

6.3 ทบทวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั่วโมงที่ 1 ครูให้ข้อมูลเรื่อง สารการเรียนรู้ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560)

6.4 จัดกลุ่มนักเรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 3-4 คน ให้ร่วมกันระดมความคิดประโยชน์ของกลุ่มสารการเรียนรู้ต่างๆ โดยใช้ผังความคิด (Mind Mapping)

6.5 สุ่มนักเรียนตัวแทนกลุ่ม นำเสนอผลงานกลุ่ม

6.6 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปประโยชน์ของกลุ่มสารการเรียนรู้ในด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคมของนักเรียน ครูสรุปเพิ่มเติม เน้นย้ำถึงความสำคัญของรายวิชาในแต่ละกลุ่มสารการเรียนรู้และประโยชน์ของการเรียนรู้ของแต่ละกลุ่มสารการเรียนรู้เพื่อเป็นพื้นฐานในการวางแผนการเรียนรู้ การศึกษาต่อ การอาชีพ และการดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 นกหวีด

7.2 เพลง

7.3 ใบความรู้เรื่อง สารการเรียนรู้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560)

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจสอบผลงานผังความคิด (Mind Mapping)

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจสอบผลงานผังความคิด (Mind Mapping)

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

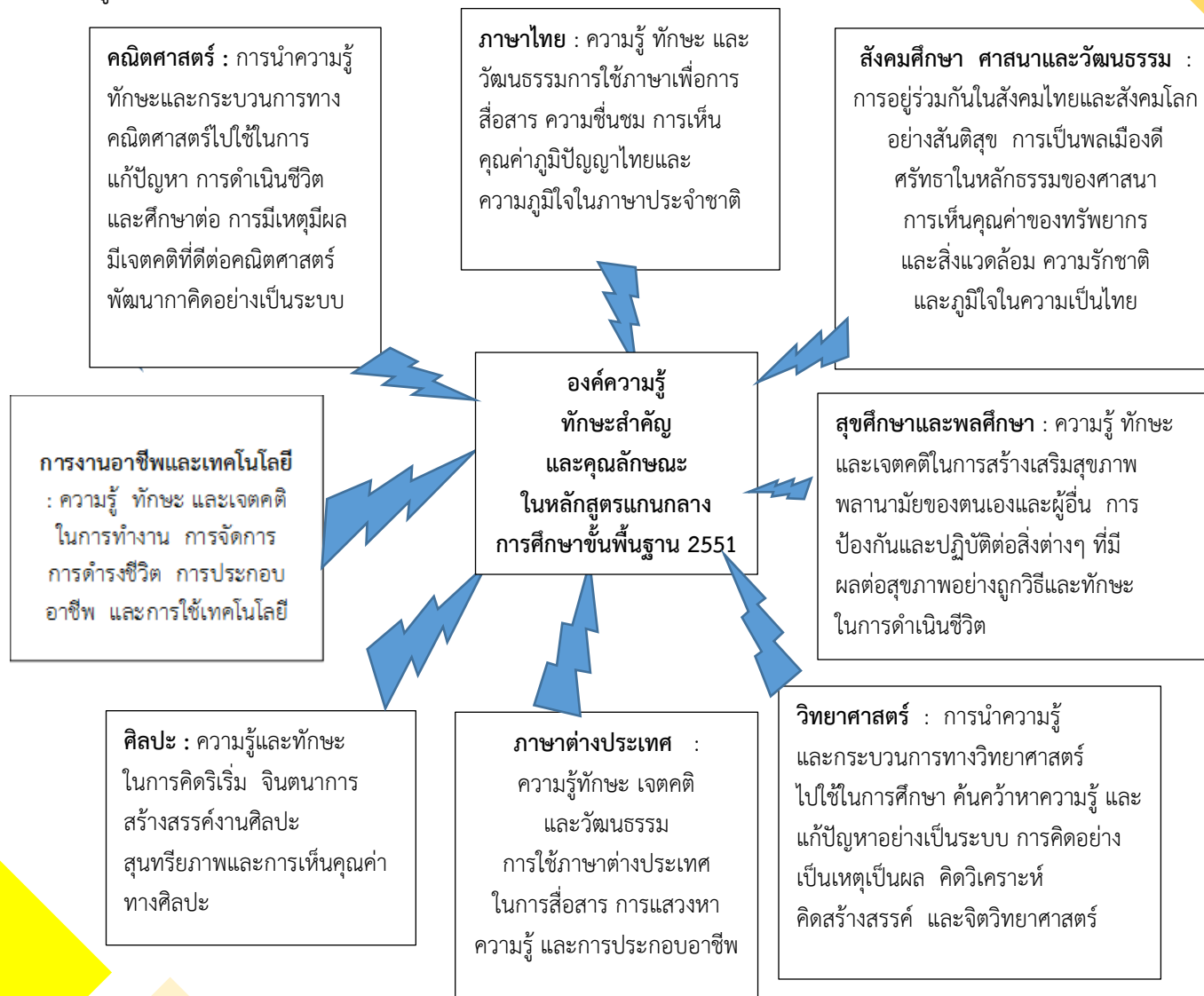
| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน ผังความคิด (Mind Mapping) มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานผังความคิด (Mind Mapping) ไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา               |

## ใบความรู้

เรื่อง สารการเรียนรู้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560)

### สารการเรียนรู้

สารการเรียนรู้ ประกอบด้วย องค์ความรู้ ทักษะหรือกระบวนการเรียนรู้ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ซึ่งกำหนดให้ผู้เรียนทุกคนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานจำเป็นต้องเรียนรู้ โดยแบ่งเป็น 8 กลุ่มสารการเรียนรู้ ดังนี้



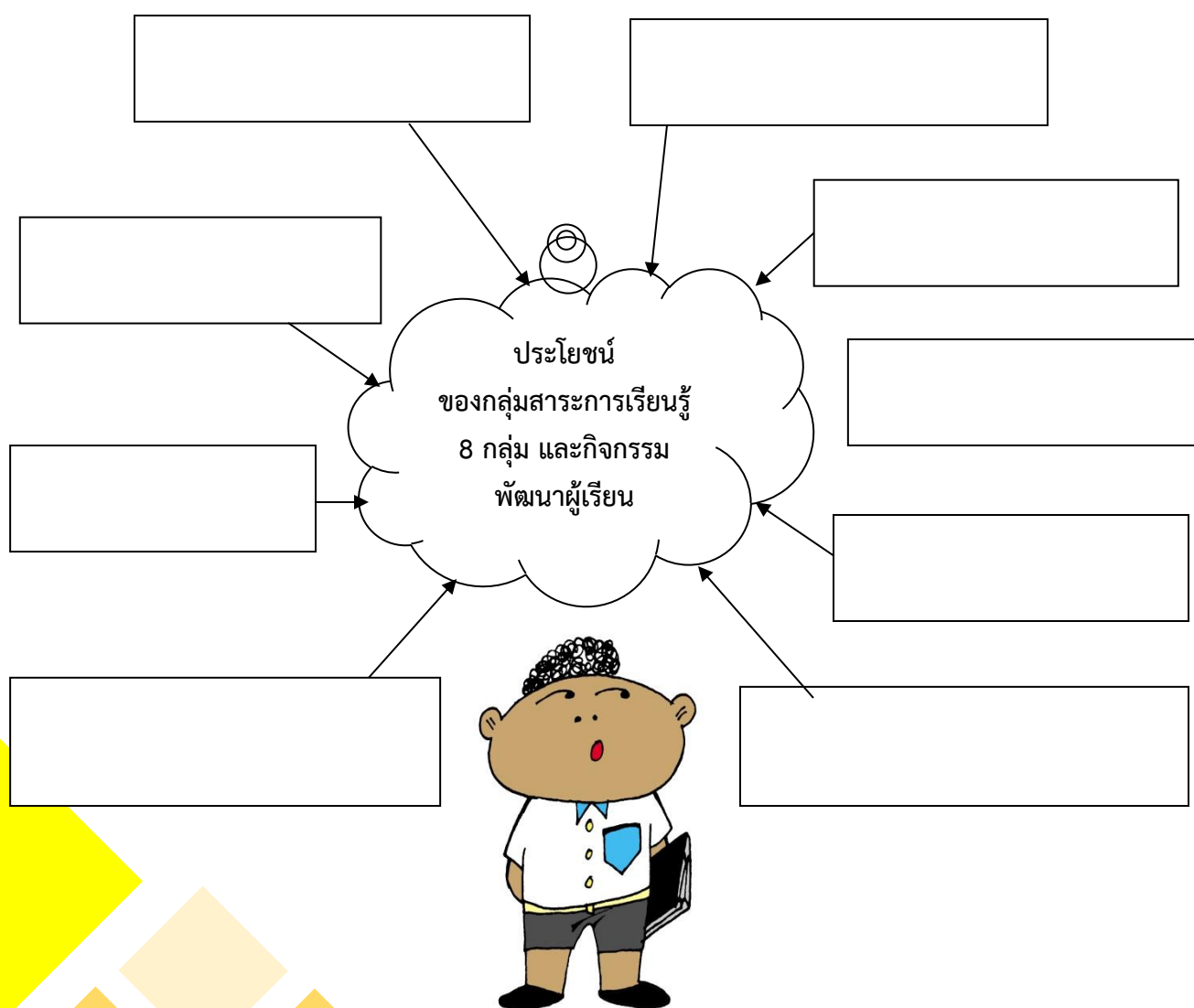
ที่มา : กระทรวงศึกษาธิการ. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551.

## ใบงาน

### ผังความคิด (Mind Mapping) ประโยชน์ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ

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

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเขียนสรุปเป็นแผนผังความคิด (Mind Mapping) บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้และ 1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามประเด็นในใบงานนี้



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 12

หน่วยการจัดกิจกรรมด้านการศึกษา  
เรื่อง วิธีคิดของนักปราชญ์

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
เวลา 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

สภาพปัญหาด้านการเรียนมีหลายด้าน อาทิ ด้านสภาพแวดล้อมในห้องเรียน ด้านตนเอง ด้านสุขภาพ ด้านการจัดการเรียนการสอน และด้านตัวครูผู้สอน เป็นต้น ปัญหาในการเรียนของนักเรียนแต่ละคนเกิดจากสาเหตุแตกต่างกัน การรู้จักแก้ปัญหาตามสาเหตุจะทำให้การเรียนดีขึ้น ซึ่งในการแก้ปัญหานั้นต้องมีขั้นตอนในการแก้ไข เช่น การสำรวจปัญหา รู้สาเหตุปัญหาการเรียน หาแนวทางแก้ไข วางแผนการแก้ไขปัญหา ลงมือปฏิบัติในการแก้ไข ปัญหา สรุปผลการแก้ไขปัญหา ขั้นตอนเหล่านี้เป็นการแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการคิดอย่างนักปราชญ์ การรู้สภาพปัญหาการเรียนในรายวิชาต่างๆ มีประโยชน์สำหรับนักเรียน สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้สูงขึ้นได้ เป็นพื้นฐานในการวางแผนการศึกษา อาชีพ และด้านการปรับตนดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านการศึกษา

ข้อที่ 1 พัฒนาด้านการเรียนได้เต็มศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 อธิบายสภาพการเรียนของตนด้วยการสำรวจปัญหาการเรียนได้
- 3.2 สรุปสาเหตุของการมีผลการเรียนที่ดีและไม่ดีของตนเองได้
- 3.3 ยกตัวอย่างวิธีแก้ปัญหาและปรับปรุงการเรียนของตนเองตามสาเหตุได้
- 3.4 ระบุวิธีการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของตนเองได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 การสำรวจปัญหาการเรียน/การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
- 4.2 การแก้ปัญหการเรียนด้วยวิธีคิดแบบนักปราชญ์

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ฟังนิทานเรื่อง “มดและตั๊กแตน”
- 5.2 สำรวจปัญหาการเรียนและหาสาเหตุของปัญหา
- 5.3 ปฏิบัติกิจกรรมตามใบงานเรื่อง การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
- 5.4 จับคู่ทำสัญญากับตนเอง

## 6. วิธีการจัดกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูเล่านิทานเรื่อง “มดและตั๊กแตน” ให้นักเรียนฟัง
- 6.2 นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ตัวละครในนิทานว่ามีคุณธรรมหรือขาดคุณธรรมในเรื่องใดบ้าง ตัวละครใดที่นักเรียนสนใจ มีลักษณะใดที่คล้ายคลึงกับนักเรียน
- 6.3 ครูและนักเรียนร่วมอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากนิทานเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาตนเอง
- 6.4 ครูนำเสนอภาพพร้อมกับยกตัวอย่างผู้ที่มีปัญหาในด้านการเรียน สุ่มถามนักเรียน 3-4 คน ตอบคำถาม
- 6.5 แจกแบบสำรวจปัญหาการเรียนให้นักเรียนทุกคน โดยครูอธิบายแบบสำรวจปัญหาการเรียนให้นักเรียนเข้าใจก่อนลงมือทำ
- 6.6 ให้นักเรียนสรุป ลำดับ สาเหตุของปัญหาการเรียนจากแบบสำรวจปัญหาการเรียน นักเรียนมีปัญหากลุ่มใดมากที่สุด ให้จัดกลุ่มเป็นกลุ่มที่ 1

### ชั่วโมงที่ 2

- 6.7 ทบทวนการสำรวจปัญหาการเรียนจากครั้งที่แล้ว โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม ตามสาเหตุจากผลสรุปแบบสำรวจปัญหาการเรียน คือ ผู้ที่มีปัญหากลุ่มใดได้ลำดับที่ 1 ก็จะอยู่ในกลุ่มนั้นที่ 1 ให้แบ่งเป็น 6 กลุ่มตามลักษณะของปัญหาต่างๆ ดังนี้
  - 1) สภาพแวดล้อมในห้องเรียน
  - 2) สภาพตนเอง
  - 3) สภาพบ้าน
  - 4) สุขภาพ
  - 5) ครูผู้สอน
  - 6) การเรียนการสอน
- 6.8 นักเรียนแต่ละกลุ่มเสนอวิธีแก้ไขปรับปรุงเพื่อให้การเรียนของตนดีขึ้น แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลงานหน้าชั้น
- 6.9 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุป ดังนี้ “ปัญหาในการเรียนของนักเรียนแต่ละคนเกิดจากสาเหตุแตกต่างกัน การรู้จักแก้ปัญหตามสาเหตุจะทำให้การเรียนดีขึ้น”

### ชั่วโมงที่ 3

- 6.10 ทบทวนกิจกรรมจากการเรียนชั่วโมงที่ 2 แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ
- 6.11 นักเรียนทำใบงาน “พัฒนาการเรียนรู้สู่ผลสัมฤทธิ์” ให้นักเรียนพิจารณาจุดแข็งว่าปฏิบัติตนอย่างไรจึงประสบความสำเร็จในการเรียนรู้รายวิชานั้นๆ และพิจารณาจุดอ่อนว่ามีสาเหตุจากอะไร จะใช้แนวทางวิธีการใดเพื่อแก้ไขปัญหาการเรียนในรายวิชานั้นๆ
- 6.12 ให้นักเรียนจับคู่เพื่อร่วมทำสัญญาพัฒนาและปรับปรุงตนเองด้านการเรียนให้มีประสิทธิภาพ โดยบันทึกลง “แบบทำสัญญากับตนเอง”

6.13 ครูและนักเรียนร่วมอภิปรายสรุป “การหาแนวทางเพื่อพัฒนาตนด้านการเรียนทั้งนี้ ต้องอาศัยคุณธรรมต่าง ๆ มาช่วยให้เราบรรลุถึงจุดหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ”

6.14 ครูสรุปให้แนวคิดเพิ่มเติมว่า ในการแก้ปัญหานั้นต้องมีขั้นตอน ประกอบด้วย ขั้นตอนการสำรวจปัญหา ขั้นตอนวิเคราะห์หาสาเหตุปัญหา ขั้นตอนหาแนวทางแก้ไข/วางแผนการแก้ไขปัญหา ขั้นตอนลงมือปฏิบัติในการแก้ไขปัญหาและขั้นตอนสรุปผลการแก้ไขปัญหา ขั้นตอนเหล่านี้เป็นการแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการคิดอย่างนักปราชญ์

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 นิทานเรื่อง “มดและตั๊กแตน”
- 7.2 แบบสำรวจปัญหาการเรียน
- 7.3 ใบงานกิจกรรม “พัฒนาการเรียนรู้สู่ผลสัมฤทธิ์”
- 7.4 แบบทำสัญญากับตนเอง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบความรู้ สำหรับครู

### นิทานเรื่อง “มดและตั๊กแตน”

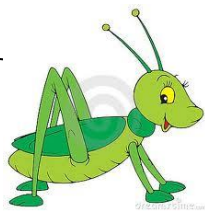
ในฤดูร้อนวันหนึ่ง ตั๊กแตนตัวหนึ่งกำลังกระโดดโลดเต้นอยู่ในทุ่งหญ้า ส่งเสียงร้องเพลงอยู่อย่างสบายใจ ขณะนั้นมีมดเดินผ่านมา แบกเมล็ดข้าวโพดอย่างทุลักทุเลไปยังรังของตน

ตั๊กแตน : “ทำไมไม่มาคุยกันล่ะ จะมัวมาลำบากตรากตรำหลังขดหลังแข็งอยู่แบบนี้ทำไม”

มด : “ฉันกำลังช่วยกันเก็บตุนอาหารเอาไว้สำหรับฤดูหนาว และอยากจะแนะนำให้เธอทำแบบเดียวกับฉันนั่นแหละ”

ตั๊กแตน : “จะต้องมาห่วงกังวลอะไรกับฤดูหนาว ตอนนี้เรามีอาหารอยู่เต็มไปหมด”

แต่มดก็ยังคงตั้งหน้าตั้งตาทำงานอย่างเหนียวยากต่อไป พอถึงฤดูหนาว ตั๊กแตนก็ไม่มีอาหารกินและตายด้วยความอดอยากหิวโหย ในขณะที่เห็นมดแจกจ่ายข้าวโพดกันทุกวันจากโรงเก็บอาหารที่สะสมไว้ตลอดฤดูร้อน บัดนี้ตั๊กแตนรู้แล้วว่า “จงเตรียมพร้อมไว้เสมอเพื่อวันข้างหน้าที่อาจจะมีคามจำเป็นเกิดขึ้น”





## แบบสำรวจปัญหาการเรียน

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

คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย / ใน.....ตามสภาพการเรียนของตนเองด้วยความจริงใจ

### 1. สภาพแวดล้อมในห้องเรียน

- .....เพื่อนคุยเสียงดังรบกวนการเรียนของข้าพเจ้า
- .....ห้องเรียนมืดเกินไปหรือสว่างจนเสียสายตาของข้าพเจ้า
- .....ข้าพเจ้านั่งไกลเกินไป มองไม่ค่อยเห็น
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

### 2. สภาพของตนเอง (จิตใจ-นิสัย)

- .....ข้าพเจ้าไม่ตั้งใจเรียนเสมอๆ
- .....ข้าพเจ้าไม่ชอบและเบื่อวิชาที่เรียน
- .....ข้าพเจ้าไม่มีสมาธิ มักใจลอย
- .....ข้าพเจ้าไม่กล้าถามครูเมื่อไม่เข้าใจ
- .....ข้าพเจ้าไม่ตรงเวลา มักจะทำอะไรไม่ค่อยทัน
- .....ข้าพเจ้าขาดเรียนบ่อย
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

### 3. สภาพทางบ้าน

- .....เรื่องของทางบ้านทำให้ข้าพเจ้ากลัวใจ
- .....ข้าพเจ้าไม่มีที่ดูหนังสือและทำการบ้าน
- .....ข้าพเจ้าต้องทำงานบ้านมากเกินไป
- .....ข้าพเจ้าต้องช่วยพ่อแม่ผู้ปกครองหารายได้
- .....ข้าพเจ้าดูโทรทัศน์หรือเล่นเกมมากเกินไป
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

### 4. สุขภาพ

- .....ข้าพเจ้ารู้สึกอ่อนเพลียบ่อยๆ
- .....สายตาสั้น
- .....มักจะปวดศีรษะบ่อยๆ
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

### 5. ครูผู้สอน

- .....ครูพูดเร็วเกินไป ฟังไม่ทัน
- .....ครูเคร่งครัด ดูว่ามากเกินไป
- .....ครูพูดเสียงเบา
- .....ครูไม่ให้ความยุติธรรม
- .....ครูสอนไม่เข้าใจ
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

### 6. การเรียนการสอน

- .....พื้นฐานการเรียนของข้าพเจ้าไม่ดี
- .....ข้าพเจ้าไม่รู้วิธีเรียนที่ดี
- .....ข้าพเจ้าไม่ทำภาคปฏิบัติจึงไม่มีผลงานส่ง
- .....บทเรียนยากเกินไป
- .....ผลการสอบต่ำกว่าทำให้เกิดท้อถอย
- .....อื่นๆ (ระบุ).....

## ใบงาน

### เรื่อง พัฒนาการเรียนรู้สู่ผลสัมฤทธิ์

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** นักเรียนเขียนชื่อกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่นักเรียนภูมิใจและมีผลการเรียนในระดับดีขึ้นไปไม่เกิน 4 กลุ่มสาระการเรียนรู้ พร้อมทั้งระบุพฤติกรรมหรือข้อปฏิบัติของตนเองในหัวข้อที่กำหนดให้



ทำอย่างไร....จึงกลายเป็นจุดแข็ง

กลุ่มสาระ.....

ฉัน.....

กลุ่มสาระ.....

ฉัน.....

ทำอย่างไร....จึงกลายเป็นจุดอ่อน : วิธีที่ฉันจะปรับปรุงให้ดีขึ้น

ฉัน..... : ฉัน.....

ฉัน..... : ฉัน.....

ฉัน..... : ฉัน.....

ฉัน..... : ฉัน.....



## แบบทำสัญญากับตนเอง

ข้าพเจ้า (ชื่อ) .....กำลังเรียนอยู่ชั้น.....

ข้าพเจ้าได้สำรวจตนเองแล้วพบว่าตนเองยังบกพร่องด้านการเรียน ได้แก่

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

ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาและปรับปรุงตนเองด้านการเรียน จึงสัญญากับตนเองว่า นับแต่บัดนี้เป็นต้นไป ข้าพเจ้าจะ (วิธีการที่จะกระทำ)

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



สัญญานี้จัดทำขึ้นด้วยการรับรู้ของ (ชื่อเพื่อนผู้ร่วมสัญญา)

ด.ช./ ด.ญ.....ซึ่ง

สัญญาว่าจะช่วยทักท้วง/ตักเตือนเมื่อข้าพเจ้าไม่ปฏิบัติตามสัญญา ข้าพเจ้ายินดียอมรับผิดชอบและพร้อมที่จะแก้ไขให้เป็นไปตามสัญญาที่เคยให้ไว้

ผู้รับรองสัญญา

ผู้ทำสัญญา.....

ครู.....

ผู้ร่วมสัญญา.....

แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว  
ด้านการอาชีพ

## แผนการกิจกรรมแนะแนวที่ 13

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง โตขึ้นจะเป็นอะไร

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

อาชีพในปัจจุบันมีหลากหลายทั้งที่นักเรียนรู้จักและยังไม่รู้จักซึ่งแต่ละอาชีพมีลักษณะงานที่แตกต่างกัน ต้องการคนที่มีบุคลิกภาพและคุณลักษณะแตกต่างกันในการทำงานอาชีพนั้นๆ การเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง เป็นเรื่องที่ยาก การเรียนรู้ข้อมูลอาชีพที่ตนสนใจเป็นการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์กับนักเรียนในการวางแผนประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับตนเองในอนาคต

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อ 1 การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกลักษณะของอาชีพที่ตนเองสนใจ
- 3.2 บอกบุคลิกภาพและคุณลักษณะของตนเองที่สอดคล้องกับอาชีพที่สนใจ
- 3.3 บอกข้อดีของอาชีพที่ตนเองอยากเป็น

### 4. สาระการเรียนรู้

การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 วาดรูปอาชีพที่สนใจ
- 5.2 ประเมินเจตคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพต่างๆ
- 5.3 สรรวจอาชีพที่น่าสนใจ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูสอบถามนักเรียนถึงอาชีพที่นักเรียนอยากเป็น
- 6.2 ครูให้นักเรียนวาดรูปอาชีพที่นักเรียนสนใจ
- 6.3 ครูให้นักเรียนนำเสนออาชีพที่นักเรียนวาด โดยให้บอกชื่ออาชีพ งานที่อาชีพทำ เหตุผลที่เลือกอาชีพนั้นและข้อดี/จุดเด่นของอาชีพ
- 6.4 หลังจบการนำเสนอ ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงลักษณะงาน/อาชีพที่นักเรียนสนใจทำและข้อดี/จุดเด่นของอาชีพต่างๆ
- 6.5 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปราย นัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.6 ทบทวนกิจกรรมจากชั่วโมงที่แล้ว ครูให้นักเรียนทำแบบประเมินเจตคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพต่างๆ เพื่อสำรวจเจตคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนต่อการวางแผนการแนะแนวอาชีพ

6.7 ครูสอบถามนักเรียนถึงบุคลิกภาพของตนเองเป็นคนอย่างไร สุ่มนักเรียนตามคำถาม

6.8 ครูให้นักเรียนจับคู่กัน แล้วให้แต่ละคนบอกลักษณะเด่น/จุดเด่นของเพื่อนอย่างน้อย 3 ข้อ จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันบอกความรู้สึกหลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

6.9 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับบุคลิกภาพกับอาชีพตามแนวคิดการเลือกอาชีพของจอห์น แอล ฮอลแลนด์ (John L. Holland) ตามใบความรู้เรื่อง อาชีพแบบไหนเหมาะกับบุคลิกแบบเรา

6.10 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามบุคลิกภาพทั้ง 6 แบบ แล้วพูดคุยถึงบุคลิกภาพและอาชีพต่างๆ ในกลุ่มของตน

6.11 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปราย

## ชั่วโมงที่ 3

6.12 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนกิจกรรมในครั้งที่แล้ว ให้นักเรียนระดมความคิดเกี่ยวกับอาชีพที่รู้จักให้ได้มากที่สุดแล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันจัดกลุ่มอาชีพ โดยแบ่งตามข้อดี/จุดเด่นของอาชีพ เช่น กลุ่มอาชีพที่ช่วยเหลือคนอื่น กลุ่มอาชีพที่ทำงานด้านเทคโนโลยี กลุ่มอาชีพที่ทำงานด้านการเกษตร เป็นต้น

6.13 ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความเหมือนและความแตกต่างของอาชีพในแต่ละกลุ่ม

6.14 ให้นักเรียนทำใบงาน สำรวจอาชีพที่สนใจ แล้วสรุปผลการสำรวจ 3 อาชีพ เรียงตามลำดับความต้องการและความสนใจของนักเรียน

6.15 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการสำรวจอาชีพที่นักเรียนสนใจ อาชีพที่สำรวจได้เวลานี้ต่อไปอาจเปลี่ยนแปลงความสนใจในอาชีพที่สำรวจไว้ได้ซึ่งขึ้นอยู่กับองค์ประกอบอื่นๆ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและแรงบันดาลใจในการประกอบอาชีพในอนาคตอาจไม่ใช่อาชีพที่เรียงลำดับความสนใจและความต้องการ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบความรู้ เรื่อง อาชีพแบบไหนเหมาะกับบุคลิกภาพแบบเรา

7.2 ใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## แบบประเมินเจตคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพต่างๆ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้พิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ระดับความคิดเห็น      5 หมายถึง      เห็นด้วยอย่างยิ่ง      4 หมายถึง      ค่อนข้างเห็นด้วย  
                                  3 หมายถึง      ไม่แน่ใจ                      2 หมายถึง      ค่อนข้างไม่เห็นด้วย  
                                  1 หมายถึง      ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

| ข้อความ                                | ระดับความคิดเห็น |   |   |   |   | คะแนน |
|----------------------------------------|------------------|---|---|---|---|-------|
|                                        | 5                | 4 | 3 | 2 | 1 |       |
| 1. อาชีพอิสระเป็นอาชีพที่มีเกียรติ     |                  |   |   |   |   |       |
| 2. อาชีพรับราชการเป็นอาชีพที่มีเกียรติ |                  |   |   |   |   |       |
| 3. อาชีพอิสระเป็นอาชีพที่ลำบาก         |                  |   |   |   |   |       |
| 4. อาชีพรับราชการเป็นอาชีพที่สบาย      |                  |   |   |   |   |       |
| 5. อาชีพรับราชการเป็นอาชีพที่มั่นคง    |                  |   |   |   |   |       |
| รวมคะแนน                               |                  |   |   |   |   |       |

เกณฑ์การให้คะแนน

- ข้อ 1,2,3 เห็นด้วยอย่างยิ่งให้ 5 คะแนน ค่อนข้างเห็นด้วยได้ 4 คะแนน  
 ไม่แน่ใจได้ 3 คะแนน ค่อนข้างไม่เห็นด้วยได้ 2 คะแนน ไม่เห็นด้วย  
 อย่างยิ่งให้ 1 คะแนน
- ข้อ 4,5 เห็นควรอย่างยิ่งได้ 1 คะแนน ค่อนข้างเห็นด้วยได้ 2 คะแนน  
 ไม่แน่ใจได้ 3 คะแนน ค่อนข้างไม่เห็นด้วยได้ 4 คะแนน ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งได้  
 5 คะแนน

| ระดับคุณภาพ |                        |
|-------------|------------------------|
| คะแนน       | ระดับคุณภาพ            |
| 21-25       | 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง    |
| 16-20       | 4 ค่อนข้างเห็นด้วย     |
| 11-19       | 3 ไม่แน่ใจ             |
| 6-10        | 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย  |
| 1-5         | 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง |



## ใบความรู้

### เรื่อง อาชีพแบบไหนเหมาะกับบุคลิกภาพแบบเรา

แนวทางการเลือกอาชีพของ จอห์น แอล ฮอลแลนด์ (John L. Holland) ผู้คิดค้นความสอดคล้องระหว่างอาชีพกับบุคลิกภาพ โดยแบ่งบุคลิกภาพเป็น 6 ประเภท ดังนี้

#### ประเภทที่ 1: Realistic (จริงจัง)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้จะเป็นคนจริงจัง มุ่งมั่น กล้าแสดงออกทางความคิดและความรู้สึก ชอบลงมือทำไปให้สุดทาง เรียกได้ว่าเป็นประเภทขาลุยก็ว่าได้

**อาชีพ :** พนักงานป่าไม้ วิศวกรรถยนต์ เกษตรกร วิศวกรโยธา ช่างเครื่องบิน ช่างไฟฟ้า ผู้ค้าเพชรพลอย ช่างซ่อมต่าง ๆ ผู้เชี่ยวชาญทางเอกซเรย์ ช่างเครื่องทำความเย็น นักเดินเรือ เป็นต้น

#### ประเภทที่ 2: Investigative (ช่างสงสัย)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้มีบุคลิกและนิสัยคล้ายกับนักสืบก็ว่าได้ โดยพื้นฐานมักชอบตั้งคำถาม สงสัย คิดค้น และนำมาวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุที่แท้จริงให้ได้

**อาชีพ :** นักเศรษฐศาสตร์ แพทย์ นักมนุษยวิทยา นักวางแผน ผู้ช่วยแพทย์ในห้องทดลอง ครูสอนคณิตศาสตร์ นักกายภาพ จักษุแพทย์ นักจิตวิทยา จิตแพทย์ นักสมุทรศาสตร์ นักสถิติ นักสืบ เป็นต้น

#### ประเภทที่ 3: Artistic (ศิลปิน)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้ค่อนข้างมีความเป็นตัวของตัวเองสูง เพ้อฝัน รักอิสระ ไม่ค่อยตามใครง่าย ๆ ชอบคิด ชอบแสดงความรู้สึกผ่านผลงานทางศิลปะ เช่น ภาพวาด ภาพถ่าย ตัวหนังสือ และดนตรี เป็นต้น

**อาชีพ :** ผู้กำกับการแสดงละคร นักดนตรี นักโฆษณา นักแสดง นักประชาสัมพันธ์ ผู้ทำรายการวิทยุ นักออกแบบ นักวิจารณ์ สถาปนิก จิตรกร นักถ่ายภาพ นักแต่งเพลง นักเขียนบท เป็นต้น

#### ประเภทที่ 4: Social (ชอบเข้าสังคม)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น ชอบแสดงความคิดเห็น มีจิตอาสา รักพวกพ้อง ใส่ใจความรู้สึกของคนรอบข้าง ชอบสังสรรค์ และต้องการการมีตัวตนในหมู่คณะ

**อาชีพ :** ผู้บริหารงานชุมชน ตัวแทนธุรกิจ จิตแพทย์ อาจารย์มหาวิทยาลัย นักรัฐศาสตร์ นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาล ผู้ทำงานในชุมชน ผู้อำนวยการทางด้านบุคลากร ครู บรรณารักษ์ ข้าราชการต่างประเทศ เป็นต้น

#### ประเภทที่ 5: Enterprising (กล้าได้กล้าเสีย)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้มีความเป็นผู้นำสูง ชอบแสดงความคิดเห็น มีทักษะในการพูดเพื่อนำมาตรงไปตรงมา กล้าตัดสินใจ มีความรับผิดชอบ มีระเบียบ และชอบการวางแผนให้บรรลุเป้าหมาย

**อาชีพ :** หนายความ ผู้พิพากษา ข้าราชการ นักการเมือง เจ้าของกิจการ นักขับเคลื่อนสังคม พิธีกร เป็นต้น

## ประเภทที่ 6: Conventional (อนุรักษ์)

**บุคลิกภาพ :** บุคคลประเภทนี้มีนิสัย ซื่อสัตย์ จริงใจ ชอบทำตามระเบียบแบบแผนมากกว่าการริเริ่มด้วยตนเอง  
เจ้าระเบียบ เป็นผู้ทำตามมากกว่าเป็นผู้นำ

**อาชีพ :** เลขานุการ เสมียน เจ้าหน้าที่ธุรการ นักบัญชี ผู้ตรวจบัญชี เป็นต้น

---

**ที่มา :** <https://www.krungsri.com/bank/th/plearn-plearn/what-career-is-most-suitable-for-your-personality.html>

ใบงาน  
อาชีพที่สนใจ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาสำรวจอาชีพที่สนใจ แล้วเรียงอันดับ ( 3 อันดับ)

\*\*\*\*\*

- |                       |                       |                          |                                          |
|-----------------------|-----------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 1. เกษตรกร            | 18. นักสังคมสงเคราะห์ | 35. ผู้ฝึกภาษา           | 52. ช่างถ่ายรูป                          |
| 2. ยูทูบเปอร์         | 19. ตำรวจ             | 36. นักแสดง/ดารา         | 53. นักกีฬาอาชีพ                         |
| 3. จิตรกร             | 20. ผู้ตรวจบัญชี      | 37. พนักงานสหกรณ์        | 54. พนักงานรถไฟ                          |
| 4. นักกฎหมาย          | 21. พนักงานป่าไม้     | 38. เกษตรกร              | 55. ขนส่งโลจิสติกส์                      |
| 5. นักปกครอง          | 22. พัฒนาการ          | 39. ผู้ประกาศข่าว        | 56. ช่างวาดรูป                           |
| 6. นักสถิติ, นักวิจัย | 23. สถาปนิก           | 40. ช่างเครื่องยนต์      | 57. พนักงานเกษตร                         |
| 7. นักอักษรศาสตร์     | 24. นักจิตวิทยา       | 41. ช่างตกแต่งภายใน      | 58. พนักงานไปรษณีย์                      |
| 8. บรรณารักษ์         | 25. ช่างซ่อมโทรทัศน์  | 42. ช่างถ่ายภาพยนตร์     | 59. นักพากย์                             |
| 9. นักประมง           | 26. เน็ตไอดอล         | 43. ช่างทำเฟอร์นิเจอร์   | 60. นักร้อง                              |
| 10. พยาบาล            | 27. ขายของออนไลน์     | 44. ช่างโทรทัศน์         | 61. เชฟ-กึ่งทำอาหาร                      |
| 11. วิศวกร            | 28. นักธุรกิจ         | 45. นวดแผนไทย            | 62. ช่างซ่อมนาฬิกา                       |
| 12. ช่างเขียนแบบ      | 29. ทนายความ          | 46. ช่างแกะสลัก          | 63. พิธีกร/นักจัดรายการ                  |
| 13. ช่างแกะสลัก       | 30. นักเศรษฐศาสตร์    | 47. ออร์กาไนท์เซอร์      | 64. ช่างเสริมสวย/ช่างสปา                 |
| 14. ช่างตัดผม         | 31. นักหนังสือพิมพ์   | 48. พนักงานธนาคาร        | 65. พนักงานขายของ                        |
| 15. ช่างถ่ายโทรทัศน์  | 32. สัตวแพทย์         | 49. ออกแบบผลิตภัณฑ์      | 66. ทันตแพทย์                            |
| 16. ครู -อาจารย์      | 33. นักบิน            | 50. มัคคุเทศก์           | 67. นักเขียน                             |
| 17. แพทย์             | 34. ทหาร              | 51. ช่างซ่อมอุปกรณ์ไฟฟ้า | 68. อาชีพอื่นๆ .....<br>(โปรด ระบุ)..... |

สรุป อาชีพที่สนใจของตนเองคือ

- 1.....  
2.....  
3.....



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 14

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง โลกอาชีพที่เปลี่ยนไป

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

สถานการณ์ในปัจจุบันทำให้อาชีพมีการเปลี่ยนแปลง บางอาชีพอาจจะสูญหายไป และมีอาชีพใหม่เกิดขึ้นมากมาย หากนักเรียนได้เรียนรู้อาชีพในปัจจุบัน และแนวโน้มอาชีพในอนาคต จะเป็นแนวทางให้นักเรียนได้วางแผนการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพในอนาคตได้ ดังนั้นการรู้จักโลกอาชีพจะเป็นการเปิดโลกทัศน์ของนักเรียนให้รู้จักอาชีพมากยิ่งขึ้น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกสาเหตุที่ทำให้โลกอาชีพมีการเปลี่ยนแปลง
- 3.2 บอกผลกระทบต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคต

### 4. สาระการเรียนรู้

- 3.1 การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ
- 3.2 การเปลี่ยนแปลงโลกอาชีพ
- 3.3 ผลกระทบการเปลี่ยนแปลงต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคต

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงานเรื่อง อาชีพกับอนาคต
- 5.2 ใบงานเรื่อง เตรียมความพร้อม

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูเกริ่นนำถึงอาชีพ การจ้างงาน และตลาดแรงงาน ซึ่งมีผลต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคต
- 6.2 ครูให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพในยุคไทยแลนด์ 4.0 ในใบความรู้เรื่อง 10 อาชีพสุดฮอตยุคไทยแลนด์ 4.0
- 6.3 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับยุทธศาสตร์ประเทศไทย สภาพเศรษฐกิจ สังคม การจ้างงาน วัฒนธรรม ฯลฯ ซึ่งจะส่งผลต่อการตลาดแรงงาน และโลกอาชีพในปัจจุบัน และอนาคตแล้วนำเสนอ
- 6.4 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรม และนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูและนักเรียนทบทวนถึงการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา

6.6 นักเรียนแบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ตามใบงานเรื่อง อาชีพกับอนาคต แล้วให้นำเสนอ

6.7 นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงผลกระทบที่จะส่งผลต่อนักเรียนในอนาคต ทั้งการศึกษา อาชีพ การจ้างงาน และการดำเนินชีวิต

6.8 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนี้

## ชั่วโมงที่ 3

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนถึงการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา

6.10 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ตามใบงานเรื่อง เตรียมพร้อม แล้วนำเสนอผลงานกลุ่มต่อกลุ่มใหญ่ในชั้นเรียน

6.11 ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงการเตรียมความพร้อมด้านการศึกษา ทักษะอาชีพ และการพัฒนาตนเองเพื่อการประกอบอาชีพในอนาคต

6.12 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมและนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบความรู้เรื่อง 10 อาชีพสุดฮอตยุคไทยแลนด์ 4.0

7.2 ใบงานเรื่อง อาชีพกับอนาคต

7.3 ใบงานเรื่อง เตรียมพร้อม

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน/ใบงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน/ใบงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

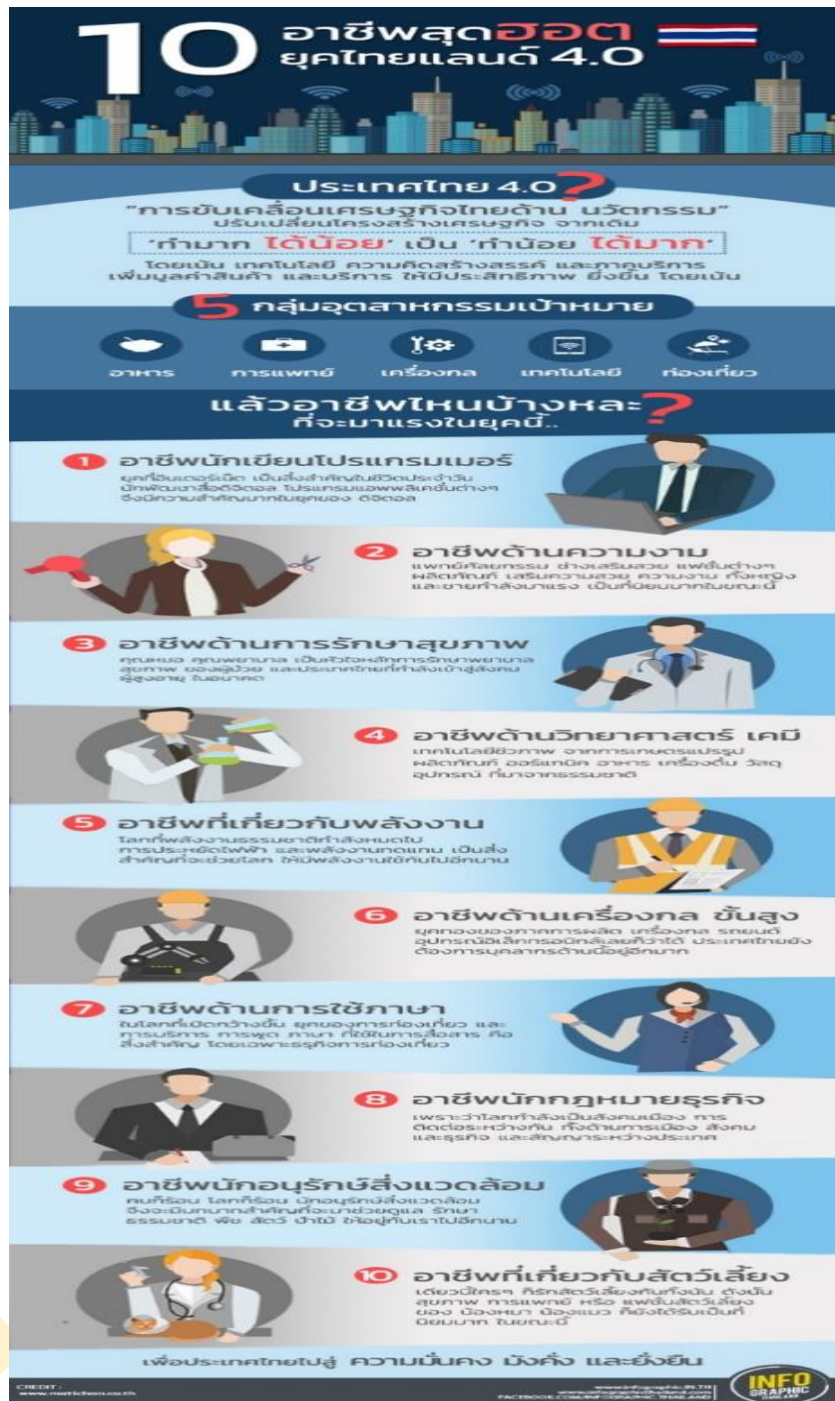
| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบความรู้

### เรื่อง 10 อาชีพสุดฮอตยุคไทยแลนด์ 4.0



## ใบงาน

### เรื่อง อาชีพกับอนาคต

กลุ่มที่.....

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

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อต่อไปนี้

1. อาชีพที่คาดว่าจะสูญหาย

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

2. อาชีพที่จะเกิดขึ้นใหม่ในอนาคต

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

3. สาเหตุที่ทำให้โลกอาชีพมีการเปลี่ยนแปลง

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

4. ผลกระทบต่อการประกอบอาชีพของนักเรียนในอนาคต

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



## ใบงาน

### เรื่อง เตรียมพร้อม

กลุ่มที่.....

สมาชิกกลุ่ม 1.....2.....

3.....4.....

5.....6.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในหัวข้อต่อไปนี้

โลกในอนาคตจะมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการประกอบอาชีพของนักเรียน นักเรียนจะมีการเตรียมความพร้อมด้านการศึกษา ทักษะอาชีพ และการพัฒนาตนเองเพื่อการประกอบอาชีพในอนาคตอย่างไร

| การเปลี่ยนแปลงด้าน | ลักษณะที่เกิดขึ้น | การเตรียมความพร้อมและการพัฒนาตนเองของนักเรียน |
|--------------------|-------------------|-----------------------------------------------|
|                    |                   |                                               |
|                    |                   |                                               |
|                    |                   |                                               |
|                    |                   |                                               |

## แผนการกิจกรรมแนะแนวที่ 15

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง สานฝันสู่อาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การประกอบอาชีพในอนาคตจำเป็นต้องมีการวางแผนการศึกษาต่อเพื่อการมีงานทำอย่างชัดเจน เพื่อให้เด็กนักเรียนมีเป้าหมายในการเรียน ดังนั้น หากนักเรียนมีความสนใจ ความสามารถ ความถนัดของตนเอง จะช่วยให้เด็กนักเรียนสามารถวางแผนการเรียนไปสู่อาชีพในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อ 2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ

ข้อ 3 มีทักษะการตัดสินใจ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 อธิบายข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่เลือกแสดงบทบาทสมมติในตลาดนัดอาชีพได้

3.2 สามารถสืบค้นข้อมูลอาชีพจากเว็บไซต์ต่างๆ ได้

3.3 วางแผนการเรียนไปสู่อาชีพในอนาคตได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 มีเจตคติต่ออาชีพสุจริต

4.2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง ฉันจะเป็น.....

5.2 ใบงานเรื่อง เป้าหมายมีไว้พุ่งชน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูเปิดคลิป เรื่อง ตลาดนัดอาชีพ จากเว็บไซต์ต่างๆ ให้นักเรียนชม แล้วแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับตลาดนัดอาชีพที่ชม

6.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันออกแบบตลาดนัดอาชีพ โดยให้นักเรียนเลือกแสดงบทบาทสมมติเป็นผู้ประกอบอาชีพในวันตลาดนัดอาชีพ ตามใบงาน เรื่อง ฉันเป็น... แล้วนำเสนอ

6.3 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปรูปแบบ/ข้อมูลการจัดงานวันตลาดนัดอาชีพ

## ชั่วโมงที่ 2

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนรูปแบบ/ข้อมูลการจัดงานวันตลาดนัดอาชีพที่ได้จากกิจกรรมครั้งที่แล้ว

6.5 ครูให้นักเรียนสืบค้น จัดเตรียมข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่เลือกแสดงบทบาทสมมุติในตลาดนัดอาชีพ เตรียมการนำเสนอและตอบข้อซักถาม โดยศึกษาข้อมูลจากเว็บไซต์ต่างๆ

6.6 ครูและนักเรียนร่วมกันซักซ้อมการจัดงานวันตลาดนัดอาชีพในครั้งถัดไป

## ชั่วโมงที่ 3

6.7 นักเรียนร่วมจัดงานวันตลาดนัดอาชีพ โดยแสดงบทบาทสมมุติเป็นผู้ประกอบอาชีพต่างๆ แล้วให้เพื่อนชม พูดคุย ซักถามข้อมูล/รายละเอียดของอาชีพที่เลือกแสดงบทบาทสมมุติ

6.8 เมื่อสิ้นสุดกิจกรรม ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการจัดงานวันตลาดนัดอาชีพ และแลกเปลี่ยนข้อมูลอาชีพ

6.9 ครูให้นักเรียนสำรวจตนเองเพื่อการวางแผนการเรียนรู้ไปสู่อาชีพในอนาคต โดยทำใบงานเรื่อง เป้าหมายมีไว้พุ่งชน

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนี้

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 คลิป เรื่องตลาดนัดอาชีพ จากเว็บไซต์ต่างๆ เช่น

<https://www.youtube.com/watch?v=spfXHXdupVM>

<https://www.youtube.com/watch?v=REp9vk0OOUs>

7.2 ใบงานเรื่อง ฉันเป็น... (รายกลุ่ม)

7.3 ใบงานเรื่อง เป้าหมายมีไว้พุ่งชน (รายบุคคล)

7.4 เว็บไซต์ข้อมูลอาชีพ เช่น <https://www.doe.go.th> <http://www.truelookpanya.com>

<https://www.samsungslc.org> <https://www.admissionpremium.com>

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |



## ใบงาน

### เรื่อง ฉันจะเป็น.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันออกแบบตลาดนัดอาชีพ โดยให้นักเรียนเลือกแสดงบทบาทสมมติเป็นผู้ประกอบอาชีพในวันตลาดนัดอาชีพ และเตรียมข้อมูลข้างล่างนี้เพื่ออธิบายให้ผู้เข้าร่วมงานวันตลาดนัดอาชีพ

ฉันจะเป็น.....

1. ฉันเลือกเพราะ..... (เหตุผลในการเลือกแสดงบทบาทสมมติอาชีพนี้)

.....  
.....

2. ฉันต้องรู้..... (ความรู้ความสามารถของผู้ประกอบอาชีพ)

.....  
.....

3. ฉันมี..... (คุณลักษณะ บุคลิกภาพ ค่านิยมในอาชีพ)

.....  
.....

4. ฉันต้องเรียน..... (คุณสมบัติด้านการศึกษาก่อนเข้าสู่อาชีพ)

.....  
.....

5. ฉันก้าวหน้า..... (ความก้าวหน้าในอาชีพ)

.....  
.....

6. ฉันเป็นที่ต้องการ..... (ความต้องการของตลาดแรงงาน)

.....  
.....



## ใบงาน

### เรื่อง เป้าหมายมีไว้พุ่งชน

**คำชี้แจง** หลังการเข้าร่วมงานตลาดนัดอาชีพ ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้  
ในหัวข้อต่อไปนี้

1. ในอนาคต ฉันต้องการประกอบอาชีพ.....  
เพราะ.....
2. บุคคลที่ประกอบอาชีพ/สถานประกอบการที่ฉันชื่นชอบ คือ .....
3. ลักษณะงาน ได้แก่ .....
4. คุณสมบัติของผู้ที่ประกอบอาชีพ  
4.1 วุฒิการศึกษา .....
- 4.2 ทักษะที่จำเป็นในอาชีพ .....
- 4.3 บุคลิกภาพของผู้ประกอบอาชีพ.....
5. ความต้องการตลาดแรงงาน.....
6. ฉันเหมาะสมกับอาชีพนี้ เพราะ.....
7. ฉันต้องพัฒนาตนเองให้พร้อมเข้าสู่อาชีพนี้ โดย.....

“เป้าหมายของฉันมีไว้ แล้วไปให้ถึง”



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 16

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง อาชีพที่ฉันรู้จัก

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 1 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

ในชุมชนของนักเรียนมีผู้ประกอบการอาชีพหลากหลายและแตกต่างกันตามสภาพของชุมชน ภูมิประเทศ สภาพเศรษฐกิจ ดังนั้นการเรียนรู้อาชีพในชุมชนซึ่งอาจจะเป็นอาชีพของบุคคลในครอบครัวญาติพี่น้องหรือบุคคลอื่นๆ จะช่วยให้นักเรียนได้รู้จักอาชีพ และเข้าใจลักษณะงานของแต่ละอาชีพมากยิ่งขึ้น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1 การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

ข้อที่ 2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 รู้จักอาชีพในชุมชนของตนเอง

3.2 ศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 อาชีพในชุมชน/ท้องถิ่น

4.2 สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชนของฉัน (รายกลุ่ม)

5.2 การไปศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

6.1 ครูให้นักเรียนระดมความคิดเกี่ยวกับอาชีพในชุมชนให้ได้มากที่สุด แล้วสอบถามถึงความชอบความสนใจในอาชีพที่กล่าวมา (เพราะอะไร อย่างไร ฯลฯ) สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชนมีที่ไหนบ้าง ทำอะไร อย่างไร

6.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน

6.3 ครูให้นักเรียนสรุปการเรียนรู้ในสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน ตามใบงานเรื่อง สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชนของฉัน

6.4 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนี้

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชนของฉัน (รายกลุ่ม)

7.2 สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |



## ใบงาน

### เรื่อง สถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชนของฉัน

**คำชี้แจง** เมื่อไปศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน ให้นักเรียนสรุปการเรียนรู้ในประเด็นต่าง ๆ

ชื่อสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพ.....

1. ประสบการณ์ที่ได้รับจากสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพ

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

2. ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพในสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพ

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

3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาสถานประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพ

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

ชื่อกลุ่ม.....

สมาชิกกลุ่ม 1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 17

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง ความถนัดสู่อาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การรู้จักตนเอง การเข้าใจ ความถนัดของตนเอง จะสามารถวิเคราะห์ คุณลักษณะของตนเอง ที่สอดคล้องกับอาชีพ การรู้จักข้อมูลตนเองทั้งข้อมูลภายนอกและภายในตนเองจะช่วยให้สามารถวางแผนเลือก อาชีพที่เหมาะสมกับตนเองได้

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

ข้อที่ 3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกคุณลักษณะของตนเองที่สอดคล้องกับอาชีพที่สนใจได้

3.2 บอกความสนใจ ความถนัดทางการเรียนและอาชีพของตนเองได้

3.3 ใช้ข้อมูลของตนเองในด้านความสนใจ ความถนัด ความสามารถของตนเองเพื่อวางแผน การเลือกอาชีพที่สนใจ

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 ความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางอาชีพ

4.2 คุณลักษณะของตนที่สอดคล้องกับอาชีพ

4.3 การวางแผนเลือกอาชีพที่สนใจ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง myself

5.2 ใบงานเรื่องความถนัดกับอาชีพ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1 - 2

6.1 สนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับบุคคลที่มีชื่อเสียง เช่น นักร้อง นักแสดง นักข่าว นักกีฬา ฯลฯ แล้วร่วมกันพิจารณาว่าบุคคลดังกล่าวมีทักษะหรือความสามารถอย่างไร

6.2 นักเรียนทำกิจกรรม ความถนัดของฉัน โดยครูแจกกระดาษให้นักเรียน คนละ 1 แผ่น ให้นักเรียน เขียนความถนัด ทักษะ หรือความสามารถ ภายในเวลา 10 นาที ให้ได้มากที่สุด

6.3 นักเรียนแต่ละคนนำเสนอความถนัด ทักษะ หรือความสามารถของตนเอง โดยให้นักเรียนทุกคน มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความถนัด ทักษะ หรือความสามารถของเพื่อนๆ ในชั้นเรียน

6.4 ครูอธิบายเพิ่มเติมว่า นักเรียนแต่ละคนมีความสามารถ ความถนัด ความชื่นชอบแตกต่างกันไป ซึ่งบางคนอาจมีความสามารถ ความถนัด มากกว่า 1 อย่าง

6.5 ครูสอบถามนักเรียนเกี่ยวกับอาชีพที่นักเรียนใฝ่ฝัน จากนั้นนักเรียนพิจารณาตนเองเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพ ความชื่นชอบ ความถนัด/ความสามารถพิเศษ ของตนเอง แล้วบันทึกข้อมูลลงในใบงานเรื่อง myself

6.6 นักเรียนวิเคราะห์ใบงานเรื่อง myself แล้วนำเสนอว่า จากการพิจารณาคุณลักษณะของตนเอง แล้วนักเรียนมีแนวโน้มที่จะสามารถประกอบอาชีพอะไรได้บ้าง

6.7 ครูอธิบายเพิ่มเติมให้นักเรียนเข้าใจว่า ความถนัดของแต่ละคนสามารถพัฒนาจนสามารถประกอบอาชีพได้ เช่น ถนัดร้องเพลง ประกอบอาชีพนักร้อง ถนัดว่ายน้ำ ประกอบอาชีพนักกีฬาว่ายน้ำ ถนัดคอมพิวเตอร์ ประกอบอาชีพเป็นวิศวกรคอมพิวเตอร์ เป็นต้น

### ชั่วโมงที่ 3

6.8 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4 – 5 คน สนทนาพูดคุยกันเกี่ยวกับความถนัดหรือความสามารถ หรือทักษะต่างๆ ที่นักเรียนแต่ละคนมี สามารถประกอบอาชีพอะไรได้บ้าง แล้วบันทึกข้อมูลลงในใบงานเรื่องความถนัดกับอาชีพ

6.9 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนออาชีพที่สนใจ กลุ่มละ 1 อาชีพ พร้อมแสดงความคิดเห็นว่า ควรพัฒนาทักษะในด้านใด จึงจะสามารถประกอบอาชีพที่สนใจได้ โดยมีครูคอยแนะนำเพิ่มเติม

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 กิจกรรม ความถนัดของฉัน

7.2 ใบงานเรื่อง myself

7.3 ใบงานเรื่อง ความถนัดกับอาชีพ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

### เกณฑ์การประเมิน

#### 1) ใบงานเรื่อง myself

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| ระบุข้อมูลของตนเองได้    | ผ่าน    |
| ระบุข้อมูลของตนเองไม่ได้ | ไม่ผ่าน |

#### 2) ใบงานเรื่องความถนัดกับอาชีพ

|                                 |             |          |
|---------------------------------|-------------|----------|
| ระบุความถนัดและอาชีพได้ 3 อาชีพ | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| ระบุความถนัดและอาชีพได้ 2 อาชีพ | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| ระบุความถนัดและอาชีพได้ 1 อาชีพ | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| ระบุไม่ได้                      | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

## ใบกิจกรรม

### เรื่อง ความถนัดของฉัน

#### คำชี้แจง

1. ครูแจกกระดาษให้นักเรียน คนละ 1 แผ่น
2. นักเรียนเขียนความถนัด ทักษะ หรือความสามารถ ภายในเวลา 10 นาที ให้ได้มากที่สุด
3. นักเรียนแต่ละคนนำเสนอความถนัด ทักษะ หรือความสามารถของตนเอง
4. นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับความถนัด ทักษะ หรือความสามารถของเพื่อนๆ ในชั้นเรียน

ใบงาน  
เรื่อง myself

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

คำชี้แจง พิจารณาตนเองเกี่ยวกับ ลักษณะทางกายภาพ ความชื่นชอบ ความถนัด/ความสามารถพิเศษ  
ของตนเอง แล้วบันทึกข้อมูลของตนเองให้สมบูรณ์

| ลักษณะทางกายภาพ            | ลักษณะนิสัยนักเรียน |
|----------------------------|---------------------|
| ส่วนสูง .....              | .....               |
| น้ำหนัก .....              | .....               |
| ข้อมูลกายภาพอื่นๆ<br>..... | .....               |
| .....                      | .....               |

**myself**

| ความสนใจพิเศษ | ความถนัด |
|---------------|----------|
| .....         | .....    |
| .....         | .....    |
| .....         | .....    |
| .....         | .....    |
| .....         | .....    |

1. .... 2. .... 3. ....

.....

## ใบงาน

### เรื่อง ความถนัดกับอาชีพ

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

คำชี้แจง นักเรียนพิจารณาความถนัดหรือความสามารถ หรือทักษะต่างๆ ที่สอดคล้องกับอาชีพที่นักเรียนสนใจ แล้วบันทึกข้อมูล

| ความถนัด ความสามารถ/ทักษะ | อาชีพ |
|---------------------------|-------|
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |
|                           |       |

#### อาชีพที่นักเรียนสนใจ

1. ....
2. ....
3. ....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 18

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง ความสนใจนำไปสู่อาชีพที่รัก

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การสำรวจความสนใจเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง จะสามารถวางแผนการเรียนรู้ไปสู่อาชีพในอนาคตได้

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

ข้อที่ 3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 สำรวจความสนใจเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง

3.2 แสดงความคิดเห็น ความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของตนเองได้

3.3 วางแผนการเรียนรู้ไปสู่อาชีพในอนาคตได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 ความสนใจเกี่ยวกับอาชีพ

4.2 การวางแผนการเรียนรู้ไปสู่อาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของตน

5.2 ใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 นักเรียนดูภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จทางด้านอาชีพ (อาจเป็นนักร้อง นักธุรกิจ นักคุุเทศก์ หมอ ตำรวจ ทหาร ฯลฯ)

6.2 นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่ประสบความสำเร็จด้านอาชีพ แล้วร่วมสนทนาถึงสาเหตุที่บุคคลนั้นประสบความสำเร็จ เช่น มีความตั้งใจกระตือรือร้น ได้ทำงานที่ถนัดและชื่นชอบ ทำงานตรงกับที่ได้เรียนมา ฯลฯ

6.3 สนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับความสนใจด้านอาชีพของนักเรียน

6.4 นักเรียนทำกิจกรรมอาชีพที่ฉันสนใจ โดยครูแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น ให้นักเรียนเขียนชื่ออาชีพที่นักเรียนสนใจมาให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที

#### ชั่วโมงที่ 2

6.5 นักเรียนเลือกอาชีพที่สนใจมากที่สุดมา 3 อาชีพ แล้วพิจารณาว่าอาชีพที่สนใจนั้นสอดคล้อง



กับความสนใจ ความถนัด ความสามารถทางการเรียนของนักเรียนอย่างไร แล้วบันทึกลงในใบงานเรื่อง ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของฉัน

6.6 นักเรียนแต่ละคนนำเสนออาชีพที่สนใจมากที่สุด พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นว่านักเรียน มีความถนัดความสามารถทางการเรียนที่สอดคล้องกับอาชีพนั้นอย่างไร

### ชั่วโมงที่ 3

6.7 ครูเปิดประเด็นสนทนากับนักเรียนว่า “วิชาอะไรบ้างที่สอดคล้องกับอาชีพที่นักเรียนสนใจ” ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยยกตัวอย่างอาชีพ และช่วยกันพิจารณาความสอดคล้องกับวิชาที่เรียน

6.8 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ช่วยกันพิจารณาว่า หากนักเรียนต้องการประกอบอาชีพ ที่นักเรียนสนใจ นักเรียนควรวางแผนการเรียน และเลือกเรียนวิชาอะไร จึงจะเหมาะสม จากนั้นนักเรียน ทำใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน

6.9 ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน หน้าชั้นเรียนโดยมีครู และเพื่อนๆ ช่วยกันแสดงความคิดเห็น และเสนอแนะเพิ่มเติม

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า การสำรวจความสนใจเกี่ยวกับอาชีพของตนเอง จะสามารถ วางแผนการเรียนไปสู่อาชีพในอนาคตได้

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 กิจกรรมอาชีพที่ฉันสนใจ

7.2 ใบงานเรื่อง ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของฉัน

7.3 ใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

### เกณฑ์การประเมิน

#### 1) ใบงานเรื่อง ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของฉัน

|                                                              |             |          |
|--------------------------------------------------------------|-------------|----------|
| บอกชื่ออาชีพที่สอดคล้องกับ<br>ความสามารถทางการเรียนได้ 3 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| บอกชื่ออาชีพที่สอดคล้องกับ<br>ความสามารถทางการเรียนได้ 2 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| บอกชื่ออาชีพที่สอดคล้องกับ<br>ความสามารถทางการเรียนได้ 1 ข้อ | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| บอกไม่ได้                                                    | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

#### 2) ใบงานเรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน

|                                       |             |          |
|---------------------------------------|-------------|----------|
| บอกอาชีพและวิชาที่เกี่ยวข้องได้ 3 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| บอกอาชีพและวิชาที่เกี่ยวข้องได้ 2 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| บอกอาชีพและวิชาที่เกี่ยวข้องได้ 1 ข้อ | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| บอกไม่ได้                             | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

## ใบกิจกรรม

### เรื่อง อาชีพที่ฉันสนใจ

#### คำชี้แจง

1. ครูแจกกระดาษให้นักเรียน คนละ 1 แผ่น
2. นักเรียนเขียนชื่ออาชีพที่นักเรียนสนใจมาให้ได้มากที่สุด ภายในเวลา 10 นาที
3. เลือกอาชีพที่สนใจมากที่สุดมา 3 อาชีพ เพื่อพิจารณาความสอดคล้องกับความสามารถทางการเรียน

#### อาชีพที่สนใจมากที่สุด 3 อาชีพ

1.....

2.....

3.....



## ใบงาน

### เรื่อง ความสามารถทางการเรียนและอาชีพของฉัน

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

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกอาชีพที่สนใจมากที่สุดมา 3 อาชีพ แล้วพิจารณาว่าอาชีพที่สนใจนั้นสอดคล้องกับความสนใจ ความถนัดความสามารถทางการเรียนของนักเรียนอย่างไร

อาชีพ

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

ความสามารถทางการเรียน

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

อาชีพ

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

ความสามารถทางการเรียน

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

อาชีพ

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

ความสามารถทางการเรียน

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

ใบงาน  
เรื่อง อาชีพที่สนใจกับวิชาที่เรียน

สมาชิกกลุ่ม.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกอาชีพที่สนใจมา 1 อาชีพ แล้วพิจารณาว่าวิชาเรียนอะไรบ้างที่สอดคล้อง  
กับการประกอบอาชีพที่สนใจ

อาชีพ.....

| สอดคล้องกับวิชา | เหตุผลเพราะ             |
|-----------------|-------------------------|
| 1. ....         | .....<br>.....<br>..... |
| 2. ....         | .....<br>.....<br>..... |
| 3. ....         | .....<br>.....<br>..... |

### 1. สาระสำคัญ

อาชีพในท้องถิ่นมีบางอาชีพที่มีความเป็นเอกลักษณ์ มีคุณค่า เฉพาะตัวเพียงหนึ่งเดียวไม่มีในท้องถิ่นอื่น ซึ่งเป็นอาชีพที่ควรอนุรักษ์และดำรงสืบทอดให้คนรุ่นหลังได้สืบสานต่อไป ปัจจุบันมีอาชีพที่หลากหลาย แต่จะมีไม่กี่อาชีพที่มีลักษณะเด่น มีเอกลักษณ์เด่นที่แตกต่างจากอาชีพอื่นทำให้อาชีพนั้นมีคุณค่าได้รับความสนใจและสร้างรายได้ที่ดี ให้แก่ผู้ประกอบการ/แหล่งเรียนรู้ด้านอาชีพในชุมชน สะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่นนั้นๆนักเรียนควรมีโอกาสเรียนรู้อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ในชุมชนที่นักเรียนอยู่อาศัย เพื่อเป็นการสืบทอดภูมิปัญญา วัฒนธรรม และค่านิยมของชุมชน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

- ข้อที่ 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ
- ข้อที่ 2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ศึกษา สำรวจ อาชีพที่มีคุณค่าและสะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน
- 3.2 บอกอาชีพที่มีคุณค่าและสะท้อนความเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน
- 3.3 เสนอแนวทางในการอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ในท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไป

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 สำรวจข้อมูลอาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชน
- 4.2 ความสำคัญและความโดดเด่นของอาชีพในชุมชน
- 4.3 แนวทางการอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ศึกษา สำรวจอาชีพเอกลักษณ์ในท้องถิ่น OTOP
- 5.2 การแสดงละคร

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูนำสินค้าในท้องถิ่นที่เป็นสินค้าที่ขายดีเป็นสินค้า OTOP เป็นที่รู้จักของคนทั่วไป ให้นักเรียนดูหน้าชั้นเรียน ครูถามนักเรียนว่าใครเคยรู้จักบ้าง มีขายที่ไหน และคำถามอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 6.2 ครูนำคลิปวิดีโอสั้นเกี่ยวกับอาชีพที่มีความเป็นเอกลักษณ์ในท้องถิ่นต่างๆ ให้นักเรียนได้รับชม

6.3 แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 4- 5 คน สันทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับอาชีพในท้องถิ่นของตนเองว่ามีอาชีพอะไรบ้าง นักเรียนลองยกตัวอย่างสินค้าอื่นที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะท้องถิ่น

6.4 นักเรียนทำกิจกรรมสำรวจอาชีพในท้องถิ่นโดยครูมอบหมายใบสำรวจอาชีพในท้องถิ่นเพื่อนำมาร่วมกันอภิปรายในชั่วโมงหน้า

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 นักเรียนทำใบสำรวจอาชีพที่ได้รับมอบหมาย ร่วมกันอภิปรายกับเพื่อนภายในกลุ่มเดิม

6.6 แต่ละกลุ่มคัดเลือกอาชีพที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะท้องถิ่น 1 อาชีพ พร้อมบอกเหตุผลและแสดงความเป็นเอกลักษณ์ของอาชีพนั้นอย่างน้อย 3 ข้อ ทำในกระดาดาบรูป

6.7 แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานอาชีพที่สนใจมากที่สุด พร้อมทั้งร่วมกันอภิปรายว่าแต่ละอาชีพมีจุดเด่นและเอกลักษณ์ที่น่าสนใจอย่างไร

## ชั่วโมงที่ 3

6.8 ครูกำหนดหัวข้อในการสนทนาว่า เพราะอะไรจึงต้องอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่นพร้อมทั้งให้นักเรียนเขียนบอกเหตุผลในกระดาด A4

6.9 แบ่งนักเรียนกลุ่มละ 4- 5 คน ร่วมกันเสนอแนวทางในการอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ในท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไป โดยร่วมกันนำวางแผนนำเสนอในรูปแบบการแสดงละครสั้นๆ โดยให้โอกาสนักเรียนที่เป็นอาสาสมัคร 2 กลุ่มเตรียมแสดงละครหน้าชั้นเรียนโดยครูมีอุปกรณ์สำหรับการแสดงให้นักเรียนได้ใช้ออกแบบประกอบฉาก

6.10 นักเรียนแสดงละคร ไม่เกินกลุ่มละ 5 นาที

6.11 ครูกำหนดชิ้นงานการอนุรักษ์อาชีพในท้องถิ่นตามที่กลุ่มนักเรียนได้วางแผนไว้ โดยนักเรียนไปทำนอกเวลาเรียนโดยการถ่ายคลิปวิดีโอไม่เกิน 5 นาที พร้อมทั้งอัปโหลดบนยูทูป

6.12 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า การอนุรักษ์อาชีพที่เป็นเอกลักษณ์ในท้องถิ่นเป็นสิ่งที่คนรุ่นหลังควรกระทำเพื่อเป็นการสืบทอดให้คงอยู่คู่ท้องถิ่นต่อไป

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 สินค้า OTOP ในท้องถิ่น

7.2 คลิปวิดีโอเกี่ยวกับอาชีพที่มีเอกลักษณ์

7.3 ใบสำรวจอาชีพเอกลักษณ์ในท้องถิ่น

7.4 กระดาดาบรูป

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน/การนำเสนอคลิปวิดีโอ

## 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน/แบบตรวจงานคลิปวิดีโอ

## 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

141

## เกณฑ์การประเมิน

1) การสำรวจอาชีพเอกลักษณ์

|                                             |             |          |
|---------------------------------------------|-------------|----------|
| -สำรวจอาชีพพร้อมบอกเหตุผลได้อย่างน้อย 4 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| -สำรวจอาชีพพร้อมบอกเหตุผลได้อย่างน้อย 3 ข้อ | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| -สำรวจอาชีพพร้อมบอกเหตุผลได้อย่างน้อย 2 ข้อ | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| -สำรวจอาชีพแต่ไม่บอกบอกเหตุผลได้อย่างน้อย   | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

2) คลิปวิดีโอ

|                                                              |             |          |
|--------------------------------------------------------------|-------------|----------|
| -มีการแสดงสมจริง และใช้เวลาพอดี                              | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| -มีความสร้างสรรค์ มีความเป็นเอกลักษณ์และใช้เวลาพอดี          | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| -มีความเป็นเอกลักษณ์ และใช้เวลาพอดี                          | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| -ขาดความคิดสร้างสรรค์ ขาดเอกลักษณ์ แสดงไม่สมจริง ใช้เวลาพอดี | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 20

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง Idol อาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคคลต้นแบบอาชีพเป็นบุคคลที่มีความสำเร็จในการประกอบอาชีพ ทำงานอย่างมีความสุขและเป็นตัวอย่างที่ดีของการประกอบสัมมาอาชีพ การที่จะเป็นบุคคล Idol ทางอาชีพให้กับบุคคลอื่นบุคคลผู้นั้นควรเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องของการประกอบอาชีพ ไม่ว่าจะเป็นด้านความรู้ ความสามารถ คุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริต และการมีความคิดสร้างสรรค์ในอาชีพ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1. การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

ข้อที่ 2 มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนสายอาชีพ

ข้อที่ 3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความประทับใจที่มีต่อบุคคลต้นแบบที่ประกอบอาชีพที่นักเรียนชื่นชอบได้

3.2 ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับบุคคลต้นแบบอาชีพของนักเรียน

3.3 อภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้บุคคลต้นแบบอาชีพของนักเรียนกับเพื่อนในชั้นเรียน

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 บุคคลต้นแบบอาชีพที่ชื่นชอบ

4.2 การค้นหาบุคคลต้นแบบอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

แผนผังความคิด เรื่อง อาชีพ Idol

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและนำเสนอหนาประเด็นอาชีพ ของผู้ปกครองนักเรียน หรืออาชีพที่นักเรียนรู้จัก

6.2 ครูเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการทำงานอาชีพครู ให้นักเรียนฟังว่าเป็นหนึ่งอาชีพในสังคม

6.3 ครูสอบถามประเด็น บุคคลที่นักเรียนประทับใจเกี่ยวกับการประกอบอาชีพของบุคคลนั้น

6.4 ครูแจกใบกิจกรรม Idol อาชีพของฉัน โดยให้นักเรียนค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพที่นักเรียนชื่นชอบ

6.5 ครูสุ่มนักเรียน 3-4 คน นำเสนอผลงานในใบกิจกรรม

## ชั่วโมงที่ 2

6.6 ครูกล่าวทักทายนักเรียน และให้นักเรียนนำเสนอผลงานใบกิจกรรม Idol อาชีพของฉันเวลาคนละ 2 นาที

6.7 ครูให้นักเรียนชมวิดีโอรายการอายุน้อยร้อยล้านตอน ดร.จากกองขยะ ทางเว็บ Youtube

6.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้รับการชมรายการอายุน้อยร้อยล้านตอน ดร.จากกองขยะ

## ชั่วโมงที่ 3

6.9 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาทบทวนวิดีโอที่นักเรียนชมในชั่วโมงที่ผ่านมา

6.10 ครูสอบถามถึงประเด็น การทำงานหรือการประกอบอาชีพมีความสำคัญหรือไม่อย่างไรสู่ถามนักเรียน 2-3 คน

6.11 ครูอธิบายเกี่ยวกับความสำคัญของการประกอบอาชีพ และยกตัวอย่างการแผนผังความคิดเรื่อง อาชีพ Idol โดยที่ให้นักเรียนตั้งหัวข้ออาชีพที่นักเรียนสนใจ และจัดทำขยายเป็นแผนผังความคิดว่าอาชีพที่นักเรียนเลือกนั้น มีความสำคัญ มีหน้าที่ มีความสัมพันธ์อย่างไร และหัวข้ออื่นๆที่อาชีพนั้นเกี่ยวข้อง

6.12 ครูสุ่มนักเรียน 3=5 นำเสนอคนละ 3-4 นาที

6.13 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป กิจกรรมและสิ่งที่นักเรียนได้รับ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบกิจกรรม Idol อาชีพของฉัน

7.2 วิดีโอรายการอายุน้อยร้อยล้านตอน ดร.จากกองขยะ

7.3 แผนผังความคิด เรื่อง อาชีพ Idol

143

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

#### เกณฑ์การประเมิน

##### 1) ใบกิจกรรม Idol อาชีพของฉัน

|                            |             |          |
|----------------------------|-------------|----------|
| ค้นหาข้อมูลได้ครบถ้วน      | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| ค้นหาข้อมูลค่อนข้างครบถ้วน | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| ค้นหาข้อมูลไม่ครบถ้วน      | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| ไม่สามารถหาข้อมูลได้       | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

##### 2) แผนผังความคิด เรื่อง อาชีพ Idol

|                                             |             |          |
|---------------------------------------------|-------------|----------|
| เขียนหัวข้อความสัมพันธ์อาชีพได้ 5 ข้อขึ้นไป | ระดับคุณภาพ | ดีมาก    |
| เขียนหัวข้อความสัมพันธ์อาชีพได้ 3           | ระดับคุณภาพ | ดี       |
| เขียนหัวข้อความสัมพันธ์อาชีพได้ 2           | ระดับคุณภาพ | พอใช้    |
| เขียนหัวข้อความสัมพันธ์อาชีพไม่ได้          | ระดับคุณภาพ | ปรับปรุง |

ใบงาน

## เรื่อง Idol อาชีพของฉัน

คำชี้แจง ให้นักเรียนหาข้อมูลเกี่ยวกับบุคคลที่นักเรียนสนใจในการประกอบอาชีพของบุคคลนั้น

รูปภาพบุคคล

145

ชื่อ-สกุล..... ประกอบอาชีพ.....

ด้านการศึกษา.....

.....

ด้านครอบครัว.....

.....

คติประจำใจ.....

ความรู้สึกในการประกอบอาชีพ.....

ลักษณะการทำงาน.....

เหตุผลที่นักเรียนชื่นชอบ.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 21

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง วรเวียนสัมมาชีพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 4 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การประกอบอาชีพเป็นหน้าที่เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ทำให้มีรายได้เพื่อใช้แลกกับปัจจัย 4 ที่ใช้ในการดำเนินชีวิต จัดกิจกรรมการเรียนรู้อาชีพที่โรงเรียนควบคู่กับการจัดประสบการณ์อาชีพ จะช่วยสร้างประสบการณ์ชีวิตที่ดีให้นักเรียน และใช้เป็นพื้นฐานการเรียนรู้ในระดับสูงต่อไป การประกอบอาชีพจะประสบความสำเร็จได้นั้น ผู้ประกอบอาชีพ จะต้องศึกษาข้อมูลของลักษณะงานอาชีพตามความสนใจและความถนัด มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ และเห็นถึงความสำคัญของอาชีพในการสร้างรายได้เลี้ยงชีพตนและครอบครัว

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1 การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ยกตัวอย่างคุณลักษณะของอาชีพสุจริตได้
- 3.2 อภิปรายความสำคัญของอาชีพต่างๆ ได้
- 3.3 ทดลองทำกิจกรรมประสบการณ์เกี่ยวกับอาชีพที่สนใจได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 คุณลักษณะของอาชีพสุจริต
- 4.2 ความสำคัญของอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงานเรื่อง “คุณลักษณะของอาชีพสุจริต”
- 5.2 ใบงานเรื่อง “ลูกโซ่อาชีพ”
- 5.3 ใบงานเรื่อง “ถอดบทเรียนจากแซนด์วิช”

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1 – 2

6.1 ครูอธิบายความหมายของการประกอบอาชีพให้นักเรียนฟัง แล้วให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่างอาชีพที่นักเรียนรู้จัก คนละ 1 อาชีพ

6.2 ครูให้นักเรียนคัดเลือกนักเรียน 4 คน ออกมาที่หน้าชั้นเรียน แล้วให้นักเรียนจับบัตรภาพอาชีพที่ครูเตรียมไว้ และปิดไม่ให้เพื่อนให้ห้องเห็น

6.3 นักเรียนคนที่ 1 ออกมาแสดงท่าทางบอกไปถึงอาชีพที่จับได้ ให้เพื่อนในห้องช่วยกันตอบว่าเป็นอาชีพอะไร เมื่อตอบถูกเขียนชื่ออาชีพไว้บนกระดานดำจนครบทั้ง 4 คน

6.4 ครูอธิบายเชื่อมโยงถึงความสำคัญของอาชีพแต่ละประเภทที่นักเรียนตอบ

6.5 นักเรียนทำใบงาน “ลูกโซ่อาชีพ”

6.6 สุ่มนักเรียนประมาณ 3-4 คน ออกมานำเสนอผลงานที่หน้าชั้นเรียน

6.7 ครูอธิบายความหมายของคำว่า “อาชีพสุจริตหรือสัมมาชีพ”

### ชั่วโมงที่ 3

6.8 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4-6 คน เรียกว่า กลุ่มบ้าน ให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนเลือกหมายเลขประจำตัว ตั้งแต่หมายเลข 1-5 นักเรียนที่ได้หมายเลขเดียวกันให้ไปรวมกลุ่มกันเป็นกลุ่มใหม่ เรียกว่า กลุ่มผู้สื่อข่าว ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันยกตัวอย่างอาชีพตามหัวข้อ ดังนี้

หมายเลข 1 อาชีพที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่นและไม่สร้างความเดือดร้อนเสียหายแก่สังคม

หมายเลข 2 อาชีพที่ช่วยแก้ไขปัญหา หรือสร้างสรรค์ชีวิตและสังคม

หมายเลข 3 อาชีพที่ช่วยให้ผู้ทำได้พัฒนาชีวิตของตนเองให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นทั้งด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา

หมายเลข 4 อาชีพที่ทำให้ชีวิตของตนเองมีคุณค่าทางภาคภูมิใจ

หมายเลข 5 อาชีพที่ทำให้ได้ปัจจัยเลี้ยงชีพมาด้วยเรี่ยวแรงกำลังกายกำลังสติปัญญา ความเพียรพยายาม ความสามารถและฝีมือของตนเองและทำให้ได้ฝึกฝนพัฒนาความเชี่ยวชาญยิ่งขึ้น

6.9 เมื่อนักเรียนกลุ่มผู้สื่อข่าวทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายเรียบร้อยแล้ว ให้กลับมาที่กลุ่มบ้านแล้วผลัดกันอธิบายเพื่อถ่ายทอดความรู้ให้สมาชิกคนอื่นในกลุ่มบ้านฟัง

6.10 นักเรียนแต่ละกลุ่มทำใบงาน “คุณลักษณะของอาชีพสุจริต” แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

6.11 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการทำขนมปังแซนด์จาก You tube จากนั้นให้ร่วมกันวางแผนเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำและเตรียมถุงสำหรับใส่แซนด์วิชเพื่อจำหน่ายในชั่วโมงต่อไป (ครูกำหนดให้เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ให้พอสำหรับการทำแซนด์วิช 10 ชิ้น)

### ชั่วโมงที่ 4

6.12 นักเรียนเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ให้พร้อมก่อนลงมือปฏิบัติ (เตรียมมาล่วงหน้า)

6.13 นักเรียนลงมือปฏิบัติการทำแซนด์วิชตามสูตรที่นักเรียนค้นคว้าจากชั่วโมงก่อน

6.14 นักเรียนบรรจุแซนด์วิชใส่ถุงให้เรียบร้อย แล้วให้แต่ละกลุ่มนำไปจำหน่ายภายในโรงเรียน

6.15 นักเรียนแต่ละกลุ่มสรุปรายรับที่ได้จากการขายแซนด์วิช แล้วเปรียบเทียบกับรายจ่ายค่าวัสดุอุปกรณ์ในการทำแซนด์วิชว่าได้กำไรหรือขาดทุน

6.16 มอบหมายงานให้นักเรียนทำใบงาน “ถอดบทเรียนจากแซนด์วิช”

6.17 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงานเรื่อง “คุณลักษณะของอาชีพสุจริต”

7.2 ใบงานเรื่อง “ลูกโซ่อาชีพ”

7.3 ใบงานเรื่อง “ถอดบทเรียนจากแซนด์วิช”

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบงาน

### เรื่อง “คุณลักษณะของอาชีพสุจริต”

กลุ่มบ้าน ที่.....

สมาชิก 1.....

สมาชิก 2.....

สมาชิก 3.....

สมาชิก 4.....

สมาชิก 5.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนร่วมกันสรุปคุณลักษณะของอาชีพสุจริต โดยรวบรวมข้อมูล ความรู้ และตัวอย่างอาชีพจากการเข้ากลุ่มนักข่าว

คุณลักษณะของอาชีพสุจริต ได้แก่

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....





ใบงาน

## เรื่อง “ลูกโซ่อาชีพ”

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเขียนชื่ออาชีพที่ตนเองสนใจมากที่สุด 1 อาชีพ ลงในวงกลม จากนั้นให้เขียนชื่ออาชีพอื่นๆ  
ให้เชื่อมโยงกับอาชีพที่นักเรียนสนใจในรูปแบบผังความคิด (Mind Mapping)

อาชีพที่ฉันสนใจ

.....

## ใบงาน

### เรื่อง “ถอดบทเรียนจากแซนด์วิช”

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแสดงความรู้สึกต่อกิจกรรมในช่วงที่ 4 โดยใส่เครื่องหมายถูกลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึก  
ของนักเรียนพร้อมทั้งให้เหตุผล

| กิจกรรม                                                        | ความรู้สึก |        | เหตุผล |
|----------------------------------------------------------------|------------|--------|--------|
|                                                                | ชอบ        | ไม่ชอบ |        |
| 1. การวางแผนและเตรียมวัสดุอุปกรณ์ในการทำแซนด์วิช               |            |        |        |
| 2. การทำแซนด์วิชเพื่อจำหน่าย                                   |            |        |        |
| 3. การนำแซนด์วิชไปจำหน่าย                                      |            |        |        |
| 4. การพุดจูงใจให้เพื่อนๆ ตกลงซื้อแซนด์วิช                      |            |        |        |
| 5. เมื่อเพื่อนในโรงเรียนปฏิเสธที่จะซื้อแซนด์วิช                |            |        |        |
| 6. การเปรียบเทียบรายรับและรายจ่ายในการทำ<br>และจำหน่ายแซนด์วิช |            |        |        |
| 7. ถ้าต้องทำอาชีพขายแซนด์วิช เป็นเวลา 1 สัปดาห์                |            |        |        |
| 8. ถ้าต้องทำอาชีพขายแซนด์วิช เป็นเวลา 1 เดือน                  |            |        |        |
| 9. ถ้าต้องทำอาชีพขายแซนด์วิช เป็นเวลา 1 ปี                     |            |        |        |
| 10. ถ้าต้องทำอาชีพขายแซนด์วิชตลอดไป                            |            |        |        |

### สรุป

1. การทำแซนด์วิชและจำหน่าย จัดเป็นอาชีพประเภท.....
2. ความรู้สึกที่มีต่ออาชีพนี้

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

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 22

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง รอบรู้ Idol

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคคลต้นแบบหรือบุคคลตัวอย่าง เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต เช่น ความสำเร็จของบุคคลต้นแบบ แนวคิด แนวทางการแก้ปัญหา ความพยายาม ความมั่นใจ ความคิดสร้างสรรค์ ความมุ่งมั่นทะเยอทะยาน เพื่อความสำเร็จ ความซื่อสัตย์ และเคารพสิทธิของผู้อื่น ดังนั้นการเลือกอาชีพจำเป็นต้องรู้คุณลักษณะสำคัญของการประกอบวิชาชีพนั้นๆ ถึงจะประสบความสำเร็จ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 1 การเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 อธิบายเหตุผลในการเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเองได้
- 3.2 เลือกบุคคลตัวอย่างด้านอาชีพที่เป็น Idol ได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 บุคคลต้นแบบอาชีพ
- 4.2 เหตุผลในการเลือกอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ปฏิบัติกิจกรรมใบงานเหตุผลในการเลือกอาชีพ
- 5.2 ศึกษา/ค้นหาบุคคลต้นแบบอาชีพที่สนใจ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงอาชีพที่นักเรียนอยากเป็น อาทิ อาชีพตำรวจ พยาบาล แพทย์ ค้าขาย นักแสดง นักร้อง วิศวกร เป็นต้น

6.2 สุ่มนักเรียนนำเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับอาชีพต่างๆ ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงเหตุผลที่แต่ละคนตอบ

6.3 แจกใบกิจกรรมให้นักเรียนวาดภาพตนเองในอนาคตเกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองอยากเป็น พร้อมเขียนลักษณะงานอาชีพ คุณสมบัติ แรงจูงใจที่อยากทำ ฯลฯ เพื่อเป็นพื้นฐานการเลือกอาชีพที่ตนสนใจ

6.4 ครูและนักเรียนสรุปกิจกรรมชั่วโมงนี้ และให้นักเรียนนำผลงานจัดป้ายนิเทศในชั้นเรียน

#### ชั่วโมงที่ 2

6.5 นักเรียนดูคลิปบุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ และสนทนาแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับเนื้อหาจากคลิป

6.6 ครูให้นักเรียนทุกคนบอกบุคคลที่เป็นต้นแบบอาชีพหรือไอดอลด้านอาชีพที่นักเรียนสนใจ โดยให้ออกมานำเสนอว่า ไอดอลอาชีพ คือใคร เพราะอะไรจึงเลือกบุคคลนี้เป็นต้นแบบ

6.7 นักเรียนทำใบงานเรื่อง เหตุผลในการเลือกอาชีพ หลังจากนั้นสุ่มนักเรียนนำเสนอหน้าชั้นเรียน ครูให้นักเรียนส่งใบงานเพื่อประเมิน และให้นักเรียนนำผลงานจัดป้ายนิเทศ

6.8 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่า “อาชีพ หมายถึง การทำงานที่มีผลตอบแทนในรูปของรายได้ เพื่อนำไปดำรงชีวิตต่อไป ซึ่งจำเป็นจะต้องมีคุณลักษณะในการประกอบวิชาชีพ เช่น ขยันอดทน มีความเพียรพยายาม ซื่อสัตย์” ส่วนการแสวงหาคุคคลต้นแบบด้านอาชีพ ในปัจจุบันมีหลากหลายอาชีพขึ้นอยู่กับความสนใจในการเลือกอาชีพซึ่งควรสอดคล้องกับคุณสมบัติของนักเรียน เช่น ลักษณะงาน บุคลิกภาพ ความถนัด ทักษะ ฯลฯ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 คลิปบุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ.

7.2 ใบงานเรื่อง เหตุผลในการเลือกอาชีพ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบกิจกรรม  
วาดภาพอาชีพที่อยากเป็น

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพตนเองเกี่ยวกับอาชีพที่อยากเป็น แล้วนำผลงานจัดป้ายนิเทศในชั้นเรียน



154

ชื่ออาชีพ.....

ลักษณะงานอาชีพ.....

.....

คุณสมบัติที่ฉันมี คือ.....

.....

แรงจูงใจที่อยากทำงานอาชีพนี้.....

.....

ใบงาน  
เรื่อง เหตุผลในการเลือกอาชีพ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบ คำถามต่อไปนี้ให้สมบูรณ์

1. นักเรียนระบอาชีพที่ตนเองสนใจ 1 อาชีพ

.....

.....

.....

2. อธิบายเหตุผลในการเลือกอาชีพนั้นๆ

.....

.....

.....

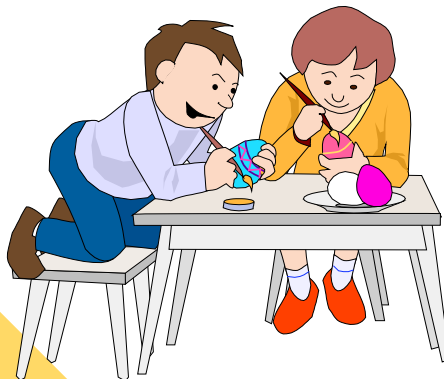
3. บุคคลต้นแบบด้านอาชีพที่นักเรียนสนใจ คือ

.....

เหตุผลที่เลือกบุคคลต้นแบบอาชีพคนนี้ เพราะ

.....

.....



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 23

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง พลิกฝันครู

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

สื่อเป็นช่องทางในการเรียนรู้ที่เปิดกว้างและเข้าถึงได้ง่ายที่สุด เช่น สื่อโทรทัศน์เป็นช่องทางให้นักเรียนเข้าถึงและติดตามข่าวสารที่เป็นความรู้รอบตัว หรือ อินเทอร์เน็ตเป็นช่องทางในการค้นคว้า ข้อมูล ความรู้ และวิชาการต่างๆ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีการพัฒนารวดเร็ว และสูงขึ้น ขณะที่ประเภทและความหลากหลายของสื่อต่างๆ ทำให้การรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) ของนักเรียนไม่เพียงพอ ประกอบกับเด็กในวัยนี้ยังขาดวุฒิภาวะในการเลือกรับสื่อ จึงก่อให้เกิดความเสี่ยงในการรับรู้ หรือเสพสื่อในทางที่ไม่ถูกต้อง ไม่เหมาะสมสำหรับการเรียนรู้เพื่อประโยชน์เชิงพัฒนาการของเด็กได้ง่าย ครู พ่อแม่ ผู้ปกครอง จึงควรให้ความรู้ทั้งในแง่บวกและแง่ลบ โดยระบุถึงเงื่อนไข และวิธีการเลือกรับหรือนำสื่อไปใช้ในทางที่เอื้อประโยชน์ พร้อมทั้งคำแนะนำ หรือ คำเตือนในกรณีที่น่าจะเกิดโทษขึ้น

อาชีพ เป็นการทำงานที่มีผลตอบแทนในรูปของรายได้ สามารถนำไปใช้ในการดำรงชีวิต ซึ่งจำเป็นจะต้องมีคุณลักษณะในการประกอบวิชาชีพ อาทิ ความขยันอดทน ความเพียรพยายาม ความซื่อสัตย์ การค้นหาข้อมูลอาชีพด้วยสื่อที่หลากหลาย ข่าวสาร สามารถเลือกรับข้อมูลอาชีพใหม่ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันซึ่งเป็นช่องทางในการให้นักเรียนมีข้อมูลอาชีพ เพื่อประกอบการวางแผนศึกษาต่อและการมีงานทำในอนาคตต่อไป

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ค้นหาข้อมูลอาชีพที่ตนเองสนใจจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้
- 3.2 เลือกรับหรือไม่รับข้อมูล ข่าวสาร ด้วยหลักเหตุผล และความรอบคอบได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 ค้นหาข้อมูลอาชีพที่สนใจ
- 4.2 การเลือกรับข้อมูลอาชีพที่หลากหลาย

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ทำกิจกรรมดอกไม้อาชีพ
- 5.2 รวบรวม

## 6. วิธีการจัดกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 1

6.1 แบ่งกลุ่มนักเรียน ประมาณกลุ่มละ 5 – 7 คน ให้สมาชิกในกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการกลุ่ม

6.2 นักเรียนอภิปรายร่วมกันภายในกลุ่มย่อยว่า อาชีพ หมายถึงอะไร โดยสืบค้นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต และอ้างอิงที่มาของข้อมูล แล้วส่งตัวแทนออกมารายงาน

6.3 แจกดอกไม้อาชีพ ให้นักเรียนคนละ 1 ดอก ให้นักเรียนเขียนข้อความลงในใบงาน “ดอกไม้อาชีพ”

### ชั่วโมงที่ 2

6.4 นักเรียนล้อมวงหน้าชั้นเรียนเป็นวงกลม

6.5 ครูเปิดเทปเพลงร่ำวงให้นักเรียนร่ำวงไปเรื่อย ๆ ครูบอกกติกาว่า เมื่อครูเป่านกหวีด ให้นักเรียนเข้ากลุ่มอาชีพเดียวกัน และอภิปรายภายในกลุ่มตามที่ตนเขียนในดอกไม้อาชีพ

6.6 นำดอกไม้อาชีพของนักเรียนจัดป้ายนิเทศ

6.7 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่า

1) อาชีพ หมายถึง การทำงานที่มีผลตอบแทนในรูปของรายได้ เพื่อนำไปดำรงชีวิตต่อไปซึ่งจำเป็นจะต้องมีคุณลักษณะในการประกอบอาชีพ อาทิน ความขยันอดทน มีความเพียรพยายาม ความซื่อสัตย์ เป็นต้น

2) ครูเพิ่มเติมความสำคัญและความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูลต่างๆ ที่นักเรียนสืบค้น โดยเฉพาะข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต

3) ครูแนะนำเว็บไซต์สำหรับค้นคว้าด้านอาชีพให้นักเรียนสืบค้นคว้าข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ เช่น ค้นคว้าฐานข้อมูลอาชีพจากเว็บไซต์ กลุ่มพัฒนาระบบงานแนะแนว ของ สพฐ. เว็บไซต์การจัดหางาน เป็นต้น

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบงาน ดอกไม้อาชีพ

7.2 นกหวีด

7.3 เทปเพลงร่ำวง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน



### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

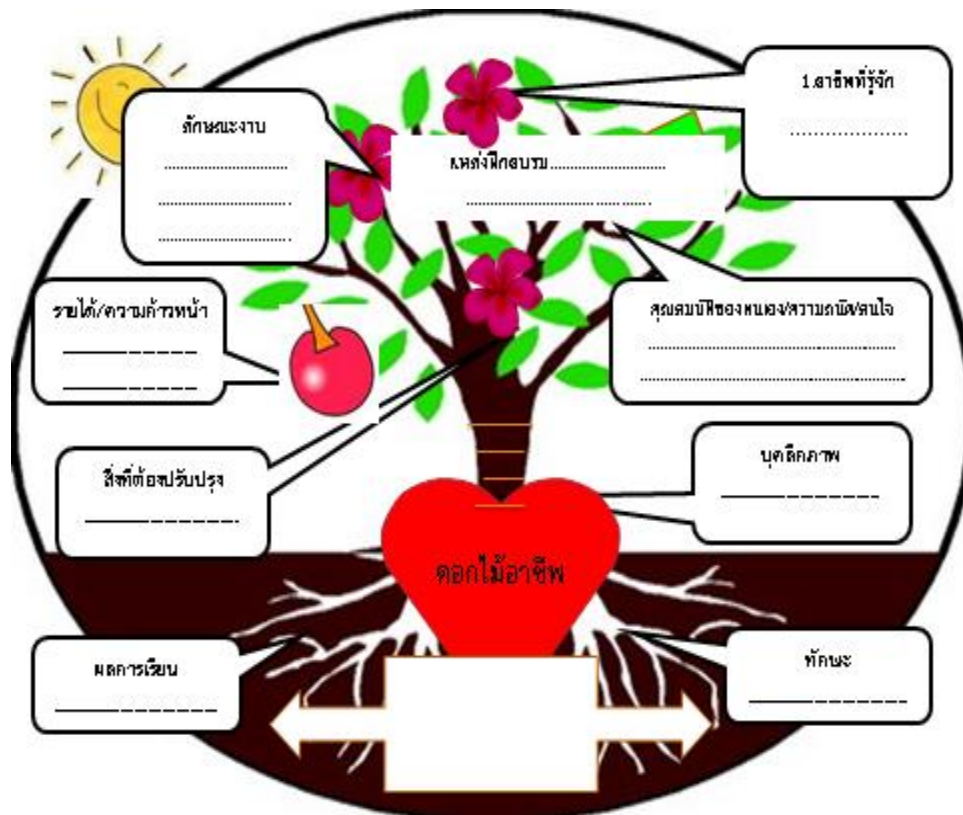
#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบงาน  
เรื่อง ดอกไม้อาชีพ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนข้อความลงในดอกไม้อาชีพ ดังนี้



159

- ส่วนเกสร เขียนชื่ออาชีพ 1 อาชีพ ที่ตนเองรู้จัก
- กลีบดอกที่ 1 ให้เขียนคุณสมบัติของตนเอง ได้แก่ ความถนัด ความสนใจ บุคลิภาพ ระดับสติปัญญา
- กลีบดอกที่ 2 ให้เขียนลักษณะอาชีพที่ตนสนใจมีรายละเอียด ดังนี้
- ลักษณะงาน คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพ
  - สถาบันการศึกษา การฝึกอบรมเพื่อเข้าสู่อาชีพ
  - รายได้ ความก้าวหน้า
- กลีบดอกที่ 3 เขียนสิ่งที่นักเรียนต้องปรับปรุง เพื่อให้สอดคล้องกับอาชีพที่ตนสนใจ

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 24

หน่วยการจัดกิจกรรม อาชีพ  
เรื่อง ตามหาความฝัน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคคลจะมีลักษณะความสนใจเป็นลักษณะเฉพาะของตนเอง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับลักษณะของบุคคล และมีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพของบุคคลนั้นๆ ความสนใจอาชีพของบุคคลตามทฤษฎีพัฒนาการด้านอาชีพของกินซเบิร์ก (Ginzberg's Theory of Career Development) เริ่มตั้งแต่วัยเด็กจนถึงอายุ 11 ปี โดยเด็กจะคิดเกี่ยวกับอาชีพในรูปของความปรารถนา มีความพอใจถึงอาชีพต่าง ๆ ที่ตนชอบและอยากจะประกอบอาชีพนั้น ๆ โดยที่ไม่คำนึงถึงความสามารถของตนเองและความเป็นไปได้ พัฒนาการทางอาชีพของนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 จัดอยู่ในระยะพิจารณาอาชีพ (Tentative Period) โดยจัดอยู่ในชั้นความสนใจอาชีพ (Interest Stage) ซึ่งเป็นพื้นฐานขั้นแรกในการเลือกอาชีพโดยไม่คำนึงถึงความสามารถที่แท้จริง (Ginzberg, 1974, pp. 37-40 อ้างถึงใน ญัฐอริยา สุขสุวรรณพร, 2553)

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านอาชีพ

ข้อที่ 3 มีทักษะการตัดสินใจเพื่อวางแผนการศึกษาเพื่อการมีงานทำเต็มตามศักยภาพ

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 ยกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจตามความใฝ่ฝันได้
- 3.2 บอกอาชีพที่ตนเองสนใจได้ 5 อาชีพ

### 4. สาระการเรียนรู้

การรู้จักอาชีพที่หลากหลาย

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน (ถ้ามี)

สำรวจความสนใจด้านอาชีพ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 นักเรียนยกตัวอย่างชื่อและอาชีพของบุคคลที่นักเรียนรู้จักคนละ 1 - 2 ชื่อ เช่น ป้าแก้วขายส้มตำ น้ำสมศรีเป็นหมอนอนามัย ลูกตนัยเป็นตำรวจ เป็นต้น ครูเขียนชื่ออาชีพไว้บนกระดานโดยเลือกที่ไม่ซ้ำกัน
- 6.2 ครูและนักเรียนร่วมกันจัดประเภทของอาชีพ เช่น แรงงาน ค้าขาย เกษตรกรรม รับราชการ เป็นต้น
- 6.3 นักเรียนแต่ละคนเลือกอาชีพที่อยากเป็นใครตามรายชื่อ และอาชีพบนกระดานดำที่ครูเขียนไว้ หรืออาชีพอื่นที่ไม่มีบนกระดานดำ และบอกเหตุผลในการเลือกบุคคลและอาชีพนั้นๆ
- 6.4 นักเรียนอภิปรายตามประเด็น ต่อไปนี้

- 1) ทำไมคนจึงประกอบอาชีพไม่เหมือนกัน
- 2) การเลือกประกอบอาชีพของคนเรามีเหตุผลอย่างไร
- 3) การรู้เหตุผลในการประกอบอาชีพทุกอาชีพมีประโยชน์อย่างไร

6.5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า “การประกอบอาชีพทุกอาชีพที่สุจริต มีประโยชน์ต่อตนเอง ในด้านรายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัวเป็นประโยชน์ต่อสังคม ไม่เป็นคนว่างงาน ดังนั้น การเลือกประกอบอาชีพ จึงต้องมีความรอบคอบมีเหตุผลต่อการเลือกอาชีพอย่างถูกต้อง”

## ชั่วโมงที่ 2

6.6 ครูชี้แจงวิธีการทำแบบสำรวจความสนใจด้านอาชีพ

1) นักเรียนทำแบบสำรวจ หลังจากนั้นจับคู่เพื่อนที่เลือกอาชีพลำดับที่ 1 เหมือนกันแล้วช่วยกันตอบคำถามดังนี้

- 2) เพราะเหตุใดจึงสนใจอาชีพนี้มากที่สุด
- 3) นักเรียนมีจุดเด่นที่เหมาะสมกับอาชีพนี้อย่างไรบ้าง

6.5 สุ่มนักเรียนนำเสนอผลงาน ครูให้ข้อเสนอแนะ เสริมแรงชมเชยการนำเสนอผลงานนักเรียน

6.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป “ความสนใจในอาชีพ มีความสัมพันธ์กับความถนัดและคุณสมบัติอื่นๆ การสำรวจอาชีพที่สนใจในครอบครัว ชุมชนช่วยให้นักเรียนรู้จักอาชีพต่างๆมากขึ้น เป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ในการเลือกประกอบอาชีพ จำเป็นต้องมีความรอบคอบ และมีเหตุผลต่อการเลือกอาชีพอย่างเหมาะสม”

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ตัวอย่างอาชีพ

7.2 แบบสำรวจความสนใจด้านอาชีพ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน/แบบสำรวจความสนใจในอาชีพ

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                                             |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา<br>ยกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจได้ อย่างน้อย 3 อาชีพ |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา<br>ไม่สามารถยกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจได้                       |

## ใบงาน

### เรื่อง สำรวจความสนใจด้านอาชีพ

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนสำรวจอาชีพเพียง 5 อาชีพต่อไปนี้ นักเรียนชอบอาชีพใดมากที่สุด  
โดยใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าอาชีพที่นักเรียนเลือก ถ้าไม่มีในแบบสำรวจสามารถเขียนเพิ่มเติมได้ทั้ง  
5 อาชีพ

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> นักฟุตบอล<br><input type="checkbox"/> นักร้อง<br><input type="checkbox"/> ดารา<br><input type="checkbox"/> นักกีฬาอาชีพ<br><input type="checkbox"/> ครูสอนฟุตบอล<br><input type="checkbox"/> เกษตรกร<br><input type="checkbox"/> นักโบราณคดี<br><input type="checkbox"/> ค้าขาย<br><input type="checkbox"/> มัคคุเทศก์นำเที่ยว<br><input type="checkbox"/> นักข่าว<br><input type="checkbox"/> พนักงานขายสินค้า<br><input type="checkbox"/> วิศวกร<br><input type="checkbox"/> ทนายความ<br><input type="checkbox"/> ขายสินค้าออนไลน์<br><input type="checkbox"/> พนักงานล้างรถ | <input type="checkbox"/> นักธุรกิจ<br><input type="checkbox"/> พนักงานธนาคาร<br><input type="checkbox"/> นักบิน<br><input type="checkbox"/> แอร์โฮสเตส<br><input type="checkbox"/> ครู<br><input type="checkbox"/> ช่างอุตสาหกรรม<br><input type="checkbox"/> พนักงานไปรษณีย์<br><input type="checkbox"/> อาชีพอิสระ<br><input type="checkbox"/> ทำธุรกิจส่วนตัว<br><input type="checkbox"/> ช่างเสริมสวย<br><input type="checkbox"/> นักบัญชี<br><input type="checkbox"/> ขายสลากกินแบ่งรัฐบาล<br><input type="checkbox"/> ชักอบริด<br><input type="checkbox"/> เจ้าของกิจการ/ธุรกิจต่างๆ<br><input type="checkbox"/> อื่น ๆ..... |
| สรุปอาชีพที่สนใจ ๕ อาชีพ<br>๑.....๒.....<br>๓.....๔.....<br>๕.....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | เหตุผลที่สนใจอาชีพเหล่านี้<br>.....<br>.....<br>.....                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |



แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว  
ด้านส่วนตัวและสังคม

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 25

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง พัฒนาการตามช่วงวัย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

นักเรียนอายุระหว่าง 9 – 12 ปี มีพัฒนาการทางร่างกาย ได้แก่ รูปร่างสูง และค่อนข้างจะผอมกว่าวัยอนุบาล เด็กชายและเด็ก หญิงจะมีน้ำหนักและส่วนสูงขนาดเท่าๆกัน มีน้ำหนักเพิ่มขึ้นประมาณ 3 - 3.5 กิโลกรัมต่อปี และมีความสูงเพิ่มขึ้นปีละประมาณ 6 เซนติเมตร กล้ามเนื้อมีกำลังและทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อซับซ้อนมากขึ้น การใช้และบังคับกล้ามเนื้อต่างๆจะดีขึ้นมาก

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 1. รู้จักและเข้าใจตนเอง

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 สำรวจสิ่งที่เปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัย

3.2 สรุปสิ่งที่เปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัย

### 4. สาระการเรียนรู้

การพัฒนาตามช่วงวัย

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

บันทึกการสำรวจร่างกาย

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 นักเรียนดูภาพที่แสดงพัฒนาการตามช่วงวัยแล้วเปรียบเทียบสิ่งต่าง ๆ ของร่างกายในช่วงวัยของตนกับช่วงวัยที่ผ่านมา จากนั้นสุ่มนักเรียนตอบคำถาม

6.2 นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่าสิ่งต่าง ๆ ของร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเดิม มีอะไรบ้างให้นักเรียนออกมานำเสนอพัฒนาการตามช่วงวัยของตนเอง ครูประเมิน ตรวจสอบการนำเสนอพัฒนาการตามช่วงวัยและเสนอแนะเพิ่มเติม

6.3 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 2

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ 1 แจกจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

6.5 แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ 5-7 คน ให้นักเรียนช่วยกันสำรวจสิ่งที่เปลี่ยนแปลงทางร่างกายตามวัย และร่วมกันสรุปสิ่งที่เปลี่ยนแปลงของร่างกายตามวัย แล้วทำใบงานลงในแบบบันทึกการสำรวจร่างกาย และสรุปผลลงในแบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล



6.6 ให้ตัวแทนกลุ่มออกมาแนะนำผลงานของกลุ่ม ครูให้การเสริมแรงและชมเชยกลุ่มที่ทำงานสมบูรณ์ และเพิ่มเติมแก่กลุ่มที่ยังทำงานไม่สมบูรณ์ ถูกต้องและครบถ้วน ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 ใบงานเรื่อง เล่าเรื่องจากจินตนาการ
- 7.2 ใบงานเรื่อง บันทึกการสำรวจร่างกาย
- 7.3 ใบงานเรื่อง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## แบบบันทึกการสำรวจร่างกาย

ชื่อกลุ่ม.....

ชื่อสมาชิกในกลุ่ม 1..... 4.....  
2..... 5.....  
3.....

## ข้อมูลการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย

| รายการที่เปลี่ยนแปลง                                   | เปลี่ยนแปลงอย่างไร               |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------|
| ข้อมูลที่กลุ่มบอก<br>.....<br>.....<br>.....<br>.....  | .....<br>.....<br>.....<br>..... |
| ข้อมูลที่เพิ่มเติม<br>.....<br>.....<br>.....<br>..... | .....<br>.....<br>.....<br>..... |



## แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

คำชี้แจง บันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน และใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

| เลขที่ | ชื่อ-สกุล | ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน |           |            | สรุประดับคุณภาพ |
|--------|-----------|--------------------------|-----------|------------|-----------------|
|        |           | เล่าเรื่อง               | เชื่อมโยง | แต่งเรื่อง |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |
|        |           |                          |           |            |                 |

### เกณฑ์การพิจารณา

ดี 2 ใบงาน

มี ดีและพอใช้เท่านั้น

มี ปรับปรุง

ระดับคุณภาพ ดี

ระดับคุณภาพ พอใช้

ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 26

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม

เรื่อง รู้เขา รู้เรา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6

จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้เราแสดงพฤติกรรมต่อบุคคลเหล่านั้นได้อย่างเหมาะสม การแสดงออกทางอารมณ์ที่ดี ย่อมส่งผลให้บุคคลมีความมั่นคงทางอารมณ์ ทำให้การดำเนินชีวิตในสังคมอยู่อย่างมีความสุข การรู้เข้าใจตนเองและผู้อื่น รู้จักการจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม แสดงอารมณ์สอดคล้องกับวัย และสถานการณ์ จึงเป็นบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์และมีอารมณ์เชิงบวก จะทำให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 อธิบายการเกิดความคิด ความรู้สึก อารมณ์ของบุคคล

3.2 ระบุความคิด ความรู้สึกของตนเองเมื่อกระทบกับเหตุการณ์ต่างๆ ได้

3.3 จำแนกความคิด ความรู้สึก อารมณ์ด้านบวกและลบได้

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 การรับรู้อารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์

4.2 การรู้จักเข้าใจตนเองและผู้อื่น

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง หน้าฉัน อารมณ์ฉัน

5.2 บันทึกการสังเกตความคิด ความรู้สึก อารมณ์

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูนำเข้าสู่บทเรียนโดยใช้คำถาม เช่น

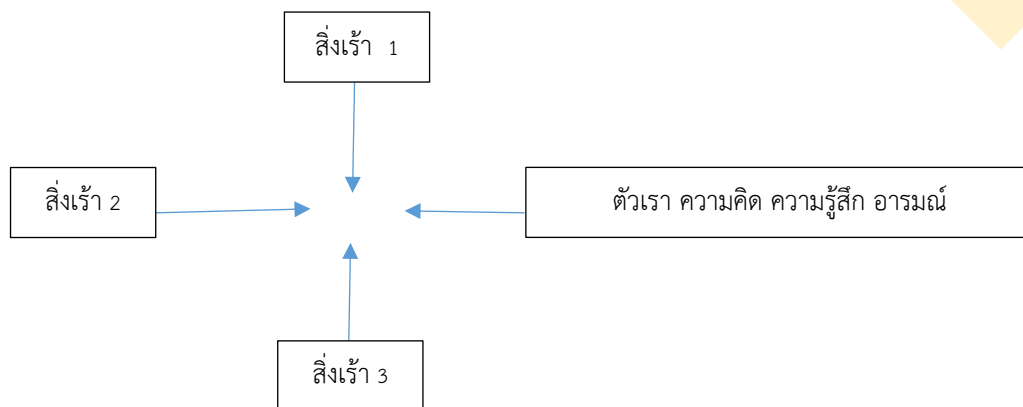
นักเรียนเคยโกรธหรือไม่ เพราะเหตุใด

นักเรียนเคยเสียใจหรือไม่ เพราะเหตุใด

นักเรียนเคยเกลียดหรือไม่ เพราะเหตุใด

นักเรียนเคยรักหรือไม่ เพราะเหตุใด

แล้วร่วมกันสรุปการเกิดความคิด ความรู้สึก อารมณ์ว่าเกิดจากการมีสิ่งต่างๆ กระทับกับตัวเราดังแผนภูมิ



เช่น อากาศร้อนอบอ้าวมากกระทบตัวเรา เรา รู้สึก ร้อน อารมณ์ ก็จะ หงุดหงิด เป็นต้น

6.2 แจกกระดาษรูปหัวใจให้นักเรียนแต่ละคนเขียนความคิด ความรู้สึก อารมณ์ที่เคยเกิดขึ้น พร้อมระบุสาเหตุ โดยเขียนแผ่นละ 1 ประเด็น และจะเขียนคนละกี่แผ่นก็ได้

6.3 นักเรียนแต่ละคนนำกระดาษรูปหัวใจที่เขียนแล้วไปติดบนกระดาษแผ่นใหญ่ แยกตามลักษณะ ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์

## ชั่วโมงที่ 2

6.4 นำกระดาษแผ่นใหญ่ในข้อ 3 (จากกิจกรรมครั้งที่ผ่านมา) ร่วมอภิปรายให้ได้ข้อสรุป ดังนี้

**ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ที่มีหลากหลายทั้งบวกและลบ**  
**ความคิด ความรู้สึก อารมณ์บวก หมายถึง เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้สบายใจ**  
**ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ลบ หมายถึง เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้ไม่สบายใจ**

6.5 นักเรียนแต่ละคนทำใบงานเรื่อง หน้าฉัน อารมณ์ฉัน

6.6 นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 5 - 7 คน ร่วมกันพิจารณาผลงานของแต่ละคนแล้วสรุปเป็นภาพรวมของกลุ่ม (ใช้ใบงาน เรื่อง หน้าฉัน อารมณ์ฉัน กลุ่มละ 1 ใบงาน)

6.7 นักเรียนได้รับแบบบันทึกการสังเกตความคิด ความรู้สึก อารมณ์ คนละ 1 แผ่น

6.8 นักเรียนปฏิบัติการสังเกตบุคคล 3 กลุ่ม ได้แก่ ครู เพื่อน ผู้ปกครอง กลุ่มละ 1 คน

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 กระดาษรูปหัวใจ 3 เท่าของจำนวนนักเรียน
- 7.2 กระดาษชาร์ต 3 แผ่น
- 7.3 กระดาษกาวย่น 2 ม้วน
- 7.4 ใบงาน เรื่อง หน้าฉัน อารมณ์ฉัน เท่าจำนวนนักเรียนร่วมกับจำนวนกลุ่มย่อย
- 7.5 แบบบันทึกการสังเกตความคิด ความรู้สึก อารมณ์

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน/ตรวจบันทึกการปฏิบัติงานรายบุคคล

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน/ แบบบันทึกการปฏิบัติงานรายบุคคล

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## แบบบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานรายบุคคล

ชื่อ.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกระดับคุณภาพการปฏิบัติงานและใบงานลงในช่องแล้วสรุประดับคุณภาพตามเกณฑ์

| ที่ | ชื่อ -สกุล | ระดับคุณภาพการปฏิบัติงาน |           | สรุประดับคุณภาพ |
|-----|------------|--------------------------|-----------|-----------------|
|     |            | หน้าฉัน อารมณ์ฉัน        | แบบบันทึก |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |
|     |            |                          |           |                 |

### เกณฑ์การพิจารณา

ดี 2 ใบงาน

มี ดีและพอใจเท่านั้น

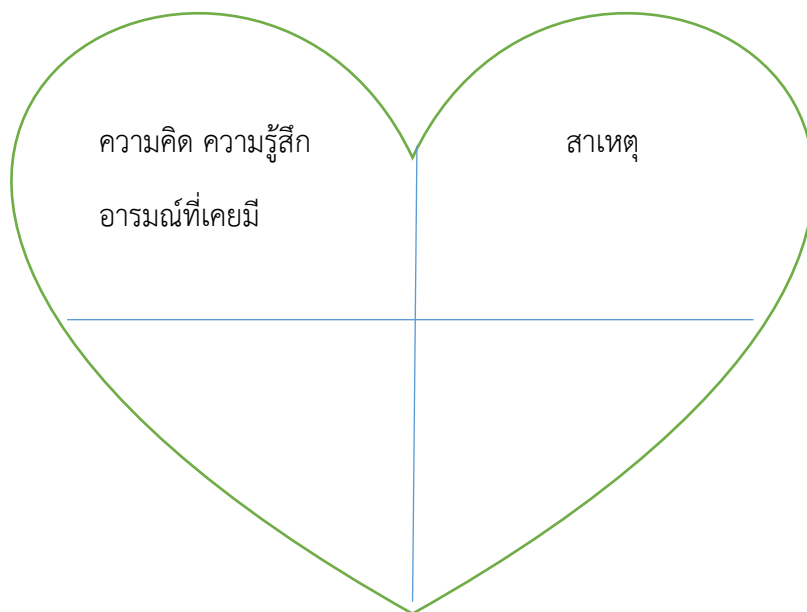
มี ปรับปรุง

ระดับคุณภาพ ดี

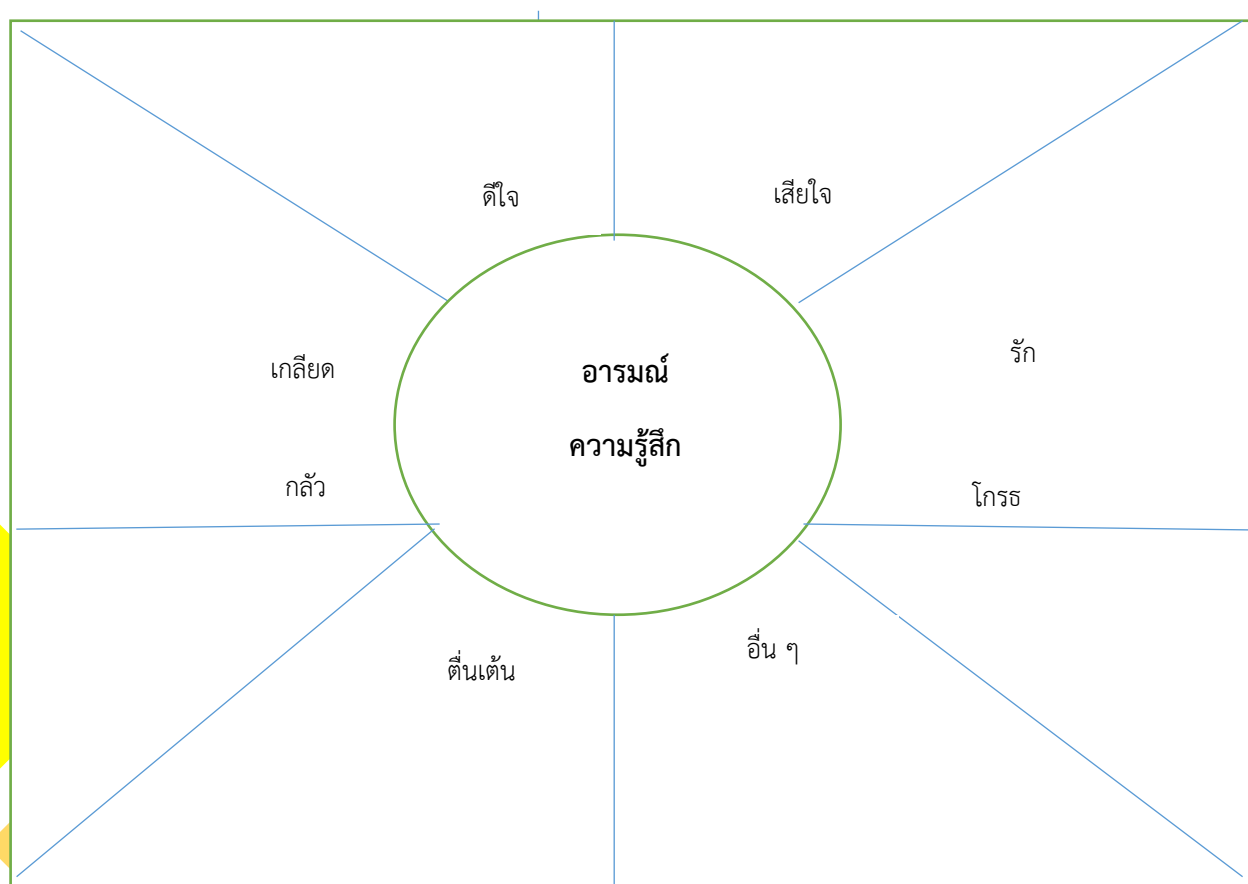
ระดับคุณภาพ พอใช้

ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

## กระดาดรูปหัวใจ ขนาด 3 x 3



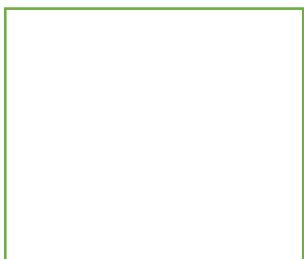
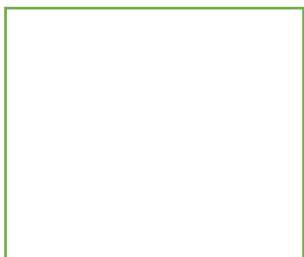
## กระดาดชาร์ต





## เรื่อง “หน้าฉัน อารมณ์ฉัน”

ลักษณะใบหน้า



อารมณ์ ความรู้สึก

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อกลุ่ม.....ชั้น.....

ชื่อสมาชิกในกลุ่ม 1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

แบบบันทึกการสังเกต  
ความคิด ความรู้สึก อารมณ์

| วันที่ | บุคคล | อารมณ์ ความรู้สึก | รู้ได้อย่างไร |
|--------|-------|-------------------|---------------|
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |
|        |       |                   |               |

ชื่อผู้บันทึก.....

ชั้น.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 27

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง รับได้ ใจเป็นสุข

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคลิกภาพของบุคคลมีความแตกต่างกัน ซึ่งมีทั้งด้านบวกและด้านลบ หากยอมรับความจริงก็สามารถปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพให้เหมาะสมได้

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความหมายบุคลิกภาพได้

3.2 อธิบายบุคลิกภาพของตนเองและเพื่อนได้

3.3 แสดงการยอมรับบุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่นทั้งด้านบวกและด้านลบได้

### 4. สาระการเรียนรู้

บุคลิกภาพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 การบันทึกบุคลิกภาพ

5.2 การวางแผนพัฒนาบุคลิกภาพ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 นักเรียนศึกษาเอกสารความรู้เรื่อง บุคลิกภาพ

6.2 นักเรียนแต่ละคนสรุปองค์ความรู้แผนภาพความคิด (mind map) ลงในกระดาษที่ครูแจกให้

6.3 นักเรียนและครูอภิปรายร่วมกันเพื่อได้ข้อสรุปเกี่ยวกับความหมายของบุคลิกภาพ และองค์ประกอบ

ของบุคลิกภาพ

6.4 นักเรียนส่งแผนภาพความคิด ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 2

6.5 นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 5-7 คน ผลัดกันบอกข้อมูลเกี่ยวกับบุคลิกภาพของตนเองที่แต่ละคนโดยมีสมาชิกในกลุ่มเสริมให้ถูกต้องสมบูรณ์

6.6 นักเรียนแต่ละคนบันทึกข้อมูลบุคลิกภาพของตนเองที่ถูกต้องและสมบูรณ์ลงในแบบบันทึกบุคลิกภาพ

6.7 นักเรียนวิเคราะห์แบบบันทึกคุณภาพของตนจากข้อ 6 เป็นด้านบวก และด้านลบ โดยทำเครื่องหมาย + และเครื่องหมาย - หน้ารายการคุณภาพ

6.8 ครูและนักเรียนอภิปรายร่วมกันเพื่อลงสรุปในประเด็นต่อไปนี้

- คุณภาพของแต่ละคนมี 2 ด้าน (บวกและลบ)
- คุณภาพด้านลบ หากเรายอมรับความจริงก็สามารถเปลี่ยนแปลงเป็นด้านบวกได้

6.9 นำบุคลิกด้านลบทุกรายการมาเขียนในแผน “วางแผนพัฒนาบุคลิกภาพ” แล้วใช้เวลา 1 สัปดาห์หาข้อมูลในการพัฒนาบุคลิกภาพด้านลบของตนจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ บันทึกลงในแบบส่งครู ในสัปดาห์ถัดไป

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 กระดาษ A 4 เท่าจำนวนนักเรียน

7.2 แบบบันทึกคุณภาพ

7.3 แบบวางแผนพัฒนาบุคลิกภาพ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## แบบบันทึกบุคลิกภาพ

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

### รายการบุคลิกภาพของฉันที่ฉันรู้

(       )       1

(       )       2

(       )       3

(       )       4

(       )       5

(       )       6

### รายการบุคลิกภาพของฉันที่เพื่อนบอก

(       )       1

(       )       2

(       )       3

(       )       4

(       )       5

(       )       6

## แบบวางแผนพัฒนาบุคลิกภาพ

ชื่อ-สกุล .....ชั้น.....เลขที่.....

| บุคลิกภาพที่ต้องพัฒนา | วิธีการพัฒนา |
|-----------------------|--------------|
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |
|                       |              |

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 28

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม

เรื่อง ค่าของคน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6

จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1.สาระสำคัญ

ทุกคนมีคุณค่าในตนเอง มีศักยภาพสามารถพัฒนาตนเองได้ การเห็นคุณค่าของตนเองจะทำให้มีกำลังใจ มีความหวังและเป้าหมายชีวิตในการประพฤติปฏิบัติตนต่อไปและเห็นคุณค่าของผู้อื่นจะทำให้มีความรู้สึกที่ดีต่อกัน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความรู้สึกที่ดีต่อร่างกายด้านบวกของตนเองและผู้อื่น

3.1 บอกความรู้สึกที่ดีต่อความคิดด้านบวกของตนเองและผู้อื่น

3.1 บอกความรู้สึกที่ดีต่ออารมณ์และจิตใจด้านบวกของตนเองและผู้อื่น

### 4. สาระการเรียนรู้

คุณค่าในตนเอง

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

เขียนคุณค่าของตนเองและคนอื่น

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูนำเข้าสู่กิจกรรมโดยให้นักเรียนนั่งเป็นวง

6.2 นักเรียนแต่ละคนได้รับซองเปล่า 1 ซอง และกระดาษขนาด 3 x 3 นิ้ว เท่าจำนวนนักเรียนในห้อง เขียนชื่อตนเองไว้หน้าซอง

6.2 แต่ละคนส่งซองไปทางขวามือของตนเอง ผู้ที่ได้รับซองอ่านชื่อหน้าซองแล้วเขียนส่วนของร่างกายเจ้าของชื่อ ที่คิดว่าเป็นส่วนที่ติดลงในกระดาษ 3 x 3 นิ้ว ในซองละ 1 แผ่น ส่งต่อไปทางขวามือเรื่อยๆ จนซองกลับมาสู่เจ้าของชื่อครบทุกคน แต่ละคนอ่านข้อความจากกระดาษที่อยู่ในซองทุกแผ่น แล้วเก็บไว้เพื่อมาเรียนรู้ในชั่วโมงต่อไป

6.3 ครูให้นักเรียนสรุปกิจกรรม และนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันทำทบทวนกิจกรรมในชั่วโมงที่ 1 ทำเช่นเดียวกับชั่วโมงที่ 1 แต่เปลี่ยนข้อความที่เขียนเป็นความคิดที่ดีของเจ้าของชื่อบนซองเช่นเดียวกับชั่วโมงที่ 1 แต่เปลี่ยนข้อความที่เขียนเป็นอารมณ์และจิตใจที่ดีของเจ้าของชื่อบนซอง

6.5 ให้นักเรียนบอกความรู้สึกแล้วอ่านข้อความทั้ง 3 ของทีละคน

6.6 ครูและนักเรียนอภิปรายร่วมกัน เพื่อได้ข้อสรุปดังนี้

- 1) ทุกคนมีสิ่งที่ดีอยู่ในตนเอง
- 2) สิ่งที่ดีของเราคือคุณค่าของเราและสิ่งที่ดีของผู้อื่นคือคุณค่าของผู้อื่น
- 3) การเห็นคุณค่าของตนเองจะทำให้บุคคลมีกำลังใจในการประพฤติปฏิบัติตนต่อไป
- 4) การเห็นคุณค่าของผู้อื่นจะทำให้มีความรู้สึกที่ดีต่อกัน

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ซองขนาด  $3 \times 3$  นิ้ว เท่าจำนวนนักเรียน

7.2 กระดาษขนาด  $3 \times 3$  นิ้ว จำนวนชุดเท่ากับ 3 เท่า ของจำนวนนักเรียน และแต่ละชุดเท่ากับจำนวนนักเรียน

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน/การตอบคำถาม

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ตอบคำถามตามประเด็น มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ตอบคำถามไม่สมเหตุผล ไม่ถูกต้องสมบูรณ์ และไม่ตรงต่อเวลา            |



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 29

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง ผ่อนคลาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

สภาพครอบครัวและสภาพแวดล้อมในปัจจุบันส่งผลการดำรงชีวิตของนักเรียน หากนักเรียนมีความเครียด และความวิตกกังวล จะส่งผลการเรียนและสุขภาพของนักเรียนได้ ดังนั้น การจัดการกับความเครียดและความวิตกกังวลจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้ นักเรียนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเองพร้อมสาเหตุ

3.2 แลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผลมาแล้วกับกลุ่มเพื่อนได้

3.3 สรุปวิธีการคลายเครียดที่จะเลือกไว้ใช้กับตนเอง

### 4. สาระการเรียนรู้

อารมณ์และความเครียด

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 ใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

5.2 ใบงานเรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนนั่งในอิริยาบถที่สบายและหลับตา แล้วทำจิตใจให้สบาย สัมผัสเรื่องวิตกกังวลต่างๆ ผ่อนคลาย แล้วเปิดเพลง/ดนตรี ให้นักเรียนฟัง ประมาณ 5 นาที จากนั้นให้นักเรียนสัมผัสและผ่อนคลายให้สบายๆ

6.2 ครูให้นักเรียนอธิบายความรู้สึกก่อน ขณะ และหลังฟังเพลง/ดนตรี พร้อมทั้งบอกข้อดีของความรู้สึกดังกล่าว

6.3 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม และร่วมกันอภิปรายถึงอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง พฤติกรรมที่แสดงออก ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมที่แสดงออกพร้อมสาเหตุของอารมณ์และความเครียดตามใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

6.4 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปราย

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูเกริ่นนำถึงการแบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปรายถึงอารมณ์และความเครียดที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง ในกิจกรรมแนวครั้งที่แล้ว และให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลการอภิปรายที่ได้

6.6 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอารมณ์และความเครียด ผลเสียที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียน

6.7 ครูให้นักเรียนแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มถึงวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผลแล้ว นำเสนอวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผล ในรูปแบบ Mind Map ตามใบงานเรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

6.8 นักเรียนในแต่ละกลุ่มนำเสนอวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผล

6.9 ครูให้นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตนใช้ได้ผลที่นักเรียนแต่ละคนจะเลือกใช้กับตนเองพร้อมบอกเหตุผล

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้วิธีการผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 เสียงดนตรีผ่อนคลายจาก youtube เช่น

- ดนตรีผ่อนคลาย เสียงลำธาร นก <https://www.youtube.com/watch?v=VdlkXxmKCGs>
- ดนตรีคลายเครียด คลายสมอง <https://www.youtube.com/watch?v=yoUvWOSj9VY>
- เพลงผ่อนคลายฟังสบายๆ สร้างสมาธิ <https://www.youtube.com/watch?v=m1kZLkAo8Ak>

7.2 ใบงานเรื่อง ประเด็นการอภิปราย

7.3 ใบงานเรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบงาน  
เรื่อง ประเด็นการอภิปราย

กลุ่มที่.....สมาชิกกลุ่ม.....

.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแล้วร่วมกันอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

| อารมณ์และความเครียด<br>ที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง | พฤติกรรมที่แสดงออก | ผลกระทบที่เกิดขึ้นจาก<br>พฤติกรรมที่แสดงออก | สาเหตุของอารมณ์<br>และความเครียด |
|-----------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------|----------------------------------|
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |
|                                               |                    |                                             |                                  |

## ใบงาน

### เรื่อง Mind Map วิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด

กลุ่มที่.....สมาชิกกลุ่ม.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มแล้วแลกเปลี่ยนกับเพื่อนถึงวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดที่ตน  
ใช้ได้ผล และนำเสนอในรูปแบบ Mind Map



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 30

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง ชื่นชมยินดี

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลในครอบครัว เพื่อน และบุคคลอื่น ๆ จะช่วยให้นักเรียนอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข หากนักเรียนรู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นจะก่อให้เกิดความสำเร็จและความสุขในการดำเนินชีวิต การแสดงความรู้สึกที่ดีต่อกันด้วยการชื่นชมผู้อื่นจะช่วยให้เกิดความรัก ความนับถือ ความร่วมมือ และมีมิตรภาพที่ดีต่อกัน การชมเชยที่จะสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดี เช่น ชมพฤติกรรมที่เพิ่งเกิดขึ้นใหม่ ๆ เป็นพฤติกรรมที่ทำได้ดี บอกความรู้สึกของเราต่อพฤติกรรมนั้นอย่างจริงใจ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 แสดงให้ผู้อื่นทราบว่าเราชื่นชมการกระทำที่ดีงามของเขา
- 3.2 แสดงวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- 3.3 ระบุวิธีการแสดงการชื่นชมผู้อื่นอย่างหลากหลาย
- 3.4 แสดงการชื่นชมให้ผู้อื่นรับรู้ได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น
- 4.2 การส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มี 3 ปัจจัย คือ
  - 1) การชมเชยหรือชื่นชมที่เหมาะสม
  - 2) การดีเพื่อก่อ
  - 3) การแก้ไขความขัดแย้งในเชิงสร้างสรรค์

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 เขียนคำชมเชยผู้อื่น
- 5.2 ชมคลิปวิดีโอ เรื่อง การสร้างสัมพันธภาพ
- 5.3 แสดงความรู้สึกเมื่อได้รับคำชมและกล่าวชื่นชมเพื่อน

## 6. วิธีการจัดกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูให้นักเรียนระดมความคิดเกี่ยวกับคำชื่นชมผู้อื่นแล้วร่วมกันเขียนบนกระดาน
- 6.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเป็น 2 กลุ่มใหญ่ ให้ทั้งสองกลุ่มหันหน้าเข้าหากัน แล้วร่วมกันร้องเพลงหรือเปิดเพลงประกอบขณะร้องเพลงให้นักเรียนเดินเป็นวงกลม เมื่อเพลงหยุดลงให้นักเรียนหันหน้าเข้าหากัน แล้วกล่าวชื่นชมเพื่อนที่อยู่ตรงหน้าของนักเรียน
- 6.3 ครูให้นักเรียนบรรยายความรู้สึกเมื่อได้รับคำชื่นชมจากผู้อื่น และความรู้สึกเมื่อกล่าวชื่นชมผู้อื่นพร้อมทั้งให้บรรยายหน้าตา ท่าทาง บุคลิกลักษณะของบุคคลที่กล่าวชื่นชมผู้อื่นและผู้ที่ได้รับคำชื่นชม
- 6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 2

- 6.5 ครูเปิดคลิปวิดีโอ เรื่อง การสร้างสัมพันธ์ภาพ เมื่อจบแล้วครูให้นักเรียนร่วมกันเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นดังนี้
  - 1) เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในคลิปวิดีโอเกี่ยวกับอะไร
  - 2) ลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร
  - 3) มีบุคคลใดเกี่ยวข้อง และแต่ละคนทำอะไร
  - 4) ผลที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร
- 6.6 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว เพื่อน และบุคคลอื่น
- 6.7 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม จับสลากเลือกภาระงาน (การสร้างสัมพันธ์ภาพกับในครอบครัว หรือเพื่อน หรือบุคคลอื่น) แล้วร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธ์ภาพกับในครอบครัวหรือเพื่อน หรือบุคคลอื่น
- 6.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

คลิปวิดีโอ เรื่อง การสร้างสัมพันธ์ภาพ <https://www.youtube.com/watch?v=ivZd3RMK1m0> (การสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน) <https://www.youtube.com/watch?v=7UA5Ywi7zaE> (การสร้างสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวและบุคคลอื่นๆ) หรือคลิปวิดีโออื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                                            |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | เขียนชมเชย กล่าวคำชื่นชมเพื่อนได้ แสดงออกอย่างเหมาะสมทั้งบุคลิก ท่าทาง กล่าวความรู้สึกต่อผู้อื่นที่แสดงความชื่นชมได้ |
| ไม่ผ่าน | ไม่สามารถเขียนชมเชยเพื่อนได้ ไม่กล้าแสดงออกทางในทางเหมาะสม กล่าวชมเชยเพื่อนและแสดงความรู้สึกชื่นชมผู้อื่นไม่ได้      |



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 31

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง การควบคุมอารมณ์

ประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

เมื่อมีอารมณ์โกรธ หากไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้จะนำมาซึ่งการทะเลาะวิวาท นักเรียนต้องรู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น นับ 1 – 10 ขอเวลาสงบสติอารมณ์ รู้จักขอบคุณ รู้จักขอโทษ รู้จักให้อภัย เป็นต้น เมื่อมีสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนโกรธ ไม่พอใจ แล้วนักเรียนไม่รู้จักรับรู้การควบคุมอารมณ์ของตนเอง ผลลัพธ์ที่ได้อาจจะทำให้รู้สึกเสียใจได้ภายหลังหรือส่งผลเสียต่างๆ ต่อนักเรียน หากนักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้จะทำให้สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างมีสติและสร้างสรรค์

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกอารมณ์ของตนเองในสถานการณ์ต่างๆ
- 3.2 ศึกษาวิธีการควบคุมอารมณ์จากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ
- 3.3 บอกวิธีการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ

### 4. สาระการเรียนรู้

การควบคุมอารมณ์

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

-

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 2 กลุ่ม โดยกลุ่มที่ 1 เป็นคนใบ้คำ กลุ่มที่ 2 เป็นคนทายคำใบ้ ซึ่งเป็นคำใบ้เกี่ยวกับอารมณ์ต่างๆ

6.2 ครูให้นักเรียนร่วมกันแบ่งปันความรู้สึกที่ได้จากการทำกิจกรรม เช่น

- ความรู้สึกของคนที่ใบ้คำและคนที่ทายคำใบ้
- ความแตกต่างทางสีหน้า ท่าทาง และการแสดงออกของอารมณ์ต่างๆ ของคนที่ใบ้คำ
- สาเหตุการแสดงออกของอารมณ์ต่างๆ
- ความรู้สึกของคนที่เห็น/ปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่แสดงอารมณ์ต่างๆ

6.3 ครูแจกใบความรู้ เรื่อง การควบคุมอารมณ์ ให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอารมณ์และวิธีการควบคุมอารมณ์ต่างๆ

6.4 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มศึกษาใบความรู้เพิ่มเติม และให้ศึกษาวิธีการควบคุมอารมณ์จากเว็บไซต์ เอกสาร/หนังสือ บุคคลใกล้ชิดแล้วนำมาเสนอในครั้งถัดไป

6.5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม

## ชั่วโมงที่ 2

6.6 ครูเรี้นำถึงการแสดงออกทางอารมณ์และวิธีการควบคุมอารมณ์และให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงภาระงานที่มอบหมายในกิจกรรมแนะแนวครั้งที่แล้ว

6.7 ครูให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลการศึกษาวิธีการควบคุมอารมณ์จากเว็บไซต์/เอกสาร/หนังสือ บุคคลใกล้ชิด

6.8 ครูให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมถึงวิธีการควบคุมอารมณ์แล้วร่วมกันสรุปวิธีการควบคุมอารมณ์ที่นักเรียนสามารถปฏิบัติได้และหรือจะพยายามปฏิบัติเพื่อให้การแสดงออกทางอารมณ์มีความเหมาะสมต่อไป

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ป้ายคำใบ้ เช่น อารมณ์ดี โกรธ เครียด วิตกกังวล ไม่พอใจ อาย เศร้า ง่วง ตกใจ หิว เหนื่อย มีความสุข ตกใจ กลัว ตลก ตกหลุมรัก เสียใจ เกลียด ฯลฯ

7.2 ใบความรู้เรื่อง การควบคุมอารมณ์

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบความรู้

### เรื่อง การควบคุมอารมณ์

การควบคุมอารมณ์ หมายถึง แสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับวัยและสถานการณ์เป็นความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม การเข้าใจความรู้สึกของตนเอง การควบคุมอารมณ์ตนเอง เห็นอกเห็นใจผู้อื่น การปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมหรือมองโลกในแง่ดี

อารมณ์และการแสดงออกที่เหมาะสม มีหลักอยู่ 8 ประการ คือ

- 1) ความสามารถในการสนใจ เข้าใจและรู้จักพ่อแม่ เพื่อนฝูง หรือบุคคลรอบข้างด้วยมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สามารถปรับอารมณ์ตนเองได้กับทุกสถานการณ์
- 2) การรู้จักใช้คนให้เป็นใช้คนให้เหมาะสมกับบุคคล เวลา และเหตุการณ์รู้จักกล่าวคำยกย่อง ชมเชยผู้อื่น
- 3) การรู้จักแสดงอารมณ์รัก ชอบ เกลียด กล้าแสดงออกและกล้าพูด
- 4) การรู้จักอารมณ์รัก ชอบ เกลียดจากผู้อื่นได้
- 5) การยอมรับสิ่งทดแทน เมื่อไม่มีสิ่งที่เราพอใจ ก็ให้พอใจกับสิ่งที่มีอยู่
- 6) กล้าเผชิญกับประสบการณ์ต่างๆ ด้วยการเตรียมพร้อมที่จะพบกับสิ่งใหม่ๆ เพื่อการพัฒนาตนเอง
- 7) การรู้จักจับคำพูดและสีหน้าของผู้อื่นเป็น
- 8) การรู้จักแสดงออกในทางสร้างสรรค์ เช่น กล้าอาสาที่จะช่วยผู้อื่น

#### วิธีจัดการกับอารมณ์ของตนเอง

การจัดการกับอารมณ์เป็นความรับผิดชอบของตนเองการเปลี่ยนแปลงตนเองต้องมีความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลง หมั่นฝึกฝนตนเอง ให้กำลังใจตนเอง ฝึกให้เป็นคนอารมณ์ดีอยู่เสมอ การฝึกทักษะการจัดการกับอารมณ์ มีดังนี้

- 1) รู้จักและรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง
- 2) รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง
- 3) รู้จักรอคอย
- 4) รู้จักเห็นอกเห็นใจ และไวต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น
- 5) รู้จักรักษาสายสัมพันธ์

วิธีการเสริมสร้างอารมณ์ดี มีความสุข พ.ญ.พรรณพิมล หล่อตระกูล (2546) กล่าวสรุปไว้ในเอกสารการสอนทักษะชีวิต สรุปได้ดังนี้

- 1) การมีเจตคติเชิงบวกและความคิดเชิงบวก
- 2) ฝึกตนเองให้มีอารมณ์ขัน
- 3) ฝึกมองคนอื่นในด้านบวก
- 4) รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา
- 5) การรู้สึกดีต่อตนเอง
- 6) ทบทวนการแสดงออกทางอารมณ์ของตนเอง
- 7) ฝึกสติ ฝึกการผ่อนคลายตนเอง
- 8) รู้จักการประเมินสถานการณ์และอารมณ์

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 32

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง มิตรไมตรี

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การสื่อสารเป็นการติดต่อกันระหว่างบุคคลหลายระดับ เช่น เพื่อน ครู พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย พี่น้อง ฯลฯ ซึ่งการใช้คำพูดและกิริยาสุภาพเหมาะสมกับกาลเทศะจะช่วยให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพ อีกทั้งนักเรียนที่มีมารยาทในการสื่อสารจะทำให้เพื่อนเป็นที่ยอมรับ ได้รับความประทับใจ คำชื่นชมจากบุคคลที่นักเรียนสื่อสารด้วยการสื่อสารกับผู้อื่นมีข้อควรคำนึงถึงการพูดให้เหมาะสมกับบุคคล และการพูดให้เหมาะกับกาลเทศะจะช่วยให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

ข้อที่ 3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น

3.2 อธิบายวิธีแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น

3.3 แสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 การสื่อสารที่ดี

4.2 มารยาทในการสื่อสารกับผู้อื่น

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 การแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับการสื่อสารกับบุคคลต่าง ๆ

5.2 ใบงาน เรื่อง มิตรไมตรี

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนระดมความคิดเกี่ยวกับ

- ในชีวิตประจำวันของนักเรียนมีการสื่อสารกับบุคคลใดบ้าง
- นักเรียนมีการสื่อสารกับแต่ละบุคคลอย่างไร
- นักเรียนคิดว่า มารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่นเป็นอย่างไร

6.2 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วจับสลากแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับการสื่อสารกับบุคคลต่างๆ ให้ความเวลาแสดงกลุ่มละ 5 นาที

6.3 ครูให้นักเรียนร่วมกันอธิบายถึงวิธีแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น

## ชั่วโมงที่ 2

- 6.4 ครูเฝ้าสังเกตวิธีแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่นในกิจกรรมแนะแนวครั้งที่แล้วและให้นักเรียนร่วมกันทบทวนถึงวิธีแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น
- 6.5 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น
- 6.6 ครูให้นักเรียนทบทวนตนเองถึงจุดเด่นและสิ่งที่ควรเพิ่มเติมในการแสดงมารยาทที่ดีในการสื่อสารกับผู้อื่น ตามใบงาน เรื่อง มิตรไมตรี
- 6.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 สลากในการแบ่งกลุ่มแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับการสื่อสารกับบุคคลต่างๆ ได้แก่
  - การสื่อสารกับเพื่อน
  - การสื่อสารกับพ่อแม่
  - การสื่อสารกับครู
  - การสื่อสารกับบุคคลที่ไม่รู้จักเพื่อขอความช่วยเหลือ
  - การสื่อสารกับผู้ป่วยตายาย
- 7.2 ใบงานเรื่อง มิตรไมตรี

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ใบงาน  
เรื่อง มิตรไมตรี

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทบทวนตนเองแล้วบอกจุดเด่นและสิ่งที่ควรเพิ่มเติมในการแสดงมารยาทที่ดี  
ในการสื่อสารกับผู้อื่นลงในช่องว่าง

จุดเด่น



สิ่งที่ควรเพิ่มเติม



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 33

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง ทักษะในศตวรรษที่ 21

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

โลกในศตวรรษที่ 21 เป็นโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา นักเรียนเป็นบุคคลหนึ่งที่จะต้องดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 ดังนั้นนักเรียนจึงจำเป็นและควรมีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 เพื่อให้การเรียนรู้การดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกความสำคัญของการมีทักษะในศตวรรษที่ 21 ได้

3.2 บอกความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของทักษะในศตวรรษที่ 21 กับนักเรียนได้

### 4. สาระการเรียนรู้

ทักษะที่สำคัญในการใช้ชีวิตและทำงานในศตวรรษที่ 21

4.1 ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม

4.2 ทักษะสารสนเทศ สื่อ เทคโนโลยี

4.3 ทักษะชีวิตและอาชีพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

การปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม แล้วแจกกระดาษ A4 กลุ่มละ 1 แผ่น หนังสือ จำนวน 6 เล่ม (ความสูงเท่ากัน) และเหรียญขนาดต่าง ๆ รวม 30 เหรียญ

6.2 จากนั้นให้แต่ละกลุ่มวางหนังสือเป็น 2 กอง กองละ 3 เล่ม ระยะห่างกันพอสมควร แล้วนำกระดาษ A4 วางไว้ระหว่างกองหนังสือ แล้วให้นักเรียนค่อย ๆ วางเหรียญลงบนกระดาษให้ได้มากที่สุด

6.3 ครูให้นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้ แล้วให้นักเรียนแต่ละกลุ่มหาวิธีการแก้ปัญหาเพื่อให้วางเหรียญได้มากที่สุด

6.4 ครูให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงทักษะที่นักเรียนใช้ในการทำกิจกรรม การวางแผน การแก้ปัญหาและความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของทักษะที่ใช้กับตนเองได้



## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูและนักเรียนร่วมกันทบทวนถึงทักษะที่นักเรียนใช้ในการทำกิจกรรม การวางแผน การแก้ปัญหา และความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของทักษะที่ใช้กับตนเองได้ในกิจกรรมครั้งที่แล้ว

6.6 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับทักษะในศตวรรษที่ 21 แล้วแบ่งกลุ่ม ครูแจกป้ายคำให้แต่ละกลุ่ม (จำนวนกลุ่มละเท่ากัน)

6.7 ครูติดป้ายทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม ทักษะสารสนเทศ สื่อ เทคโนโลยี และทักษะชีวิต และอาชีพบนกระดาน จากนั้นให้นักเรียนนำป้ายคำที่ได้รับไปติดใต้ทักษะข้างต้น

6.8 ครูให้ข้อมูลเพิ่มเติมตามใบความรู้เรื่อง ทักษะในศตวรรษที่ 21 และเฉลยกิจกรรมข้างต้น

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม ความสัมพันธ์/เชื่อมโยงของทักษะที่ใช้กับตนเองได้ในกิจกรรมครั้งที่แล้วเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 กระดาษ A4 กลุ่มละ 1 แผ่น
- 7.2 หนังสือ จำนวน 6 เล่ม (ความสูงเท่ากัน)
- 7.3 เหรียญขนาดต่าง ๆ รวม 30 เหรียญต่อกลุ่ม
- 7.4 ป้ายคำเรื่อง ทักษะในศตวรรษที่ 21 (ขนาด A4)

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงานกลุ่ม

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงานกลุ่ม

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินผลงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ผลงานกลุ่มไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา         |

## เรื่อง ทักษะในศตวรรษที่ 21



ที่มา : <http://www.okmd.or.th/okmd-opportunity/new-gen/262/>

ป้ายคำ  
เรื่อง ทักษะในศตวรรษที่ 21

| ทักษะการเรียนรู้และนวัตกรรม | ทักษะสารสนเทศ สื่อ เทคโนโลยี | ทักษะชีวิตและอาชีพ    |
|-----------------------------|------------------------------|-----------------------|
| คิดสร้างสรรค์               | อัปเดตทุกข้อมูลข่าวสาร       | มีความยืดหยุ่น        |
| ใส่ใจนวัตกรรม               | รู้เท่าทันสื่อ               | รู้จักปรับตัว         |
| มีวิจารณ์ญาณ                | รอบรู้เทคโนโลยีสารสนเทศ      | ริเริ่มสิ่งใหม่       |
| แก้ปัญหาเป็น                | ฉลาดสื่อสาร                  | ใส่ใจดูแลตัวเอง       |
| สื่อสารดี                   |                              | รู้จักเข้าสังคม       |
| เต็มใจร่วมมือ               |                              | เรียนรู้วัฒนธรรม      |
|                             |                              | มีความเป็นผู้นำ       |
|                             |                              | หมั่นหาความรู้รอบด้าน |

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 34

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง สารเสพติด

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

ปัจจุบันปัญหาเสพติดเป็นปัญหาบ่อนทำลายความมั่นคงด้านเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยที่สำคัญ นับเป็นภัยคุกคามรูปแบบใหม่ ที่จะเข้ามาทำลายความสงบสุขของครอบครัวชุมชนและสังคม โดยรวมการเรียนรู้เกี่ยวกับยาเสพติดเป็นแนวทางที่สำคัญแนวทางหนึ่งในการลดปัญหาดังกล่าว

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกความหมายของสารเสพติดได้
- 3.2 มีทักษะในการป้องกันสารเสพติดได้
- 3.3 ระบุวิธีการป้องกันปัญหาสารเสพติดได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 สารเสพติด
- 4.2 ทักษะในการป้องกันสารเสพติด

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ทดสอบความรู้เรื่องสารเสพติด
- 5.2 เล่นเกม เสือกินวัว

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูและนักเรียนร่วมกันพูดคุยเกี่ยวกับอันตรายจากสารเสพติดแล้วให้นักเรียนช่วยกันยกกรณีตัวอย่างที่เกิดขึ้นในสังคมที่ปรากฏในข่าวหรือสื่ออื่นๆ
- 6.2 ให้นักเรียนร่วมกันบอกความหมายของสารเสพติดตามที่นักเรียนเข้าใจ แล้วครูอธิบายให้นักเรียนทราบว่า สารเสพติด หมายถึง ยา หรือสารเคมี หรือวัตถุชนิดใดๆก็ตาม เมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายแล้วไม่ว่าจะโดยวิธีรับประทาน สูบ ฉีด ดม หรืออื่นๆ แล้วก่อให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจของผู้เสพสารเสพติด
- 6.3 ให้นักเรียนศึกษาประเภทของสารเสพติดใบงาน
- 6.4 นักเรียนสรุปความรู้เกี่ยวกับประเภทของสารเสพติด และทำใบงาน เรื่อง ประเภทของสารเสพติด
- 6.5 นักเรียนและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่ติดสารเสพติด และยกตัวอย่างพฤติกรรมหรือลักษณะอาการที่สามารถสังเกตได้อย่างชัดเจนของผู้ติดสารเสพติด

## 6.6 ให้นักเรียนศึกษาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับลักษณะและอาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติดจากหนังสือ ชั่วโมงที่ 2

6.7 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ เพื่อศึกษาความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุจากหนังสือเรียนและแหล่งสืบค้นอื่นๆ โดยครูกำหนดประเด็นศึกษาดังนี้

กลุ่มที่ 1 การใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค

กลุ่มที่ 2 การใช้สารเสพติดกับการเกิดอุบัติเหตุ

6.8 ครูให้ข้อเสนอแนะกับนักเรียนในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มใหญ่จะต้องมีการแบ่งหน้าที่กันรับผิดชอบให้ชัดเจนและมีความตรงต่อเวลา เพื่อให้การทำงานร่วมกันสำเร็จตามที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้

6.9 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสืบค้น รวบรวมข้อมูลต่างๆ แล้วนำมาอภิปรายและสรุปความรู้ร่วมกัน

6.10 ให้สมาชิกในแต่ละกลุ่มร่วมกันวางแผนการนำเสนอความรู้หน้าชั้นเรียนในรูปแบบต่างๆ ที่เป็นมติของกลุ่มโดยครูเน้นย้ำให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมความพร้อมในการนำเสนอผลงานอย่างสร้างสรรค์

6.11 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนและเปิดโอกาสให้เพื่อนต่างกลุ่มตั้งคำถามที่เป็นข้อสงสัยของกลุ่ม แล้วตอบคำถามให้ถูกต้องและชัดเจน หากการตอบคำถามยังมีข้อบกพร่องให้ครูแก้ไขหรืออธิบายเพิ่มเติมให้ถูกต้อง

6.12 ครูชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจทำกิจกรรมในชั้นเรียนและเน้นย้ำให้นักเรียนนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเองและบุคคลอื่น

6.13 ให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง การป้องกันปัญหาสารเสพติด เมื่อเสร็จแล้วให้นักเรียนตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนนำเสนอครูตรวจ

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 แบบทดสอบความรู้เรื่อง สารเสพติด

7.2 ใบความรู้ เรื่อง สารเสพติด

7.3 ใบงานเรื่อง การป้องกันปัญหาสารเสพติด

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงานทดสอบความรู้ เรื่อง สารเสพติด

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สารเสพติด

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลการทดสอบ

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                             |
|---------|-------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ทดสอบได้คะแนน ร้อยละ 70 ขึ้นไป และส่งงานตรงต่อเวลา    |
| ไม่ผ่าน | ทดสอบได้คะแนนน้อยกว่าร้อยละ 70 และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา |

## แบบทดสอบความรู้ เรื่องสารเสพติด

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษรหน้าข้อที่ถูกที่สุด

- ข้อใด ไม่ใช่ลักษณะสำคัญของสิ่งเสพติด
  - เสียเงินโดยใช้เหตุ
  - เกิดอาการติดยา
  - สุขภาพร่างกายทรุดโทรมลง
  - เกิดอาการขาดยาถอนยา หรืออยากยา
  - มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจ
- สิ่งเสพติดที่มีโทษต่อร่างกายประเภทกดประสาทคือข้อใด
  - กัญชา
  - โคเคน
  - มอร์ฟิน
  - ใบกระท่อม
  - แอมเฟตามีน
- กัญชาแอล.เอส.ดี. เป็น สิ่งเสพติดให้โทษที่กดประสาทประเภทใด
  - ประเภทกดประสาท
  - ประเภทหลอนประสาท
  - ประเภทกระตุ้นประสาท
  - ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน
  - ประเภทกดประสาทและกระตุ้นประสาท
- ยาเสพติด ประเภท 1 แบ่งตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษพ.ศ. 2522คือข้อใด
  - ก. กัญชา    ข. มอร์ฟิน
  - ค. โคเคน    ง. เฮโรอีน
  - จ. พืชกระท่อม
- องค์การอนามัยโลกได้จัดให้แอลกอฮอล์เป็นสารเสพติดเพราะเหตุใด
  - เมื่อดื่มแล้วจะติด
  - มีโทษเช่นเดียวกับสิ่งเสพติดอื่นๆ
  - ทำให้เศรษฐกิจของชาติตกต่ำ
  - ถูกทั้ง ก และ ข
  - ผิดทั้ง ก และ ข

6. ด้านใด ไม่ถือว่า เป็น โทษของยาเสพติด
- ก. ด้านสังคม
  - ข. ด้านเศรษฐกิจ
  - ค. ด้านมนุษยสัมพันธ์
  - ง. ด้านสุขภาพอนามัย
  - จ. ด้านความมั่นคงของชาติ
7. สาเหตุใดที่เป็นสาเหตุสำคัญมากที่สุด ที่ทำให้เยาวชนไปสู่วาเสพติด
- ก. แฟน
  - ข. เพื่อน
  - ค. ชุมชน
  - ง. โรงเรียน
  - จ. ครอบครัว
8. สถานที่ใดที่ใช้วิธีการแก้ไขผู้ติดยาเสพติดแบบพื้นบ้านคือข้อใด
- ก. ถ้ากระบอก
  - ข. สถานีอนามัย
  - ค. โรงพยาบาลศูนย์
  - ง. โรงพยาบาลประจำจังหวัด
  - จ. ศูนย์บำบัดและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด
9. ข้อใด ไม่ใช่วัตถุประสงค์ของการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด
- ก. การคงภาวะการติดยาเสพติดไว้
  - ข. การช่วยให้เลิกใช้ยาเสพติดอย่างเด็ดขาด
  - ค. การช่วยให้ใช้ยาเสพติดประเภทอื่นทดแทน
  - ง. การคงภาวะการติดยาเสพติดและใช้ยาเสพติดประเภทอื่นทดแทน
  - จ. การใช้มาตรการตามกฎหมายเพื่อป้องกันและปราบปรามให้หมดสิ้น
10. กิจกรรมชุมชนบำบัดแบบใดที่เป็นการชักถามของสมาชิกต่อหน้าสมาชิกเพื่อสอบสวนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
- ก. การสัมภาษณ์
  - ข. การเผชิญหน้า
  - ค. การประชุมตอนเช้า
  - ง. การว่ากล่าวตักเตือน
  - จ. การเรียนรู้ประสบการณ์

แบบเฉลย

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



## ใบงานเรื่อง การป้องกันปัญหาสารเสพติด

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมคำตอบลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

1. ความหมายของ "ยาเสพติด" คือ  
.....
2. ยาเสพติดให้โทษ แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ที่มีต่อร่างกายตามประเภทอะไรบ้าง  
.....
3. ยกตัวอย่างยาที่ทำให้ประสาทหลอนมาสัก 3 ชื่อ  
.....
4. โทษของยาเสพติดด้านสุขภาพอนามัย มีอะไรบ้าง บอกมา 3 อย่าง  
.....
5. สาเหตุสำคัญที่ทำให้เยาวชนติดยาเสพติด คืออะไร  
.....
6. การที่สังคมไม่ยอมรับครอบครัวยังแสดงท่าทีที่ถูกเป็นสาเหตุในการติดยาเสพติดด้านใด  
.....
7. วัตถุประสงค์ของการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดคืออะไรบ้าง  
.....
8. ยาเสพติดชนิดร้ายแรงสามารถทำให้เกิดความรู้สึกเป็นสุขเคลิบเคลิ้มมากกว่าปกติที่เรียกกันในภาษาอังกฤษว่าอะไร  
.....
9. ปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการใช้ยาเสพติดที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพค่านิยมของสังคมและวัฒนธรรมคือปัจจัยใด  
.....
10. สถานพื้นผู้ติดยาเสพติดให้โทษโดยเฉพาะที่เรียกว่าอะไร  
.....
12. ทักษะชีวิตที่จำเป็นต้องใช้ในการป้องกันตนเองจากยาเสพติด มีทักษะที่จำเป็นอะไรบ้าง ให้ระบุอย่างน้อย 3 ทักษะ  
1.....2.....3.....
11. ให้นักเรียนเสนอวิธีการป้องกันปัญหาสารเสพติด จะมีแนวทางป้องกันตนเองจากพิษภัยยาเสพติดได้อย่างไรบ้าง  
.....  
.....  
.....

## ใบปฏิบัติการกิจกรรม

### เรื่อง การป้องกันสารเสพติด

#### กิจกรรมภาคสนาม

การป้องกันสารเสพติด

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนมีแนวคิดการป้องกันสารเสพติด

#### คำชี้แจง

1. นักเรียนอ่านแบบประเมินโอกาสแล้วตอบคำถาม
2. สำรวจผลการประเมินตามสภาพความเป็นจริง
3. สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

#### วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ครูใช้ห้องกิจกรรมที่ไม่มีโต๊ะเก้าอี้ ให้นักศึกษา เล่นเกม “เสือกินวัว”

#### วิธีการ

ให้นักเรียนทุกคนจับมือล้อมกันเป็นวงกลมเสมือนรั้ว พยายามกันไม่ให้เสือเข้าไปกินวัว แต่อาจยอมแลกเปลี่ยนวัวกับสิ่งของที่เสือเสนอให้ได้ ถ้าพอใจ

รอบแรก ขออาสาสมัคร 5 คน แสดงเป็นวัวอยู่กลางวง และอาสาสมัครอีก 5 คน แสดงเป็นเสือ มีหน้าที่ทำทุกวิถีทาง เช่น ใช้แรงดันพูดจาหว่านล้อมตอรอง หรือ ใช้ของแลกเปลี่ยนเพื่อผ่านด่านวงกลมเข้าไป กินวัวที่อยู่กลางวงให้ได้ (ห้ามใช้วิธีรุนแรง)

รอบที่สอง ขออาสาสมัครเสือเพิ่มขึ้นเป็น 10-15 คน พยายามหาแนวทางเข้าไปกินวัวที่อยู่กลางวงให้ได้ (ให้จำนวนเสือและวัว ใกล้เคียงกัน)

2. ครูให้สัญญาณเริ่มและหยุดกิจกรรม ทั้งสองรอบ
3. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ๆ ละ 4 – 5 คน อภิปรายและตอบคำถามตามใบปฏิบัติการกิจกรรม
4. ตัวแทนกลุ่มรายงานครูรวบรวมข้อสรุปและอภิปรายเพิ่มเติมตามใบความรู้แนวคิดที่ควรได้
5. ให้นักเรียนแต่ละคนคิดคำพูดในเชิงปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงจากสารเสพติดที่เป็นข้อเตือนใจของนักศึกษาเองสั้นๆ แล้วให้แต่ละคนพูดออกมาโดยกำหนดว่าคำพูดของนักศึกษา จะต้องไม่ซ้ำกับเพื่อน ถ้าเพื่อนซ้ำกับเพื่อนแล้วคิดคำพูดใหม่ไม่ทัน ให้พูดว่า ผ่าน แล้วจึงกลับมาถามนักศึกษาใหม่อีกครั้งเมื่อถามนักศึกษาคณอื่นๆ ไปจนหมดแล้ว

คำถาม : ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมอภิปรายและตอบคำถามต่อไปนี้

1. ในรอบแรกเสือเข้าไปกินวัวได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

2. ในรอบที่สองเสือเข้าไปกินวัวได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

3. ถ้าเสือเปรียบเสมือนสารเสพติด และวัวเปรียบเสมือนเกราะป้องกันสารเสพติด นักศึกษามีแนวคิดในการสร้างวัวให้แข็งแรง เพื่อต่อต้านไม่ให้สารเสพติด เข้าถึงตัวนักศึกษาได้อย่างไร

.....

.....

สาระที่ได้จากกิจกรรม

.....

.....

ประเด็นในการวิเคราะห์

.....

.....

สรุป

.....

.....

\*\*\*\*\*

## ใบความรู้ เรื่อง สารเสพติด

### 1. ความหมายของสารเสพติด

สิ่งเสพติด หรือ ยาเสพติด หรือสารเสพติด ในความหมายของ องค์การอนามัยโลกเป็นความหมายเดียวกัน ซึ่งหมายถึงสารที่เสพเข้าไปแล้วจะเกิดความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจต่อไปโดยไม่สามารถหยุดเสพได้ และจะต้องเพิ่มปริมาณมากขึ้นเรื่อยๆ จนในที่สุดจะทำให้เกิดโรคร้ายต่อร่างกายและจิตใจขึ้น

**ยาเสพติดหมายถึง** สารใดก็ตามที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ หรือสารที่สังเคราะห์ขึ้นเมื่อนำเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยวิธีรับประทาน ดม สูบ ฉีด หรือด้วยวิธีการใดๆ แล้ว ทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจนอกจากนี้ยังจะทำให้เกิดการเสพติดได้หากใช้สารนั้นเป็นประจำทุกวัน หรือวันละหลายๆ ครั้ง

**ลักษณะสำคัญของสารเสพติดจะทำให้เกิดอาการ และอาการแสดงต่อผู้เสพดังนี้**

1. เกิดอาการดื้อยา หรือต้านยา และเมื่อติดแล้ว ต้องการใช้สารนั้นในปริมาณมากขึ้น
2. เกิดอาการขาดยาถอนยา หรืออยากยา เมื่อใช้สารนั้นเท่าเดิม ลดลง หรือหยุดใช้
3. มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงตลอดเวลา
4. สุขภาพร่างกายทรุดโทรมลงเกิดโทษต่อตนเอง ครอบครัว ผู้อื่น ตลอดจนสังคมและประเทศชาติ

#### ความหมายตามกฎหมาย

ยาเสพติดให้โทษหมายความว่า สารเคมี หรือวัตถุชนิดใดๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายไม่ว่าจะโดยรับประทาน ดม สูบฉีด หรือด้วยประการใดๆ แล้ว ทำให้เกิดผลต่อร่างกายและจิตใจในลักษณะสำคัญเช่นต้องเพิ่มขนาดการเสพเรื่อยๆ มีอาการถอนยาเมื่อขาดยาที่มีความต้องการเสพทั้งทางร่างกายและจิตใจอย่างรุนแรงอยู่ตลอดเวลาและสุขภาพโดยทั่วไปจะทรุดโทรมลงกลับให้รวมถึงพืช หรือ ส่วนของพืชที่เป็น หรือให้ผลผลิต

### 2. การแบ่งประเภทของยาเสพติดให้โทษ

ยาเสพติดให้โทษสามารถแบ่งออกตามหลักเกณฑ์ต่างๆ ได้หลายรูปแบบสรุปได้ดังนี้

1. แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ของสิ่งเสพติดที่มีต่อร่างกาย
  - 1.1 ประเภทกดประสาท (Depressant) ได้แก่ฝิ่น มอร์ฟิน เฮโรอีน เซโคนัลบาร์ บิทูเรต ฟิโนบาร์บิทัล โปรไมด์พาราดีไฮด์และเมธาโดนเป็นต้น
  - 1.2 ประเภทกระตุ้นประสาท (Stimulant) ได้แก่ใบกระท่อมแอมเฟตามีนโคเคอินเป็นต้น
  - 1.3 ประเภทหลอนประสาท(Hallucinogen) ได้แก่กัญชาแอล.เอส.ดี. (L.S.D.= lysergic acid amide) ดี.เอ็ม.ที (D.M.T = Dimethyl Try amine) เอส.ที.พี. (S.T.P. = Serenity Tranquilly and Peace) เป็นต้น
  - 1.4 ประเภทออกฤทธิ์ผสมผสาน (Mixed) ได้แก่กัญชาอาจออกฤทธิ์กดประสาทกระตุ้นประสาทหรือหลอนประสาทพร้อมกันไปในขณะเดียวกัน

## 2. แบ่งตามแหล่งที่เกิด

2.1 ยาเสพติดธรรมชาติ (Natural Drugs) เป็นยาเสพติดที่ได้มาจากพืชหรือพันธุ์ไม้บางชนิดโดยตรง ขึ้นอยู่กับธรรมชาติเช่นฝิ่นกัญชาพืชกระท่อมโคเคอินเป็นต้นและสามารถที่จะนำมาแปรรูปเป็นลักษณะอย่างอื่นโดยกรรมวิธีต่างๆทางเคมีเช่นการนำฝิ่นมาทำมอร์ฟินเฮโรอินเป็นต้น

2.2 ยาเสพติดสังเคราะห์ (Synthetic Drugs) เป็นยาเสพติดที่ได้มาจากการปรุงขึ้นโดยกรรมวิธีทางเคมีและนำมาใช้แทนยาเสพติดธรรมชาติได้เช่นเมธาโดน (Methadone) เพธิดีน (Pethadine) ไฟเซฟโตน (Physeptone) เป็นต้น

## 3. แบ่งตามพระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ พ.ศ. 2522

3.1 ประเภท 1 ยาเสพติดให้โทษชนิดร้ายแรงเช่นเฮโรอิน (Heroin)

3.2 ประเภท 2 ยาเสพติดให้โทษทั่วไปเช่นมอร์ฟิน (Morphine) โคเคน (Cocaine) โคเดอิน (Codeine) ฝิ่นยา (Medicinal Opium)

3.3 ประเภท 3 ยาเสพติดให้โทษที่มียาเสพติดให้โทษประเภท 2 ผสมอยู่ด้วยตามที่ได้ขึ้นทะเบียนตำรับยาไว้ในมาตรา 43 เช่นยาแก้ไอผสมโคเดอิน (Codeine Cough Syrup)

3.4 ประเภท 4 สารเคมีที่ใช้ในการผลิตยาเสพติดให้โทษประเภท 1 หรือ 2

3.5 ประเภท 5 ยาเสพติดให้โทษที่มีได้อยู่ในประเภท 1 ถึงประเภท 4 เช่นกัญชาพืชกระท่อม

## 4. แบ่งตามทางการแพทย์ โดยแบ่งตามคุณสมบัติของสิ่งเสพติดได้ 7 ประเภทคือ

4.1 ฝิ่นหรือสารที่มีส่วนประกอบของฝิ่นเช่นมอร์ฟินเฮโรอินโคเดอินเพธิดีนไฟเซฟโตนเป็นต้น

4.2 ยานอนหลับชนิดต่างๆเช่นฟิโนบาร์บิทัลเซโคนัลโบรไมด์พาราตีไฮด์กลูตาไมด์เป็นต้น

4.3 ยากล่อมประสาทเช่นไดอะซีแพม (Diazepam) เมโปรบาเมต (Meprobamate) เป็นต้น

4.4 ยากระตุ้นประสาทเช่นแอมเฟตามีนโคเดอินและใบกระท่อม

4.5 ยาที่ทำให้ประสาทหลอนเช่นกัญชา แอล.เอส.ดี.ดี.เอ็ม.ที.เอส.ที.พี.และพวกเห็ดบางชนิดเป็นต้น

4.6 สารระเหยต่างๆเช่นเบนซิน

4.7 แอลกอฮอล์ปัจจุบันองค์การอนามัยโลกได้จัดให้แอลกอฮอล์เป็นสารเสพติดอย่างหนึ่งด้วย เพราะแอลกอฮอล์เมื่อดื่มจนติดแล้วจะมีโทษเช่นเดียวกับสิ่งเสพติดชนิดอื่นๆด้วย

## 3. โทษของยาเสพติด

โทษของยาเสพติดยาเสพติดในลักษณะภาพรวมที่สำคัญ 4 ประการสรุปได้ดังนี้

### 1. ด้านสุขภาพอนามัย

ผู้ตกเป็นทาสยาเสพติดเกือบทุกประเภทไม่ว่าจะเป็นฝิ่นเฮโรอินหรือมอร์ฟินร่างกายจะซูบซีดผอมเหลือง เหลือแต่หนังหุ้มกระดูกความคิดอ่านช้าความจำเสื่อมเมื่อขาดยาจะมีอาการหงุดหงิดโกรธง่าย หาวนอนง่าย น้ำมูกน้ำตาไหลปวดกระดูกปวดกล้ามเนื้อขาดสติอาเจียนนอนไม่หลับเบื่ออาหารและจะเสียชีวิตในที่สุด

### 2. ด้านเศรษฐกิจ

เนื่องจากยาเสพติดทุกประเภทผู้เสพจะต้องเพิ่มยาให้มากขึ้นตลอดเวลาและหยุดเสพไม่ได้ดังนั้นจึงต้องสูญเสียเงินทองสำหรับซื้อยามาเสพไม่มีที่สิ้นสุดและผู้ติดยาจะมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงไม่สามารถประกอบ

อาชีพได้ตั้งเช่นคนปกติทั่วไปครอบครัวและรัฐต้องสูญเสียแรงงานไปดังนั้นจึงส่งผลเสียหายต่อเศรษฐกิจทั้งของตนเองครอบครัวและประเทศชาติโดยรวม

### 3. ด้านสังคม

ยาเสพติดยังเป็นตัวก่อให้เกิดปัญหาสังคมอย่างมากมาโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาอาชญากรรมเพราะผู้ติดยาจำเป็นต้องใช้เข็มฉีดยาเสพติดเป็นประจำทุกวันและจะต้องเพิ่มปริมาณมากขึ้นตลอดเวลา แต่เนื่องจากยาเสพติดมีราคาแพงดังนั้นการประกอบอาชีพโดยสุจริตตามปกติทั่วๆไปนั้นย่อมเป็นการยากที่จะหาเงินมาซื้อยาเสพติดได้อย่างเพียงพอและในสภาพความเป็นจริงผู้ติดยาจะไม่มีใครคบค้าหรือร่วมสมาคมด้วยจึงทำให้โอกาสหาเงินโดยสุจริตเป็นไปได้อย่างยากลำบากยิ่งขึ้นเหตุนี้จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการประกอบอาชญากรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งอาชญากรรมที่เกี่ยวกับทรัพย์สินนอกจากนั้นยังเป็นสาเหตุของปัญหาสังคมอื่นๆมากมายเช่นปัญหาวัยรุ่นปัญหาโสเภณีปัญหาการพนันปัญหาครอบครัวปัญหาการแพร่ระบาดของโรคเอดส์ เป็นต้น

### 4. ด้านความมั่นคงของชาติ

ความร้ายแรงของยาเสพติดมีผลโดยตรงต่อความมั่นคงของประเทศชาติเป็นอย่างมากเพราะถ้าประเทศใดมีประชากรติดยาเสพติดจำนวนมากประเทศนั้นจะอ่อนแอเศรษฐกิจเสียหายมีปัญหาสังคมต่างๆมากมายโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาอาชญากรรมสิ่งต่างๆเหล่านี้ย่อมไม่เป็นผลดีต่อความมั่นคงของประเทศ

## 4. สาเหตุของการติดยาเสพติด

มีหลายประการด้วยกันโดยสรุปสาเหตุได้ดังนี้ (มูลนิธิสี-ทับทิม จำปารัตน์, 2538, หน้า 28; อ้างถึงใน วรา เวชภินันท์, 2542, หน้า 8)

### 1. สาเหตุจากการถูกชักชวน

เนื่องจากเยาวชนมีสัญชาติญาณอยากรู้อยากลองต้องการได้รับการยกย่องและมีส่วนร่วมของกิจกรรมในหมู่คณะนั้นถ้าเพื่อนฝูงชักชวนให้ลองย้อมจะขัดมิได้มิฉะนั้นจะเข้ากับเพื่อนไม่ได้จึงทำให้เยาวชนต้องยอมเข้าไปสู่วาเสพติดจากการชักชวนของเพื่อน

### 2. สาเหตุจากความกดดันในครอบครัว

สาเหตุนี้เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เยาวชนไปสู่วาเสพติดเพราะความกดดันในครอบครัวที่แตกต่างกันแต่ละครอบครัวเช่น

2.1 พ่อแม่ทะเลาะกันทุกวันลูกเกิดความรำคาญใจที่เห็นสภาพเช่นนี้ทำให้เบื่อบ้านจึงทำให้ใช้เวลาที่มีไปคบเพื่อนนอกบ้านจนกว่าจะถึงเวลาอนจึงกลับบ้านทำให้ชักชวนกันไปสู่วาเสพติดในที่สุด

2.2 พ่อแม่หย่าร้างต่างคนต่างมีภรรยาหรือสามีใหม่ทำให้ขาดความสนใจลูกลูกรู้สึกว่าเหวจึงหันไปสู่วาเสพติด

2.3 พ่อแม่ไม่เข้าใจลูกเยาวชนที่หันไปสู่วาเสพติดมิใช่ว่ามีเฉพาะเยาวชนที่ยากจนหรืออยู่ในสถานเลี้ยงเด็กกำพร้าฯเยาวชนที่พ่อแม่ร่ำรวยลูกติดยาเสพติดก็มีเพราะพ่อแม่ไม่เข้าใจลูกคิดว่าเด็กมีความต้องการเพียงแค่งินแต่ความจริงเด็กหรือเยาวชนต้องการครอบครัวที่อบอุ่นต้องการให้พ่อแม่ยกย่องเมื่อทำความดีเช่นสอบไล่ได้ที่ดีๆแต่ปรากฏว่าเมื่อกลับมาบ้านพ่อแม่มีการจิกมากไม่มีเวลาให้ลูกเลยไม่ได้รับรู้เกี่ยวกับกิจกรรมของลูกเป็นเช่นนี้บ่อยๆเด็กก็เสียใจในที่สุดก็กลายเป็นคนเสียขี้น้ำใจและไปสู่วาเสพติด

2.4 พ่อแม่ที่แสดงออกในทางรักลูกไม่เท่ากันการแสดงออกต่อลูกทุกคนของพ่อแม่ควรเหมือนกัน พ่อแม่ไม่ควรตั้งความหวังไว้กับลูกสูงนักควรยอมรับสภาพความเป็นจริงเกี่ยวกับสติปัญญาความเอาใจใส่ของเด็ก ฉะนั้นเมื่อมีลูก 2-3 คนอาจจะมียาบางคนเรียนเก่งลูกบางคนเรียนไม่เก่งก็ไม่ควรได้รับการตำหนิจากพ่อแม่เพราะ สติปัญญาคนไม่เท่ากัน

### 3. สาเหตุจากความจำเป็นในบางอาชีพบางอย่าง

เช่นผู้ทำงานกลางคืนเป็นพาร์ตเนอร์นักร้องพนักงานอาบอบนวดนักดนตรีคนขับรถบรรทุก ผู้มีอาชีพเหล่านี้ใช้ยาเสพติดโดยหวังผลให้สามารถประกอบกรงานได้เช่นบางคนใช้เพราะฤทธิ์ยาช่วยไม่ให้ง่วงบาง คนใช้ยาเพื่อย้อมใจให้เป็นคนกล้า

### 4. สาเหตุจากปัญหาเศรษฐกิจ

คือการไม่มีงานทำหรือรายได้ไม่พอรายจ่ายแม้จะทราบว่ายาเสพติดผิดกฎหมายแต่เพื่อความอยู่รอด ของตนเองจึงยอมไปสูยาเสพติดโดยเป็นผู้จำหน่ายโดยในชั้นแรกคิดว่าเป็นเพียงคนช่วยส่งแต่ความที่อยู่ที่ใกล้ชิดยา ในที่สุดจึงเป็นทั้งผู้ส่งและผู้ติดยาบางคนแม้จะมีพอกินพอใช้แต่อยากจะรวยก็เป็นทางให้ไปสูยาเสพติดได้ เช่นเดียวกัน

### 5. สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม

เนื่องจากมีผู้ติดยาเสพติดจำนวนไม่น้อยมีความตั้งใจที่จะเลิกเสฟโดยเข้ารับการรักษายาบาลจากทั้ง ภาครัฐและเอกชนเมื่อหายแล้วปรากฏว่าสังคมไม่ยอมรับเช่นแม้แต่ครอบครัวตัวเองยังแสดงท่าทีดูถูกเหยียดหยาม รังเกียจเนื่องจากความมีประวัติเคยติดยาเสพติดเยาวชนเหล่านี้จึงต้องกลับไปสู่สังคมยาเสพติดเช่นเดิม

### 6. สาเหตุจากขาดความรู้เรื่องยาเสพติด

มีคนจำนวนมากทดลองใช้ยาเสพติดเพราะไม่รู้เรื่องยาเสพติดเข้าใจโดยการโฆษณาว่าเฮโรอีนเป็น ยาเสพติดแต่ไม่ทราบว่าผงขาวคือเฮโรอีนเมื่อเพื่อนมาชักชวนว่าให้ลองเสฟผงขาวแล้วจะทำให้เทียวผู้หญิงสนุก จึงได้ลองเสฟ

\*\*\*\*\*

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 35

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง บุคลิกภาพที่ใช่

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคลิกภาพคือลักษณะนิสัย และภาพลักษณ์เฉพาะของแต่ละบุคคล คนที่มีบุคลิกภาพที่ดี จะทำให้เป็นที่ยอมรับในสังคม บุคลิกภาพเหมือนภาพลักษณ์ภายนอกที่สำคัญ ถือว่าเป็นหน้าตาและกระจกส่องภาพพจน์ของตนเองที่มีต่อสายตาผู้อื่น การสร้างบุคลิกภาพที่ดีของตนเองนั้นไม่ยากเลย ขึ้นอยู่กับความพร้อมและความต้องการของตนบุคลิกภาพ" หมายถึง คุณลักษณะทางกาย ทางจิตใจ และความรู้สึกนึกคิดที่สะท้อนออกมาให้ผู้อื่นเห็นและเกิดความประทับใจ

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 สำรวจบุคลิกภาพที่ดี ที่คนในสังคมให้การยอมรับ

3.2 บอกบุคลิกภาพที่ดีของตนเองและบุคลิกภาพที่ต้องพัฒนาของตนเองได้

3.3 เสนอแนวทางในการพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับตนเอง

### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 การสำรวจบุคลิกภาพ

4.2 การพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสม

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 สำรวจบุคลิกภาพ

5.2 บันทึกผลบุคลิกภาพ

5.3 ทำแผนผังความคิดบุคลิกภาพที่ดี

5.4 ทำแบบวัดบุคลิกภาพ

website <https://www.16personalities.com/th>

5.5 นำเสนอ แบ่งปันการพัฒนาบุคลิกภาพ



## 6. วิธีการจัดกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 1

6.1 นำเข้าสู่บทเรียนโดยครูนำคลิปสั้นๆ ของคนที่มีคนบุคลิกภาพที่ดีให้นักเรียนดูและร่วมกันอภิปรายถึงบุคลิกภาพที่ปรากฏเช่น การเดินการยืน การพูด ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง บุคลิกภาพ และนักเรียนร่วมกันอภิปราย

6.2 แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 4 -5 คนระดมความคิด สืบหาบุคลิกภาพที่ดีที่คนในสังคมให้การยอมรับว่ามีอะไรบ้างพร้อมทั้งอภิปรายแสดงความคิดเห็นและบันทึกการสำรวจในกระดาษ A4

6.3 นักเรียนศึกษาใบความรู้เกี่ยวกับบุคลิกภาพที่ดี และนำมาเปรียบเทียบกับผลงานของกลุ่มว่ามีบุคลิกภาพใดบ้างที่กลุ่มยังขาดและควรเพิ่มเติม

6.4 นักเรียนรวบรวมบุคลิกภาพผลงานของกลุ่มและในใบความรู้มาสร้างแผนผังความคิดเกี่ยวกับบุคลิกภาพที่ดีที่คนในสังคมต้องการ

6.5 นำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

### ชั่วโมงที่ 2

6.6 นักเรียนทำแบบวัดบุคลิกภาพใน website <https://www.16personalities.com/th>

6.7 ครูสอบถามผลการวัดบุคลิกภาพของนักเรียนและให้นักเรียนบันทึกผลการวัด พร้อมทั้งครูให้ข้อเสนอแนะ ประโยชน์จากการทำแบบวัดบุคลิกภาพในเว็บไซต์

6.8 นักเรียนสนทนาแลกเปลี่ยนกับเพื่อนเกี่ยวกับบุคลิกภาพที่ดีของตนเองและบุคลิกภาพที่ต้องการพัฒนาให้ดีขึ้นว่ามีอะไรบ้างบอกเหตุผล เพราะอะไรถึงต้องการพัฒนา

### ชั่วโมงที่ 3

6.9 นักเรียนละกลุ่มเดิมร่วมกันเสนอแนวทางพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับตนเอง และสาธิตสถานการณ์จำลองการบุคลิกภาพที่พัฒนาแล้วแบบสั้น ๆ ไม่เกิน 5 นาที

6.10 สุ่มตัวอย่างนักเรียนนำเสนอ และสาธิตการพัฒนาบุคลิกภาพหน้าชั้นเรียน

6.11 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการมีบุคลิกภาพที่ดีและการพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ใบความรู้เรื่อง บุคลิกภาพ

7.2 ใบความรู้เรื่อง การพัฒนาบุคลิกภาพ

7.3 แบบสำรวจบุคลิกภาพ

7.4 ห้องคอมพิวเตอร์หรือใช้ smart phone

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน/ใบงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบประเมินผลงาน/ใบงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลงาน/ใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                              |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ใบงานถูกต้อง ครบถ้วนสมบูรณ์ การประเมินแบบวัดบุคลิกภาพ มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้อง ขาดความสมบูรณ์ ผลงานในการทำแบบวัดบุคลิกภาพ ไม่ถูกต้องสมบูรณ์           |

## ใบความรู้

### เรื่อง บุคลิกภาพ

**บุคลิกภาพ (personality)** เป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลที่บ่งบอก ความแตกต่างระหว่างบุคคล บุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะโดยรวมของแต่ละบุคคล ทั้งลักษณะภายในและภายนอกและปัจจัยต่างๆ อันมีอิทธิพลต่อความรู้สึกของผู้พบเห็น

#### องค์ประกอบและลักษณะของบุคลิกภาพ

1. ลักษณะทางกาย ได้แก่ รูปร่าง หน้าตา สัดส่วน ผิวพรรณ สีผม ความสูง น้ำหนัก เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล
2. ลักษณะทางใจ ได้แก่ ความคิด ความจำ จินตนาการ ความสนใจ ความตั้งใจ การตัดสินใจสติปัญญา เป็นเรื่องเกี่ยวกับสมอง
3. อุปนิสัย ได้แก่ ความสุภาพอ่อนโยน ความซื่อสัตย์เชื่อถือได้ ความเคารพสิทธิ ส่วนบุคคลไม่เห็นแก่ตัว มีศีลธรรมจรรยา ซึ่งเป็นกิจวัตรที่สอดคล้องกับสภาพของสังคม
4. อารมณ์ ได้แก่ ความรู้สึกแห่งจิตที่ก่อให้เกิดอาการต่างๆ เช่น ตื่นเต้น ตกใจ โกรธ กล้าหาญหวาดกลัว ร่าเริง หดหู่ หงุดหงิด วิตกกังวล
5. การสมาคม คือ กิริยาท่าที อาการที่บุคคลแสดงต่อผู้อื่น เช่น เป็นคนชอบคบหาสมาคมกับผู้อื่นหรือเป็นคนเก็บตัว เห็นใจผู้อื่น ไม่แยแสผู้อื่น

#### ความสำคัญของการมีบุคลิกภาพที่ดี

การเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดีนั้น มีลักษณะสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตในแง่มุมต่างๆ ดังนี้

1. มีความสามารถในการรับรู้ และเข้าใจสภาพความเป็นจริงได้อย่างถูกต้อง
2. การแสดงออก หรือการแสดงอารมณ์จะอยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม
3. มีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ และสื่อสารกับบุคคลอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี
4. มีความสามารถในการทำงาน ที่อำนวยความสะดวกต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคมได้ดี
5. มีความรักความผูกพันต่อผู้อื่น ได้รับการยอมรับของกลุ่ม ผู้ที่มีบุคลิกภาพดีย่อมเป็นที่ยอมรับของคนทั่วไป และต้องการที่จะให้อยู่ในกลุ่ม
6. มีความสามารถในการพัฒนาตนเอง และพัฒนาทางการแสดงออกของตนต่อผู้อื่นได้ดีขึ้น
7. สร้างความมั่นใจให้กับตนเองทั้งในการทำงาน การติดต่อสื่อสารหรือสร้างสัมพันธภาพต่อผู้อื่น

8. ความสำเร็จ ผู้ที่มีบุคลิกภาพดีจะได้เปรียบคนอื่นเสมอ เพราะสามารถสร้างความศรัทธา น่าเชื่อถือแก่ผู้พบเห็น ได้รับความร่วมมือ และการติดต่อด้วยดี ช่วยให้ทำงานได้สำเร็จง่ายขึ้น
9. เอกลักษณ์ของบุคคล บุคลิกภาพทำให้คนมีลักษณะเฉพาะตัว ซึ่งสามารถใช้เป็นแบบอย่างที่ดีและแบบอย่างที่ไม่ดีได้

ที่มา <https://www.im2market.com/2017/11/26/4681>

## ใบความรู้ เรื่อง การพัฒนาบุคลิกภาพ (Personality)



### 1. ความหมายและความสำคัญของบุคลิกภาพ

คำว่า "บุคลิกภาพ" หมายถึง คุณลักษณะทางกาย ทางจิตใจ และความรู้สึกนึกคิดที่สะท้อนออกมาให้ผู้อื่นเห็นและเกิดความประทับใจมากขึ้นเพียงใดมีความสำคัญคือ บุคลิกภาพนับเป็นส่วนประกอบที่สำคัญที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกและอารมณ์ของผู้ที่พบเห็นเป็นอย่างยิ่ง จึงส่งผลต่อการยอมรับนับถือ การให้ความร่วมมือ การสนับสนุน และความไว้วางใจจากผู้อื่น

### 2. ประเภทของบุคลิกภาพ

**2.1 บุคลิกภาพภายนอก** คือ สิ่งที่เราเห็นได้ชัดเจนจากภายนอกของแต่ละคน สามารถที่จะปรับปรุงแก้ไขได้ง่าย ใช้เวลาไม่นาน แบ่งได้เป็น 4 หมวด คือ

1. รูปร่างหน้าตา
2. การแต่งกาย
3. กิริยาท่าทาง
4. การพูด

**2.2 บุคลิกภาพภายใน** คือ สิ่งที่อยู่ภายในจิตใจ หรืออุปนิสัยใจคอที่มองไม่เห็น สัมผัสไม่ได้ แก้ไขได้ยาก เช่น

1. ความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ความซื่อสัตย์สุจริต

3. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

4. ความรับผิดชอบ

### 3. หลักและวิธีเสริมสร้างบุคลิกภาพ

การยืน เดิน นั่ง เป็นส่วนสำคัญที่บอกถึงบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล งามอิริยาบถ คือ การเดิน ยืน นั่ง เปิด-ปิดประตู ขึ้นลงรถ อย่างถูกต้องสวยงาม

การรู้จักทำให้เข้ากับบุคคล สถานที่ และเวลา อย่างถูกต้องถือว่ามีมารยาททางสังคมที่ดี เช่น การรู้จักกราบไหว้ที่ถูกต้องและถูกกาลเทศะ การรู้จักธรรมเนียมของชาวต่างชาติ การปฏิบัติตนในงานเลี้ยงต่างๆ การไปเยี่ยมคนป่วย การมอบดอกไม้แสดงความยินดีหรือให้ผู้อาวุโส เป็นต้น

บางครั้งเราอาจจะต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่ทันได้เตรียมตัวเตรียมใจ และอาจเกิดอะไรขึ้นกับเราได้ ทุกวินาทีนั้นเราต้องพร้อมเสมอที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่พร้อมคือ ไม่ตกใจ ดีใจ เสียใจ กลัวเกินกว่าเหตุ สามารถควบคุมท่าทางของตนเองได้เป็นอย่างดี

### 4. แนวทางในการพัฒนาบุคลิกภาพ

#### 4.1 การรักษาสภาพอนามัย

- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
- ควบคุมน้ำหนักไม่ให้เพิ่มหรือลดผิดปกติ
- ละเว้นการสูบบุหรี่หรือยาเสพติดให้โทษทุกชนิด
- ไม่ดื่มสิ่งของที่มีแอลกอฮอล์หรือคาเฟอีน
- พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ วันละ 7-8 ชม.
- รักษาอารมณ์ให้สดชื่นแจ่มใสอยู่เสมอ

#### 4.2 การดูแลร่างกาย

- รักษาความสะอาดในช่องปากและฟัน
- ดูแลรักษาเส้นผมและทรงผมให้เรียบร้อยทั้งด้านความสะอาดและรูปทรง
- โกนหนวดเคราให้เกลี้ยงเกลา ตัดและขริบให้เรียบร้อย
- รักษาผิวพรรณให้สะอาดสดชื่นอยู่เสมอ อย่าให้ผิวแห้งกร้าน
- รักษากลิ่นตัว
- รู้จักการแต่งหน้าแต่งพองาม

- ดูแลเล็บมือ เล็บเท้า ให้สะอาดอยู่เสมอ
- เปลี่ยนเสื้อผ้าและชุดชั้นในที่สวมใส่ทุกวัน
- ควรมีการเช็ดร่างกายเป็นประจำทุกปี
- เมื่อร่างกายมีอาการผิดปกติรีบไปปรึกษาแพทย์

### 4.3 การแต่งกาย

- สวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด ซักให้เรียบ
- สีสันทันไม่ฉูดฉาด ควรเลือกสีให้เหมาะสมกับรูปร่างและผิวพรรณของตนเอง
- กระเป๋ากล้องและรองเท้า ควรใช้หนังที่มีคุณภาพดี สีเรียบ สำนวณร่องเท้าจัดการซ่อมแซม

ให้เรียบร้อย

- แต่งหน้าให้เนียบเนียน ไม่แต่งเข้มผิดธรรมชาติ เลือกใช้เครื่องสำอางค์ที่มีคุณภาพดี
- เล็บและการทาเล็บไม่ควรไว้เล็บยาวจนเกินไป ควรเลือกสีกลางๆ อย่าปล่อยให้สีลอก

จะไม่นำดู

- ผม หมั่นสระให้สะอาดอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง แปรงหวีให้เรียบร้อย เลือกทรงผม

ที่รับกับใบหน้า

- เครื่องประดับ ควรใช้เพื่อเสริมการแต่งกายให้ดูดีขึ้นแต่ไม่ควรใช้เครื่องประดับมากจนเกินไป

จนดูสะดุดตากรังรังไปหมด

- ควรแต่งกายให้เหมาะสมกับสภาพภูมิศาสตร์และวัฒนธรรม
- ควรแต่งกายให้เหมาะสมกับกาลเทศะ

### 4.4 อารมณ์

รู้จักควบคุมอารมณ์ ไม่ปล่อยอารมณ์ไปตามใจตนเอง คนที่ควบคุมอารมณ์ตนเองได้จะได้เปรียบ และจะเอาชนะเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ในการปฏิบัติงานเป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องเผชิญเหตุการณ์มา กระทบกระเทือนอารมณ์กันอยู่เสมอ ฉะนั้นบุคคลใดที่ต้องการจะพัฒนาบุคลิกภาพของตนให้ดีขึ้นจะต้องเป็นคน รู้จักอดทนใจเย็นเมื่อมีเหตุการณ์ที่ไม่ถูกใจเกิดขึ้น

### 4.5 ความเชื่อมั่นในตนเอง

- ยอมรับในความสามารถของตนเอง
- อย่าเล็งผลเลิศในการทำงานจนเกินไป
- อย่าถือคติว่าการทำงานสิ่งใดเมื่อทำแล้วต้องดีที่สุดในที่สุด
- อย่านำความเก่งของผู้อื่นมาทับถมตนเอง
- หมั่นฝึกจิตใจตนเองให้ชนะความกลัวให้ได้

## 5. การพัฒนาบุคลิกภาพด้านความรู้สึกนึกคิด

ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละคนย่อมไม่เหมือนกันถ้ามีความรู้สึกนึกคิดในด้านดีไม่มองคนในแง่ร้าย จิตใจก็เป็นสุข ไม่มีความกังวล ดังนั้นเลขานุการจึงควรพัฒนาบุคลิกภาพด้านความรู้สึกนึกคิดดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นในตนเองในการกระทำในสิ่งต่าง ๆ  
2. มีความซื่อสัตย์ กระทำตนให้ผู้อื่นเชื่อถือเราแล้วความไว้วางใจจะตามมามีเรื่องสำคัญเขาก็จะให้เราทำ

3. มีความสามารถที่จะทำสิ่งเหล่านั้นให้เหมาะสมกับผู้ที่มอบหมายไว้วางใจให้เราทำ  
4. มีความกระตือรือร้นที่อยากจะทำเตรียมตัวให้พร้อมอยู่เสมอ

5. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รู้จักปรับปรุงงานอยู่เสมอ

6. มีความรับผิดชอบ ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามต้องมีความหวังใจจะต้องทำให้เสร็จทันตามกำหนดเวลา

7. มีความรอบรู้  
8. ห่วงตัวเอง เติมชีวิตให้กับตัวเอง  
9. มีความจำแม่น  
10. วางตัวเหมาะสมกับกาลเทศะ

## 6. การพัฒนาบุคลิกภาพด้านกายบริหารทรวดทรง

องค์ประกอบของทรวดทรง ขึ้นอยู่กับกลไกของการเคลื่อนไหวของร่างกายและโครงสร้างของร่างกายไม่ว่าหญิงหรือชายก็ชอบที่จะมีรูปร่างงามทั้งนั้น ผู้ชายก็ต้องการมีรูปร่างสมาร্থ ผู้หญิงก็ต้องการมีเอวบาง ร่างนอ่ย มีสุขภาพดี การมีรูปร่างงาม สุขภาพดี เกิดจากการพัฒนาตัวเราเอง เราเป็นผู้วางแผนในชีวิตของเราเอง ทรวดทรงอาจไม่ใช่ทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต แต่ส่วนสัดและท่าทาง ทำให้คนทุกคนดูแตกต่างกันไป บุคลิกที่ไม่ดีแสดงว่าเจ้าของเรือนร่างขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง ถ้าได้เรียนรู้วิธีเสริมสร้างเสน่ห์ให้กับบุคลิกภาพของตนเองแล้ว จะไม่เพียงทำให้มีรูปร่างสง่างามเท่านั้น ยังสามารถทำให้การปฏิบัติงานเกิดความเชื่อมั่น งานก็มีประสิทธิภาพอีกด้วย

ที่มา : website <https://www.16personalities.com/th>

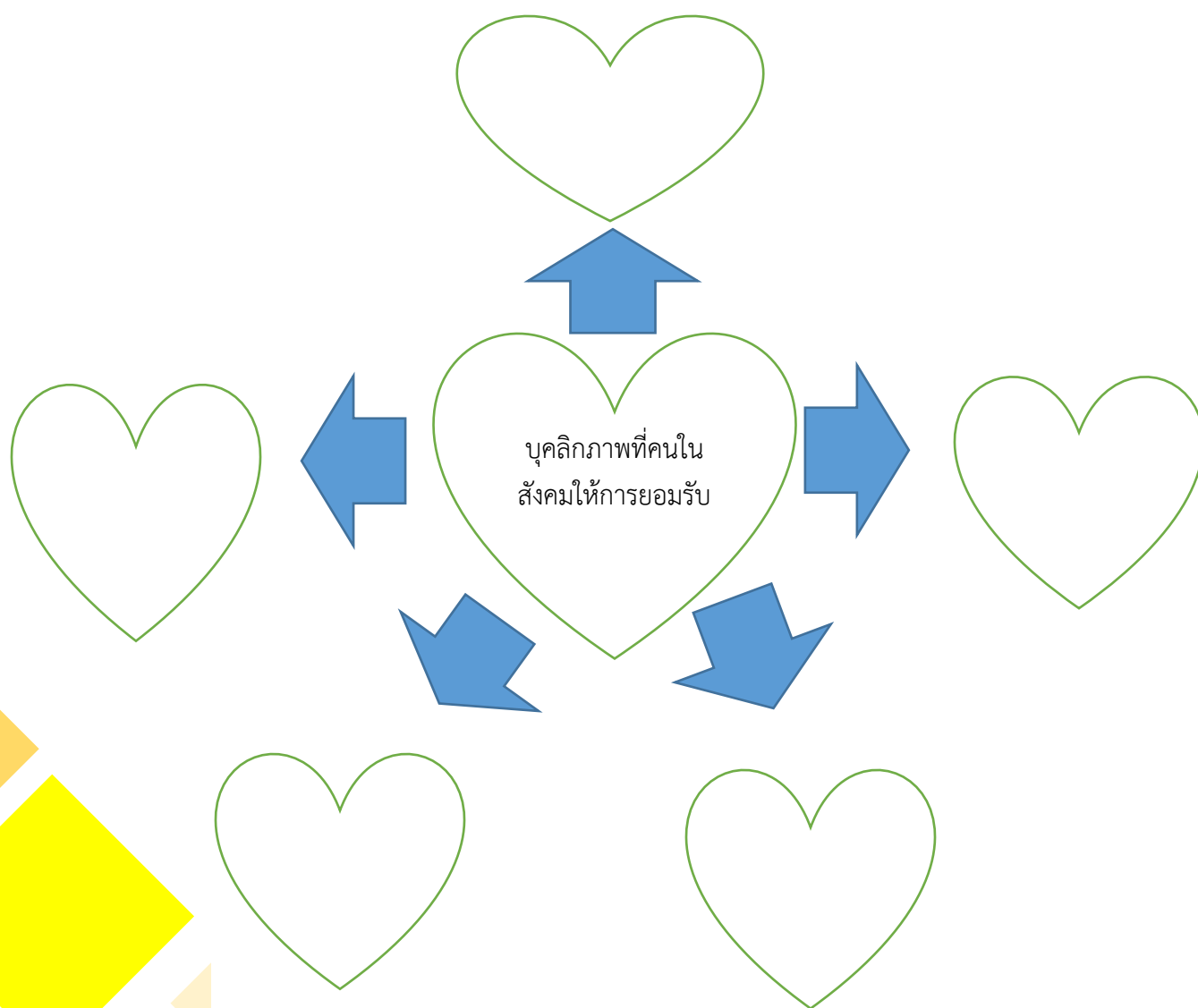


## แผนผังความคิด

### บุคลิกภาพที่ดีที่คนในสังคมให้การยอมรับ

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนรวบรวมบุคลิกภาพผลงานของกลุ่ม และในใบความรู้มาสร้างแผนผังความคิดเกี่ยวกับ  
บุคลิกภาพที่ดีที่คนในสังคมต้องการ นำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 36

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง วัยรุ่น วัยรุ่น

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีอายุประมาณ 9-12 ปี เป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย อารมณ์ สติปัญญาการเรียนรู้ การเข้าสังคม และเพศ วัยนี้ยังไม่มีอารมณ์เพศ หรือ ความรู้สึกทางเพศ แสดงออกยังไม่ชัด จึงควรเตรียมความพร้อมในด้านต่างๆ เพื่อก้าวไปสู่วัยรุ่น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 1 รู้จักและเข้าใจตนเอง

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 บอกการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและจิตใจของตนเองได้

3.2 บอกพัฒนาการของวัยรุ่นในช่วยอายุ 11-13 ปี ได้

3.3 ระบุวิธีการปรับตัวที่ดีและเหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่น ช่วงอายุ 11- 13 ปี ได้

### 4. สาระการเรียนรู้

-พัฒนาการของวัยรุ่น อายุช่วง 10-13 ปี

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

5.1 เล่นเกม ฉันทворอยู่ตรงไหน

5.2 Mind mapping พัฒนาการของเด็กวัยรุ่น

5.3 ใบงานเรื่อง การเปลี่ยนแปลงของฉัน

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและถามนักเรียนว่าใครชอบไม่ชอบส่วนไหนของร่างกายตนเองในช่วงวัยเรียน เพราะอะไรถึงชอบ และเพราะอะไรถึงไม่ชอบ และนักเรียนสังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงอะไรในร่างกายของตนเองบ้าง

6.2 ครูให้นักเรียนเล่นเกม ฉันทворอยู่ตรงไหน เป็นเกมที่ให้นักเรียนสังเกตการเปลี่ยนแปลงของตนเองแล้วเลือกไปยืนตามจุด เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย (ดูรายละเอียดเกมภาคผนวก)

6.3 นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง พัฒนาการของเด็กวัยแรกเริ่ม นักเรียนสรุปองค์ความรู้เป็น Mind mapping รายบุคคล

6.4 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมและนัดหมายการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูให้นักเรียนดูคลิปเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจของวัยแรกเริ่ม คลิปตัวอย่างเช่น [https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT\\_6R1w&t=122s](https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT_6R1w&t=122s)

6.6 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนเป็นชาย หญิง ทำใบงาน การเปลี่ยนแปลงของฉัน

6.7 นักเรียนนำผลงานจากใบงานสรุปและอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

6.8 ครูขออาสาสมัครแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลงานใบงานหน้าชั้นเรียน ประมาณ 2 กลุ่ม ชาย 1 กลุ่ม หญิง 1 กลุ่ม

## ชั่วโมงที่ 3

6.9 ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ การยอมรับและการปรับตัวที่ดีของวัยรุ่น ตัวอย่างที่มาคลิปที่ให้ดู <https://www.youtube.com/watch?v=Z2MjFdVbKkA>

6.10 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนเป็นชายหญิงล้วน 7กลุ่ม ส่งตัวแทนมาจับสลาก เป็นสถานการณ์ที่ให้นักเรียน คิดหาวิธีการปรับตัวที่เหมาะสมกับพัฒนาการวัยแรกเริ่ม ช่วงอายุ 10 – 13 สถานการณ์ได้แก่

- เมื่อฉันรู้ว่าประจำเดือนมาครั้งแรก (ชาย)
- ฉันเสียงแตกหนุ่ม นมแตกพาน (หญิง)
- เมื่อฉันมีหนวด และมีขนขึ้นที่อวัยวะเพศ (ชาย)
- ตื่นมากี่พบว่า ผื่นเปียก (ชาย)
- ทำยัยติเต้านมขยายใหญ่ขึ้น สะโพกก็ผาย เสื้อผ้าเริ่มคับ (หญิง)
- เริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก (หญิง)
- ฉันหน้าตาเปลี่ยนไป หล่อขึ้น (ชาย)
- ฉันหน้าตาเปลี่ยนไป สวยขึ้น (หญิง)

6.11 แต่ละกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียนกลุ่มละไม่เกิน 3 นาที

6.12 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปพัฒนาการของวัยแรกเริ่ม และการเข้าใจการเปลี่ยนแปลง พร้อมทั้ง มีวิธีการปรับตัวที่เหมาะสมกับวัยและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 คลิปวิดีโอเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจของวัยแรกเริ่ม

7.2 เกม ฉันควรอยู่ตรงไหน

7.3 ใบงานเรื่อง การเปลี่ยนแปลงของฉัน

7.4 ใบความรู้เรื่อง พัฒนาการของเด็กวัยแรกเริ่ม

7.5 สลากสถานการณ์ที่ให้นักเรียนคิดหาวิธีการปรับตัว

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน/แผนผังความคิด

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน/แผนผังความคิด

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลผลงานแผนผังความคิด/ใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                            |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินผลงานแผนผังความคิด/ใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ผลงานแผนผังความคิด/ใบงาน ไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา             |

เกม  
ฉันควรอยู่ตรงไหน

วิธีเล่น

1. ครูกำหนดพื้นที่ให้นักเรียนเลือกไปยืน โดยครูเขียนติดกระดาษ A4 ไว้ 3 จุดคือ เห็นด้วย หน้าห้อง ไม่เห็นด้วยหลังห้อง ไม่แน่ใจตรงกลางห้อง
2. ครูอ่านสถานการณ์ให้นักเรียนฟัง
  - ฉันแขนยาวขึ้น
  - ฉันสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว
  - ฉันมีตัวใหญ่ขึ้น
  - ฉันไม่ชอบอยู่ในกฎเกณฑ์
  - ฉันเริ่มรู้ว่าฉันชอบหรือถนัดเรื่องอะไร
  - ฉันต้องการการยอมรับจากเพื่อน
  - ฉันเลือกสนิทกับเพื่อนที่มีความชอบและสนใจเหมือนฉัน
  - ฉันเรียนรู้ เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆแบบลึกซึ้ง คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์สิ่งต่างๆได้ด้วยตัวเอง
  - ฉันมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเห็นได้ชัด
3. นักเรียนพิจารณาว่าสถานการณ์ดังกล่าวนักเรียนจะเลือกไปยืนอยู่ตรงไหน

\*\*\*\*\*

## ใบความรู้

### เรื่อง พัฒนาการของเด็กวัยแรกเริ่ม



วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในหลายๆด้าน โดยเฉพาะในเด็กวัยแรกเริ่มในช่วงอายุ 10-13 ปีแรก ซึ่งจะเป็นวัยที่เกิดปัญหาขึ้นได้มากจึงต้องอาศัยการปรับตัวเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้ต่อไปพร้อมเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ในวัยนี้เพศหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นได้เร็วกว่าผู้ชายประมาณ 2 ปีและจะพัฒนาไปจนถึงอายุประมาณ 18 ปีก็จะเริ่มเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ โดยจะมีการเปลี่ยนแปลงในพัฒนาการด้านต่างๆดังนี้

227

#### 1. พัฒนาการทางร่างกาย

ประกอบไปด้วยการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและเพศ สาเหตุเพราะวัยนี้จะมีการสร้างและหลั่งฮอร์โมนเพศมากขึ้น ซึ่งในส่วนของร่างกายจะเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว แขนขาจะยาวขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในเพศหญิงจะมีไขมันมากกว่าชายที่มีกล้ามเนื้อมากกว่า ส่งผลให้เพศชายมีความแข็งแรงกว่า ส่วนในด้านการเปลี่ยนแปลงทางเพศวัยรุ่นผู้ชายจะเริ่มเป็นหนุ่มขึ้น นมแตกพาน เสียงแตก หนวดเคราขึ้น และเริ่มมีการหลั่งน้ำอสุจิหรือที่เรียกว่าฝันเปียก วัยรุ่นหญิงจะเป็นสาวมากขึ้น เต้านมมีการขยายใหญ่ขึ้น สะโพกผาย เริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก

#### 2. พัฒนาการทางด้านจิตใจ แบ่งย่อยออกมาเป็น 2 ประเภท

- สติปัญญา มีการพัฒนาด้านสติปัญญามากขึ้นสามารถเรียนรู้ เข้าใจเหตุการณ์ต่างๆแบบลึกซึ้ง คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์สิ่งต่างๆได้ด้วยตัวเอง
- ความคิดถึงตัวเอง วัยรุ่นจะเริ่มแสดงออกถึงสิ่งที่ตนเองชื่นชอบหรือถนัด เช่น วิชาที่ชอบเรียน กีฬาที่ชอบเล่น ของสะสมที่สนใจ เลือกคบเพื่อนที่มีความชอบอะไรที่เหมือนกัน จึงทำให้เกิดการเรียนรู้และถ่ายทอดกันในกลุ่มเพื่อน ทั้งส่วนของแนวคิด ค่านิยม ระบบจริยธรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้คือเอกลักษณ์เฉพาะตัว
- ภาพลักษณ์ของตนเอง คือการใส่ใจมองในภาพของตนเองในด้านต่างๆ เช่น หน้าต่าง รูปร่าง ความสวยหล่อ ผิวพรรณ ข้อดีหรือข้อด้อยของร่างกายตัวเอง
- การได้รับการยอมรับ วัยนี้มีความต้องการด้านการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนเป็นอย่างมาก เพราะจะทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย เห็นคุณค่าของตนเอง มั่นใจในตนเอง ยังมีคนรู้จักมากขึ้น ก็ยิ่งรู้สึกดี

○ ความเป็นตัวของตัวเอง ในวัยนี้จะเริ่มรู้สึกอิสระ เสรีภาพ ไม่ชอบที่ต้องอยู่ในภายใต้กฎเกณฑ์หรือกติกาใดๆ ชอบที่จะคิดเอง ทำเอง พึ่งตนเอง หากถูกบังคับก็จะแสดงปฏิกิริยาตอบโต้ในทันที และยังเป็นวัยที่อยากรู้อยากเห็นจึงมีความเสี่ยงที่จะถูกหลอกได้ง่าย

ดังนั้นในวัยนี้พ่อแม่จึงควรให้ความสนิทสนมอย่างใกล้ชิดแต่ไม่ควรเข้าไปจู้จี้หรือเข้าไปทำให้เด็กรู้สึกอึดอัด พวกเค้าก็จะยังต่อต้านรวมทั้งทำตัวแปลกแยกห่างเหิน มีอะไรก็จะไม่กล้าบอกซึ่งจะส่งผลเสียมากกว่าผลดี

ที่มา : <http://www.kindererholung.co>

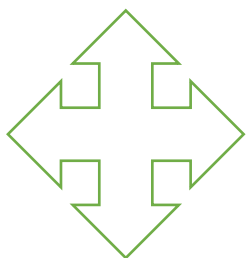
## ใบงาน

### การเปลี่ยนแปลงของฉันทน์ (ชาย)

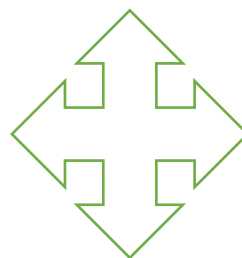
ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

1. ให้เขียนแผนผังความคิดการเปลี่ยนแปลงของนักเรียนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา ความสามารถ

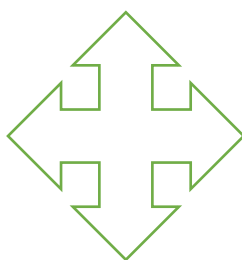
ทางกาย



ทางอารมณ์



ทางสติปัญญา ความสามารถ



2. ให้ออกพัฒนาการของวัยรุ่นในช่วงอายุ 11-13 ปี มีพัฒนาการอย่างไรบ้างให้แสดงความคิดเห็น

.....  
.....

3. ให้นักเรียนระบุวิธีการปรับตัวที่ดีและเหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่น ช่วงอายุ 11- 13 ปี มีวิธีการอย่างไร

.....  
.....



## ใบงาน

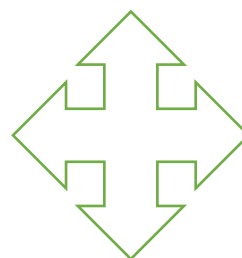
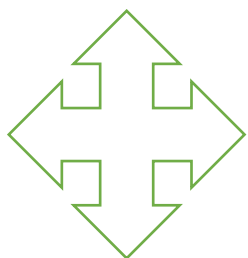
### การเปลี่ยนแปลงของฉันทน์ (หญิง)

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

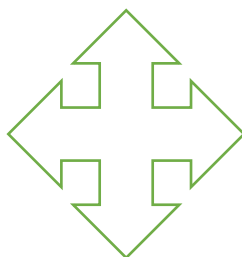
1. ให้เขียนแผนผังความคิดการเปลี่ยนแปลงของนักเรียนทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา ความสามารถ

ทางกาย

ทางอารมณ์



ทางสติปัญญา ความสามารถ



2. ให้บอกพัฒนาการของวัยรุ่นในช่วงอายุ 11-13 ปี มีพัฒนาการอย่างไรบ้างให้แสดงความคิดเห็น

.....  
.....

3. ให้นักเรียนระบุวิธีการปรับตัวที่ดีและเหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่น ช่วงอายุ 11- 13 ปี มีวิธีการอย่างไร

.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 37

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง ท่องโลกออนไลน์อย่างปลอดภัย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สำคัญ

โลกปัจจุบันเป็นโลกสื่อสารไร้พรมแดนด้วยเทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ต สามารถทำให้คนเราซึ่งอยู่คนละมุมโลกติดต่อกันได้อย่างสะดวกสบายไม่ว่าจะเป็นการส่งข้อมูล ภาพ เสียง ไฟล์ต่างๆ รวมทั้งวิดีโอคอลที่ทำให้คนที่พูดคุยกันเห็นหน้าเห็นตากันเหมือนพูดคุยกันอยู่จริงๆ หน้า สะดวก สบาย ประหยัดค่าใช้จ่ายแต่สิ่งเหล่านี้ก็แฝงมาด้วยอันตรายจากมิจฉาชีพเราควรคำนึงถึงความปลอดภัยของการใช้อินเทอร์เน็ต

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของสื่อออนไลน์ได้
- 3.2 บอกและใช้ website ที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาของตนเองได้
- 3.3 เลือกใช้ข้อมูลจากสื่อออนไลน์อย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์

### 4. สารการเรียนรู้

- 4.1 การเลือกใช้อินเทอร์เน็ตจากสื่อออนไลน์อย่างปลอดภัยและสร้างสรรค์
- 4.2 website ที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษา

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงาน เรื่อง ประโยชน์โทษของอินเทอร์เน็ต
- 5.2 ใบงานเรื่อง “การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต”

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน และเริ่มประเด็น คำว่า ออนไลน์ โดยถามนักเรียนใครเคยได้ยินคำนี้บ้าง และคำว่า ออนไลน์ ในความหมายของนักเรียนคืออะไร สุ่มถาม 2-3 คน
- 6.2 ครูอธิบายความหมายของคำว่า ออนไลน์ คือ การเชื่อมต่อผ่านระบบเครือข่ายทางคอมพิวเตอร์ ตัวอย่างสื่อออนไลน์ เช่น Weblogs Social Networking
- 6.3 ครูให้นักเรียนชมคลิปวิดีโอ ประโยชน์ของอินเทอร์เน็ต ของ NRRU.MOOC ประมาณ 5 นาที
- 6.4 ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ การ์ตูน เรื่อง ภัยเงียบ (อันตราย จากสื่ออินเทอร์เน็ต) ประมาณ 8 นาที

6.5 ครูให้นักเรียนจับคู่ ทำใบกิจกรรม ประโยชน์โทษของอินเทอร์เน็ต ประมาณ 20 นาที

6.6 ครูสุ่มนักเรียน 2-3 คนนำเสนอใบกิจกรรม ประโยชน์โทษของอินเทอร์เน็ต

6.7 ครูและนักเรียนร่วมสรุปการทำกิจกรรมในชั่วโมง

## ชั่วโมงที่ 2

6.8 ครูและนักเรียนกล่าวทักทาย และนำเสนอรูปภาพ เว็บไซต์ google.com และ YouTube.com ให้นักเรียนดู และถามนักเรียนเคยเห็นหรือไม่ เห็นที่ไหน ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น

6.9 ครูสอบถามนักเรียนถึงการใช้งานอินเทอร์เน็ต ใช้ช่วงใดและเข้าเว็บไซต์ใดบ้างในชีวิตประจำวัน

6.10 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-4 คน ให้สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา ตามประเด็น เช่น

1) วิธีการเรียนเก่ง

2) ประวัติโรงเรียน

3) อาชีพที่ตนเองสนใจ

4) อื่นๆ

6.11 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มจัดทำใบกิจกรรม “การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต”

6.12 ครูสุ่มนักเรียน 3-5 กลุ่ม นำเสนอใบกิจกรรม “การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต”

6.13 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ เว็บไซต์ การศึกษาที่ควรรู้

6.14 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป วิธีการสืบค้นข้อมูล

## ชั่วโมงที่ 3

6.15 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและร่วมกันทบทวนบทเรียนจากชั่วโมงที่ผ่านมา

6.16 ครูเล่าเรื่องเกี่ยวกับความรู้ที่ถูกเผยแพร่ในสื่ออินเทอร์เน็ตที่ไม่เป็นความจริงและผลที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เกี่ยวข้อง

6.17 ครูให้นักเรียนดูวิดีโอเรื่อง ใช้สื่ออินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัยสไตล์พลาถัก

6.18 ครูสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับวิดีโอที่นักเรียนได้เรียน

6.19 ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง การใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างถูกต้อง

6.20 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมท่องโลกออนไลน์อย่างสร้างสรรค์

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 คลิปวิดีโอ ประโยชน์ของอินเทอร์เน็ต ของ NRRU.MOOC

7.2 คลิปวิดีโอ การ์ตูน เรื่องภัยเงียบ (อันตราย จากสื่ออินเทอร์เน็ต)

7.3 ใบกิจกรรม ประโยชน์โทษของอินเทอร์เน็ต

7.4 รูปภาพ เว็บไซต์ google.com และ YouTube.com

7.5 ใบกิจกรรม “การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต”

7.6 ใบความรู้ เว็บไซต์ การศึกษาที่ควรรู้

7.7 วิดีโอเรื่อง ใช้สื่ออินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัยสไตร์พลาถัก

7.8 ใบความรู้เรื่อง การใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างถูกต้อง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

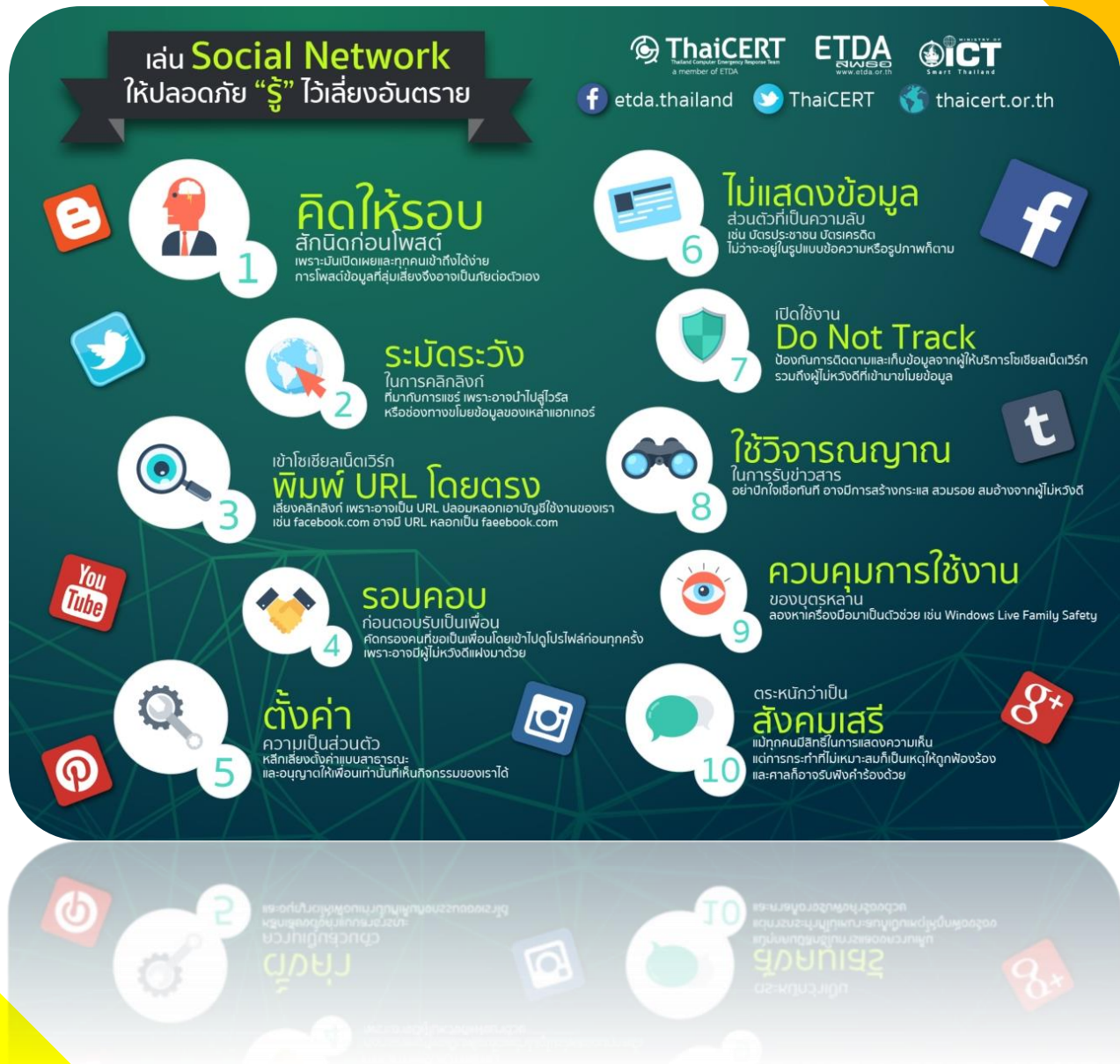
| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบความรู้

### เรื่อง การใช้อินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย





## ใบความรู้

### เรื่อง ประโยชน์และโทษของอินเทอร์เน็ต

#### ประโยชน์และโทษของอินเทอร์เน็ต

##### 1. ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ (Electronic mail=E-mail) ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ หรือ E-mail

เป็นการส่งจดหมายผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตโดยผู้ส่งสามารถส่งข้อความไปยังที่อยู่ของผู้รับ ในรูปแบบของอีเมลล์ เมื่อผู้ส่งเขียนจดหมาย แล้วส่งไปยังผู้รับ ผู้รับจะได้รับจดหมายภายในเวลาไม่กี่วินาที แม้จะอยู่ห่างกันคนละซีกโลก ก็ตาม นอกจากนี้ยังสามารถส่งแฟ้มข้อมูลหรือไฟล์แนบไปกับอีเมลล์ได้ด้วย

2. การขอเข้าระบบจากระยะไกลหรือเทลเน็ต (Telnet) เป็นบริการอินเทอร์เน็ตรูปแบบหนึ่งโดยที่เราสามารถเข้าไปใช้งานคอมพิวเตอร์เครื่องหนึ่งที่อยู่ไกลๆได้ด้วยตนเอง เช่น ถ้าเราอยู่ที่โรงเรียนทำงานโดยใช้ อินเทอร์เน็ตของโรงเรียนแล้วกลับไปที่บ้าน เรามีคอมพิวเตอร์ที่บ้านและต่ออินเทอร์เน็ตไว้เราสามารถเรียกข้อมูล จากที่โรงเรียนมาทำที่บ้านได้ เหมือนกับเราทำงานที่โรงเรียนนั่นเอง

3. การโอนถ่ายข้อมูล(File Transfer Protocolหรือ FTP) เป็นบริการอีกรูปแบบหนึ่งของระบบ อินเทอร์เน็ต เราสามารถค้นหาและเรียกข้อมูลจากแหล่งต่างๆมาเก็บไว้ในเครื่องของเราได้ ทั้งข้อมูลประเภท ตัวหนังสือ รูปภาพและเสียง

4. การสืบค้นข้อมูล (Gopher, Archie, World wide Web) หมายถึง การใช้เครือข่ายอินเทอร์เน็ตในการค้นหาข่าวสารที่มีอยู่มากมายแล้วช่วยจัดเรียงข้อมูลข่าวสารหัวข้ออย่างมีระบบ เป็นเมนู ทำให้เราหาข้อมูลได้ ง่ายหรือสะดวกมากขึ้น

5. การแลกเปลี่ยนข่าวสารและความคิดเห็น (Usenet) เป็นการให้บริการแลกเปลี่ยนข่าวสารและแสดง ความคิดเห็นที่ผู้ใช้บริการอินเทอร์เน็ตทั่วโลกสามารถพบปะกัน แสดงความคิดเห็นของตน โดยมีการจัดการผู้ใช้เป็น กลุ่มข่าวหรือนิวกรุป (Newsgroup) แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันเป็นหัวข้อต่างๆ เช่น เรื่องหนังสือ เรื่องการเลี้ยง สัตว์ ต้นไม้ คอมพิวเตอร์และการเมือง เป็นต้น ปัจจุบันมี Usenet มากกว่า15,000 กลุ่ม นับเป็นเวทีขนาดใหญ่ให้ ทุกคนจากทั่วโลกแสดงความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง

6. การสื่อสารด้วยข้อความ (Chat, IRC-Internet Relay chat) เป็นการพูดคุยกันระหว่างผู้ใช้ อินเทอร์เน็ต โดยพิมพ์ข้อความตอบกัน ซึ่งเป็นวิธีการสื่อสารที่ได้รับความนิยมมากอีกวิธีหนึ่ง การสนทนากันผ่าน อินเทอร์เน็ตเปรียบเสมือนเรานั่งอยู่ในห้องสนทนาเดียวกัน แต่ละคนก็พิมพ์ข้อความโต้ตอบกันไปมาได้ในเวลา เดียวกัน แม้จะอยู่คนละประเทศหรือคนละซีกโลกก็ตาม

7. การซื้อขายสินค้าและบริการ (E- Commerce = Electronic Commerce) เป็นการจับจ่าย ซื้อ – สินค้าและบริการ เช่น ขายหนังสือ คอมพิวเตอร์ การท่องเที่ยว เป็นต้น ปัจจุบันมีบริษัทใช้อินเทอร์เน็ตใน การทำธุรกิจและให้บริการลูกค้าตลอด24ชั่วโมง ในปี2540 การค้าขายบนอินเทอร์เน็ตมีมูลค่าสูงถึง



1 แสนล้านบาท และจะเพิ่มเป็น 1 ล้านล้านบาท ในอีก 5 ปีข้างหน้า ซึ่งเป็นโอกาสทางธุรกิจแบบใหม่ที่น่าสนใจและเปิดทางให้ทุกคนเข้ามาทำธุรกิจได้โดยใช้ทุนไม่มากนัก

**8. การให้ความบันเทิง (Entertain)** ในอินเทอร์เน็ตมีบริการด้านความบันเทิงในทุกรูปแบบต่างๆ เช่น เกมส์ เพลง รายการโทรทัศน์ รายการวิทยุ เป็นต้น เราสามารถเลือกใช้บริการเพื่อความบันเทิงได้ตลอด 24 ชั่วโมง และจากแหล่งต่างๆ ทั่วทุกมุมโลก ทั้งประเทศไทย สหรัฐอเมริกา ยุโรป และออสเตรเลีย เป็นต้น

## โทษของอินเทอร์เน็ต

### 1. โรคติดอินเทอร์เน็ต(Webaholic)

อินเทอร์เน็ตก็เป็นสิ่งเสพติดหรือ? การเล่นเกมอินเทอร์เน็ต ทำให้คุณเสียงาน ผู้ใดเป็นผู้ที่ติดการพนัน การติดการพนันประเภทที่ถอนตัวไม่ขึ้น มีลักษณะคล้ายคลึงกับ การติดอินเทอร์เน็ต เพราะทั้งสองอย่าง เกี่ยวข้องกับการ ล้มเหลว ในการควบคุมความต้องการของตนเอง โดยไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับสารเคมีใดๆ (อย่างสุรา หรือยาเสพติด) ผู้ที่มีอาการอย่างน้อย 4 อย่าง เป็นเวลานานอย่างน้อย 1 ปีถือได้ว่า มีอาการติดอินเทอร์เน็ต

- รู้สึกหมกมุ่นกับอินเทอร์เน็ต แม้ในเวลาที่ไม่ได้ต่อกับอินเทอร์เน็ต
- มีความต้องการใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเวลานานขึ้น
- ไม่สามารถควบคุมการใช้อินเทอร์เน็ตได้
- รู้สึกหงุดหงิดเมื่อต้องใช้อินเทอร์เน็ตน้อยลงหรือหยุดใช้
- ใช้อินเทอร์เน็ตเป็นวิธีในการหลีกเลี่ยงปัญหาหรือคิดว่าการใช้อินเทอร์เน็ตทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น
- หลอกคนในครอบครัวหรือเพื่อน เรื่องการใช้อินเทอร์เน็ตของตัวเอง
- การใช้อินเทอร์เน็ตทำให้เกิดการเสี่ยงต่อการสูญเสียงาน การเรียน และความสัมพันธ์ ยังใช้อินเทอร์เน็ตถึงแม้ว่าต้องเสียค่าใช้จ่ายมา

- มีอาการผิดปกติ อย่างเช่น หดหู่ กระวนกระวายเมื่อเลิกใช้อินเทอร์เน็ต
- ใช้เวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตนานกว่าที่ตัวเองได้ตั้งใจไว้ มีผล กระทบต่อการเรียน อาชีพ สภาพทางสังคมและเศรษฐกิจของคนคนนั้น ถึงแม้ว่าการวิจัยที่ผ่านมาได้แสดงให้เห็นว่า การติดเทคโนโลยี อย่างเช่น การติดเล่นเกม ส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นกับเพศชายแต่ผลลัพธ์ข้างต้น แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่ติดอินเทอร์เน็ต ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง วัยกลางคนและไม่มียานพาหนะ

### 2. เรื่องอนาจารผิดศีลธรรม(Pornography/Indecent Content)

เรื่องของข้อมูลต่างๆ ที่มีเนื้อหาไปในทางขัดต่อศีลธรรม ลามกอนาจาร หรือรวมถึงภาพโป๊เปลือยต่างๆ นั้น เป็น เรื่องที่มีมานานพอสมควรแล้วบนโลกอินเทอร์เน็ต แต่ไม่โจ่งแจ้งเนื่องจากสมัยก่อนเป็นยุคที่ WWW ยังไม่พัฒนามากนักทำให้ไม่มีภาพออกมา แต่ในปัจจุบันภายหลานนี้เป็นที่โจ่งแจ้งบนอินเทอร์เน็ตและสิ่งเหล่านี้สามารถเข้าสู่เด็ก และเยาวชนได้ง่ายโดยผู้ปกครองไม่สามารถที่จะให้ความดูแลได้เต็มที่ เพราะว่าอินเทอร์เน็ตนั้นเป็นโลก



ที่ไร้พรมแดนและเปิดกว้างทำให้สื่อเหล่านี้สามารถเผยแพร่ไปได้รวดเร็วจนเราไม่สามารถจับกุมหรือเอาผิดผู้ที่ทำสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาได้

### 3. ไวรัส ม้าโทรจัน หนอนอินเทอร์เน็ต และระเบิดเวลา

ไวรัส : เป็นโปรแกรมอิสระ ซึ่งจะสืบพันธุ์โดยการจำลองตัวเองให้มากขึ้นเรื่อยๆ เพื่อที่จะทำลายข้อมูลหรืออาจทำให้เครื่องคอมพิวเตอร์ทำงานช้าลงโดยการแอบใช้สอยหน่วยความจำหรือพื้นที่ว่างบนดิสก์

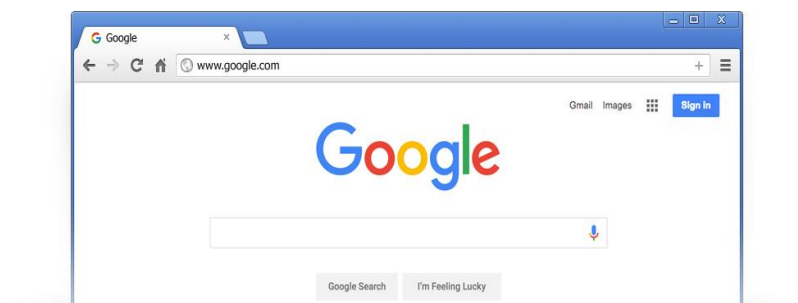
โดยผลการม้าโทรจัน : ม้าโทรจันเป็นตำนานนักรบที่ซ่อนตัวอยู่ในม้าไม้ แล้วแอบเข้าไปในเมืองจนกระทั่งยึดเมืองได้สำเร็จ โปรแกรมนี้ก็ทำงานคล้ายๆกัน คือโปรแกรมนี้จะทำหน้าที่ไม่พึงประสงค์ มันจะซ่อนตัวอยู่ในโปรแกรมที่ไม่ได้รับอนุญาต มันมักจะทำในสิ่งที่เราไม่ต้องการ และสิ่งที่มันทำนั้น ไม่มีความจำเป็นต่อเราด้วย

หนอนอินเทอร์เน็ต : ถูกสร้างขึ้นโดย Robert Morris, Jr. จนดังกระฉ่อนไปทั่วโลก มันคือโปรแกรมที่จะสืบพันธุ์โดยการจำลองตัวเองมากขึ้นเรื่อยๆ จากระบบหนึ่ง ครอบครองทรัพยากรและทำให้ระบบช้าลง

ระเบิดเวลา : คือรหัสซึ่งจะทำหน้าที่เป็นตัวกระตุ้นรูปแบบเฉพาะของการโจมตีนั้นๆ ทำงานเมื่อสภาพการโจมตีนั้นๆ มาถึง ยกตัวอย่างเช่น ระเบิดเวลาจะทำลายไฟล์ทั้งหมดในวันที่ 31 กรกฎาคม 2542

ที่มา: <https://manat52.wordpress.com>

รูปภาพ google.com Youtube.com



## ใบงาน

## เรื่อง “การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต”

คำชี้แจง ให้นักเรียนสรุปข้อมูลที่นักเรียนสามารถสืบค้นได้

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

เรื่อง.....

ที่มา (แหล่งอ้างอิง).....

[illegible]

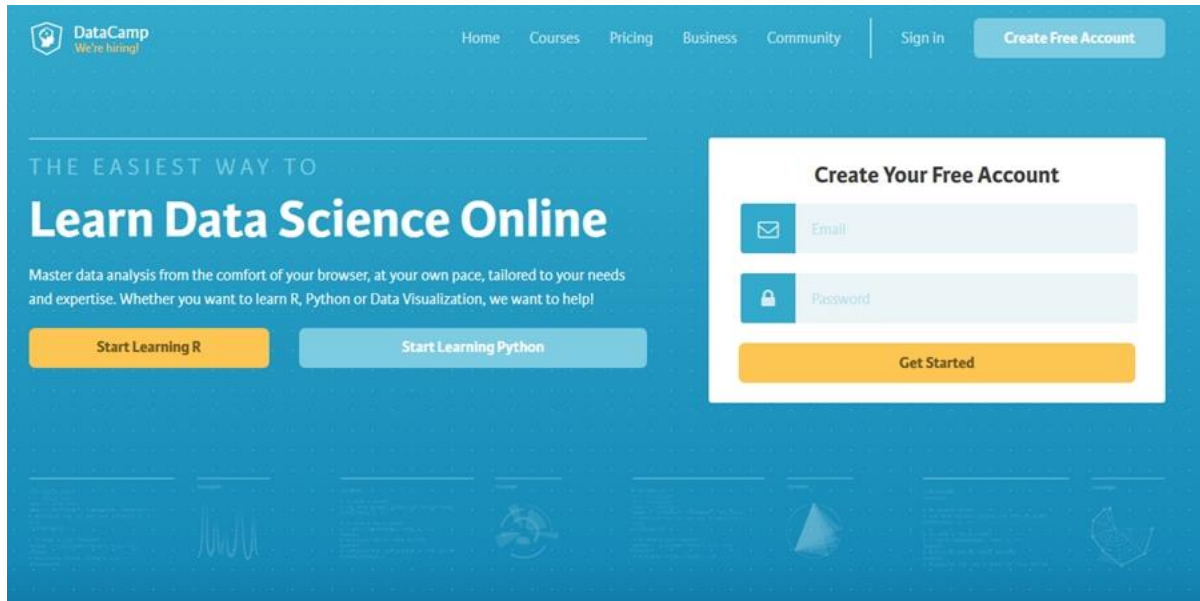
ใบความรู้  
เรื่อง เว็บไซต์ การศึกษาที่ควรรู้

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>เว็บไซต์ความรู้ทั่วไป</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="http://LifeHacker.co.uk">LifeHacker.co.uk</a></li> <li>2. <a href="http://MentalFloss.com">MentalFloss.com</a></li> <li>3. <a href="http://UnplugTheTV.com">UnplugTheTV.com</a></li> <li>4. <a href="http://Sleepyti.me">Sleepyti.me</a></li> <li>5. <a href="http://KeepMeOut.com">KeepMeOut.com</a></li> </ol> | <p>เว็บไซต์แบ่งปันความรู้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. <a href="http://URedit.com">URedit.com</a></li> <li>7. <a href="http://EdX.org">EdX.org</a></li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>เว็บไซต์สอนทำอาหาร</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. <a href="http://StudentRecipes.com">StudentRecipes.com</a></li> <li>9. <a href="http://Recipepuppy.com">Recipepuppy.com</a></li> <li>10. <a href="http://Instructables.com">Instructables.com</a></li> </ol>                                                                                                                 | <p>เว็บไซต์เคล็ดลับดูแลสุขภาพ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. <a href="http://TheUltimateHealthFoodGuide.com">The Ultimate Health Food Guide</a></li> <li>12. <a href="http://WebMD.com">WebMD.com</a></li> <li>13. <a href="http://NHS.uk">NHS.uk</a></li> <li>14. <a href="http://DontPassItOn.co.uk">DontPassItOn.co.uk</a></li> <li>15. <a href="http://ASHASexualHealth.org">ASHASexualHealth.org</a></li> </ol> |

## ใบความรู้

### เรื่อง 10 เว็บแหล่งการเรียนรู้ ที่ไม่ควรพลาด

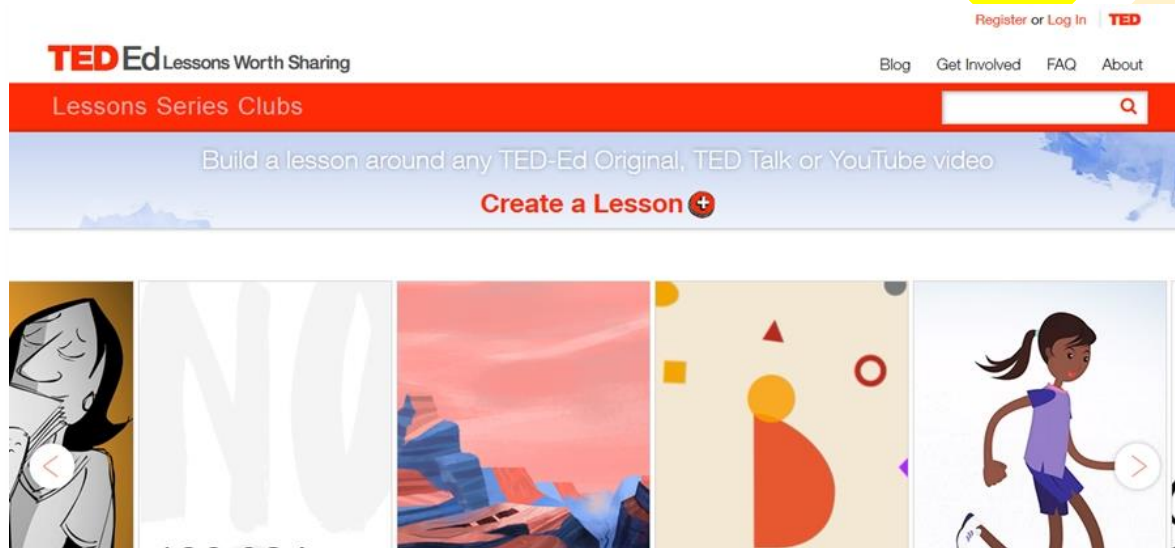
DataCamp.com



ภาพ : <https://www.datacamp.com/>

เนื่องจากในทุกวันนี้เครือข่ายข้อมูลต่างๆ นั้นมีมากมายมหาศาล ดังนั้นเว็บ Data camp จึงเป็นอีกหนึ่งสื่อการเรียนรู้ที่จะช่วยทำให้เราสามารถเข้าถึงความรู้ในศาสตร์ต่างๆ ได้ง่ายยิ่งขึ้น

Ed.TED.com



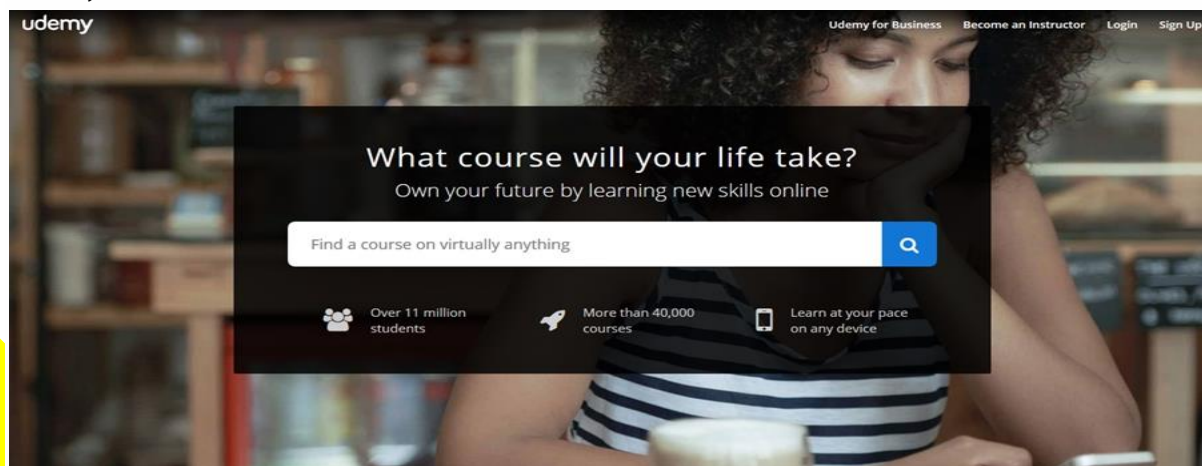
ภาพ : <http://ed.ted.com/>

## เว็บไซต์ที่ 2 [Ed.TED.com](http://Ed.TED.com)

TED เป็นแหล่งรวบรวมบทเรียนมากมายให้เราได้เข้าอ่านกันค่ะ นอกจากนี้เรายังสามารถอัปโหลดวิดีโอของตัวเองลงไปในเว็บไซต์ได้อีกด้วย และสามารถให้คนอื่นเข้ามาดูคลิปของเรา แสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนข้อมูลกันได้

242

## Udemy.com

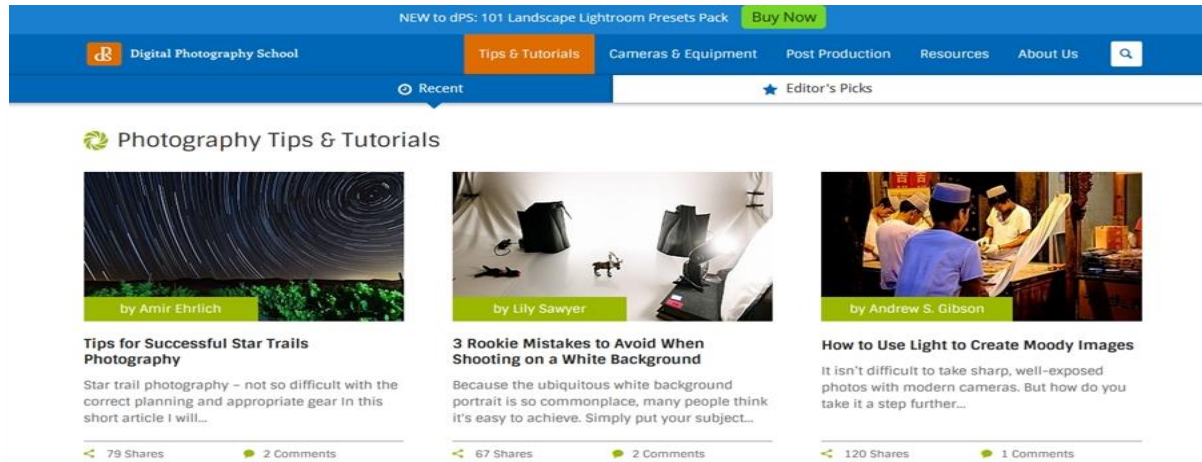


ภาพ : <https://www.udemy.com/>

### เว็บไซต์ 3 Udemy.com

เป็นอีกหนึ่งเว็บไซต์ที่มีการรวบรวมบทเรียนเอาไว้กว่า 30,000 บทเรียน ซึ่งจะมีความแตกต่างกันไปตามหัวข้อวิชาที่หลากหลาย ซึ่งสามารถสร้างหรือปรับปรุงแก้ไขโดยผู้เชี่ยวชาญได้ตลอดเวลา ถึงทำให้ข้อมูลต่างๆถูกอัปเดตอยู่ตลอด

Digital-Photography-School.com



ภาพ : <http://digital-photography-school.com/tips/>

### เว็บไซต์ 4 Digital-Photography-School.com

เว็บไซต์นี้สำหรับเพื่อนๆ ที่ชื่นชอบในการถ่ายรูปโดยเฉพาะเลยล่ะ เพราะภายในเว็บจะมีรวบรวมบทความเกี่ยวกับทักษะ เทคนิคการถ่ายรูปมาให้เราได้เรียนรู้กันอย่างมากมายเลย แล้วยังสามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ถ่ายภาพกันได้อีกด้วย

KhanAcademy.org



ภาพ : <https://www.khanacademy.org/>

## เว็บที่ 5 [KhanAcademy.org](https://www.khanacademy.org)

เนื้อหาในเว็บไซต์นี้มีให้เพื่อนๆได้เลือกเรียนกันหลากหลายเรื่องเลยคะโดยจะเป็นการใช้วิดีโอช่วยในการสอน แถมยังมีการเก็บสถิติการเรียนรู้ของเราไว้ด้วย

## Quora.com



ภาพ : <https://www.quora.com/>

## เว็บที่ 6 [Quora.com](https://www.quora.com)

หากมีเรื่องอะไรสงสัยล่ะก็ ต้อง Quora เลย! เพราะที่นี่จะเปิดโอกาสให้เราสามารถเข้าไปถามเกี่ยวกับอะไรก็ได้ที่อยากรู้ ซึ่งก็จะมีผู้รู้เข้ามาช่วยในการตอบคำถามให้บางครั้งถ้าเกิดไม่กล้าถามเอง ลองๆ หาดูอาจจะพบว่ามีคนเคยถามไปก่อนหน้านี้แล้วก็ได้นะ

## Instructables.com



ภาพ : <http://www.instructables.com/>



## เว็บไซต์ 7 [Instructables.com](https://www.instructables.com)

สำหรับเว็บนี้จะเน้นใช้วิดีโอเป็นสื่อการเรียนรู้ในหัวข้อต่างๆ แบบไร้ขอบเขตอย่างสนุกสนานและเข้าใจง่าย ซึ่งถ้าใครมีความรู้เด็ดๆ อยากแชร์ก็สามารถโพสต์วิดีโอของตัวเองได้เช่นกันค่ะ

Coursera.org



ภาพ : <https://www.coursera.org/>

## เว็บไซต์ 8 [Coursera.org](https://www.coursera.org)

สำหรับเว็บไซค์นี้จะมีบทเรียนมากกว่า 800 บทเรียน ซึ่งจะครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับพวกวิศวกรรม การเงิน ประวัติศาสตร์ และอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งเรียกได้ว่า ไม่ว่าเราจะสนใจเกี่ยวกับเรื่องอะไรก็สามารถค้นหาคำตอบได้เลยที่เว็บนี้

Project Gutenberg.org



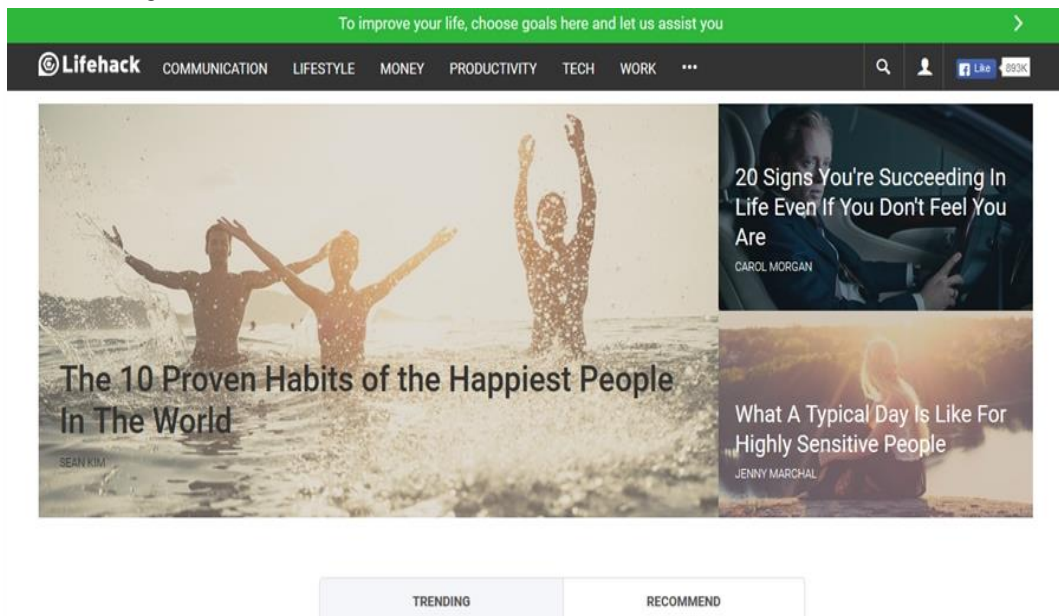
ภาพ : [http://www.gutenberg.org/wiki/Main\\_Page](http://www.gutenberg.org/wiki/Main_Page)



## เว็บไซต์ที่ 9 [Project Gutenberg.org](http://Project Gutenberg.org)

เรียกได้ว่าเปรียบเหมือนกับห้องสมุดออนไลน์ขนาดใหญ่ที่มี E-book ฟรีๆ ให้ดาวน์โหลดกันมากกว่า 50,000 เล่ม และถ้าเราลองอยากเขียนหนังสือเองบ้าง ก็ยังสามารถสร้าง E-book บนเว็บนี้แล้วแชร์ให้ผู้อื่นอ่าน ก็ได้เช่นกัน

## Lifhack.org



## เว็บไซต์ที่ 10 [Lifhack.org](http://Lifhack.org)

อีกหนึ่งเว็บน่าเรียนรู้ ที่จะช่วยให้เราเรียนได้นอกห้องเรียน มีเรื่องให้เราได้ศึกษาหาคำตอบมากมาย ซึ่งบางเรื่องก็อาจจะเป็นเรื่องที่ไม่ได้อยู่ในหนังสือ แต่เราสามารถหาอ่านได้จากที่นี่

ที่มา : <http://www.ops.moe.go.th/ops2017>

## ใบความรู้

### เรื่อง การใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างถูกต้อง

#### วิธีใช้อินเทอร์เน็ตสร้างสรรค์และถูกวิธี

ทุกวันนี้เราอยู่ในยุคอินเทอร์เน็ต พวกเราได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินจากมัน เช่น ได้เล่นเกมออนไลน์ , ได้ chat กับคนแปลกหน้า , ได้ดูรูปโป๊แบบไม่จำกัด , ได้หาแฟนใหม่ทางเน็ตวันละ 10 คน ฯลฯ แต่มีผู้ใหญ่หลาย ๆ ท่านเตือนว่า การหมกมุ่นอยู่กับเน็ต ระวังอันตรายร้ายแถม ทั้งเสียการเรียน ทั้งเสียคน บางทีอาจจะถึงกับได้พบอันตรายที่คาดไม่ถึงอีกมากมาย ที่จริง ก็น่าเห็นใจน้อง ๆ นะ ... เพราะเรียนหนังสือเครียดจะตายไป เลิกเรียนแล้ว ก็น่าจะได้มีโอกาสผ่อนคลายความเครียดกันบ้าง คนจะหาความสุขจากเน็ตสักหน่อย ยังมาห้ามอีก อะไรทำนองนั้น

ที่นี้ตามหลักพุทธศาสนาท่านว่า ความสุขมีสองแบบ คือ แบบ เสพบริโภค (กามฉันทะ) กับแบบ สร้างสรรค์ (ธรรมฉันทะ) ความสุขแบบเสพบริโภคนั้น เป็นความสุขมีคุณน้อย มีโทษมาก ทำให้หลงเพลิดเพลินไม่เป็นอันทำการงาน มีแนวโน้มทำให้เกิดความรุนแรง เบียดเบียนกัน ร้อนรน กระทบ กระทบ ไม่คุ้มค่า กับความสุขเพียงนิด ที่ต้องแลกกับความทุกข์ที่ตามมาเป็นพรวน ๆ อย่างกระนั้นเลย budpage ขอเสนอวิธีหาความสุขอย่างสร้างสรรค์ (ธรรมฉันทะ) จากเน็ตสัก 5 วิธี มาแนะนำกัน แบบว่าให้ได้ทั้งสนุก และ ได้รับสาระไปด้วย ดังต่อไปนี้

**1. "ชื่นชมความงามธรรมชาติบนเน็ต"** เปิดเว็บค้นหาภาพธรรมชาติ จำพวก ต้นไม้ ภูเขา วิวสวย ๆ ดวงจันทร์ หรือ ดอกไม้ ฯลฯ พอได้พบภาพที่ถูกต้องใจ ให้คุณมองภาพนั้นด้วยความชื่นชมพร้อมทั้งกล่าวพรณาความงามออกมา อาจจะเป็นคำพูดดี ๆ หรือ แต่งเป็นกลอน หรือแต่งเป็นเพลง ก็ได้ หากคุณลองทำดูแล้วคุณรู้สึกว่าการจิตใจของคุณมีความเข้มข้นเบิกบาน จนอยากออกไปพบเห็นธรรมชาติจริง ๆ ช่างนอกกะก้อ...แสดงว่าคุณได้ เข้าถึงความงามของธรรมชาติบ้างแล้ว

**2. "พรณาความงามของงานศิลปะ"** อันนี้ก็คล้าย ๆ กัน ให้ search ค้นหาภาพงานศิลปะต่างๆ ที่มีอยู่มากมายในอินเทอร์เน็ต คัดเลือกภาพที่ถูกต้องใจสักภาพ แล้วให้คุณ พรณาความงามของงานศิลปะชิ้นนั้น โดยสมมุติตัวเองว่าเป็นศิลปินกำลังบรรยาย ให้ผู้ชมฟัง พรณาเข้าไปเถอะ หรือจะใช้วิธีพิมพ์บรรยายลงในคอมพ์ก็ได้ ทำอย่างนี้สักประเดี๋ยวจิตใจของคุณก็จะเกิดความปิติสุข เพราะได้เข้าถึงความงามของศิลปะ

**3. มีความสุขกับการเป็น "พหุสูต "** "พหุสูต" แปลง่าย ๆ ว่า "ผู้รอบรู้" คือ ไม่ว่าจะพบเห็นอะไร ก็จะมองเห็นเป็นความรู้ไปหมด สามารถ อธิบายทุกสิ่งทุกอย่างได้อย่างละเอียดลึกซึ้ง นิสัย "พหุสูต" นี้สามารถสร้างขึ้นได้ หากฝึกฝนเป็นประจำ ยิ่งสมัยนี้มีอินเทอร์เน็ตยิ่งง่ายใหญ่ วิธีง่าย ๆ เริ่มต้นด้วยทุก ๆ วัน ก่อนจะเปิดเน็ตให้ลองเหลียวมองสิ่งต่างๆ รอบตัวคุณ แล้วตั้งคำถามกับตัวเอง "วันนี้เราอยากจะรู้เรื่องเกี่ยวกับอะไร" เมื่อเราได้พบสิ่งที่น่าสนใจแล้ว ก็ให้ค้นในอินเทอร์เน็ตว่าเราได้รับความรู้อะไรจากสิ่งนั้นบ้าง

**ยกตัวอย่าง** เหลียวไปเหลียวมารอบ ๆ ตัว ก็พบว่าวันนี้ เราอยากจรรู้เรื่องราวเกี่ยวกับ "ปากกาลูกลั่น" ที่วางอยู่บนโต๊ะ เราก็พิมพ์ คำว่า "ปากกาลูกลั่น" หรือ ball-point pen ลงในเวปไซต์ประเภท search engine ( เช่น google.com ,siamguru.com ฯลฯ) จากนั้นก็ให้คัดเลือกหาอ่านเรื่องราวที่มีความรู้เกี่ยวกับ "ปากกาลูกลั่น" เก็บเกี่ยวสาระให้ได้มากที่สุด จนเราสามารถคุยเรื่องปากกาลูกลั่นได้เป็นชั่วโมง ๆ (แวพหูสูตรเริ่มปรากฏ) วันต่อ ๆ มา ก็ให้มองหาสิ่งอื่น รอบ ๆ ตัว เพื่อค้นหาความรู้อีก ลองตั้งเป้าไว้เลยว่า จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับสิ่งของที่มีอยู่ในบ้านให้หมดทุกอย่าง หากใครทำได้ ถือว่าได้เป็นผู้รอบรู้คนหนึ่ง ในบ้านเลยทีเดียว

**4. สารานุกรมภาพ** มาสะสม "ภาพความรู้" กันดีกว่า (รับรอง สนุกกว่าสะสมรูปโป๊ ) กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ทำหยามาก เพราะมีคนฉลาดๆเท่านั้นเองที่สามารถทำได้ วิธีการง่าย ๆ ก็คือให้ท่องเว็บไปเรื่อย ๆ ที่นี้เกิดไปเจอภาพอะไรที่เขามีคำอธิบายเกี่ยวกับภาพนั้น ๆ เราก็ลองอ่านดู ถ้าเรื่อนรอ่านแล้วเราเข้าใจ ประทับใจ ก็ให้ save ภาพนั้นเก็บไว้ในอัลบั้มภาพในเครื่องคอมพิวเตอร์ของตนเอง ทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนเรามีคลังภาพแห่งความรู้เก็บไว้มากมาย ( ทุกภาพก่อน save เราจะต้องอ่านเนื้อหาคำอธิบายจนเข้าใจภาพนั้นได้ดีก่อน ไม่ใช่ เก็บแต่ภาพแต่ไม่ยอมเก็บความรู้) ยกตัวอย่าง

เปิดเว็บไปเห็นภาพ "เหตุการณ์ 14 ตุลา" เราก็อ่านเรื่องราวบรรยายภาพนั้นจนเข้าใจ ว่าได้เกิดอะไรขึ้นในปี พ.ศ. 2516 จากนั้นให้ save ภาพนั้นเก็บเอาไว้ หรือ ไปพบภาพ "super nova" (ดาวระเบิด) เราก็อ่านจนเข้าใจเนื้อหาสาระของภาพ แล้วก็เก็บภาพไว้ ที่นี้เวลาได้ภาพเก็บไว้ในอัลบั้มมากพอเพียงแล้ว เวลาว่าง ๆ ให้คุณลองจัดแสดงภาพแบบสไลด์โชว์ บรรยายให้เพื่อนฝูงฟัง รับรองว่าคุณจะกลายเป็นผู้ที่มีความรอบรู้สามารถให้ความรู้และความสนุกสนานกับเพื่อน ๆ จนบรรดาเพื่อน ๆ จะต้องทิ้งในตัวคุณเป็นอย่างมากเลยทีเดียว

**5. "เก็บคำคม"** ในเว็บบอร์ดบนอินเทอร์เน็ตมีคำคม ๆ สำนวนดี ๆ มากมาย อ่าน ๆ แล้วให้เลือกสรรคำที่โดนใจ เอามาสะสมไว้ในไดอารี่ของเรา จะได้เก็บไว้อ่านประเทืองปัญญา จริงอยู่ในเว็บบอร์ดส่วนใหญ่อาจจะมีคำพูดที่ไม่เหมาะสมมากมาย เช่น คำหยาบ คำส่อเสียด ต่ำว่า กระทบกระเทียบ แต่ในคำพูดเหล่านี้บางครั้งก็มีสาระสอดแทรกอยู่ เราสามารถเลือกสรรสิ่งที่ดี ๆ คือ เลือกเฟ้นสิ่งที่ เป็นเนื้อหาสาระออกมา ( คຸยหาเพชรจากกองขยะ ) คุณทราบหรือไม่ว่าคำพูดของคนบางคน (แม้แต่คำพูดของคนที่ดีไม่ดี) บางครั้งจะให้แค้นคิดดี ๆ ที่ช่วยปรับปรุงชีวิตของเราให้พัฒนาขึ้นมาได้ ลองดูสิ แล้วคุณจะรู้ว่าการสะสมข้อความดี ๆ มีสาระ มีความสนุกสนาน และมีคุณค่า ไม่น้อยกว่าการสะสมพระเครื่อง หรือ ตุ๊กตาโมเดลราคาแพง ๆ เสียอีก

ที่มา : <https://www.dek-d.com/board/view/840100/>

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 38

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง เด็กไทยหัวใจห่างไกลสารเสพติด

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6  
เวลา 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

ผลกระทบจากปัญหาสารเสพติด ทำให้เกิดความเสียหายทั้งต่อตัวผู้เสพ ครอบครัว สังคม เศรษฐกิจและประเทศชาติ การแก้ไขปัญหายาเสพติดต้องเริ่มต้นจากครอบครัวซึ่งใกล้ชิดกับเด็กและเยาวชนมากที่สุด โดยการให้เวลากับบุตรหลานและร่วมกันแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้น นอกจากนี้สังคมโรงเรียนและสถานศึกษาต้องมีการติดตาม สังเกตพฤติกรรมนักเรียน นักศึกษาที่เข้าข่ายเกี่ยวข้องกับสารเสพติด การมุ่งให้ความรู้ ในเรื่องอันตราย ผลกระทบที่เกิดจากการใช้สารเสพติด สร้างการรับรู้ ความตระหนักถึงภัยอันตราย การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด และเป็นหน้าที่ของทุกคนจะต้องร่วมมือกัน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อ 4 ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกโทษของสารเสพติดแต่ละประเภทได้
- 3.2 บอกวิธีปฏิบัติตนให้ห่างไกลจากสารเสพติดได้
- 3.3 มีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองเพื่อให้ห่างไกลจากสารเสพติด

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 โทษของสารเสพติด
- 4.2 ทักษะชีวิตและวิธีปฏิบัติตนให้ห่างไกลสารเสพติด

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 จัดทำแผนผังความคิด Mind Mapping เกี่ยวกับสารเสพติด
- 5.2 ทำใบงาน
- 5.3 ใบกิจกรรม บิงโกโทษยาเสพติด

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน และยกตัวอย่างรูปภาพ คนสูบบุหรี่ โดยถามประเด็นว่า
  - นักเรียนรู้จักหรือไม่ว่าคนในภาพทำอะไร
  - นักเรียนเคยเห็นคนรอบข้างที่รู้จักทำเหมือนในภาพตัวอย่างหรือไม่

- นักเรียนคิดว่าหรือรู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นภาพนี้

6.2 ครูอธิบายขยายความเกี่ยวกับภาพและโทษของสารเสพติดให้นักเรียนเข้าใจ

6.3 ครูเปิดข่าวเกี่ยวกับยาเสพติดให้นักเรียนได้ชม และสอบถามถึงความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนหลังได้ชมข่าวเกี่ยวกับยาเสพติด

6.4 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-4 คน จากนั้น ครูแจกใบความรู้เรื่อง โทษภัยของยาเสพติด ให้แต่ละกลุ่มได้ศึกษา

6.5 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำแผนผังความคิด Mind Mapping เกี่ยวกับสารเสพติด

6.6 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเสนอแผนผังความคิด Mind Mapping เกี่ยวกับสารเสพติด ของตนเอง

6.7 ครูสุ่มกลุ่มนักเรียนอื่นๆ ให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลงานที่ของกลุ่มอื่นที่น่าสนใจ

6.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมในครั้งนี้

### ชั่วโมงที่ 2

6.9 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและทบทวนบทเรียนในชั่วโมงที่ผ่านมา

6.10 ครูแจกกระดาษแข็งให้นักเรียนวาดรูปสารเสพติดที่นักเรียนรู้จักมา 1 ชนิด และทำที่เป็นที่คาดผมเพื่อนำแสดงบทละครต่อไป

6.11 ครูให้นักเรียนจับคู่ เพื่อแสดงบทบาทสมมติการถูกชักชวนเพื่อนให้ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

6.12 ครูให้นักเรียนดูวิดีโอเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธหากถูกชักชวนให้ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด

6.13 ครูให้นักเรียนเรียนแต่ละคู่แสดงบทบาทสมมติทักษะการปฏิเสธการยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด คู่ละ 1-2 นาที

6.14 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมและให้ข้อคิดเกี่ยวกับการปฏิเสธการยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด รวมถึงหน่วยรักษาบำบัดผู้ติดสารเสพติด

### ชั่วโมงที่ 3

6.15 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและทบทวนบทเรียนในชั่วโมงที่ผ่านมา

6.16 ครูตั้งคำถามเกี่ยวกับโทษของยาเสพติดให้นักเรียนช่วยกันตอบ โดยการยกมือ โดยคำถามให้ตอบ เพียง จริง หรือ เท็จ

6.17 ครูเขียนโทษของยาเสพติดลงบนกระดาน

6.18 ครูแจกใบกิจกรรม บิงโกโทษยาเสพติด ให้นักเรียนคนละ 1 ใบ

6.19 ครูให้นักเรียนนำโทษของยาเสพติดที่ครูเขียนบนกระดานโดยเลือกมาเขียนลงในใบกิจกรรม บิงโกโทษยาเสพติดของตนเอง

6.20 ครูเริ่มเล่นเกมบิงโกโทษยาเสพติด โดยครูจับสลากขึ้น เล่นครบ 5 รูป นักเรียนที่บิงโกรับรางวัลที่ครูเตรียมไว้

6.21 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมเกมบิงโกโทษยาเสพติด

6.22 ครูให้เวลานักเรียน 2-3 นาทีคิดเกี่ยวกับคำขวัญป้องกันยาเสพติด เขียนลงในใบกิจกรรมบิงโกโทษยาเสพติด

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

- 7.1 รูปภาพ คนสูบบุหรี่
- 7.2 ข่าวกีฬาเกี่ยวกับยาเสพติด
- 7.3 ใบความรู้เรื่อง โทษภัยของยาเสพติด
- 7.4 คำถามเกี่ยวกับโทษของยาเสพติด
- 7.5 ใบกิจกรรม บิงโกโทษยาเสพติด
- 7.6 วิดีโอเกี่ยวกับทักษะการปฏิเสธ

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

- 8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

- 8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม
- 8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

### เกณฑ์การประเมิน

#### 1) แผนผังความคิด Mind Mapping เกี่ยวกับสารเสพติด

ข้อมูลการนำเสนอครบถ้วน

บอกโทษของสารเสพติด 5 ข้อขึ้นไป

ระดับคุณภาพ ดีมาก

ข้อมูลการนำเสนอค่อนข้างครบถ้วน

บอกโทษของสารเสพติด 3 ข้อขึ้นไป

ระดับคุณภาพ ดี

ข้อมูลการนำเสนอค่อนข้างครบถ้วน  
บอกโทษของสารเสพติด 3 ข้อขึ้นไป  
ข้อมูลการนำเสนอค่อนข้างครบถ้วน  
บอกโทษของสารเสพติด 1 ข้อขึ้นไป

ระดับคุณภาพ พอใช้

ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

2) ใบกิจกรรม บิงโกโทษยาเสพติด

เลือกกรอกข้อมูลได้ครบถ้วนและแต่งคำขวัญได้

ระดับคุณภาพ ดีมาก

เลือกกรอกข้อมูลได้ 6-8 ข้อและแต่งคำขวัญได้

ระดับคุณภาพ ดี

เลือกกรอกข้อมูลได้ 3-5 ข้อและแต่งคำขวัญค่อนข้างได้

ระดับคุณภาพ พอใช้

เลือกกรอกข้อมูลได้ 0-2 ข้อและแต่งคำขวัญไม่ได้

ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

## ใบความรู้ เรื่อง โทษภัยของยาเสพติด

### 1. การสูญเสียด้านบุคลิกภาพและจิตใจ

เยาวชนย่อมมีบุคลิกภาพที่กำลังเจริญเติบโต มีการสร้างประสบการณ์ต่างๆ และหัดวิธีการและชั้นเชิงในการผจญปัญหา หรือกระทำการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย การแก้ปัญหาต้องอาศัยกระบวนการทางจิตหลายประการ เช่น ความอดกลั้น การควบคุมอารมณ์ การแสดงอารมณ์ตามความเหมาะสม การใช้ความคิดและประมาณการ ตลอดจนการหาวิธีแก้ปัญหา ให้เกิดผลดีที่สุด

หากเยาวชนใช้และติดยาเสพติด โดยอาศัยเป็น ทางหนีจากความทุกข์ยากหรือปัญหาต่างๆ แล้ว บุคลิกภาพของผู้นั้น ก็ย่อมหยุดเจริญ แทนที่จะหาทางแก้ปัญหา ที่เหมาะสม กลับหันไปใช้ยาแทน เยาวชนที่ติดยาจึงมีบุคลิกภาพใหม่ ที่มีความอดทนน้อย ระวัง และหาความสุขจากชีวิตธรรมดาที่ไม่ใช้ยาเสพติดไม่ได้

หากผู้นั้นได้ผ่านการรักษาหลายครั้ง และเลิก ได้ไม่นานก็ต้องกลับไปใช้อีก ความเชื่อมั่นในตนเอง และความหวังว่าจะเลิกจากยา ก็ค่อยๆ หายไปทุกที

หากผู้นั้นถูกจับและติดคุกหลายๆ ครั้ง ความ กลัวคุกตะรางและการลงโทษต่างๆ ตลอดจนความไม่ดีในสายตาของสังคม ก็ค่อยลดเสื่อมและชินชาไป การ ติดคุกตะราง หรือการถูกลงโทษทางกฎหมายกลายเป็นเรื่องเล็กน้อยของเขาก็เปลี่ยนไป ความดีกับความชั่ว ตามแนวคิดปกติก็เลื่อนไป ความสุขที่เกิดจากการทำความดีก็ถอยไป นับได้ว่า เป็นการเสื่อมสลายของสภาพจิต

เมื่อเยาวชนคนหนึ่งคนใดติดยาเสพติด และมีบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงไปจนถึงขั้นนี้ ก็จะเป็นพลเมืองดีไม่ได้ ไม่สามารถใช้ชีวิตที่เป็นประโยชน์กับตนเองและผู้อื่นได้ กลับเป็นผู้ก่อให้เกิดปัญหาสำหรับตนเอง ครอบครัว และสังคม จึงนับว่า เป็นการสูญเสียทรัพยากรมนุษย์ของชาติ ซึ่งเป็นการสูญเสียที่สำคัญที่สุด

### 2. การสูญเสียทางสุขภาพอนามัย

ผู้ที่ติดยาเสพติด อาจเกิดปัญหาทางสุขภาพ อนามัย หรือโรคต่างๆได้หลายอย่าง ได้แก่

2.1 การใช้ยาเกินขนาด โดยที่การด้านยา เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ผู้ที่พยายามเลิกยาหรือเข้ารับการ รักษา ความด้านยาจะลดลง ประกอบกับยาที่ได้จากการ ลักลอบค้าไม่ได้มีการควบคุมมาตรฐาน ความแรงอาจ เปลี่ยนแปลงได้อยู่เสมอ เพราะมีการเจือปนสารชนิดอื่นเข้าไป ก่อนนำออกจำหน่าย ผู้ติดยาจึงอาจใช้ยาเกิน ขนาดและเป็นอันตรายได้ ยิ่งเป็นการใช้ยาที่ฉีดเข้าหลอดเลือดแล้ว ยิ่งมีโอกาสเกินขนาดได้มากยาที่มีฤทธิ์กดระบบประสาทกลาง เมื่อใช้เกิน ขนาดจะทำให้ไม่รู้สึกรู้สึกร่างกาย การหายใจลดลง และอาจเป็นอันตรายเสียชีวิตได้ ในบางรายอาจเกิดการบวมของปอด ทำให้หายใจหอบและเสมหะเป็นฟองได้



2.2 อาการจากการขาดยา อาการถอนยาที่เกิดขึ้นในผู้ติดยาบางคนที่ติดอย่างรุนแรงและสุขภาพไม่ดีอาจเป็นอันตรายได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการติดยา นอนหลับ อาจเกิดอาการไข้สูง ชัก และไม่รู้สีกตัวได้ อาการถอนยาที่เกิดในเด็กแรกเกิด เนื่องจาก มารดาติดยาเสพติด และใช้ยาในระยะก่อนคลอด จะทำให้เด็ก ไม่แข็งแรง หายใจน้อย และเสียชีวิตได้ง่าย

2.3 พิษจากยาเสพติด ยาเสพติดบางชนิด เช่น แอมเฟตามีน กัญชา โคเคน และแอลเอสดี มีผลทำให้เกิดอาการทางจิตได้ บางรายอาจคลุ้มคลั่ง วิกลจริต ไปเป็นระยะเวลานาน

ยาแอมเฟตามีน ทำให้เกิดอาการระแวงอย่าง รุนแรง คิดว่าผู้อื่นจะมาทำร้ายจึงอาละวาด และทำร้ายผู้อื่นได้ ในยาเสพติดที่ลักลอบขายกัน อาจมีสารอื่น เจือปน เพื่อให้ได้ปริมาณมากขึ้น เช่น สารหนู และสตริกนิน (strychnine) เป็นต้น ซึ่งเป็นยาพิษทำให้เป็น อันตรายได้

2.4 อันตรายจากการฉีดยาที่ไม่สะอาด ผู้ติดยาที่ใช้ยาฉีดเข้าหลอดเลือด หรือเข้ากล้ามเนื้อ มักไม่ได้ทำความสะอาดหลอดฉีดยา ให้ปราศจากเชื้อเสียก่อน น้ำที่ใช้ละลายยาเพื่อฉีดก็ไม่สะอาด จึงอาจฉีดเอาเชื้อโรคต่างๆ เข้าไปในร่างกายได้ ทำให้เกิดการอักเสบของผิวหนัง และเนื้อเยื่อบริเวณที่ฉีด เกิดเป็นฝีหรือเนื้องอกตายได้ อาจลุกลามเกิดการอักเสบของหลอดเลือด หรือโลหิตเป็นพิษได้ ในบางรายเชื้อโรคอาจเข้าไปยังอวัยวะภายใน เช่น หัวใจ ปอด สมอ และกระดุก ทำให้เกิดลิ้นหัวใจอักเสบ และฝีตามอวัยวะต่างๆ ผู้ที่ฉีดยาหลายคน อาจใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน ทำให้โรคจากคนหนึ่งติดไปยังคนอื่นๆ ได้ เช่น โรคตับ อักเสบ เป็นต้น ผู้ติดยามีอัตราการเป็นโรคนี้ มากกว่าบุคคลทั่วไป และอาจเกิดการระบาดเป็นโรคที่ละหลายๆ คนได้

2.5 อันตรายจากการฉีดยาที่ไม่เหมาะสม เข้าร่างกาย ผู้ติดยาอาจใช้ยาเม็ดมาละลายน้ำ ฉีดเข้า หลอดเลือด โดยไม่ทราบว่ ในยาเม็ดมีแป้งพวกทัลคัม (talcum) อยู่ด้วย บางทีก็ใช้สำลีกรองน้ำยาก่อนจะใช้ฉีด แป้งและใยสำลีจะเข้าไปติดอยู่ตามหลอดเลือดฝอยของปอด เกิดโรคปอดแข็งทำให้การหายใจลำบากเรื้อรังและ ไม่มีวิธีรักษา ในบางกรณียาอาจจะละลายไม่ดี มีเกล็ดหรือ ผลึกของยาเข้าไปในหลอดเลือดไปอุดหลอดเลือดต่างๆ เช่น ที่สมอ เกิดเป็นอัมพาตได้

2.6 โรคบางชนิดที่พบร่วมกับการติดยาเสพติด ผู้ติดยาเสพติดมักมีสุขภาพไม่ดี อาหารไม่เพียงพอ และการดูแลสุขภาพอนามัย ตลอดจนการรักษาความ สะอาดของร่างกายไม่ดี จึงมีโรคต่างๆเกิดได้มาก เช่น วัณโรคของปอด โรคผิวหนังต่างๆ เป็นต้น

มีผู้รายงานว่า พบโรคบางชนิดร่วมกับการติดยาเสพติด โดยความสัมพันธ์ และวิธีการเกิด ยังไม่ได้เป็นที่เข้าใจชัดเจน เช่น โรคเนื้อเยื่อกล้ามเนื้อละลายตัว (rhabdomyolysis) มีอาการปวดกล้ามเนื้อ และอ่อนเพลีย ขยับเขยื้อนลำบาก มีการสลายตัวของเซลล์กล้ามเนื้อ ทำให้มีสารไมโอโกลบินเข้าไปในเลือด และขับถ่ายออกไปในปัสสาวะ (myoglobinemia, myoglobinuria) เห็นเป็นปัสสาวะสีดำโรคไตอักเสบ และโรคเส้นประสาทอักเสบ ก็พบได้ในผู้ติดยาเสพติด

### 3. การสูญเสียทางเศรษฐกิจ

3.1 ค่าใช้จ่ายในการใช้ยา ผู้ติดยาเสพติด ย่อมต้องใช้จ่ายเงินในการซื้อยามาใช้ ยิ่งติดมากขึ้นยิ่งจำเป็นต้องใช้ปริมาณยามาก เพราะเกิดการต้านยาได้ กล่าวแล้ว โดยเฉลี่ยเมื่อ พ.ศ. 2522 ผู้ที่ติดเฮโรอีน ใช้เงินซื้อยาราววันละ 55 บาท ซึ่งนับว่า เป็นค่าใช้จ่ายที่สูงมาก ผู้ที่สูบฝิ่น หากมีฐานะไม่ค่อยดีนักก็จำเป็นต้องขายทรัพย์สินสมบัติต่างๆ เพื่อใช้ในการสูบฝิ่น จึงทำให้มีฐานะยากจนลง ผู้ที่ยากจนอยู่แล้วและต้องรับจ้างหาเงิน ยิ่งมีความลำบากในการยังชีพ และเลี้ยงดู ครอบครัว หากพิจารณาการสูญเสียทั้งประเทศซึ่งมีผู้ติดยาอยู่มาก ผู้ติดยาเฮโรอีน 100,000 คน จะใช้ยามีมูลค่า ถึงวันละ 5.5 ล้านบาท หรือปีละ 2,000 ล้านบาท

3.2 การขาดงาน ผู้ติดยาเสพติดบางคน อาจ สามารถปรับการใช้ยาได้ และสามารถทำงานได้ตามปกติ บางคนใช้ยานานด้อยๆ ในเวลาเช้าและกลางวัน เพื่อ ไม่ให้เกิดอาการถอนยาและสามารถทำงานได้ แล้วใช้ยามากในตอนเย็นหรือกลางคืน

ผู้ติดยาส่วนใหญ่ เมื่อติดงอมแงมแล้วจะไม่ สามารถทำงานได้ เพราะจะมีผลต่อร่างกายและจิตใจที่ ขัดกับการทำงาน เมื่อใช้ยามากในเวลากลางวัน ก็มีอาการซึม สะลึมสะลือ ความคิดช้า ทำงานได้ลำบาก เมื่อ ยาหมดฤทธิ์ก็เกิดอาการถอนยา คือ กระวนกระวาย และ ปวดเมื่อยตามตัว ฤทธิ์ของยาและอาการถอนยานี้เกิด สลับกันอยู่ทั้งวัน จนไม่สามารถทำงานหรือเรียนหนังสือ ได้ นอกจากนี้ ยังมีความจำเป็นต้องใช้เวลาในการไปหายามาเพื่อใช้ในคราวต่อไป และหาที่ซุกซ่อนเพื่อใช้ยา สิ่งต่างๆ เหล่านี้ จะรบกวนและขัดขวางการทำงาน ทำให้ ประสิทธิภาพลดลง จนอาจต้องออกจากงาน

3.3 ค่าใช้จ่ายในการจัดการแก้ปัญหาของรัฐ และเอกชน ทั้งในด้านการปราบปรามการลักลอบค้า ยาเสพติด การให้บริการบำบัดรักษา และการป้องกัน ทำให้สูญเสียงบประมาณและทรัพยากรไปไม่น้อย

### 4. การสูญเสียทางสังคม

4.1 การเสียชื่อเสียง และฐานะทางสังคมของ ผู้ติดยา ผู้ติดยาย่อมเป็นที่รังเกียจของสังคม

4.2 ปัญหาในครอบครัว การติดยาเสพติดทำให้คนในครอบครัวได้รับความลำบากทั้งด้านจิตใจและ ฐานะการเงิน มีผลให้เกิดความแตกแยกในครอบครัวได้ ดังจะเห็นได้ว่าผู้ติดยามีอัตราการหย่าร้างสูง

4.3 ปัญหาอาชญากรรม ผู้ติดยาจำเป็นต้องใช้เงินจำนวนมากในการซื้อยามาใช้ ประกอบกับความอยากยารุนแรง ทำให้ขาดการยั้งคิด จึงเกิดอาชญากรรมต่างๆ ขึ้นได้ ในชุมชนใดที่มีผู้ติดยาเสพติดอยู่ โอกาสที่จะเกิดการลักขโมยมีมากขึ้น

นอกจากนี้ ปัญหายาเสพติดอาจเป็นปัญหา ทางการเมืองในประเทศ หรือระหว่างประเทศและมีผลกระทบ ต่อความมั่นคงของชาติได้

ที่มา : <http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.php?book=9&chap=13&page=t9-13-infodetail04.html>

## ใบงาน

### เรื่อง โทษภัยของยาเสพติด

**คำชี้แจง** ครูอ่านข้อคำถามให้นักเรียนตอบข้อใดเป็นจริงข้อใดเป็นเท็จพร้อมเขียนข้อคำถามที่เป็นจริงลงบนกระดาน เพื่อให้นักเรียนทำกิจกรรมบิงโกโทษยาเสพติดต่อไป

| ข้อคำถาม | คำตอบ |
|----------|-------|
|----------|-------|

- |                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| 1. ทำให้สุขภาพเสื่อมโทรม    | (จริง)    |
| 2. อาการเจ็บป่วยง่าย        | (จริง)    |
| 3. ไม่มีสมาธิ               | (จริง)    |
| 4. เรียนเก่งขึ้น            | (ไม่จริง) |
| 5. ขาดความรับผิดชอบ         | (จริง)    |
| 6. ถูกสังคมรังเกียจ         | (จริง)    |
| 7. ครอบครัวอบอุ่น           | (ไม่จริง) |
| 8. ผิดกฎหมาย                | (จริง)    |
| 9. ประสาทหลอน               | (จริง)    |
| 10. สังคมมีความสุข          | (ไม่จริง) |
| 11. สมรรถภาพแย่             | (จริง)    |
| 12. เกิดอุบัติเหตุง่าย      | (จริง)    |
| 13. สุขภาพแข็งแรง           | (ไม่จริง) |
| 14. มีอนาคตสดใส             | (ไม่จริง) |
| 15. เกิดอาชญากรรม           | (จริง)    |
| 16. ครอบครัวแตกแยก          | (จริง)    |
| 17. สูญเสียทรัพย์สิน        | (จริง)    |
| 18. สมองเสื่อม              | (จริง)    |
| 19. เจ็บปวดกระดูกกล้ามเนื้อ | (จริง)    |
| 20. มะเร็งปอด               | (จริง)    |

ใบกิจกรรม  
บิงโกโทษยาเสพติด

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกข้อความที่ครูเขียนบนกระดาน มาเขียนลงในตารางบิงโกให้เต็มตาราง  
เพื่อเล่นเกม บิงโกโทษยาเสพติดต่อไป

|    |    |    |
|----|----|----|
| 1. | 2. | 3. |
| 4. | 5. | 6. |
| 7. | 8. | 9. |

คำขวัญป้องกันยาเสพติด.....  
.....

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 39

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง เมื่อเข้ามาได้ก็ผ่านไป

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ป. 4- 6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1.สาระสำคัญ

ความเครียดไม่ใช่สิ่งเลวร้ายเสมอไป ความเครียดที่ไม่มากนักช่วยให้บุคคลมีความกระตือรือร้น มีพลังในการดำเนินชีวิต แต่การเกิดความเครียดอย่างมาก และสะสมอยู่เป็น เวลานาน มีผลทำให้เกิดความเจ็บป่วยทั้งทางกายและทางจิต อารมณ์ ส่งผลกระทบทั้งด้านร่างกาย จิตใจและพฤติกรรมของตนเอง รวมทั้งส่งผลต่อผู้อื่นด้วย การจัดการกับอารมณ์จึงมีความสำคัญ การพัฒนาตนเองให้มีความสามารถทางการจัดการอารมณ์จะส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตด้วย

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อ 3 มีวุฒิภาวะทางอารมณ์

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนโกรธหรือเครียดได้
- 3.2 ระบุการปรับตัวที่ดีของตนเองที่เหมาะสมกับพัฒนาการวัยรุ่นช่วงอายุ 10 -13 ปี
- 3.3 เสนอแนววิธีการจัดการอารมณ์และความเครียดตามสถานการณ์ต่างๆ ได้
- 3.4 สรุปวิธีการสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ที่เหมาะสมตนเอง

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 สถานการณ์ความเครียด
- 4.2 วิธีจัดการกับอารมณ์และความเครียด

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ใบงาน โกรธและเครียดตอนไหน
- 5.2 บทบาทสมมุติ
- 5.3 สถานการณ์ที่ทำให้เครียด ทำในกระดาดชบรูฟ

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูทักทายนักเรียน ว่าวันนี้สบายดีไหม ใครอารมณ์อารมณ์ดีบ้าง ใครอารมณ์ไม่ดีบ้างเพราะอะไร

6.2 ครูติดภาพหน้าตา คนโกรธ คนเครียด คนเศร้า คนกังวลใจ คนมีความสุข คนมีความทุกข์ คนที่กังวลใจ คนอกหัก คนผิดหวัง ไว้ตามผนังห้อง ครูให้นักเรียนเรียนไปเลือกยืนว่าวันนี้ใครมีอารมณ์แบบไหนให้ไปยืนตามรูปภาพ

6.3 หลังจากนักเรียนเลือกยืนแล้ว ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามภาพที่มีสมาชิกยืน ครูแจกใบงาน โกรธและเครียดตอนไหน ร่วมกันทำใบงานกลุ่ม

## ชั่วโมงที่ 2

6.4 ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ Life is beautiful

<https://www.youtube.com/watch?v=eTLeg2Rfjho> เป็นคลิปเกี่ยวกับชีวิตของเด็กประถมปลายชาย ที่ชีวิตไม่ได้เพียบพร้อม มีความยากลำบาก ขัดสน

6.5 แบ่งกลุ่มนักเรียนโดยครูให้จับสลากเป็นลูกอม ใครได้ลูกอมชนิดเดียวกันให้อยู่กลุ่มเดียวกัน ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายในกลุ่มโดยครูกำหนด หัวข้ออภิปรายว่า 1. เรื่องนี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร 2. นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากเรื่องนี้ 3. ถ้านักเรียนเจอสถานการณ์แบบนี้ นักเรียนจะอย่างไรแต่ละกลุ่ม ช่วยกัน นำเสนอเรื่องที่อภิปราย ทำในกระดาษบรูฟ ทั้ง 3 หัวข้อ

6.6 สุ่มตัวอย่างออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน 2 กลุ่ม

6.7 แต่ละกลุ่มนำผลงานติดตามผนังห้องให้แบ่งปันผลงานให้เพื่อนได้เรียนรู้

6.8 ครูให้แต่ละกลุ่มประเมินผลงานกัน กลุ่มไหนได้คะแนนการประเมินจากเพื่อนมากที่สุด ครูมอบรางวัลให้

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการปรับตัวที่ดีของตนเองที่เหมาะสม กับวัยของนักเรียน

## ชั่วโมงที่ 3 -4

6.10 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนตามการจับสลากรูปภาพ ใครได้รูปภาพเหมือนกันให้อยู่กลุ่มเดียวกัน

6.11 ครูแจกบัตรสถานการณ์ทำให้นักเรียนเครียดให้แต่ละกลุ่ม แต่ละกลุ่มร่วมกันวางแผน หาวิธีการจัดการกับความเครียดตามสถานการณ์ต่อไปนี้

- เมื่อฉันสอบตก
- ฉันถูกเพื่อนล้อว่าอ้วน
- พ่อแม่ทะเลาะกันอย่างรุนแรง
- ครูดูไม่สง่างาม
- เงินไม่พอใช้
- รุ่นพี่ชวนสูบบุหรี่
- เพื่อนชวนโดดเรียน
- เพื่อนยืมเงินแล้วไม่คืน
- ถูกเพื่อนหลอก

6.12 นักเรียนแต่ละกลุ่มวางแผนแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์ต่างๆ ที่ต้องเผชิญในข้อ 2 แสดงทุกกลุ่มละไม่เกิน 5 นาที

6.13 ครูให้นักเรียนดูคลิป คนที่ออกจากชีวิตคุณ ของ ฌอน จากลิงค์  
<https://www.youtube.com/watch?v=YRp82fpdf-A>

6.14 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปแนววิธีการจัดการอารมณ์และความเครียดตามสถานการณ์ต่างๆ และสรุปวิธีการ สร้างความมั่นคง ทางอารมณ์ที่เหมาะสมตนเอง

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 คลิปวิดีโอ Life is beautiful

<https://www.youtube.com/watch?v=eTLeg2Rfjho> เป็น

7.2.คลิป คนที่ออกจากชีวิตคุณ ของ ฌอน จากลิงค์

<https://www.youtube.com/watch?v=YRp82fpdf-A>

7.3. ใบงาน

7.4 .ใบความรู้ วิธีการจัดการความเครียดด้วยตนเอง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

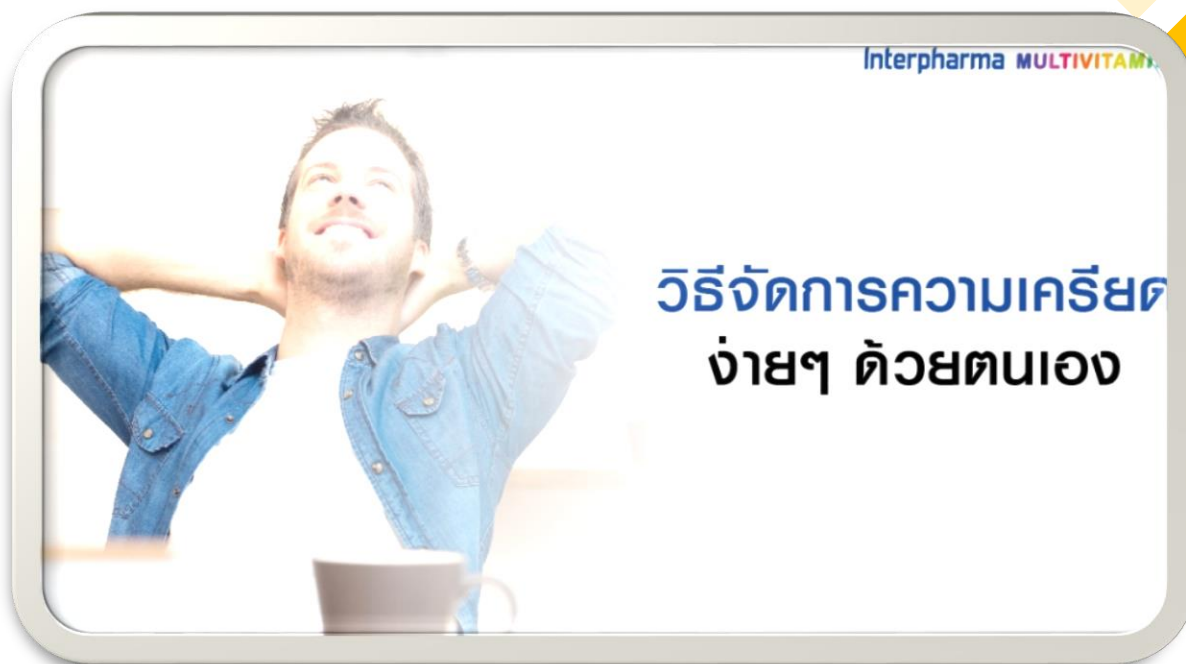
| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## ใบความรู้

### เรื่อง วิธีการจัดการความเครียดด้วยตนเอง



261

#### วิธีจัดการความเครียดง่ายๆ ด้วยตนเอง

ความเครียดเป็นสิ่งที่สามารถเกิดขึ้นได้ทุกวัน ไม่ว่าจะจากภาระงานที่หนักมากเกินไป, การเรียนที่หนักหน่วง การต้องเผชิญกับภาวะกดดันต่างๆ ฯลฯ หลากหลายสาเหตุเหล่านี้ ทำให้ร่างกายมีความเครียดเกิดขึ้นจนส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวัน หากปล่อยไว้นานวันเข้าอาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยที่รุนแรงได้ มาจัดการกับความเครียดก่อนที่จะสายเกินไป ด้วยเคล็ดลับเล็กๆ น้อยๆ ที่ Interpharma เอามาฝากกันครับ

1. เริ่มต้นจากการสังเกตร่างกายตัวเอง ว่ามีการตอบสนองต่อความเครียดอย่างไรบ้าง ไม่ว่าจะเป็นอาการโมโหง่าย โกรธง่าย นอนไม่หลับ มีปัญหาในการนอน หงุดหงิด ซึมเศร้า รู้สึกอ่อนเพลีย พลังงานต่ำ ฯลฯ เหล่านี้เป็นอาการเบื้องต้นที่สามารถบ่งชี้ได้ว่าเรากำลังประสบกับภาวะเครียดอยู่

2. วางแผนจัดการกับความเครียด โดยค้นหาว่าตนเองเกิดความเครียดจากสาเหตุใด หากไม่พบ ให้จดบันทึกเกี่ยวกับความเครียดเป็นระยะเวลา 2 – 4 สัปดาห์ โดยจดวันที่, เวลา, สถานที่ที่เกิดความเครียด, สิ่งที่กำลังทำ, คนที่อยู่ด้วยกัน ณ ตอนนั้น, ความรู้สึกที่เกิดขึ้น หลังจากเกิดขึ้นแล้วเราทำอะไรต่อ มีอาการทางร่างกาย



อย่างไร หลังจากนั้นจึงเข้าสู่ขั้นตอนในการทบทวนถึงสาเหตุของความเครียดที่เรากำลังเผชิญอยู่ เพื่อวางแผนรับมือต่อไป

3. จัดลำดับความสำคัญ แยกสิ่งที่จะต้องทำก่อนเป็นอันดับต้นๆ และสิ่งที่สามารถทำได้หลังจากนั้น หลังจากนั้นให้วางแผนการทำงานเป็นขั้นเป็นตอน และดำเนินการตามแผนที่วางไว้ รวมถึงฝึกที่จะปฏิเสธงานที่เข้ามาแบบปัจจุบันทันด่วนออกไป เพื่อไม่ให้ปริมาณงานมากเกินไปจนเกินกว่าที่จะรับมือได้ไหว

4. ระบายมันออกมาบ้าง ด้วยการขอกำลังใจและการสนับสนุนจากคนใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ครอบครัว หรือคนรัก การได้ระบายความรู้สึกของตัวเอง แทนที่จะเก็บไว้คนเดียว จะทำให้ภาวะตึงเครียดผ่อนคลายลง และรู้สึกดีขึ้น

5. หากิจกรรมผ่อนคลายความเครียด ไม่ว่าจะเป็นการดูหนัง ฟังเพลง ออกไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจบ้าง ออกกำลังกายอย่างน้อยเป็นเวลา 30 นาทีต่อวัน จะช่วยปรับอารมณ์และลดระดับความเครียดลงได้ หรืออาจนั่งสมาธิ กำหนดลมหายใจเข้า – ออก การหายใจเข้าออกลึกๆ จะช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจและความดันโลหิตลงได้อีกด้วย

6. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ดีต่อสุขภาพ การมีสุขภาพกายที่ดีย่อมส่งผลดีต่ออวัยวะต่างๆ ภายในร่างกาย ให้สามารถทำงานได้เป็นปกติ มีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง โดยเฉพาะในกลุ่มวิตามินรวม ช่วยฟื้นฟูร่างกายจากความเครียด ทำให้รู้สึกผ่อนคลายและคืนความกระชุ่มกระชวย ความมีชีวิตชีวา และความสดใสให้กับร่างกายได้

7. หาวิธีรักษา หากไม่สามารถจัดการความเครียดได้ด้วยตนเอง หรือตกอยู่ในภาวะซึมเศร้า ควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพูดคุยบอกเล่าปัญหา ความทุกข์ใจต่างๆ ที่ทำให้เกิดความเครียด และรับคำแนะนำจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อหาทางแก้ไขปัญหา การวางแผนรับมือในการจัดการกับความเครียดต่อไป ความเครียดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้เป็นประจำทุกวัน และเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตของเราทุกคน หากเราได้นำวิธีการข้างต้นไปใช้ในการจัดการความเครียดแล้ว ก็จะมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี มีสมดุลชีวิตที่ดีในที่สุด

---

ที่มา : <https://www.interpharma.co.th/articles/สุขภาพ/วิธีจัดการความเครียดง่าย/>

## ใบงาน

### เรื่อง โกรธและเครียดตอนไหน

คำชี้แจง ให้นักเรียนร่วมกันคิดถึงสถานการณ์ที่ทำให้สมาชิกในกลุ่มโกรธหรือเครียดพร้อมบอกสาเหตุ

| สถานการณ์ทำให้นักเรียนโกรธหรือเครียด | สาเหตุที่โกรธและเครียด |
|--------------------------------------|------------------------|
|                                      |                        |
|                                      |                        |



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 40

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง บุคลิกฉัน บุคลิกเธอ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6  
จำนวน 4 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

บุคลิกภาพ คือ กิริยา ท่าทาง ความคิด จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลซึ่งมีทั้งด้านดีและด้านไม่ดี การรับรู้บุคลิกภาพของตนเองทั้ง 2 ด้าน จะทำให้สามารถพัฒนาบุคลิกภาพที่ดีอันจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้บุคลิกภาพที่ดีของผู้อื่นและแสดงความชื่นชม ย่อมทำให้มีความรู้สึกที่ดีต่อกัน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกความคิดเห็นต่อบุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่น
- 3.2 แสดงความคิดเห็นและชื่นชมบุคลิกภาพและการกระทำที่ดีของผู้อื่นด้วยคำพูดและภาษากาย
- 3.3 ยอมรับบุคลิกภาพของเพื่อนทั้งด้านดีและด้านที่ต้องได้รับการพัฒนา

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 บุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่น
- 4.2 การแสดงความคิดเห็นและชื่นชมบุคลิกภาพ

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 การแสดงบทบาทสมมติ
- 5.2 ทำใบงานเรื่อง วิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1 – 2

- 6.1 สนทนาพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องบุคลิกภาพ และเชื่อมโยงให้เข้าใจว่าบุคลิกภาพไม่ใช่แค่สิ่งที่ปรากฏให้เห็นเพียงทางร่างกายเท่านั้น แต่หมายรวมถึง กิริยา ท่าทาง ความคิด จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึก
- 6.2 นักเรียนชมวีดิทัศน์ นิทานพื้นบ้านเรื่อง “พิกุลทอง สาวน้อยแสนดี”
- 6.3 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะบุคลิกภาพของตัวละครแต่ละตัว
- 6.4 นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 4 – 5 คน โดยครูมอบหมายภาระงานให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติเรื่อง “พิกุลทอง สาวน้อยแสนดี” ทั้งนี้ นักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนบทบาทของตัวละครได้ตามที่นักเรียนต้องการ

### ชั่วโมงที่ 3

6.5 ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับลักษณะบุคลิกภาพของตัวละครในนิทานพื้นบ้าน ชื่อ พิกุลทอง และ มะลิ โดยตั้งประเด็นการสนทนาดังนี้

- นักเรียนชอบบุคลิกของตัวละครตัวใด เพราะเหตุ
- นักเรียนคิดว่ามะลิควรปรับปรุงพฤติกรรมอย่างไร จึงจะมีบุคลิกภาพที่ดี

6.6 นักเรียนสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง ทั้งด้านกิริยา ท่าทาง ความคิด จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึก แล้วหาจุดเด่น ของตนเอง

6.7 นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 4 – 5 คน สนทนากันในประเด็น “บุคลิกภาพของฉันและเธอ” โดยให้นักเรียนแต่ละคนพูดถึงลักษณะบุคลิกภาพของตนเองให้เพื่อนฟัง จากนั้น เพื่อนๆ ช่วยกันแสดงความคิดเห็นต่อบุคลิกภาพของผู้นำเสนอ สลับหมุนเวียนกันแสดงความคิดเห็นจนครบทุกคน

6.8 สมาชิกในกลุ่มคัดเลือกตัวแทนกลุ่มที่มีลักษณะบุคลิกภาพที่ดี และนำเสนอลักษณะบุคลิกภาพหน้าชั้นเรียน ทั้งนี้เมื่อแต่ละกลุ่มนำเสนอเสร็จแล้วให้สมาชิกในชั้นเรียนช่วยกัน แสดงความคิดเห็นและ ชื่นชมบุคลิกภาพที่ดีของเพื่อนอาจเป็นคำพูดหรือภาษากาย

### ชั่วโมงที่ 4

6.9 นักเรียนสำรวจบุคลิกที่ควรปรับปรุงหรือพัฒนาของตนเอง พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็นต่อบุคลิกภาพที่ควรปรับปรุงของเพื่อน

6.10 นักเรียนรวมกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน เสนอวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม แล้วบันทึกข้อมูลลงในใบงานเรื่องวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม

6.11 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูคอยแนะนำเพิ่มเติม

6.12 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการรับรู้ และเข้าใจบุคลิกภาพของตนเองทั้ง ด้านที่ดีและด้านที่ควรพัฒนา ซึ่งหากนักเรียนยอมรับ และรู้จักบุคลิกภาพในด้านที่ควรพัฒนาแล้ว นักเรียนจะสามารถปรับปรุงหรือพัฒนาบุคลิกภาพได้อย่างเหมาะสม

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 วิดีทัศน์ นิทานพื้นบ้านเรื่อง “พิกุลทอง สาวน้อยแสนดี”

7.2 ใบงานเรื่อง วิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลงาน/ใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

### เกณฑ์การประเมิน

ใบงานเรื่อง วิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม

เสนอวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม 4 ข้อขึ้นไป      ระดับคุณภาพ      ดีมาก

เสนอวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม 2 – 3 ข้อ      ระดับคุณภาพ      ดี

เสนอวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพอย่างเหมาะสม 1 ข้อ      ระดับคุณภาพ      พอใช้

เสนอวิธีการพัฒนาบุคลิกภาพไม่ได้      ระดับคุณภาพ      ปรับปรุง

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 41

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง จินตมิตราภาพ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

คนเราทุกคนล้วนมีคุณค่าเท่าเทียมกันสามารถสร้างคุณค่าให้ตนเองสร้างประโยชน์ให้กับสังคมได้ การอยู่ร่วมกันในสังคมต้องรู้จักรักษามิตรภาพที่ดีระหว่างกัน ไม่สร้างความขัดแย้งและใช้ความรุนแรงเข้าใจและเห็นอกเห็นใจกันระหว่างบุคคลใกล้ชิดตัวและรอบข้างจะทำให้การอยู่ร่วมกันมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 รักและเห็นคุณค่าในตัวเองและผู้อื่น

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 แสดงออกถึงการเข้าใจตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

3.2 แสดงพฤติกรรมการยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่างจากเพื่อน

### 4. สาระการเรียนรู้

การรู้จักรัก เข้าใจ เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

ปฏิบัติกิจกรรมตามใบงาน

### 6. วิธีจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูเล่าสถานการณ์ “เรือมนุษย์” ให้นักเรียนฟัง แล้วตั้งประเด็นคำถาม

“ถ้านักเรียนเป็นคนหนึ่งคนใดในเรื่อนั้น นักเรียนจะตัดใครออกจากเรือชูชีพ เพราะเหตุใด”

6.2 แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6 คน

6.3 ให้นักเรียนสมมติตนเองเป็นบุคคลในเรือ แล้วร่วมกันอภิปรายแสดงเหตุผล และได้แย้งด้วยเหตุผลเมื่อไม่เห็นด้วยประเด็นดังนี้ “ทำอะไรจึงจะเหลือคน 5 คน อยู่บนเรือชูชีพ และพาเรือไปถึงฝั่งซึ่งไม่รู้ทิศทางของฝั่ง”

6.4 ตัวแทนกลุ่ม รายงานผลการตัดสินใจเลือกคนลงเรือ 5 คน ด้วยเหตุผลของกลุ่มอย่างเป็นกระบวนการ  
ขั้นตอน

## ชั่วโมงที่ 2

6.5 ครูนำอภิปรายสรุปแนวคิดที่ว่า “ทุกคนมีคุณค่าเท่ากันแต่ทุกคนมีประโยชน์ต่อการเดินทางตามบอดอาจริฐติศทางลมนักบวชอาจช่วยด้านจิตใจคนชราอาจมีประสบการณ์การเดินทางเด็กมีโอกาสเป็นผู้ช่วยทำประโยชน์คนหนุ่มจะสามารถช่วยคนอื่น ๆ ได้เพราะพละกำลังมาก จึงแก้ปัญหาด้วยการให้ 5 คน อยู่บนเรือ ส่วนคนหนุ่มและนักบวชเปลี่ยนกันเกาะเรือ

6.6 ครูและนักเรียนร่วมกันเสนอแนวคิดเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสร้างคุณค่าให้กับตัวเอง

6.7 นักเรียนเขียนคุณค่าของตนเองในใบงาน “ฉันรู้ว่า... ฉันมีคุณค่า”

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 สถานการณ์ “เรือมนุษย์”

7.2 ใบงาน “ฉันรู้ว่า...ฉันมีคุณค่า”

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## สถานการณ์เรือมนุษย์

ในท้องทะเลกว้างใหญ่ มีเรือแล่นอยู่ 1 ลำ บนเรือมีคนอยู่ 6 คน คือ นักบวช คนท้องแก่ เด็กทารก คนหนุ่ม คนชรา คนตาบอด ขณะที่เรือกำลังแล่นอยู่นั้น เหตุการณ์ไม่คาดฝันก็เกิดขึ้น เรือเกิดรั่ว และจะต้องจมลงใต้ท้องทะเลภายใน 5 นาที บนเรือมีเรือชูชีพอยู่ 1 ลำ ซึ่งสามารถบรรจุทุกคนได้ 5 คนเท่านั้น ถ้าบรรจุทุกเกินเรือชูชีพจะแตก และขณะนั้นทุกคนจะมองไม่เห็นฝั่งทะเลอยู่ทางทิศใดเลย ทุกคนจะตัดสินใจอย่างไร ว่าใครจะเป็นผู้เสียสละ 1 คน





ใบงาน  
เรื่อง ฉันรู้ว่า....ฉันมีคุณค่า

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....วัน/เดือน/ปี.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนคุณค่าของตนเองตามหัวข้อที่กำหนดจากรากของต้นไม้ไปสู่เป้าหมาย

เป้าหมายชีวิตของฉัน



## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 42

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules)

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การสร้างเสริมความรู้ ความคิด และการกระทำต่อตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสมตามหลักคุณธรรม จริยธรรม กฎหมาย และค่านิยมที่พึงงามของสังคมไทยและสากล เป็นสิ่งจำเป็นที่ครอบครัวและสถานศึกษา ต้องให้ความสำคัญตั้งแต่วัยเด็กเพื่อช่วยให้มีความยับยั้งชั่งใจ แยกผิดชอบชั่วดีได้ ลดพฤติกรรมการเล่นแบบ ที่อาจทำให้เกิดความชินชากับความรุนแรงได้ นักเรียนจึงควรได้รับการส่งเสริมให้รู้จักปกป้องกันตนเองจากการถูกกลั่น เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านจิตใจ และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ร่วมกัน

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อ 4. ปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกความสำคัญและการใช้กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules) ได้
- 3.2 ระบุพฤติกรรมและการกระทำที่ไม่พึงปฏิบัติต่อผู้อื่นได้
- 3.3 แสดงพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่นได้

### 4. สาระการเรียนรู้

กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules)

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ทำใบงานที่ได้รับมอบหมาย
- 5.2 ตรวจสอบความเข้าใจ
- 5.3 สรุปเพื่อทบทวนและฝึกกำหนดกฎการปกป้องตนเอง

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

6.1 นักเรียนดูภาพพฤติกรรมการเล่นกลั่นแกล้งในโรงเรียนในต่างประเทศ และยกตัวอย่างเปรียบเทียบกับ สถานการณ์ในโรงเรียนของตนเอง

6.2 นักเรียนศึกษาข้อมูลจาก YOUTUBE “Good Touch & Bad Touch”

6.3 นักเรียนดู YOUTUBE :

[https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif\\_7Oft\\_gAhVo4XMBHZY-](https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif_7Oft_gAhVo4XMBHZY-)

Al4QjRx6BAgBEAU&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D-qAnQ3WvaD8&psig=AOvVaw0OFNLqWa3GW6zHEmUckfy8&ust=1552017352814659

6.4 นักเรียนศึกษา ใบความรู้เรื่อง สัมผัสอันตราย

6.5 นักเรียนดูวิดีโอ/คลิปที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสัมพันธภาพที่ไม่ปลอดภัยสำหรับเด็ก

6.6 ครูและนักเรียนสรุปประเด็นสาเหตุและผลของพฤติกรรมการกลั่นแกล้ง และการสัมผัสที่ไม่ปลอดภัยในสังคมปัจจุบัน

6.7 นักเรียนทำแบบตรวจสอบความเข้าใจ

## ชั่วโมงที่ 2

6.8 นักเรียนศึกษาคีลวิดีโอ เรื่อง กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules)

6.9 นักเรียนและครูร่วมอภิปรายและสรุปความหมายของ “การปกป้องตนเอง”

6.10 นักเรียนอภิปรายและยกตัวอย่างสถานการณ์ในชีวิตประจำวันที่สอดคล้องกับ 6 The Protect Yourself Rules

6.11 นักเรียนอภิปรายหลังจากศึกษาคีลวิดีโอ เรื่อง กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules)

1) รู้สึกอย่างไรเมื่อบุคคลอื่นเข้ามาใกล้ๆจนรู้สึกอึดอัด เพราะเหตุใดจึงรู้สึกเช่นนั้น

2) การปกป้องตนเองอย่างไรในสถานการณ์ที่รู้สึกว่าไม่ปลอดภัยจากบุคคลอื่นในสถานการณ์ต่างๆ เช่น ถูกเบียดในรถโดยสาร การสัมผัสและต้องร่างกายที่รู้สึกว่าถูกรวนรอมโดยตั้งใจ

6.12 ครูให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการกำหนดกฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules) โดยใช้ความรู้สึกพึงพอใจ และความรู้สึกอึดอัด ไม่ปลอดภัย เป็นหลัก เช่นการสื่อสารหรือการแสดงออกเพื่อให้บุคคลหยุดการกระทำที่ไม่สมควร สิทธิในการปกป้องตนเอง/ความกล้าในการปฏิเสธหรือห้ามปรามบุคคลที่ไม่เคารพสิทธิของผู้อื่นและการให้เกียรติและเคารพสิทธิของผู้อื่น

6.13 ให้นักเรียนทำแบบสรุปเพื่อทบทวนและฝึกกำหนดกฎการปกป้องตนเอง

6.14 ครูให้ข้อสรุป ดังนี้

กฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules) นักเรียนสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตในการปฏิบัติตนให้รอดพ้นจากปัญหา การถูกกลั่นแกล้งหรือรังแกกันในโรงเรียน (Bullying) เช่น การผลักตอย หยิก ดึงผม ใช้อุปกรณ์แทนอาวุธในการข่มขู่ การล้อเลียนหรือทำให้รู้สึกอับอาย การใช้คำหยาบคายหรือดูถูกเหยียดหยาม ใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์กล่าวหาหรือใส่ความให้ได้รับความอับอาย เป็นต้น นักเรียนสามารถใช้ทักษะในการหลีกเลี่ยงหรือใช้วิธีการปฏิเสธ หรือไม่เอาความรุนแรง

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 ภาพตัวอย่างพฤติกรรมการกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน

7.2 วิดีโอ/คลิปที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสัมพันธภาพที่ไม่ปลอดภัยสำหรับเด็ก

YOUTUBE “Good Touch & Bad Touch”

7.3 ใบความรู้ เรื่อง สัมผัสอันตราย

7.4 ใบความรู้ เรื่อง กฎการปกป้องตนเอง

7.5 แบบตรวจสอบความเข้าใจ

7.6 ใบงาน ปริศนาอักษรไขว้ (Word Search)

7.7 แบบสรุปเพื่อทบทวนและฝึกกำหนดกฎการปกป้องตนเอง

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

ภาพตัวอย่างพฤติกรรมกรกลั่นแกล้งกันในโรงเรียน







## Teach your Children Good Touch & Bad Touch

### Good Touch

It feels good to be hugged and kissed by people you love.

- When Mommy gives you a hug & kiss after you wake up.
- When Daddy gives you a good night kiss
- When Grandparents and Family come to visit and everyone gets a hug.

### Bad Touch

Bad touch make us feel bad or uncomfortable.

- When someone Kicks, hits, pinches or slaps.
- When being touched where you are not supposed to Touched.

Private body parts are the parts you cover with your swimming suit when you go swimming. No one should ever touch your private parts except your parents or Doctor as they help to keep you clean & healthy.





If someone gives me a bad touch, I say "no, stop that, back off" or "i don't like that" or "don't touch me that way".

**"Never agree to keep it secret. Tell someone you trust."**

If someone gives you a bad touch then you should tell :



- Parents
- Grandparents
- Teacher or
- Other Trusted adults.

**Dear Friend,**  
When someone gives you bad touch.  
Don't feel that you are bad.  
Whoever gives you a bad touch is the one who is bad, not you.  
"Your body belongs to you"

**www.vibgyorhigh.com | TOLL FREE NO: 1800 3000 1600**

## แบบตรวจสอบความเข้าใจเกี่ยวกับกฎการปกป้องตนเอง (The Protect Yourself Rules)

ชื่อ - นามสกุล.....วัน เดือน ปี.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่ Rule Bank กับข้อความต่อไปนี้

### Rule Bank



บอกพ่อแม่ ผู้ปกครอง



รับรู้ว่าคุณถูกคุกคาม ลวนลาม



ไม่เกรงใจ

ห้ามปราม/  
บอกให้หยุดการกระทำนั้นๆ



เลือกทางออกอย่างชาญฉลาด



ไม่ใช่ความรุนแรง/  
ไม่ใช่กำลัง



HOW TO STOP ? HOW TO STOP ? HOW TO STOP ?

1. เมื่อมีผู้ที่ทำให้นักเรียนรู้สึกกลัวหรือ  
ตะตอง สัมผัสร่างกายนักเรียนโดยไม่มี  
เหตุสมควร

2. จับหรือสัมผัสร่างกายส่วนที่ไม่ควร  
โดยไม่ได้รับอนุญาต

3. สมาชิกในครอบครัวและเพื่อนๆ ไม่  
สามารถทำร้ายหรือสัมผัสร่างกายในส่วน  
ที่ไม่ควรของนักเรียนได้

4. นักเรียนมีสิทธิที่จะห้ามให้ผู้อื่น  
หยุดการกระทำที่ทำให้รู้สึกไม่ปลอดภัย

5. การที่นักเรียนถูกทำร้ายไม่ใช่ความผิด  
ของตัวนักเรียนเอง

6. นักเรียนสามารถเลือกวิธีการเพื่อหลีกเลี่ยงสถานการณ์  
อันตรายทั้งในโลกออนไลน์และในชีวิตจริง

## ใบงาน

### ปริศนาอักษรไขว้ (Word Search : The Protect Yourself)

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | P | Y | C | A | V | I | R | Q | X | Y | G | R | D | M | X |
| U | R | P | E | R | S | O | N | A | L | S | A | F | E | T | Y |
| N | I | O | X | S | L | Q | V | X | D | Q | L | Z | L | R | J |
| S | V | G | T | Y | T | W | T | J | N | Y | P | U | Z | D | L |
| A | A | S | R | E | M | R | G | R | N | R | D | Y | S | Z | N |
| F | C | W | M | Q | C | W | A | B | U | A | P | E | Q | M | Z |
| E | Y | J | D | A | Q | T | J | N | D | S | I | G | R | D | N |
| T | K | N | B | P | R | R | Y | E | G | R | T | L | G | J | Y |
| O | K | G | M | W | Q | T | T | O | A | E | V | D | Z | L | Y |
| U | B | T | Z | X | M | S | C | D | U | R | R | P | L | Z | V |
| C | L | X | N | P | U | J | N | H | L | R | Y | O | K | W | T |
| H | W | L | T | R | X | U | R | R | O | D | S | W | P | B | P |
| E | Y | K | T | Y | O | R | W | P | M | I | R | E | R | P | N |
| S | G | D | V | B | W | J | V | Y | W | J | C | R | L | L | A |
| P | B | G | M | Y | J | R | J | R | X | P | N | E | Y | F | G |
| Z | J | D | M | R | L | Y | M | L | M | T | B | R | S | Z | D |

### WORD BANK

บุคคลที่ปลอดภัย : Personal Safety

ปกป้องตนเอง : Protect Yourself

ผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจได้ : Trusted Adult

คนแปลกหน้า : Stranger

ทางเลือกที่ดี : Smart Choices

ความสามารถส่วนตัว : Power Privacy

ขอบเขตความปลอดภัย : Trust Boundaries

สัมผัสอันตราย : Unsafe Touches



## แบบสรุปเพื่อทบทวนและฝึกกำหนดกฎการปกป้องตนเอง

ชื่อ-สกุล .....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนคำตอบสั้นๆ ตามความรู้สึกและความเข้าใจของตนเอง

1. คำต่อไปนี้หมายความว่าอย่างไร

- ทางเลือกที่ชาญฉลาด (Smart Choices)

.....

- สัมผัสที่ไม่ปลอดภัย (Unsafe Touches)

.....

- การใช้ความรุนแรง (Hitting is wrong)

.....

- ห้ามเกรงใจ (It Doesn't Matter Who it is)

.....

- บอกให้หยุด (Tell Them to Stop)

.....

- บอกพ่อแม่ ผู้ปกครอง (Tell an Adult)

.....

2. เป็นเรื่องปกติเมื่อเพื่อนที่โรงเรียนแะต้องตัวเพื่อนๆ โดยไม่ได้ขออนุญาต แต่บางครั้งก็ทำให้นักเรียนรู้สึกรำคาญ  
ในกรณีเช่นนี้นักเรียนจะแสดงสิทธิของความเป็นส่วนตัวและบอกให้เพื่อนทราบได้อย่างไร

.....

.....

3. กฎการปกป้องตัวเองช่วยให้นักเรียนไม่สร้างความเดือดร้อน รำคาญแก่เพื่อนๆ ได้อย่างไร

.....

.....

\*\*\*\*\*

อ้างอิงจาก : The Barbara Sinatra Children's Center Foundation, Extension lessons produced  
in collaboration with WonderGroveLearn.com

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 43

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม

เรื่อง สร้างสรรค์ทักษะ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6

จำนวน 2 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมมีประโยชน์ต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม หากนักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงยุคดิจิทัลได้อย่างเหมาะสมก็จะไม่ก่อให้เกิดปัญหา รวมทั้งสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตอย่างเหมาะสมอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข รู้จักหลีกเลี่ยงอบายมุข สารเสพติด การพนัน หรือสิ่งที่เป็นอันตรายต่อชีวิต มีทักษะชีวิตในการอยู่ร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ การปรับตัวจึงเป็นทักษะที่สำคัญสำหรับการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 อธิบายวิธีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้
- 3.2 บอกทักษะที่สำคัญจำเป็นต้องใช้สำหรับการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

### 4. สาระการเรียนรู้

ทักษะการปรับตัวและการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 ฟังนิทานต้นโอ๊กกับต้นอ้อ
- 5.2 แต่งนิทาน/แสดงละคร

### 6. วิธีการจัดกิจกรรม

#### ชั่วโมงที่ 1

- 6.1 ครูเล่านิทานเรื่อง “ต้นโอ๊กกับต้นอ้อ” ให้นักเรียนฟัง และร่วมสนทนาเกี่ยวกับเนื้อหาของนิทานในเบื้องต้น
- 6.2 นักเรียนเข้ากลุ่ม ๆ ละ 3 - 5 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นและตอบคำถามจากนิทานที่ครูเล่าให้ฟัง
- 6.3 สุ่มตัวอย่างตัวแทนกลุ่มนำเสนอจากนิทาน “ต้นโอ๊กกับต้นอ้อ” จากประเด็นคำถามดังนี้

- 1) เหตุใดต้นโอ๊คจึงได้หักสะบั้นลง
- 2) เหตุใดต้นอ้อจึงไม่หักเมื่อโดนพายุพัด
- 3) ต้นโอ๊คเปรียบเหมือนนิสัยของคนประเภทใด
- 4) ต้นอ้อเปรียบเหมือนนิสัยของคนประเภทใด

6.4 ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายและตอบคำถามใน 4 ประเด็น จากเรื่อง “ต้นโอ๊คกับต้นอ้อ”

6.5 ครูให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงวิธีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้ และมอบหมายใบงานให้นักเรียนไปปฏิบัติ เรื่อง ทักษะสำหรับการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น

6.6 นักเรียนส่งใบงานให้ครูประเมิน ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายและตรวจสอบแนวคำตอบ

6.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม และนัดหมายให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันแต่งนิทานเรื่องใหม่ที่ให้ข้อคิดเหมือนนิทานเรื่อง “ต้นโอ๊คกับต้นอ้อ” นำเสนอนิทานเรื่องใหม่ในรูปแบบการแสดงละครซึ่งให้แต่ละกลุ่มนำผลงานที่แต่งมาแสดงเป็นละครในช่วงต่อไป

## ชั่วโมงที่ 2

6.8 ทบทวนกิจกรรมจากครั้งที่แล้วมาในชั่วโมงที่ 1 ให้สมาชิกกลุ่มนำเสนอในรูปแบบการแสดงละคร นักเรียนสรุปประเด็นของแต่ละเรื่อง ครูประเมินผลงาน สมาชิกกลุ่มอื่นเปลี่ยนกันประเมินการแสดงของแต่ละกลุ่ม

6.9 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการแสดงละครของแต่ละกลุ่ม ครูให้แนวคิดเพิ่มเติมโดยสรุปว่า การปรับตัว เป็นทักษะที่จำเป็นและสำคัญสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมสิ่งแวดล้อมในยุคการเปลี่ยนแปลงสังคม ดิจิตอล นักเรียนต้องตั้งรับการเปลี่ยนแปลงในยุคข่าวสารข้อมูลที่มากมาย ต้องรู้จักวิธีการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ทักษะจำเป็น เช่น การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ การใช้สื่อเทคโนโลยีอย่างฉลาด ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจต่างๆ หรือทักษะการอยู่ร่วมกันในสังคม สามารถบูรณาการและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

## 7. สื่อ/อุปกรณ์

นิทานเรื่อง “ต้นโอ๊คกับต้นอ้อ”

## 8. การวัดและประเมินผล

### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจสอบผลงาน

### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

#### 8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

#### 8.3.2 การประเมินผลใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                         |
|---------|-------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | การประเมินใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา              |

## นิทานเรื่อง “ต้นโอ้กับต้นอ้อ”

นานมาแล้ว ในป่าแห่งหนึ่ง มีต้นโอ้ใหญ่ขึ้นสูงเป็นสง่ากลางพงอ้อ ต้นโอ้ภูมิใจในความสูงสง่าของตน และมักดูหมิ่นต้นอ้อเสมอว่า ต้นเล็ก ไม่งามสง่า อยู่มาวันหนึ่ง ลมพายุพัดมา ต้นอ้อก็โอนอ่อนลู่ลมไปตามแรงพายุ แต่ต้นโอ้นั้นกลับหักสะบั้นลง เพราะลำต้นแข็งและไม่อ่อนผ่อนไปตามแรงลม.....ต้นอ้อยิ้มและพูดกับต้นโอ้ว่า ถึงแม้เราจะไม่ใหญ่โต สูงสง่าเหมือนท่านเราก็คงอยู่ได้ไม่หักสะบั้นเหมือนท่าน

.....

จงตอบคำถามจากนิทานเรื่อง “ต้นโอ้กับต้นอ้อ”



1. เหตุใดต้นโอ้จึงได้หักสะบั้นลง
2. เหตุใดต้นอ้อจึงไม่หักเมื่อโดนพายุพัด
3. ต้นโอ้เปรียบเหมือนนิสัยของคนประเภทใด
4. ต้นอ้อเปรียบเหมือนนิสัยของคนประเภทใด



## ใบงาน

### เรื่อง ทักษะการปรับตัวสำหรับการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนตอบคำถามและเติมข้อความลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

1. การปรับตัว คือ .....  
.....  
.....
2. ทักษะการปรับตัวมีความสำคัญอย่างไรต่อการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม  
.....  
.....  
.....
3. นักเรียนคิดว่าทักษะที่สำคัญจำเป็นต้องใช้สำหรับการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ มีทักษะอะไรบ้าง ให้นักเรียน  
ตอบอย่างน้อย 3 ทักษะ  
.....  
.....  
.....
4. ให้นักเรียนมีวิธีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงในยุคสังคมดิจิทัลอย่างไรบ้าง  
.....  
.....  
.....

\*\*\*\*\*



ใบงาน  
เรื่อง การแต่งงาน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนแต่งนิทานเรื่องใหม่ตามแนวเรื่องเดิม

นิทานเรื่อง.....



แบบประเมินการตรวจผลงานการแต่งนิทาน

คำชี้แจง ครูประเมินพฤติกรรมของนักเรียนให้เขียนเชิงสร้างสรรค์แล้วให้ลงคะแนนในช่อง  
ที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

เกณฑ์การประเมิน ผ่านการประเมิน ต้องได้คะแนนร้อยละ 60 ขึ้นไป

| เลขที่ | ชื่อ-สกุล | เนื้อเรื่องน่าใจ | การใช้ภาษากระชับ ชัดเจน<br>สุภาพ ถูกต้อง เหมาะสม | ลำดับความคิดเหตุการณ์อย่าง<br>ต่อเนื่อง | เร้าความสนใจ ความรู้สึก | การเขียนสะกดคำอ่าน | การเว้นวรรคตอนถูกต้อง | ความสะอาดเป็นระเบียบ | รวม |
|--------|-----------|------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------|--------------------|-----------------------|----------------------|-----|
|        |           | 5                | 5                                                | 5                                       | 5                       | 5                  | 5                     | 5                    | 35  |
| 1      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 2      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 3      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 4      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 5      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 6      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 7      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |
| 8      |           |                  |                                                  |                                         |                         |                    |                       |                      |     |

(ลงชื่อ).....ผู้ประเมิน

(.....)

...../...../.....



รายละเอียด เกณฑ์การให้คะแนนแบบประเมินการแต่งนิทาน

| ประเด็นการประเมิน                                | เกณฑ์การให้คะแนน                                                  |                                                                           |                                                           |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
|                                                  | 3                                                                 | 2                                                                         | 1                                                         |
| 1. เนื้อเรื่องน่าสนใจ                            | เนื้อเรื่องที่เขียนน่าสนใจ ใช้ตัวละครเดินเรื่องที่แปลกใหม่เหมาะสม | เนื้อเรื่องที่เขียนน่าสนใจ ใช้ตัวละครเดินเรื่องเรียบง่าย                  | ไม่มีความคิดในการเขียนน่าสนใจ                             |
| 2. การใช้ภาษากระชับ ชัดเจน สุภาพ ถูกต้อง เหมาะสม | การใช้ภาษากระชับ ชัดเจน สุภาพ ถูกต้อง เหมาะสม ตลอดทั้งเรื่อง      | การใช้ภาษากระชับ ชัดเจน สุภาพ ถูกต้อง เหมาะสม เป็นบางข้อความ              | การใช้ภาษาไม่ชัดเจน ไม่สุภาพ ไม่เหมาะสม                   |
| 3. ลำดับความคิด เหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง          | ลำดับความคิด ลำดับเหตุการณ์ได้อย่างต่อเนื่อง เหมาะสม              | ลำดับความคิด ลำดับเหตุการณ์ได้อย่างต่อเนื่องบกพร่องบางส่วน                | ลำดับความคิด ลำดับเหตุการณ์สับสน วกวน ไม่ต่อเนื่อง        |
| 4. ได้รับความสนใจ ความรู้สึกผู้อ่าน              | เขียนเรื่องได้ดี ได้รับความสนใจ ความรู้สึกและดึงดูดผู้อ่านเหมาะสม | เขียนเรื่องได้ดี ได้รับความสนใจ ความรู้สึกและดึงดูดผู้อ่านเหมาะสม บางส่วน | เขียนเรื่องได้ไม่ดี ไม่ได้รับความสนใจ และไม่ดึงดูดผู้อ่าน |
| 5. การเขียนสะกดถูกต้อง                           | เขียนสะกดถูกต้อง ทุกคำ ตลอดทั้งเรื่อง                             | เขียนสะกดผิด 2 ตำแหน่ง                                                    | เขียนสะกดผิดตั้งแต่ 2 ตำแหน่งขึ้นไป                       |
| 6. การเว้นวรรคตอน ถูกต้อง                        | เขียนเว้นวรรคตอน ถูกต้องตลอดทั้งเรื่อง                            | เขียนเว้นวรรคตอน ถูกต้องเป็นบางส่วน                                       | เขียนเว้นวรรคตอนไม่ถูกต้อง ตลอดทั้งเรื่อง                 |
| 7. ความสะอาดสวยงาม เป็นระเบียบ                   | ทำงานสะอาด สวยงาม และเป็นระเบียบ                                  | ทำงานสะอาด สวยงาม และไม่เป็นระเบียบ                                       | ทำงานไม่สะอาด และไม่ เป็นระเบียบ                          |

## แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ 44

หน่วยการจัดกิจกรรม ส่วนตัวและสังคม  
เรื่อง เราเพื่อนกัน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6  
จำนวน 3 ชั่วโมง

### 1. สาระสำคัญ

เพื่อนมีความสำคัญและมีความหมาย การอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกัน รู้จักปรับตัวเข้ากับเพื่อนจึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นสำหรับการอยู่ร่วมกันในสังคมไม่ว่าจะเป็นในชั้นเรียน หรือเพื่อนนอกโรงเรียน เพื่อนช่วยรับฟังปัญหาและความไม่สบายใจของกันและกัน การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างเพื่อนโดยใช้คำพูด กิริยา ท่าทาง ความรู้สึกนึกคิด และการกระทำที่เหมาะสม จะทำให้เป็นที่รักใคร่ของเพื่อน ยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ยอมรับบุคลิกภาพของเพื่อนที่แตกต่างทั้งด้านดีและด้านที่ต้องพัฒนา สามารถทำงานร่วมกันได้ จะทำให้การอยู่ร่วมกันกับเพื่อนได้อย่างมีความสุข

### 2. สมรรถนะการแนะแนว : ด้านส่วนตัวและสังคม

ข้อที่ 2 ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 3.1 บอกความหมายและความสำคัญของเพื่อนได้
- 3.2 สร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนโดยใช้คำพูด กิริยา ท่าทาง อารมณ์ และความรู้สึกนึกคิด การกระทำที่เหมาะสมกับสถานการณ์
- 3.3 นำทักษะการปรับตัวไปใช้ในการทำงานร่วมกันและใช้ในชีวิตประจำวันได้

### 4. สาระการเรียนรู้

- 4.1 ความหมายและความสำคัญของเพื่อน
- 4.2 ทักษะการปรับตัวและการอยู่ร่วมกับเพื่อน

### 5. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- 5.1 วิเคราะห์กรณีตัวอย่าง
- 5.2 ทำใบงาน/ประเมินตนเอง
- 5.3 นำเสนอผลงานกลุ่ม

## 6. วิธีการจัดกิจกรรม

### ชั่วโมงที่ 1

6.1 ครูใช้มือถือเปิดเพลงที่มีความหมายเกี่ยวกับคำว่า “เพื่อน” ให้นักเรียนฟัง ครูให้นักเรียนช่วยกันตอบคำถามว่าความหมายของเพลงคืออะไร ให้ความรู้สึกอย่างไรจากบทเพลง สุ่มนักเรียนตอบคำถาม 3-4 คน

6.2 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความหมายและความสำคัญของเพื่อนคืออะไร มีความสำคัญอย่างไรกับนักเรียน ให้แต่ละคนบอกนิยามของคำว่า “เพื่อน” แสดงความคิดเห็นและตอบคำถาม

6.3 สุ่มตัวแทนนักเรียนตอบคำถามจากประเด็นคำถามดังนี้

- 1) เพื่อนมีความสำคัญอย่างไร
- 2) เพื่อนมีกี่ประเภท
- 3) ทำไมจึงต้องปรับตัวในการอยู่ร่วมกันกับเพื่อน

6.4 ครูร่วมอภิปรายและสนทนาเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างสบายใจ ว่าควรจะทำอย่างไร ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าสิ่งที่ควรทำ เพื่อให้อยู่กับผู้อื่นอย่างมีความสุข และสบายใจ ควรทำอย่างไร

6.5 ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปความหมาย ความสำคัญของ “เพื่อน”

6.6 แจกแบบประเมินการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ครูอธิบายชี้แจงการประเมินตนเองและการแปลผลจากคะแนน ให้นักเรียนส่งแบบประเมินพร้อมแปลผลที่ครู

6.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมว่าได้ผลการประเมินระดับดี หรือควรปรับปรุง ครูให้แนวคิดเพิ่มเติมว่า ใครที่ประเมินได้ระดับดี แสดงว่าเราเป็นผู้ที่มีทักษะในการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี ถ้าใครได้ระดับคะแนนต่ำกว่า 20 คะแนน แสดงว่าต้องปรับปรุงทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ครูนัดหมายการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

### ชั่วโมงที่ 2

6.8 ครูและนักเรียนทบทวนกิจกรรมจากครั้งที่แล้วมาในชั่วโมงที่ 1 แบ่งนักเรียนเป็น 5 กลุ่ม โดยตามความสมัครใจ กลุ่มละ 3-5 คน

6.9 แจกใบงานให้นักเรียนแต่ละคน ในแต่ละกลุ่มๆ ละ 1 ใบงาน ( 1 เรื่อง) กรณีศึกษา ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกัน พิจารณา แสดงความคิดเห็นตามคำชี้แจงในใบงาน ให้ได้คำตอบเป็นมติของกลุ่ม บันทึกผล ส่งตัวแทนกลุ่มออกมารายงานหน้าชั้นเรียน

6.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมว่าการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน โดยใช้คำพูด กิริยา ท่าทาง อารมณ์ และความรู้สึกนึกคิด การกระทำที่เหมาะสมกับสถานการณ์นั้นๆ จะช่วยให้มีทักษะในการทำงานร่วมกับเพื่อนหรือ กลุ่มเพื่อนได้ราบรื่นและการทำงานประสบความสำเร็จ

6.11 ครูนัดหมายการเรียนรู้ในครั้งต่อไป

### ชั่วโมงที่ 3

6.12 ทบทวนกิจกรรมจากครั้งที่แล้วมาในชั่วโมงที่ 2 แจกใบงาน เรื่อง สรุปลสาระสำคัญ “เราเพื่อนกัน” ให้สมาชิกกลุ่มศึกษาแล้วสรุปลสาระสำคัญผลงานลงในใบงาน จากนั้นให้กลุ่มนำเสนอผลงาน

6.13 สมาชิกกลุ่มนำเสนอสรุปลประเด็นตามใบงานที่ได้รับมอบหมาย ครูประเมินผลงาน สมาชิกกลุ่มอื่น ร่วมกันแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นด้วยกัน

6.14 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปลสาระสำคัญ “เราเพื่อนกัน”

6.15 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปลผลงานแต่ละกลุ่ม ครูให้แนวคิดเพิ่มเติมโดยสรุปลว่า เพื่อนมีความสำคัญ ต่อการรับฟังเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนหรือกับผู้อื่น สามารถกระทำได้หลายวิธี เช่น คำพูด กิริยาท่าทาง การแสดงอารมณ์ และความรู้สึกนึกคิด สิ่งเหล่านี้ ผู้กระทำ ควรพิจารณาถึงความเหมาะสมกับบุคคลและกาลเทศะ การสร้างทักษะเหล่านี้สามารถฝึกฝนได้ เพื่อนำไปใช้ในการทำงานร่วมกันกับเพื่อนและปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

### 7. สื่อ/อุปกรณ์

7.1 บทเพลงเกี่ยวกับเพื่อน

7.2 วีดีโอเกี่ยวกับเพื่อน

7.3 กระดาษศึกษาเท่าจำนวนกลุ่ม

### 8. การวัดและประเมินผล

#### 8.1 วิธีประเมิน

8.1.1 สังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.1.2 ตรวจผลงาน

#### 8.2 เครื่องมือประเมิน

8.2.1 แบบสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

8.2.2 แบบตรวจผลงาน

#### 8.3 เกณฑ์การประเมิน

8.3.1 การสังเกตการปฏิบัติกิจกรรม

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                                                      |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความรับผิดชอบ และมีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน |
| ไม่ผ่าน | ไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรมไม่ครบทุกรายการ                                 |

8.3.2 การประเมินผลงาน/ใบงาน

| เกณฑ์   | ตัวบ่งชี้                                                            |
|---------|----------------------------------------------------------------------|
| ผ่าน    | นำเสนอผลงาน /ใบงาน มีความถูกต้อง ความสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งตรงต่อเวลา |
| ไม่ผ่าน | การนำเสนอผลงาน /ใบงานไม่ถูกต้องสมบูรณ์ครบถ้วน และส่งงานไม่ตรงต่อเวลา |

## แบบประเมินตนเอง

### เรื่อง การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนอ่านข้อความ และทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับลักษณะของตนเองมากที่สุด

| ข้อความ                                                                                                              | ไม่จริง | จริง<br>บางครั้ง | ค่อนข้าง<br>จริง | จริง<br>มาก |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------|------------------|-------------|
| 1. ฉันชอบเข้าสังคมและอยากทำความรู้จักกับคนอื่น ๆ เสมอ                                                                |         |                  |                  |             |
| 2. ฉันให้ความสำคัญอย่างมากในการเลือกใช้คำพูดที่เหมาะสม<br>ไม่ว่าจะพูดกับใครก็ตาม                                     |         |                  |                  |             |
| 3. ฉันรู้ว่าเมื่อไรควรพูด เมื่อไรควรจะฟัง                                                                            |         |                  |                  |             |
| 4. ฉันรู้จักชวนคนอื่นพูดคุยในเรื่องที่เขาสงสัย                                                                       |         |                  |                  |             |
| 5. ฉันมักเป็นคนเริ่มต้นทักทายผู้อื่นก่อนเสมอ                                                                         |         |                  |                  |             |
| 6. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้                                                   |         |                  |                  |             |
| 7. ฉันสามารถทำให้เพื่อนยอมรับจุดอ่อนของเขาได้โดยไม่เสีย<br>สัมพันธภาพ                                                |         |                  |                  |             |
| 8. ฉันยินดีรับฟังคำวิพากษ์วิจารณ์ เพื่อปรับปรุงตนเองเสมอ                                                             |         |                  |                  |             |
| 9. นอกจากการฟังอย่างตั้งใจแล้วบ่อยครั้ง ฉันสามารถเข้าใจ<br>ความต้องการของผู้อื่นได้โดยการสังเกต สีหน้า กิริยา ท่าทาง |         |                  |                  |             |
| 10. ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน                                                                               |         |                  |                  |             |

คะแนน 4 = จริงมาก  
3 = ค่อนข้างจริง  
2 = จริงบางครั้ง  
1 = ไม่จริง

**การแปลผล** คะแนนมากกว่า 20 ขึ้นไป อยู่ในเกณฑ์ที่น่าพอใจ  
คะแนน 20 และน้อยกว่า อยู่ในเกณฑ์ที่ควรปรับปรุง

## ใบงานกลุ่มที่ 1

### เรื่อง “ผู้กมิตร”

คำชี้แจง ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มอภิปรายแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น  
ว่าจะทำอย่างไร เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีและบรรยากาศที่เป็นกันเอง

#### “ผู้กมิตร”

ญญา เป็นนักเรียนของโรงเรียนเพียงคนเดียว ที่ได้รับคัดเลือกเข้าค่ายเนตรนารีร่วมกับกลุ่ม  
โรงเรียนอื่น ญญา จึงได้พบเพื่อนมากมายจากต่างโรงเรียน ญญา ควรทำอย่างไร

สิ่งที่ญญา ควรทำ :

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

ชื่อกลุ่ม.....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

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

## ใบงานกลุ่มที่ 2 เรื่อง “เปลี่ยนมุมมองความคิด”

### กรณีศึกษา เรื่องเพื่อนรังแกฉัน

ณเดชน์ เป็นนักเรียนชั้น ป. 6 เป็นนักเรียนดี มีนิสัยเรียบร้อยดี มีความประพฤติเรียบร้อย มีอุปการะ  
การเรียนรู้ครบถ้วน เก็บไว้เป็นระเบียบ เพื่อนๆ มาหยิบยืมไปใช้อยู่เป็นประจำ บอย เป็นเพื่อนชายคนหนึ่งที่ชอบมา  
หยิบของไปใช้ โดยไม่บอกกล่าว และเมื่อใช้แล้วก็ไม่รับผิดชอบนำมาคืน ทำให้ของใช้ ณเดชน์ หายอยู่บ่อยๆ  
ณเดชน์ เคยต่อว่า บอย แต่บอยก็ยังปฏิบัติเหมือนเดิม ถ้านักเรียนเป็น ณเดชน์ นักเรียนจะอย่างไร

#### คำชี้แจง

1. อ่านเรื่องของ ณเดชน์ ให้เข้าใจ
2. ถ้านักเรียนเป็น ณเดชน์ นักเรียนจะอย่างไร ให้สมาชิกให้เหตุผล บอกข้อดี ข้อเสีย  
ของทางเลือกที่นักเรียนเลือก  
ตอบ.....  
เหตุผล.....  
ข้อดี.....  
ข้อเสีย.....
3. ณเดชน์ ควรปรับเปลี่ยนความคิดอย่างไร ที่จะทำให้ตนเองมี อารมณ์ และความรู้สึก  
ที่ไม่เป็นผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น  
ตอบ.....  
.....  
.....
4. ส่งตัวแทนกลุ่มรายงานผลหน้าชั้นเรียน

ชื่อกลุ่ม .....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

- |        |        |
|--------|--------|
| 1..... | 2..... |
| 3..... | 4..... |
| 5..... | 6..... |

### ใบงานกลุ่มที่ 3

#### “อีกหนึ่งเดียว”

**คำชี้แจง** สมาชิกแต่ละกลุ่ม อภิปรายแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าจะทำ  
อย่างไร เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพและบรรยากาศที่เป็นกันเอง

#### “อีกหนึ่งเดียว”

อเล็ก และ หมากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ได้รับมอบหมายให้จัดบอร์ดหน้าห้อง  
ซึ่งจะต้องทำให้เสร็จภายใน 2 วัน ข้างหน้า แต่งานจัดบอร์ดยังค้างอีกมากต้องเร่งทำให้เสร็จ หมากร  
ป่วยกะทันหัน ต้องนอนพักรักษาตัวที่โรงพยาบาลเป็นเวลา 2 วัน เขามีความวิตกกังวล และเครียดมาก  
เพราะกลัวว่างานจะไม่สำเร็จ และรู้สึกไม่สบายใจที่ อเล็ก จะต้องทำงานหนัก เพียงคนเดียว เมื่อ  
อเล็ก ไปเยี่ยม หมากร ก็จะช่วยถามถึงงาน อเล็ก ควรทำอย่างไร

สิ่งที่ อเล็ก ควรทำ :

.....

.....

.....

.....

293

ชื่อกลุ่ม .....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

- |        |        |
|--------|--------|
| 1..... | 2..... |
| 3..... | 4..... |
| 5..... | 6..... |



## ใบงานกลุ่มที่ 4 “เสียดายจัง”

**คำชี้แจง** สมาชิกแต่ละกลุ่ม อภิปรายแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าจะ  
ทำอย่างไร เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพและบรรยากาศที่เป็นกันเอง

### “เสียดายจัง”

รุ่งรัตน์ และ เพ็ญภา เป็นเด็กเรียนเก่ง ทั้งสองคนสมัครสอบชิงทุนศึกษาต่อต่างประเทศ และมีความคาดหวังมากที่ต้องไปศึกษาและหาประสบการณ์ที่ต่างประเทศด้วยกัน ผลสอบปรากฏว่ารุ่งรัตน์สอบผ่านเพียงคนเดียว ทำให้เพ็ญภารู้สึกเสียใจมาก รุ่งรัตน์ควรทำอย่างไร

สิ่งที่รุ่งรัตน์ควรทำ :

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

ชื่อกลุ่ม .....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

- |        |        |
|--------|--------|
| 1..... | 2..... |
| 3..... | 4..... |
| 5..... | 6..... |

## ใบงานกลุ่มที่ 5 “เพ็งนึกได้”

**คำชี้แจง** สมาชิกแต่ละกลุ่ม อภิปรายแสดงความคิดเห็นต่อสถานการณ์ ที่เกิดขึ้นว่าจะ  
ทำอย่างไร เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพและบรรยากาศที่เป็นอันเอง

### “เพ็งนึกได้”

มาริษา และชนิดา เป็นนักเรียน พักอยู่ห้องพักเดียวกันแต่เรียนคนละห้อง ชนิดาออกไปทำธุระข้างนอก บังเอิญมีโทรศัพท์จากแอนฝากข้อความ ว่า “ขอให้ชนิดา นำรายงานมาส่งอาจารย์ด่วน ก่อนเวลา 13.00 น. เพราะ อาจารย์ต้องไปราชการอีก 3 วัน จึงจะกลับมา ถ้าไม่ส่งรายงาน ต้องเริ่มทำใหม่” มาริษาเป็นคนรับฝากข้อความ ชนิดากลับมาห้องพัก เวลา 11.00 น. ด้วยความหงุดหงิดที่ได้เจอกับเหตุการณ์ขณะออกไปทำธุระข้างนอก จน มาริษา นึกขึ้นได้ว่ามีข้อความฝากถึงชนิดา เธอก็นำมาให้ เมื่อชนิดาได้รับก็หันมามองนาฬิกาซึ่งขณะนี้เวลา 13.10 น. แล้ว ชนิดา ยังมีความรู้สึกที่แย่มาก เพราะรายงานชิ้นนี้สำคัญมาก ถ้านำไปส่งไม่ทัน เธอต้องเริ่มทำใหม่ ซึ่งต้องใช้เวลานานประมาณ 1 เดือน มาริษา และชนิดา ควรทำอย่างไร

สิ่งที่มาริษาและชนิดาควรทำ

.....

.....

.....

295

ชื่อกลุ่ม .....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

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

ใบงานกิจกรรม  
เรื่อง สรุปสาระสำคัญ “เราเพื่อนกัน”

**คำชี้แจง** สมาชิกแต่ละกลุ่มอภิปรายแสดงความคิดเห็นแล้วตอบคำถามลงในใบงานกิจกรรม กลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

1. “เราเพื่อนกัน” ในความหมายของกลุ่ม คือ

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

2. ทักษะการปรับตัว มีความสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างไร

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

3. ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ควรมีทักษะใดบ้าง เพราะอะไร

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

4. ข้อคิดที่ได้ประโยชน์และสาระสำคัญของกิจกรรม “เราเพื่อนกัน” นักเรียนได้อะไรบ้าง

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

ชื่อกลุ่ม .....

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

|        |        |
|--------|--------|
| 1..... | 2..... |
| 3..... | 4..... |
| 5..... | 6..... |

## บรรณานุกรม

กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**. พิมพ์ครั้งที่ 3.

กรุงเทพฯ.: โรงพิมพ์ชุมนุม สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย. จำกัด.

กรมส่งเสริมการมีงานทำ (2561). **เครื่องมือค้นหาตนเอง**. เอกสารประกอบการอบรมครูแนะแนว

โครงการพัฒนาเครือข่ายการแนะแนวอาชีพ. 27 สิงหาคม 2561 ขอนแก่น, (เอกสารอัดสำเนา)

ณัฐอรียา สุขสุวรรณพร. (2553). **การสร้างอาชีพเสริมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน**

ในเขตเทศบาล ตำบลอ่างศิลา จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต,

สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น, คณะรัฐศาสตร์, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต. (2541). **จิตวิทยาพัฒนาการสำหรับพยาบาล**. สงขลา : ชานเมืองการพิมพ์.

สุชา จันทนอม. 2540. **จิตวิทยาพัฒนาการ**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.

The Barbara Sinatra Children's Center Foundation, Extension lessons produced in collaboration with WonderGroveLearn.com

<https://campus.campus-star.com/variety/79046.html>

<https://www.dek-d.com/board/view/840100/>

[https://www.facebook.com/media/set/?set=a.1019962241422593.1073741837.](https://www.facebook.com/media/set/?set=a.1019962241422593.1073741837.988121224606695&type=3)

988121224606695&type=3 รูปแบบการเรียนรู้ (Learning Style) ตอนที่ 1 โดย เล่นจนได้เรื่อง

[https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif\\_7Oft-\\_gAhVo4XMBHZY-](https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif_7Oft-_gAhVo4XMBHZY-)

[Al4QjRx6BAgBEAU&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D-](https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif_7Oft-_gAhVo4XMBHZY-)

[qAnQ3WvaD8&psig=AOvVaw0OFNLqWa3GW6zHEmUCkfy8&ust=1552017352814659](https://www.google.com/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwif_7Oft-_gAhVo4XMBHZY-)

<http://www.kindererholung.com/%E0>

<http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.php?book=9&chap=13&page=t9-13->

[infodetail04.html](http://kanchanapisek.or.th/kp6/sub/book/book.php?book=9&chap=13&page=t9-13-)

<http://mohaney20.blogspot.com/>

<http://www.ops.moe.go.th/ops2017>

<http://www.portal.edu.chula.ac.th/mana.k/blog/view.php?Bid=1277087709556070>

<https://www.interpharma.co.th/articles/สุขภาพ/วิธีจัดการความเครียดง่าย/>

<http://www.okmd.or.th/okmd-opportunity/new-gen/262/>

<http://www.unigang.com/Article/6236>

พัฒนาการของเด็กช่วงอายุ 6 – 12 ปี

## พัฒนาการของเด็กช่วงอายุ 6 – 12 ปี

| พัฒนาการด้านอารมณ์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | พัฒนาการด้านภาษา                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | พัฒนาการด้านสติปัญญา                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | พัฒนาการด้านสังคม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>-ชอบความตื่นเต้น</li> <li>-พึงพอใจในสิ่งแปลกใหม่</li> <li>-ชอบการยกย่อง แต่ไม่ชอบการเปรียบเทียบ</li> <li>-รู้จักใช้เหตุผล</li> <li>-สนใจที่จะสะสมสิ่งของ</li> <li>-สามารถตัดสินใจด้วยตนเอง</li> <li>-ไตร่ตรองก่อนตัดสินใจ</li> <li>-มีความคิดที่ละเอียดอ่อนมากขึ้น</li> <li>-สามารถเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น</li> <li>-ควบคุมอารมณ์ของตนได้</li> <li>-เรียนรู้ที่จะแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมในรูปแบบที่สังคมยอมรับได้</li> </ul> <p>(ทิพย์ภา เชษฐ์เชาวลิต, 2541, น. 81-82 ; สุชา จันทน์เอม, 2540, น. 131-132)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีความรู้ในด้านภาษา</li> <li>- มีความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่างๆรอบตัวมากขึ้น</li> <li>- สามารถคิดหาเหตุผล</li> <li>- แก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ</li> <li>- สามารถเข้าใจกฎเกณฑ์ต่างๆที่เป็นรูปธรรม และพฤติกรรม ที่เด็กสามารถปฏิบัติได้ เช่น การตั้งใจเรียน เชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่ เป็นการทำความดี (Piaget : Constructivist Theory ,Concrete operational stage)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ใฝ่เรียนรู้</li> <li>- พยายามกระทำสิ่งต่างๆเพื่อให้เห็นสามารถทำได้หรือประสบความสำเร็จ</li> <li>- ตอบคำถามอย่างมีเหตุผล</li> <li>- แก้ปัญหาและรู้จักหาเหตุผล โดยอาศัยการสังเกต</li> <li>- ชอบอ่านหนังสือที่กล่าวถึงข้อเท็จจริง</li> <li>- ความรู้รอบตัวกว้างขึ้น</li> <li>- มีความคิดริเริ่ม</li> <li>- สามารถเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้รวดเร็ว</li> <li>- สามารถคิดวิเคราะห์ และแก้ปัญหาได้ชัดเจนมากขึ้น</li> <li>- กระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้จากแหล่งต่าง ๆ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- เรียนรู้เกี่ยวกับเพื่อน ครู การเรียน การเล่นกับเพื่อน(Freud : Psychoanalytic Theory , Latency stage)</li> <li>- อยากให้ผู้อื่นยอมรับความสามารถของตนเอง (Erikson : ทฤษฎีจิตสังคม ขั้นที่ 4)</li> <li>- เลือกรับปฏิบัติตามเพื่อน</li> <li>- เรียนรู้ทักษะการเข้าสังคมที่เป็นประโยชน์ เช่น การยอมรับและมีความรับผิดชอบ การมีน้ำใจ นักกีฬา และการมีพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ</li> <li>- อยากให้ผู้อื่นยอมรับในความสามารถของตนเอง (Erikson : ทฤษฎีจิตสังคม ขั้นที่ 4)</li> <li>- ต้องการอิสรภาพเพิ่มขึ้น</li> <li>- เลียนแบบการกระทำต่าง ๆ ของคนอื่น</li> <li>- แสวงหาเพื่อนที่มีความคล้ายคลึงกันในด้านบุคลิกลักษณะความชอบ และเป็นเพื่อนที่สามารถไว้วางใจได้</li> <li>- สังคมเฉพาะของเพื่อนเพศเดียวกัน</li> </ul> |

แบบประเมินสมรรถนะนักเรียน

## แบบประเมินสมรรถนะสำหรับครูประเมินนักเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ..... / ..... ปีการศึกษา .....

ชื่อ-สกุล เด็กชาย/เด็กหญิง ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง : ให้ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนวสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคุณภาพ

| สมรรถนะ         | รายการประเมิน                                                            | ระดับคุณภาพ  |           |              |                 | สรุปผลการประเมิน                                                                                                                     |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|--------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                                                                          | ดีมาก<br>(3) | ดี<br>(2) | พอใช้<br>(1) | ปรับปรุง<br>(0) |                                                                                                                                      |
| 1. ด้านการศึกษา | 1.1 ระบุกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ตนเองสนใจ                                 |              |           |              |                 | <input type="checkbox"/> ดีมาก<br><input type="checkbox"/> ดี<br><input type="checkbox"/> พอใช้<br><input type="checkbox"/> ปรับปรุง |
|                 | 1.2 มีความสามารถในการสร้างองค์ความรู้                                    |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 1.3 เชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระการเรียนรู้กับอาชีพที่ตนสนใจ    |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 1.4 ปฏิบัติตามแนวทางการแก้ไขและปกป้องปัญหาเกี่ยวกับการเรียนของตนเอง      |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 1.5 แก้ไขพฤติกรรมกรเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจ |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
| 2. ด้านอาชีพ    | 2.1 ยกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจ                                          |              |           |              |                 | <input type="checkbox"/> ดีมาก<br><input type="checkbox"/> ดี<br><input type="checkbox"/> พอใช้<br><input type="checkbox"/> ปรับปรุง |
|                 | 2.2 อภิปรายความสำคัญของอาชีพต่างๆ                                        |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 2.3 ยกตัวอย่างแบบอย่างผู้ประสบความสำเร็จในอาชีพ                          |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 2.4 อธิบายเหตุผลในการเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเอง                        |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                 | 2.5 ทดลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจ                                |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |



| สมรรถนะ                | รายการประเมิน                                                        | ระดับคุณภาพ  |           |              |                 | สรุปผลการประเมิน                                                                                                                     |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|--------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        |                                                                      | ดีมาก<br>(3) | ดี<br>(2) | พอใช้<br>(1) | ปรับปรุง<br>(0) |                                                                                                                                      |
| 3. ด้านส่วนตัวและสังคม | 3.1 ยอมรับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อน                           |              |           |              |                 | <input type="checkbox"/> ดีมาก<br><input type="checkbox"/> ดี<br><input type="checkbox"/> พอใช้<br><input type="checkbox"/> ปรับปรุง |
|                        | 3.2 แก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ โดยใช้เหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                        | 3.3 เลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสาร ด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง     |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                        | 3.4 แสดงพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่น                         |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |
|                        | 3.5 เลือกและใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้และการสื่อสาร                |              |           |              |                 |                                                                                                                                      |

สรุปผลการประเมินสมรรถนะอยู่ในระดับคุณภาพ

☐ ดีมาก      ☐ ดี      ☐ พอใช้      ☐ ปรับปรุง

ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

เกณฑ์การให้คะแนนระดับคุณภาพ

|              |                                                  |                  |
|--------------|--------------------------------------------------|------------------|
| ดีมาก        | หมายถึง พฤติกรรมที่ปฏิบัตินั้นชัดเจนและสม่ำเสมอ  | ให้ระดับ 3 คะแนน |
| ดี           | หมายถึง พฤติกรรมที่ปฏิบัตินั้นชัดเจนและบ่อยครั้ง | ให้ระดับ 2 คะแนน |
| พอใช้        | หมายถึง พฤติกรรมที่ปฏิบัติบางครั้ง               | ให้ระดับ 1 คะแนน |
| ต้องปรับปรุง | หมายถึง ไม่เคยปฏิบัติพฤติกรรมนั้นเลย             | ให้ระดับ 0 คะแนน |

เกณฑ์การสรุปผล

|              |                              |
|--------------|------------------------------|
| ดีมาก        | หมายถึง คะแนนรวม 13-15 คะแนน |
| ดี           | หมายถึง คะแนนรวม 9-12 คะแนน  |
| พอใช้        | หมายถึง คะแนนรวม 1-8 คะแนน   |
| ต้องปรับปรุง | หมายถึง คะแนนรวม 0 คะแนน     |

## แบบประเมินสมรรถนะสำหรับนักเรียนประเมินตนเอง

**คำชี้แจง** แบบประเมินสมรรถนะสำหรับนักเรียนประเมินตนเองแบ่งออกเป็น 2 ตอน ประกอบด้วย

**ตอนที่ 1** การวัดพฤติกรรมการปฏิบัติ มีข้อความทั้งหมด 40 ข้อ เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อแล้ว นักเรียนได้ปฏิบัติอย่างไรให้ตอบในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

ไม่เคยปฏิบัติเลย ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 0

ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 1

ปฏิบัติบ่อยครั้ง ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 2

**ตอนที่ 2** แบบประเมินความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน มีข้อความทั้งหมด 30 ข้อ เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อแล้ว นักเรียนมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกอย่างไรให้ตอบในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นหรือความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด ดังนี้

น้อยที่สุด ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 1

น้อย ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 2

ปานกลาง ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 3

มาก ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 4

มากที่สุด ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ที่ช่องหมายเลข 5

ขอให้นักเรียนตอบแบบสอบถามให้ครบทุกรายการประเมิน โดยผลการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ จะไม่มีผลเสียต่อนักเรียนและสถานศึกษาแต่อย่างใด

## ตอนที่ 1 การปฏิบัติของนักเรียน

| ข้อที่              | รายการประเมิน                                                                      | ระดับการปฏิบัติ |                  |                   |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|-------------------|
|                     |                                                                                    | ไม่เคย<br>(0)   | บาง ครั้ง<br>(1) | บ่อย<br>ครั้ง (2) |
| ด้านการศึกษา        |                                                                                    |                 |                  |                   |
| 1                   | ข้าพเจ้าระบุกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ตนเองสนใจ                                       |                 |                  |                   |
| 2                   | ข้าพเจ้าเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระการเรียนรู้กับอาชีพที่ตนสนใจ          |                 |                  |                   |
| 3                   | ข้าพเจ้าเลือกแนวทางการพัฒนาผลการเรียนของตนเอง                                      |                 |                  |                   |
| 4                   | ข้าพเจ้าปฏิบัติตามแนวทางการแก้ไขและปกป้องปัญหาเกี่ยวกับการเรียนของตนเอง            |                 |                  |                   |
| 5                   | ข้าพเจ้าแก้ไขพฤติกรรมการณ์เรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ผลการเรียนยังไม่น่าพึงพอใจ |                 |                  |                   |
| ด้านอาชีพ           |                                                                                    |                 |                  |                   |
| 1                   | ข้าพเจ้ายกตัวอย่างอาชีพที่ตนเองสนใจ                                                |                 |                  |                   |
| 2                   | ข้าพเจ้าค้นพบข้อมูลอาชีพตามที่ตนสนใจ                                               |                 |                  |                   |
| 3                   | ข้าพเจ้าเลือกแบบอย่างผู้ประสบความสำเร็จในอาชีพ                                     |                 |                  |                   |
| 4                   | ข้าพเจ้าเหตุผลในการเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับตนเอง                                    |                 |                  |                   |
| 5                   | ข้าพเจ้าทดลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจ                                      |                 |                  |                   |
| ด้านส่วนตัวและสังคม |                                                                                    |                 |                  |                   |
| 1                   | ข้าพเจ้ายอมรับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อน                                     |                 |                  |                   |
|                     | ข้าพเจ้าแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่างๆ โดยใช้เหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ            |                 |                  |                   |
|                     | ข้าพเจ้าเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผล และความถูกต้อง               |                 |                  |                   |
|                     | ข้าพเจ้าแสดงพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่น                                   |                 |                  |                   |
|                     | ข้าพเจ้าเลือกและใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ และการสื่อสาร                         |                 |                  |                   |

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียน

| ข้อ<br>ที่          | รายการประเมิน                                                                                   | ระดับความคิดเห็น      |             |                |            |                  |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|----------------|------------|------------------|
|                     |                                                                                                 | น้อย<br>ที่สุด<br>(1) | น้อย<br>(2) | ปานกลาง<br>(3) | มาก<br>(4) | มากที่สุด<br>(5) |
| สมรรถนะด้านการศึกษา |                                                                                                 |                       |             |                |            |                  |
| 1                   | ข้าพเจ้าใช้อินเทอร์เน็ตในการสืบค้น/ค้นคว้า/<br>รวบรวมความรู้                                    |                       |             |                |            |                  |
| 2                   | เมื่อข้าพเจ้าอ่านบทความเรื่องราว<br>ข้าพเจ้าสามารถสร้างเป็นผังความคิดเชื่อมโยง<br>อย่างมีเหตุผล |                       |             |                |            |                  |
| 3                   | ข้าพเจ้าแสวงหาความรู้เพื่อใช้ในการเรียน                                                         |                       |             |                |            |                  |
| 4                   | ข้าพเจ้าใช้เทคโนโลยีในการสร้างสรรค์ผลงาน<br>เพื่อนำเสนอภาระงาน / ชิ้นงาน ในชั้นเรียน            |                       |             |                |            |                  |
| 5                   | ข้าพเจ้าใช้เทคโนโลยีเพื่อลดขั้นตอน<br>ในการทำงานทำให้งานเสร็จเร็วขึ้น                           |                       |             |                |            |                  |
| สมรรถนะด้านอาชีพ    |                                                                                                 |                       |             |                |            |                  |
| 1                   | ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมผู้อื่นที่ประสบความสำเร็จ<br>ในอาชีพต่างๆ                                   |                       |             |                |            |                  |
| 2                   | ข้าพเจ้าคิดว่าเทคโนโลยีมีประโยชน์<br>ในการประกอบอาชีพ                                           |                       |             |                |            |                  |
| 3                   | ข้าพเจ้าสนใจหาข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่น่าสนใจ                                                    |                       |             |                |            |                  |
| 4                   | ข้าพเจ้าแสดงผลงานที่เกิดจากความคิด<br>และจินตนาการให้ผู้อื่นยอมรับ                              |                       |             |                |            |                  |
| 5                   | ข้าพเจ้าสามารถนำข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ<br>มาเชื่อมโยงกับความสนใจและความถนัด<br>ของตนเอง           |                       |             |                |            |                  |

| ข้อ<br>ที่                 | รายการประเมิน                                                                     | ระดับความคิดเห็น      |             |                |            |                  |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|----------------|------------|------------------|
|                            |                                                                                   | น้อย<br>ที่สุด<br>(1) | น้อย<br>(2) | ปานกลาง<br>(3) | มาก<br>(4) | มากที่สุด<br>(5) |
| สมรรถนะด้านส่วนตัวและสังคม |                                                                                   |                       |             |                |            |                  |
| 1                          | ข้าพเจ้าสนใจที่จะเสริมสร้างความปลอดภัยให้ตนเอง                                    |                       |             |                |            |                  |
| 2                          | ข้าพเจ้าชอบให้เพื่อนร่วมอภิปรายเสนอแนวคิด                                         |                       |             |                |            |                  |
| 3                          | ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจเมื่อแก้ปัญหาได้สำเร็จอย่างสมเหตุสมผลและสอดคล้องกับคุณธรรม |                       |             |                |            |                  |
| 4                          | ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการถูกชักชวนไปในสถานที่เสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ/ความไม่ปลอดภัย      |                       |             |                |            |                  |
| 5                          | ข้าพเจ้ารู้สึกภาคภูมิใจเมื่อแก้ปัญหาได้สำเร็จอย่างสมเหตุสมผลและสอดคล้องกับคุณธรรม |                       |             |                |            |                  |

# ภาคผนวก

ตัวอย่างการกำหนดเกณฑ์คุณภาพ

## ด้านการศึกษา

### ความสามารถในการเรียนรู้ตามหลักสูตร

| พฤติกรรมบ่งชี้                                                                                            | ระดับคุณภาพ                                                                                                                        |                                                                                                                           |                                                                                                               |                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                           | ดีเยี่ยม                                                                                                                           | ดี                                                                                                                        | พอใช้/ผ่านเกณฑ์                                                                                               | ปรับปรุง                                                                                                              |
| บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระต่างๆ ระบุกลุ่มสาระที่สนใจและอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระฯ กับอาชีพที่ตนสนใจ | บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระต่างๆ ได้ชัดเจน ระบุกลุ่มสาระที่สนใจและอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระฯ กับอาชีพที่ตนสนใจได้อย่างละเอียด | บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระต่างๆ ได้ชัดเจน ระบุกลุ่มสาระที่สนใจและอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระฯ กับอาชีพที่ตนสนใจได้    | บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระต่างๆ ได้ ระบุกลุ่มสาระที่สนใจและอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระฯ กับอาชีพที่ตนสนใจ | บอกประโยชน์ของกลุ่มสาระต่างๆ ระบุกลุ่มสาระที่สนใจและอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มสาระฯ กับอาชีพที่ตนสนใจได้ไม่ชัดเจน |
| เลือกแนวทางแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระฯ ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจ                                | ปฏิบัติตามแนวทางที่เลือก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระฯ ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจได้อย่างเหมาะสมและสม่ำเสมอ            | ปฏิบัติตามแนวทางที่เลือก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระฯ ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจได้อย่างเหมาะสมและในบางครั้ง | ปฏิบัติตามแนวทางที่เลือก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระฯ ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจได้ในบางครั้ง    | ปฏิบัติตามแนวทางที่เลือก เพื่อแก้ไขพฤติกรรมการเรียนรู้ในกลุ่มสาระฯ ที่ผลการเรียนยังไม่พึงพอใจไม่ได้                   |



## ด้านอาชีพ

### ความสามารถในการเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพ

| พฤติกรรมบ่งชี้                                                         | ระดับคุณภาพ                                                                                         |                                                                                          |                                                                                      |                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                        | ดีเยี่ยม                                                                                            | ดี                                                                                       | พอใช้/ผ่านเกณฑ์                                                                      | ปรับปรุง                                                                                      |
| ทดลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพที่ตนสนใจได้                               | ลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพด้วยความมุ่งมั่น ตั้งใจจนสามารถสรุปประสบการณ์และวางแผนอนาคตต่อได้         | ลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพด้วยความตั้งใจจนสามารถสรุปประสบการณ์และวางแผนอนาคตต่อได้       | ลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพและสามารถสรุปประสบการณ์วางแผนอนาคตต่อได้                   | ลองทำกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพและสรุปประสบการณ์ได้                                                |
| ยกตัวอย่างอาชีพที่สนใจและอธิบายคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพ | ยกตัวอย่างอาชีพที่สนใจ และอธิบายคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพอย่างละเอียดและชัดเจน        | ยกตัวอย่างอาชีพที่สนใจ และอธิบายคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพ ได้ชัดเจน        | ยกตัวอย่างอาชีพที่สนใจ และอธิบายคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพได้           | ยกตัวอย่างอาชีพที่สนใจ และอธิบายคุณลักษณะที่ทำให้ประสบความสำเร็จในอาชีพไม่ได้                 |
| อธิบายลักษณะ และความสำคัญของอาชีพต่างๆ ได้                             | สามารถอธิบายลักษณะ และความสำคัญของอาชีพต่างๆ ที่มีคุณค่าและเกื้อกูลกันได้อย่างชัดเจนมากกว่า 5 อาชีพ | สามารถอธิบายลักษณะ และความสำคัญของอาชีพต่างๆ ที่มีคุณค่าและเกื้อกูลกันได้มากกว่า 5 อาชีพ | สามารถอธิบายลักษณะ และความสำคัญของอาชีพต่างๆ ที่มีคุณค่าและเกื้อกูลกันได้ได้ 5 อาชีพ | สามารถอธิบายลักษณะ และความสำคัญของอาชีพต่างๆ ที่มีคุณค่าและเกื้อกูลกันได้ ได้น้อยกว่า 5 อาชีพ |

## ด้านส่วนตัวและสังคม

ความสามารถในการปรับตัวและดำรงชีพออยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

| พฤติกรรมบ่งชี้                                                                        | ระดับคุณภาพ                                                                                              |                                                                                       |                                                                                                                                         |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                       | ดีเยี่ยม                                                                                                 | ดี                                                                                    | พอใช้/ผ่านเกณฑ์                                                                                                                         | ปรับปรุง                                                                 |
| เลือกรับข้อมูลข่าวสารอย่างมีเหตุผลและความถูกต้อง                                      | วิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารอย่างมีเหตุผล และตรวจสอบความถูกต้องอย่างหลากหลาย ก่อนตัดสินใจเลือกรับข่าวสาร       | วิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารอย่างมีเหตุผล และตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนตัดสินใจเลือกรับข่าวสาร | วิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารและตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนตัดสินใจเลือกรับข่าวสาร                                                                 | รับข้อมูลข่าวสารโดยมีการวิเคราะห์เหตุผล แต่ไม่ตรวจสอบความถูกต้อง         |
| แก้ไขปัญหา โดยใช้ข้อมูลเหตุผล และคุณธรรม                                              | แก้ปัญหาด้วยการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผลและคุณธรรมได้อย่างสร้างสรรค์                                     | แก้ปัญหาด้วยการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผลและคุณธรรมได้อย่างเหมาะสม                     | แก้ปัญหาด้วยการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผลและคุณธรรมแก้ปัญหาด้วยการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผลและคุณธรรมวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผลและคุณธรรม | แก้ปัญหาโดยไม่ผ่านการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้เหตุผล                           |
| ยอมรับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อน และแสดงพฤติกรรมที่ส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่นได้ | รับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อนด้วยความตั้งใจ และร่วมแสดงความคิดเห็นได้ตรงประเด็นด้วยคำพูดที่เหมาะสม | รับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อนด้วยความตั้งใจ และร่วมแสดงความคิดเห็นได้ตรงประเด็น | รับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อนด้วยความตั้งใจ และร่วมแสดงความคิดเห็น                                                                | รับฟังข้อคิดเห็นที่แตกต่างของเพื่อนอย่างไม่ตั้งใจ และร่วมแสดงความคิดเห็น |

## คณะทำงาน

แผนพัฒนาการแนะแนวและแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561 – 2580)

\*\*\*\*\*

### ที่ปรึกษา

|                  |                |                                           |
|------------------|----------------|-------------------------------------------|
| 1. นายอำนาจ      | วิทยานุกิตติ   | เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน    |
| 2. นายพีระ       | รัตนวิจิตร     | รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| 3. นายสุเทพ      | ชิตยวงษ์       | ข้าราชการบำนาญ                            |
| 4. นายบุญรักษ์   | ยอดเพชร        | ข้าราชการบำนาญ                            |
| 5. นางสุกัญญา    | งามบรรจง       | ข้าราชการบำนาญ                            |
| 6. นางสาวนิจสุตา | อภิรักษ์ทาภรณ์ | ข้าราชการบำนาญ                            |

### คณะทำงาน

|                           |                  |                                                                       |
|---------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 1. นางสาววิไลวรรณ         | ใจแก้ว           | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 2. นายวีระ                | อุสาหะ           | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 3. นางเนาวรัตน์           | ชูสกุล           | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 4. นางสาวพัชนีพร          | สมานมิตร         | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 5. นางสาวณัฐกานต์         | มหาวรรณ          | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 6. นางธัญสมร              | คเชนทร์เดชา      | ข้าราชการบำนาญ                                                        |
| 7. นายอนุชา               | มีแก้วเจริญ      | หัวหน้าฝ่ายการตลาด วิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม                              |
| 8. นายสุนทร               | ศรีเหรา          | อาจารย์ประจำฝ่ายการตลาด วิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม                         |
| 9. นายประภาส              | ณ พิกุล          | อาจารย์คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย                         |
| 10. นางสาวพัชรี           | ณ แก้ว           | อาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์                                     |
| 11. นายเจษฎา              | บุญมาโฮม         | อาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม                                        |
| 12. นายณวิช               | นวลวิวัฒน์       | อาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม                                        |
| 13. ว่าที่ร้อยโทพีระพันธ์ | มะรัตน์          | ผู้อำนวยการกลุ่มนโยบายและแผน สพป.หนองบัวลำภู เขต 1                    |
| 14. นายวีระศักดิ์         | ศรีสังข์         | ผู้อำนวยการกลุ่มนิเทศติดตามและประเมินผล สพม.เขต 2                     |
| 15. นางพรพิมล             | ชินภักดี         | ผู้อำนวยการกลุ่มนโยบายและแผน สพม.เขต 20                               |
| 16. นางจวงจันทร์          | อาจจุฬา          | ผู้อำนวยการโรงเรียนเสนสิริอนุสรณ์ สพป.บุรีรัมย์ เขต 1                 |
| 17. นางสาวรัตนพร          | พนมพร            | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดดอนยอ สพป.นครนายก                               |
| 18. นางกันธอร             | กุลบุตรดี        | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดเขานาพุทธาราม สพป.ชลบุรี เขต 2                  |
| 19. นายศิริโชค            | พิพัฒน์เสถียรกุล | ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยก้าง”รัฐประชาสงเคราะห์” สพป.เชียงราย เขต 4 |
| 20. นายปฐมสุข             | สีลาดเลา         | ผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองยาง “คุรุราษฎร์อุทิศ” สพป.นครราชสีมา เขต 7    |
| 21. นายบัญชา              | ปลื้มอารมณ์      | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดชนอนบ้านกรด สพป.พระนครศรีอยุธยา เขต 2           |
| 22. นางสาวชล              | สิงห์สุวรรณ      | ผู้อำนวยการโรงเรียนเทศบาลบ้านศรีฐาน เทศบาลนครขอนแก่น                  |

|                       |                  |                                                                     |
|-----------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 23. นายจิกร           | ฐาวิรัตน์        | รองผู้อำนวยการโรงเรียนบุญเหลือวิทยานุสรณ์ สพม.เขต 31                |
| 24. นายกฤศ            | วงศ์เรือง        | รองผู้อำนวยการโรงเรียนแม่จันวิทยาคม สพม.เขต 36                      |
| 25. นางชนคดี          | ชนชอบธรรม        | ศึกษานิเทศก์ สพป.ตรัง เขต 1                                         |
| 26. นางสาวปติดา       | พันธ์วัน         | ศึกษานิเทศก์ สพป.บุรีรัมย์ เขต 1                                    |
| 27. นายจิรัฐติกุล     | ดอนวิจารณ์ขจร    | ศึกษานิเทศก์ สพม.เขต 25                                             |
| 28. นางสาวศิริวัฒนาพร | พริ้งเพราะ       | ศึกษานิเทศก์ สพม.เขต 32                                             |
| 29. นางธนวรรณพร       | สังข์พิชัย       | ศึกษานิเทศก์ สพม.เขต 9                                              |
| 30. นางสาวจารุณันต์   | หม่ออำพันธ์      | ศึกษานิเทศก์ สพป.กำแพงเพชร เขต 1                                    |
| 31. นางดรณจิต         | ม่วงมงคล         | ศึกษานิเทศก์ สพป.ระยอง เขต 1                                        |
| 32. นางพัชรา          | แย้มสำราญ        | ศึกษานิเทศก์ ศึกษาธิการจังหวัดเพชรบุรี                              |
| 33. นางกชวิมล         | ไชยะโสตา         | ศึกษานิเทศก์ สพป.พิษณุโลก เขต 1                                     |
| 34. นางพวงพร          | นิลนิยม          | ศึกษานิเทศก์ สพป.เชียงราย เขต 1                                     |
| 35. นางอภิศญาธรมี     | ประราศรี         | ศึกษานิเทศก์ สพม.เขต 27                                             |
| 36. นางรติวันต์       | ปิ่นแก้วเกียรติ์ | ศึกษานิเทศก์ สพป.ปทุมธานี เขต 1                                     |
| 37. นางยินดี          | คงทน             | ศึกษานิเทศก์ สพม.เขต 12                                             |
| 38. นางเพ็ญประภา      | ชวยกระเดื่อง     | ครู โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน 2 (สมาน สุเมโธ) สพม.เขต 25               |
| 39. นางเพ็ญศรี        | ทองนพแก้ว        | ครู โรงเรียนบ้านซับสนุ่น สพป.สระบุรี เขต 2                          |
| 40. นายสุทธิสันต์     | ลำโพงเหนือ       | ครู โรงเรียนบ้านโป่งแดง สพป.เชียงราย เขต 2                          |
| 41. นางสาวสุทิดา      | จารุเดชา         | ครู โรงเรียนบ้านยาวิ-ห้วยโป่ง สพป.เพชรบูรณ์ เขต 1                   |
| 42. นางสาวนิยม        | อยู่รัมย์        | ครู โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 55 จังหวัดตาก                         |
| 43. นางธัญธรณ์        | อึ้งกุลไพบูลย์   | ครู โรงเรียนโสตศึกษา สพป.นครปฐม                                     |
| 44. นางสาวอุทุมพร     | เมืองใจ          | ครู โรงเรียนสอนคนตาบอดภาคเหนือในพระบรมราชินูปถัมภ์ จังหวัดเชียงใหม่ |
| 45. นางรัชฎาพร        | ศักดิ์เศรณี      | ครู โรงเรียนสันทรายหลวง สพป.เชียงใหม่ เขต 2                         |
| 46. นายศักดิ์นายนันท์ | อัครเสนากุล      | ครู โรงเรียนสตรีวิทยา 2 สพม.เขต 2                                   |
| 47. นางเครือวัลย์     | พนมศิริฐ         | ครู โรงเรียนนครขอนแก่น สพม.เขต 25                                   |
| 48. นายอภิเชษฐ์       | จันทนา           | ครู โรงเรียนทุ่งโพธิ์ทะเลพิทยาสพม.เขต 41                            |
| 49. นางพัชรินทร์      | รัตนวงษ์         | ครู โรงเรียนวัดจันทร์ตะวันออก สพป.พิษณุโลก เขต 1                    |
| 50. นางรัชณี          | เต็มแก้ว         | ครู โรงเรียนชุมชนวัดไทรน้อย สพป.นนทบุรี เขต 2                       |
| 51. นางจริญญา         | ปิยะมิตร         | ครู โรงเรียนชุมชน 8 ราษฎร์อุทิศพิทยาสพป.พิษณุโลก เขต 3              |
| 52. นางกาญจนา         | บัวคำ            | ครู โรงเรียนนาฮีรัตน์ จังหวัดแพร่ สพม.เขต 37                        |
| 53. นางวิไลลักษณ์     | ชูสกุล           | ครู โรงเรียนแก่นนครวิทยาลัย สพม.เขต 25                              |
| 54. นางเพลินพิศ       | ศรีสุวรรณ        | ครู โรงเรียนสรรพวิทยาคม สพม.เขต 38                                  |
| 55. นางพัชรินทร์      | กองสินแก้ว       | ครู โรงเรียนศรีฐานกระจายศึกษา สพม.เขต 28                            |
| 56. นางกรรณานุช       | มูลคำ            | ครู โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ สพม.เขต 34                          |
| 57. นายภัทรวีร์       | คุณโท            | ครู โรงเรียนเบตง “วีระราษฎร์ประสาน” สพม.เขต 15                      |

|                        |               |
|------------------------|---------------|
| 58. นางกาญจนา          | โทชน์         |
| 59. นางสาวสวิตตา       | ปัจจัย        |
| 60. นางจิราพรรณ        | เพียนอก       |
| 61. นางทวิสิน          | กฤษสุวรรณ     |
| 62. นางสาวภณิชา        | อุดมเลิศปรีชา |
| 63. นางสาวรุ่งทิพย์    | เสาส่ง        |
| 64. นางจรัสพัทธ์       | ชูชีพพัฒน์    |
| 65. นางลักขณา          | ตั้งจรรยาชัย  |
| 66. นางอุบล            | วงศ์ทับแก้ว   |
| 67. นางอุไรวรรณ        | อินทะสะ       |
| 68. นางสาวลดา          | เย็นใจ        |
| 69. นายสามารถ          | รัตนสาคร      |
| 70. นางเกษศิริพันธ์    | สุวรรณสุนทร   |
| 71. นางสาวเปรมวดี      | ศรีธนพล       |
| 72. นางสาวชุลีกร       | โชติดี        |
| 73. นางสาวสุรีย์       | เนตรมณีสุข    |
| 74. นางศรีนทร          | ตั้งหลักชัย   |
| 75. นางสาวบุญกัญฐพันธ์ | วัลย์มาลี     |
| 76. นางสาวสุภาพร       | คงช่วยชาติ    |
| 77. นางสาววิภาวรรณ     | กันธา         |
| 78. นายวงศ์กร          | มาระวงศ์      |
| 79. นายจิตตกร          | ศรีทร         |

#### คณะบรรณาธิการ

|                    |             |
|--------------------|-------------|
| 1. นางเกษศิริพันธ์ | สุวรรณสุนทร |
| 2. นางสาวเปรมวดี   | ศรีธนพล     |
| 3. นางสาวสุภาพร    | คงช่วยชาติ  |
| 4. นางสาววิภาวรรณ  | กันธา       |
| 5. นายวงศ์กร       | มาระวงศ์    |

#### ออกแบบปกและรูปเล่ม

|                    |             |
|--------------------|-------------|
| 1. นางเกษศิริพันธ์ | สุวรรณสุนทร |
| 2. นางพัชรินทร์    | กองสินแก้ว  |

ครู โรงเรียนศิลาทองพิทยาสรรค์ สพม.เขต 28  
 ครู โรงเรียนสองห้องพิทยาคม สพม.เขต 32  
 ครู โรงเรียนบุญเหลือวิทยานุสรณ์ สพม.เขต 31  
 ครู โรงเรียนบุญเหลือวิทยานุสรณ์ สพม.เขต 31  
 ครู โรงเรียนชลราษฎรอำรุง สพม.เขต 18  
 ครู โรงเรียนสิรินธร สพม.เขต 33  
 นักวิชาการศึกษา สพป.นครปฐม เขต 1  
 นักวิชาการศึกษา สพป.นครราชสีมา เขต 1  
 นักวิชาการศึกษา สพม.เขต 9  
 นักวิชาการศึกษา สพม.เขต 6  
 นักวิชาการศึกษา สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ  
 นักวิชาการศึกษา สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ  
 ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว  
 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา  
 ครู โรงเรียนศรีฐานกระจายศึกษา สพม.เขต 28

