

คู่มือ

แนวทางการจัดกิจกรรมโฮมรูม

โครงการลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

บทนำ

ความหมายและความสำคัญ

กิจกรรมโฮมรูม หมายถึง การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมนักเรียนเป็นรายบุคคล หรือเป็นกลุ่มก็ได้ มีการฝึกปฏิบัติหรือทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น การรู้จักตนเอง การรู้จักผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปรับตัวและการวางแผนชีวิต เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้จะจัดในห้องเรียนหรือนอกห้องเรียนก็ได้ โดยให้มีบรรยากาศเสมือนบ้าน ที่มีนักเรียนกับครูประจำชั้นเปรียบเสมือนบิดา มารดา ที่เป็นสมาชิกในครอบครัวเดียวกันร่วมกันทำกิจกรรมอย่างใกล้ชิด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ครูที่ปรึกษาประจำชั้นได้พบนักเรียนของตนอย่างใกล้ชิด ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ และมีเป้าหมายนอกเหนือจากการสอนตามปกติ
2. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ได้รับประสบการณ์เพิ่มมากขึ้นจากการเรียนปกติ
3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจอันดีระหว่างครูกับนักเรียน และนักเรียนกับนักเรียน

คำแนะนำการบันทึกกิจกรรมโฮมรูม

1. ครูที่ปรึกษาประจำชั้นพบนักเรียน ในชั่วโมงโฮมรูม
2. สถานที่ ในห้องเรียน ใต้ร่มไม้ หน้าอาคารเรียน อาคารประกอบ สนาม อื่นๆ ภายในโรงเรียน ตามที่เห็นสมควร โดยนัดหมายนักเรียนให้มาพบกันตามวันและเวลาที่กำหนด
3. บันทึก วันเดือนปี จำนวนนักเรียน ติดตามการเข้าแถว การขาดเรียน ผลการเรียน พฤติกรรมที่ควรส่งเสริม การพูดเชิงบวก วินัย พฤติกรรมที่ควรแก้ไข เก็บข้อมูล และบันทึกรายงานการอบรม ใน สมุด ปพ.5/2
4. แนวทางการให้อบรม / พฤติกรรมที่ควรส่งเสริม / การชมเชย / พฤติกรรมเสี่ยงด้านต่างๆ / หน้าที่พลเมือง / หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง / อาเซียน / ปัญหาเสพติด / อื่น ๆ
5. ให้ส่งสมุดบันทึกโฮมรูม เดือนละ1ครั้ง ที่กลุ่มบริหารงานกิจการนักเรียน
6. สรุปรายงานผู้อำนวยการ เมื่อสิ้นภาคเรียน

1. กิจกรรมแนะนำตัวผู้เรียน

.....

กิจกรรม แนะนำตัวผู้เรียน

สาระสำคัญ

เมื่อต้องการให้บุคคลรู้จักซึ่งกันและกันดีขึ้น ควรจัดให้บุคคลที่ไม่รู้จักกันมาก่อนให้ทำงานร่วมกันเป็นคู่ๆ หรือเป็นกลุ่มเล็กๆ ก็จะทำให้แต่ละคนในกลุ่มได้ประสบการณ์ ความรู้สึกที่ปลอดภัย มีความเอื้ออาทรต่อกัน จากกลุ่มเล็กๆก็จะขยายการผูกมิตรไมตรีออกไปสู่กลุ่มใหญ่ขึ้นโดยไม่ยากนัก

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ทำความคุ้นเคยกันเร็วขึ้น

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละคนจับคู่กับเพื่อนตามความสมัครใจ เพื่อจะได้สัมภาษณ์ซึ่งกันและกัน
2. เมื่อจับคู่กับเพื่อนได้แล้ว ให้แต่ละคู่สัมภาษณ์ซึ่งกันและกันตามหัวข้อในใบงานที่กำหนดให้โดยใช้เวลา 10 นาที ให้ได้ข้อมูลซึ่งกันและกันมากที่สุด เมื่อเวลาผ่านไป 5 นาที ครูจะทำหน้าที่เตือนเพื่อให้นักเรียนแต่ละคู่ทราบว่ายังมีเวลาพูดอีก 5 นาที
3. ให้นักเรียนแต่ละคู่ออกมารายงานหน้าชั้นเรียน ครั้งละ 4 คู่ โดยผลัดกันเล่าเรื่องที่สัมภาษณ์ซึ่งกันและกัน
4. เมื่อทุกคนรายงานครบทุกคู่แล้ว ให้นักเรียนใช้เวลา 3-5 นาที อภิปรายและประเมินผลถึงข้อคิดหรือสิ่งที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรมนี้ว่า การทำงานร่วมกันจากกลุ่มเล็กๆที่คุ้นเคยกันจะขยายไปสู่การผูกมิตรไมตรีในกลุ่มใหญ่ต่อไป

2. กิจกรรมการกระเปี่ยนสะสม

.....

กิจกรรม การกระเปี่ยนสะสม

สาระสำคัญ

ระเปี่ยนสะสม คือแบบบันทึกข้อมูล สร้างขึ้นเพื่อการรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ตามที่ต้องการ เพื่อให้ครูที่ปรึกษา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจะได้นำข้อมูลมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตัวนักเรียน

วัตถุประสงค์

1. บอกจุดประสงค์ของการกรอกข้อมูลในระเปี่ยนสะสมได้
2. กรอกข้อมูลในระเปี่ยนสะสมได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูแจกระเปี่ยนสะสมให้นักเรียนคนละ 1 ชุด
2. ครูอธิบายถึงระเปี่ยนสะสม และประโยชน์ที่ได้รับจากระเปี่ยนสะสม พร้อมทั้งอธิบาย

วิธีการกรอกข้อมูลลงในระเปี่ยนสะสม

3. กิจกรรมโรงเรียนของเรา

.....

กิจกรรม โรงเรียนของเรา

สาระสำคัญ

เมื่อนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เข้ามาในโรงเรียนแห่งใหม่ ก็จะพบสภาพแวดล้อมของที่เรียนแห่งใหม่ ที่ไม่คุ้นเคย นักเรียนจึงจำเป็นต้องเรียนรู้ข้อมูลของโรงเรียน เพื่อให้นักเรียนปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับข้อมูลของโรงเรียนและปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวีดิทัศน์โรงเรียนของเราให้นักเรียนดู
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงข้อมูลต่างๆของโรงเรียน เช่น อักษรย่อ สีประจำโรงเรียน คติธรรม คำขวัญ อัตลักษณ์ เอกลักษณ์ ตราประจำโรงเรียน เป็นต้น
3. ครูแจกใบงาน โรงเรียนของเราให้นักเรียนไปหาข้อมูลเมื่อมีเวลาว่าง

4. กิจกรรมกฎระเบียบของโรงเรียน

.....
กิจกรรม กฎระเบียบของโรงเรียน

สาระสำคัญ

การปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน ทำให้การอยู่ร่วมกันของคนหมู่มากเป็นไปได้ด้วยความเรียบร้อย สมาชิกในสังคมจะต้องยอมรับกฎระเบียบที่ตั้งขึ้น เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เอกลักษณ์ระเบียบพร้อมเพรียง และเพื่อความสามัคคี

วัตถุประสงค์

นักเรียนบอกการปฏิบัติตามระเบียบของโรงเรียนได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูนำภาพการแต่งกายที่ถูกระเบียบของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งชายและหญิงให้นักเรียนดู
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาการแต่งกาย ทรงผมที่ถูกระเบียบของนักเรียน
3. นักเรียนช่วยกันบอกผลดีของการแต่งกายที่ถูกระเบียบ

5. กิจกรรมการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

.....

กิจกรรม การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ

สาระสำคัญ

การเรียนมีความสำคัญต่อทุกคน ไม่ว่าจะเป็นการเรียนในระบบ หรือนอกระบบโรงเรียน สำหรับนักเรียนแล้ว การเรียนถือว่าเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก เพราะการเรียนเป็นหนทางที่จะนำนักเรียนไปสู่ความสำเร็จในอนาคต

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำแนวทางปฏิบัติตนทางด้านการเรียนไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูอธิบายความสำคัญของการเรียนให้นักเรียนฟัง
2. ให้นักเรียนบอกวิธีการเรียนที่มีประสิทธิภาพ และบอกข้อบกพร่องของตน
3. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปวิธีการเรียนที่ดี และร่วมกันหาแนวทางแก้ไขข้อบกพร่อง

6. กิจกรรมความรับผิดชอบ

.....

กิจกรรม ความรับผิดชอบ

สาระสำคัญ

ความรับผิดชอบ หมายถึง ความตั้งใจในการปฏิบัติหน้าที่จนกระทั่งงานนั้นสำเร็จและยอมรับผลการกระทำนั้น ไม่ว่าจะเกิดผลดีหรือไม่ก็ตาม คนที่มีความรับผิดชอบนั้นมีผลดี คือ ช่วยให้งานนั้นสำเร็จลงด้วยดี สามารถพัฒนางานให้ก้าวหน้าได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและส่วนรวม

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนเล่าถึงบุคคลที่นักเรียนภูมิใจในความสำเร็จของเขา และเหตุที่เขาประสบความสำเร็จ
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาว่าเพราะเหตุใดบุคคลเหล่านั้นจึงประสบความสำเร็จ
3. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเกี่ยวกับความรับผิดชอบ ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว โรงเรียน สังคม เป็นต้น

7. กิจกรรมรักษาสีสิ่งแวดล้อม

กิจกรรม รักษาสีสิ่งแวดล้อม

สาระสำคัญ

การมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมสามารถปฏิบัติได้ โดยเริ่มจากตนเองและคนใกล้ขีด สามารถช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อมของสังคมได้

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละคนระบุสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่ประทับใจและไม่ประทับใจพร้อมทั้งบอกเหตุผล
2. ครูและนักเรียนช่วยกันจัดกลุ่มสภาพแวดล้อมที่ไม่พึงประสงค์ในโรงเรียน พร้อมทั้งช่วยกันหาสาเหตุและแนวทางแก้ไข
3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายปัญหาสิ่งแวดล้อมในสังคมไทย และผลกระทบที่เกิดขึ้น
4. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มตามความสมัครใจ ให้แต่ละกลุ่มเสนอแนวทางและวางแผนในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน/ชุมชน
5. นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอแนวทางอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของกลุ่มตนเอง

8. กิจกรรมเพื่อนคู่ใจ

กิจกรรม เพื่อนคู่ใจ

สาระสำคัญ

การเป็นเพื่อนกันนั้น ต้องยอมรับซึ่งกันและกัน ร่วมทุกข์ ร่วมสุขกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ในยามอัปจน แนะนำให้คำปรึกษาในยามที่ประสบปัญหา ต้องไว้น้ำใจเชื่อใจกัน มีความจริงใจต่อกันและเต็มใจที่จะเปิดเผยซึ่งกันและกัน

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนบอกความสำคัญของการมีเพื่อนได้
2. นักเรียนสามารถทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาของเพื่อนได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนคิดถึงเพื่อนที่มีความสำคัญในความรู้สึกของนักเรียน โดยไม่ต้องบอกว่าเพื่อนคนนั้นเป็นใคร
2. ให้นักเรียนบอกความสำคัญของเพื่อนคนนั้นที่มีต่อนักเรียน
3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่าเพื่อนที่จะเป็นผู้ให้คำปรึกษาเพื่อน จะต้องปฏิบัติอย่างไร และเพื่อนที่จะเป็นผู้รับคำปรึกษา จะต้องปฏิบัติอย่างไร
4. นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้

9. กิจกรรมคัมค่าทุกนาทึ

กิจกรรม คัมค่าทุกนาทึ

สาระสำคัญ

ผู้ที่ควบคุมตนเองได้และมีความรับผิดชอบ คือผู้ที่ใช้เวลาได้อย่างเหมาะสม ทั้งในด้านกิจวัตรประจำวัน การเรียน การพักผ่อน และการช่วยเหลือผู้อื่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนแบ่งเวลาได้อย่างเหมาะสมและใช้เวลาได้อย่างคัมค่า

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนเขียนกิจกรรมที่ตนปฏิบัติในวันเสาร์ อาทิตย์ ทั้งกลางวันและกลางคืน
2. นักเรียนวิเคราะห์การใช้เวลาของตนว่าเหมาะสมคัมค่าแล้วหรือไม่
3. แบ่งกลุ่มนักเรียนร่วมกันอภิปรายการใช้เวลาของสมาชิกแต่ละคน แล้วร่วมกันพิจารณาคัดเลือกผู้ที่ใช้เวลาได้อย่างเหมาะสมคัมค่า นำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนพิจารณาการใช้เวลาของตนเองใหม่ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

10. กิจกรรมความซื่อสัตย์

กิจกรรม ความซื่อสัตย์

สาระสำคัญ

ความซื่อสัตย์ เป็นคุณสมบัติที่สังคมต้องการให้บุคคลได้ประพฤติอันจะทำให้สังคมเกิดความสงบสุข ไม่เอาัดเอาเปรียบกัน มีความเห็นใจ และรับผิดชอบต่อสังคมที่ตนอาศัยอยู่ อันจะทำให้สังคมเกิดความสงบสุข

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนบอกความสำคัญของความซื่อสัตย์ได้
2. นักเรียนบอกพฤติกรรมของผู้ที่มีความซื่อสัตย์ได้

การดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน
2. ครูแจกใบงานทำอย่างไรดี ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่าน
3. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้
 - 3.1 ถ้านักเรียนเป็นน้ำผึ้ง นักเรียนจะทำอย่างไร
 - 3.2 เพราะเหตุใดจึงทำเช่นนั้น
4. ตัวแทนนักเรียนนำเสนอผลการอภิปรายหน้าชั้น
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปพฤติกรรมของผู้ที่มีความซื่อสัตย์ และความสำคัญของความซื่อสัตย์ที่มีต่อครอบครัว ชุมชน และสังคม

ใบงานทำอย่างไรดี

น้ำผึ้งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 น้ำผึ้งเรียนวิชาภาษาอังกฤษไม่ค่อยเก่ง มักสอบได้ระดับผลการเรียนต่ำกว่า 2 คุณแม่ของน้ำผึ้งเป็นคนเข้มงวดมาก ถ้าน้ำผึ้งสอบได้ระดับผลการเรียนต่ำกว่า 2 ในวิชาใดก็ตามจะถูกลงโทษด้วยการตีหรือไม่อนุญาตให้ไปเล่นบ้านเพื่อน หรือให้หัดดูทีวีเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ในการสอบปลายภาคน้ำผึ้งกลัวมากกว่าจะสอบวิชาภาษาอังกฤษได้ระดับผลการเรียนต่ำกว่า 2 และกลัวถูกทำโทษ เธอจึงไปปรึกษาอาจารย์ผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษตอนพักกลางวันในห้องพักครู ขณะที่เธอเข้าไป ไม่มีอาจารย์อยู่ในห้องเลย เธอซ่อนสีน้ำตาลวางอยู่บนโต๊ะครูซึ่งเป็นซองข้อสอบปลายภาควิชาภาษาอังกฤษ น้ำผึ้งตัดสินใจไม่ได้ว่าควรจะทำอย่างไรดี

11. กิจกรรมความสามัคคี

.....

กิจกรรม ความสามัคคี

สาระสำคัญ

ความสามัคคีจะทำให้การทำงานเป็นกลุ่มประสบความสำเร็จ ฉะนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปลูกฝังให้เด็กมีจิตสำนึกและตระหนักถึงคุณค่าของความสามัคคี

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนบอกความสำคัญของความสามัคคีได้
2. นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของความสามัคคี

การดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5-8 คน
2. ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมและกติกาต่างๆ ให้นักเรียนฟัง
3. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันปรึกษาหารือ วิธีการเล่นเกมเพื่อให้ได้ชัยชนะ
4. นักเรียนเล่นเกม ครูจัดลำดับกลุ่มที่ชนะ
5. นักเรียนร่วมกันสรุปหลักการและวิธีการเล่นเกม และสิ่งที่กลุ่มต้องแก้ไขลงในกระดาษที่แจกให้
6. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการเล่นเกม

12. กิจกรรมความพร้อมในการสอบ

กิจกรรม ความพร้อมในการสอบ

สาระสำคัญ

การสอบเป็นการประเมินความสามารถทางการเรียนของนักเรียนวิธีหนึ่ง หากนักเรียนรู้จักการเตรียมตัวสอบที่ดี จะช่วยให้นักเรียนประสบผลสำเร็จทางการเรียน

วัตถุประสงค์

นักเรียนบอกวิธีการเตรียมตัวสอบได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนที่มีผลการเรียนดีที่สุด 3 คน เล่าถึงวิธีการดูหนังสือ การเตรียมตัวสอบ และเทคนิคการทำข้อสอบให้เพื่อน ๆ ในห้องฟัง
2. เปิดโอกาสให้เพื่อน ๆ ในห้องได้ซักถาม
3. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายการเตรียมตัวสอบ ทั้งในระยะก่อนสอบ ระหว่างสอบ และหลังสอบ
4. ครูนำตัวอย่างข้อสอบเก่าทั้งแบบปรนัยและแบบอัตนัยมาให้นักเรียนลองทำ
5. ครูอธิบายวิธีการทำข้อสอบที่ดี ทั้งการตอบแบบอัตนัยและปรนัย
6. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากเรื่องที่เรียน

13. กิจกรรมการประหยัด

.....

กิจกรรม การประหยัด

สาระสำคัญ

การประหยัดคือการใช้จ่ายอย่างรู้คุณค่า เมื่อต้องการซื้อสิ่งของหรือจ่ายเงิน นักเรียนต้องคำนึงถึงว่า สิ่งของนั้นใช้ประโยชน์คุ้มค่างบเงินที่จ่ายไปหรือไม่ การใช้จ่ายอย่างประหยัดจะช่วยให้เรามีฐานะมั่นคง หรือมีใช้จ่ายในยามที่เกิดความเดือดร้อน

วัตถุประสงค์

นักเรียนรู้จักประมาณตนในการใช้จ่าย

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูซักถามนักเรียนว่าได้รับค่าใช้จ่ายวันละเท่าไร และมีแผนการใช้จ่ายอย่างไร
2. ครูเล่าประวัตินักธุรกิจหรือบุคคลที่มีฐานะร่ำรวยเพราะประหยัด รู้จักใช้จ่ายและเก็บออมให้นักเรียนฟัง
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปคุณค่าของการประหยัด และสรุปแนวปฏิบัติในการประหยัด

14. กิจกรรมครอบครัวของฉัน

.....

กิจกรรม ครอบครัวของฉัน

สาระสำคัญ

ครอบครัวเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดของสังคมแต่มีความสำคัญยิ่ง ความรักความเข้าใจของสมาชิกในครอบครัว คือพื้นฐานสำคัญของชีวิตที่เป็นหนทางนำไปสู่ความสุขในครอบครัว

วัตถุประสงค์

นักเรียนบอกรายละเอียดเกี่ยวกับครอบครัวของตนเองได้

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนวาดภาพครอบครัวของฉัน แล้วเขียนบรรยายประกอบภาพที่นักเรียนวาด
2. แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ 5-6 คน ผลัดกันเล่าเรื่องครอบครัวของฉันให้เพื่อนฟัง และร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดและประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

15. กิจกรรมสร้างสุขด้วยรอยยิ้ม

กิจกรรม สร้างสุขด้วยรอยยิ้ม

สาระสำคัญ

การยิ้มเป็นภาษาสากลที่เป็นสัญลักษณ์ของความสุข เมื่อเรายิ้มก็จะได้ทั้งผลดีต่อตัวเอง ได้มิตรภาพ ได้ภาพลักษณ์ที่ประทับใจกับผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนบอกประโยชน์ของรอยยิ้มได้
2. นักเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในสิ่งที่สร้างรอยยิ้ม

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายว่า นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่กับคำเชื่อว่า การยิ้มหรือหัวเราะบ่อย ๆ จะทำให้อายุยืน
2. นักเรียนเขียนเล่าประสบการณ์ที่ทำให้นักเรียนยิ้มหรือหัวเราะได้
3. นักเรียนช่วยกันบอกประโยชน์ของการยิ้ม
4. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากเรื่องที่เรียน

16. กิจกรรมหนูน้อยประหยัดไฟ

กิจกรรม หนูน้อยประหยัดไฟ

สาระสำคัญ

ทุกคนสามารถมีส่วนร่วมในการประหยัดไฟฟ้าและยังเป็นการลดภาระค่าใช้จ่าย โดยเริ่มจากตนเองก่อน หากแต่ละคนทำได้สำเร็จ ก็จะขยายวงไปสู่ประเทศและสังคมได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนรู้จักประหยัดพลังงาน
2. นักเรียนบอกประโยชน์ของการประหยัดพลังงานไฟฟ้าได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนช่วยกันทายว่าโรงเรียนต้องจ่ายค่าไฟเดือนละเท่าไร
 2. ครูแสดงตัวเลขค่าใช้จ่ายให้นักเรียนดูแล้วซักถามนักเรียนว่าค่าใช้จ่ายดังกล่าวมาจากส่วนใด
 3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายวิธีประหยัดพลังงานไฟฟ้าทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน
 4. ครูขออาสาสมัครเล่าประสบการณ์ในการประหยัดพลังงานของตนเอง
 5. ครูและนักเรียนช่วยกันอภิปรายถึงผลที่ได้รับจากการประหยัดพลังงานไฟฟ้าตั้งแต่ 1 คน
- ครอบครัว สังคม ประเทศ
6. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปประโยชน์ของการประหยัดพลังงาน

17. กิจกรรมการแสดงความสามารถ

กิจกรรม การแสดงความสามารถ

สาระสำคัญ

ทุกคนสามารถมีส่วนร่วมในการประหยัดไฟฟ้าและยังเป็นการลดภาระค่าใช้จ่าย โดยเริ่มจากตนเองก่อน หากแต่ละคนทำได้สำเร็จ ก็จะขยายวงไปสู่ประเทศและสังคมได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนสามารถแสดงความสามารถแบบต่างๆอย่างเหมาะสม
2. นักเรียนฝึกทักษะการแสดงความสามารถแบบต่าง ๆ

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูซักถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนเป็นพี่ พ่อแม่ หรือครู นักเรียนอยากให้น้อง ลูก ลูกศิษย์ แสดงความสามารถอย่างไร
2. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายวิธีการแสดงความสามารถต่อบุคคลต่างๆ ว่ามีวิธีปฏิบัติอย่างไร
3. ขออาสาสมัครสาธิตวิธีการแสดงความสามารถบุคคลต่าง ๆ
4. นักเรียนฝึกทักษะการแสดงความสามารถแบบต่าง ๆ
5. ครูและนักเรียนช่วยกันอภิปรายคุณค่าของการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

18. กิจกรรมฉันคือฉัน

.....

กิจกรรม ฉันคือฉัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจค่านิยมของตนเองจากการใช้ความคิด ความรู้สึกพิจารณาตรวจสอบตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักและแสดงค่านิยมของตนเองได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

สาระสำคัญ

บุคคลที่เก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตนเองไว้ในความคิด ความรู้สึกได้อย่างละเอียดมากมาย และนำออกมาใช้บ้างเป็นบางครั้งอาจบางครั้งก็ไม่รู้ตนเองเป็นใครกันแน่ เมื่อได้สำรวจตนเอง จะช่วยให้บุคคลรู้จักตนเองชัดเจนและเข้าใจตนเองมากขึ้น

การใช้ความคิด ความรู้สึก พิจารณา ตรวจสอบตนเองอย่างจริงจังตามสภาพจริงที่ตนเป็นอยู่ จะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแต่ละคนวาดรูปตนเอง พร้อมทั้งบรรยายรูปร่าง หน้าตาและลักษณะของตนเองลงในใบงานเรื่อง “นี่แหละตัวฉัน”
2. นักเรียนจับคู่สนทนาและเปลี่ยนคำตอบกับเพื่อนๆ
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

.....

19. กิจกรรมทุกอย่างก้าวของชีวิต

กิจกรรม ทุกอย่างก้าวของชีวิต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้พิจารณาทบทวนการใช้เวลาที่ผ่านมาในชีวิตนั้นประสบความสำเร็จเพียงใด
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักใช้ชีวิตให้เกิดคุณค่า
3. เพื่อให้นักเรียนมองภาพของตนเองในอดีตและปัจจุบันได้ชัดเจนยิ่งขึ้นและสามารถวางแผนในอนาคตได้อย่างเหมาะสม

สาระสำคัญ

การที่บุคคลรู้จักพิจารณาการดำเนินชีวิตทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต ทำให้บุคคลสามารถวางแผนให้ตนเองประสบความสำเร็จในชีวิตได้สูงขึ้น

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนเขียนบรรยายถึงความคิดของตนเองตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน
2. นักเรียนจับคู่สนทนาเกี่ยวกับความคิดของตนเอง
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

20. กิจกรรม โลกชีวิตของฉัน

กิจกรรม โลกชีวิตของฉัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักสำรวจค่านิยมของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนรู้ถึงสิ่งทำให้เกิดความภาคภูมิใจในชีวิตได้
3. เพื่อให้นักเรียนรู้ความต้องการ ค่านิยมของตนเองและผู้อื่นได้

สาระสำคัญ

การที่บุคคลรู้จักประเมินตนเอง ทำให้รู้จักตนเอง รู้ความต้องการ รู้ค่านิยม และตอบสนองความต้องการของตนเองได้ มีความจริงใจต่อตนเอง ใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงเกิน 20 % สามารถเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจได้เร็วและสอดคล้องกับความต้องการของตนเอง ตลอดจนยอมรับฟังความคิดเห็นและความต้องการของผู้อื่นได้

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแต่ละคนบอกประสบการณ์ในชีวิตของตนเอง เช่น ความสุข ความทุกข์ ความดี ความกลัว ความพยายาม และสิ่งที่ยอยากจะเป็นในชีวิต
2. นักเรียนจับจับคู่สนทนาและเปลี่ยนคำตอบจากเพื่อนๆ เกี่ยวกับค่านิยมที่แต่ละคนยึดถือ ความต้องการของแต่ละคน และอะไรที่มีความหมายสำคัญต่อชีวิตของแต่ละคน
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

21. กิจกรรม เวลาและเงินตรา

กิจกรรม เวลาและเงินตรา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักใช้เวลาและเงินให้มีคุณค่า
2. เพื่อให้นักเรียนได้พิจารณาค่านิยมในการใช้เวลาและเงินให้เกิดประโยชน์

สาระสำคัญ

การที่บุคคลหยุดพิจารณาการใช้เวลาและเงินของตน จะทำให้บุคคลเรียนรู้ค่านิยมของตนเองจากการใช้เวลาและเงิน หากบุคคลอยากได้อะไรจากชีวิตมากกว่าที่เป็นอยู่ก็น่าที่จะเปลี่ยนวิถีชีวิตของการใช้เวลาและเงิน โดยเฉพาะบุคคลที่ใช้ชีวิตจำเจอยู่ตลอดเวลาจะไม่ได้ทำอะไรแปลกใหม่ในชีวิต ไม่ทำให้ชีวิตมีคุณค่าเพิ่มขึ้น

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแต่ละคนบรรยายถึงการใช้เวลาและเงิน
2. นักเรียนจับคู่กับเพื่อนให้เวลา 2 นาที พุดคุยและเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกของตนที่บรรยายไว้เกี่ยวกับการใช้เวลาและเงินกับเพื่อนถึงความชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับการใช้เวลาและเงิน ถ้าไม่ชอบให้บอกด้วยว่าอยากเปลี่ยนวิถีชีวิตของตนอย่างไร
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

22. กิจกรรม ห้องในจินตนาการ

กิจกรรม ห้องในจินตนาการ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักบุคลิกภาพของตนซึ่งสะท้อนจากค่านิยมได้
2. เพื่อให้นักเรียนรู้ความต้องการซึ่งเป็นอุดมการณ์ของตนได้

สาระสำคัญ

วิธีการตกแต่งห้องของบุคคล ย่อมบ่งบอกหรือแสดงถึงบุคลิกภาพ และลักษณะนิสัยของบุคคลนั้น การบอกวิธีการตกแต่งห้องส่วนตัว ช่วยให้บุคคลรู้จักค่านิยม ความต้องการ และบุคลิกภาพที่แท้จริงของตนได้

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแต่ละคนเลือกห้องส่วนตัวในจินตนาการของตนเอง คนละ 1 ห้อง เช่น ห้องนอน ห้องนั่งเล่น ห้องครัว เป็นต้น
2. นักเรียนบอกวิธีการตกแต่งห้องของตนเองที่ได้เลือกไว้ โดยเขียนบรรยายตามความพอใจของนักเรียน ลงในสมุดหรือกระดาษแล้วเขียนบรรยาย
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

23. กิจกรรมความดีในอดีต

.....

กิจกรรม ความดีในอดีต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนหยุดพิจารณาการดำเนินชีวิตที่ดั่งงามของตนเองที่ผ่านมาและหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่ดั่งงามที่แตกต่างไปจากเดิม
2. เพื่อให้นักเรียนพิจารณาว่าการดำเนินชีวิตของตนเองนั้นเป็นไปตามค่านิยมของตนเองหรือไม่

สาระสำคัญ

การที่บุคคลระลึกถึงความดั่งงามที่ได้กระทำในอดีต จะได้เรียนรู้การครองชีวิตที่ดั่งงามเป็นการเตือนให้บุคคลหมั่นกระทำความดีให้มากที่สุดในเวลาที่เรายังมีชีวิตอยู่

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนเขียนบรรยายความดีของตนเองในอดีต
2. นักเรียนจับคู่สนทนาแลกเปลี่ยนคำตอบกับเพื่อนๆ เกี่ยวกับความดีในอดีต
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

24. กิจกรรมฉันทันแก่งและน่ารัก

กิจกรรม ฉันทันแก่งและน่ารัก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมองเห็นคุณค่าความดีงามในตนเองและผู้อื่นได้
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกยกย่องชมเชยความดีงามของกันและกันได้
3. เพื่อให้นักเรียนได้เติมเต็มความรัก ความมีค่า และมีศักดิ์ศรีได้

สาระสำคัญ

การที่บุคคลสามารถมองเห็นความมีค่า มีศักดิ์ศรีของตนเอง ย่อมมองเห็นบุคคลอื่นมีค่า มีศักดิ์ศรีเช่นกัน ทำให้นับถือไว้วางใจกัน จะทำให้ทุกคนเต็มไปด้วยความรัก ความมีค่า มีศักดิ์ศรี มีกำลังใจที่ทำความดีงามนั้นต่อไป และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแต่ละคนบรรยายถึงความเก่ง ความดี ความน่ารักของตนเอง
2. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
3. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

25. กิจกรรม สร้างเอกลักษณ์อย่างไร

.....

กิจกรรม สร้างเอกลักษณ์อย่างไร

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสร้างเอกลักษณ์เหมือนคนที่สำคัญที่สุดและมีอิทธิพลที่สุดต่อชีวิตได้

สาระสำคัญ

บุคคลมักยึดค่านิยมที่มีส่วนผสมกลมกลืนระหว่างค่านิยมของตนเองกับค่านิยมของบุคคลอื่นๆที่เรามีความสัมพันธ์ด้วยวิธีที่เราแสดงความรู้สึกและการกระทำต่อเขาเหล่านั้นแสดงให้เห็นถึงค่านิยมที่เรายึดว่ามีความสำคัญสำหรับเรา สามารถสร้างเอกลักษณ์ได้เหมือนกับคนที่มีความสำคัญที่สุด และมีอิทธิพลที่สุดต่อชีวิตของเราได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนบอกถึงคนที่นักเรียนเห็นว่ามีสำคัญสำหรับนักเรียนมากที่สุด 3 คน
2. นักเรียนจับคู่สนทนาแลกเปลี่ยนกันตอบคำถามกับเพื่อนๆ
3. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5-6 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

26. กิจกรรมทำเช่นนี้เหมาะหรือไม่

กิจกรรม ทำเช่นนี้เหมาะหรือไม่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจผลที่ได้รับนั้นมาจากเหตุที่ได้กระทำ
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักเลือกกระทำในสิ่งที่เหมาะสมและดีงาม

สาระสำคัญ

การที่บุคคลรู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่บุคคลอื่นถือว่าเป็นสิ่งที่พึงกระทำ ซึ่งอาจนำผลตอบแทนย้อนกลับมาให้มากกว่าที่ได้กระทำก็ได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนทุกคนบรรยายถึงการมีน้ำใจและผลตอบแทนที่ได้รับ
2. หลังจากนั้นนักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย 6-7 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการมีน้ำใจ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่มบันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
3. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

27. กิจกรรมรู้จังหวะและโอกาส

กิจกรรม รู้จังหวะและโอกาส

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักระพฤติปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับจังหวะและโอกาสได้

สาระสำคัญ

การที่บุคคลรู้จักแสดงพฤติกรรมตั้งแต่ตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ เหมาะกับสภาพของตนเองและสิ่งแวดล้อมในขณะนั้น จะทำให้ปรับตัวอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนทุกคนยกตัวอย่างถึงการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เหมาะกับจังหวะและโอกาส
2. นักเรียนจับคู่สนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้
3. นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย 6-7 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในโอกาสต่างๆ และข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

28. กิจกรรมเข้าใจสัณนิต พิชิตปัญหา

กิจกรรม เข้าใจสัณนิต พิชิตปัญหา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการรู้จักสงบสติอารมณ์และไม่แสดงอาการโกรธ ไม่พอใจ โต้ตอบเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หรือกล่าวโทษได้
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงการแสดงออกที่เหมาะสมเกี่ยวกับการรู้จักสงบสติอารมณ์และมาแสดงอาการโกรธ ไม่พอใจ โต้ตอบเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หรือกล่าวโทษได้

สาระสำคัญ

การที่บุคคลรู้จักสงบสติอารมณ์ไม่แสดงอาการโกรธ ไม่พอใจ โต้ตอบ เมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หรือกล่าวโทษ มีน้ำใจนักกีฬาจะทำให้เราปรับตัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่างกรณีศึกษา “เข้าใจสัณนิต”
2. นักเรียนจับคู่สนทนาปฏิบัติตามกรณีศึกษา เรื่อง “เข้าใจสัณนิต”
3. นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย 6-7 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นและข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ ให้ได้ข้อสรุปที่เป็นมติของกลุ่ม บันทึกผลแล้วส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน
4. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

29. กิจกรรม เพื่อนแท้

กิจกรรม เพื่อนแท้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกการปฏิบัติตนในการเป็นเพื่อนที่ดี
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการมีเพื่อน

สาระสำคัญ

เพื่อนเป็นบุคคลสำคัญและมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เพราะเป็นบุคคลที่วัยรุ่นใช้เวลาอยู่กับเพื่อนไม่น้อยกว่าสมาชิกในครอบครัว การเลือกคบเพื่อนที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญอยู่ในระดับต้นๆ

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนทุกคนรับความรู้เรื่อง “เพื่อนช่วยเพื่อน”
2. นักเรียนรวมกลุ่มสมาชิก 5-6 คน อภิปรายซักถามถึงความหมายของคำว่าเพื่อน จากนั้นเขียนตอบคำถามจากการอภิปราย
3. จากนั้นนักเรียนวาดภาพประทับใจเพื่อนฉัน
4. อภิปรายซักถาม ถึงความสำคัญของการมีเพื่อนแท้
5. สรุปข้อคิดเห็นหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้
6. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

30. กิจกรรม ความรับผิดชอบในการเรียน

.....

กิจกรรม ความรับผิดชอบในการเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ประเมินตนเอง เรื่อง ความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกแนวปฏิบัติและผลดีของการมีความรับผิดชอบในการศึกษา

เล่าเรียน

สาระสำคัญ

ความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง การที่นักเรียนศึกษาเล่าเรียนจนประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมายด้วยความขยันหมั่นเพียร อดทน เข้าห้องเรียน และทำงานที่ได้รับมอบหมายตรงตามเวลา เมื่อมีปัญหาหรือไม่เข้าใจบทเรียนก็พยายามศึกษาค้นคว้า ซักถามครูอาจารย์หรือปรึกษาหารือในกลุ่มเพื่อน มีความพยายามแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนบรรยายถึงพฤติกรรมที่นักเรียนควรปรับปรุงและแก้ไข
2. นักเรียนเขียนบันทึกพฤติกรรมที่นักเรียนเคยทำจริงในชีวิตประจำวัน
3. นักเรียนรวมกลุ่ม 5-6 คน อภิปรายถึงความหมาย แนวปฏิบัติและผลดีของการรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียน บันทึกลงในใบงาน ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานหน้าชั้นเรียน
4. อภิปรายซักถามถึงแนวปฏิบัติ เพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียน
5. อภิปรายสรุปถึงความสำคัญของการมีความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียน
6. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

31. กิจกรรมการอ่าน เปิดประตูสู่การเรียนรู้

กิจกรรม การอ่าน เปิดประตูสู่การเรียนรู้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจตนเองในด้านการอ่าน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการอ่านที่เหมาะสมในหนังสือแต่ละประเภท

สาระสำคัญ

การอ่านเป็นเครื่องมือในการรับข้อมูลข่าวสาร รับความรู้ใหม่ๆ ในยุคปัจจุบัน ซึ่งเป็นยุคของข้อมูลข่าวสาร การอ่านจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้ผู้อ่านสามารถที่จะก้าวเข้าสู่ประตูของความรู้มหาศาลตามความสนใจของผู้อ่าน

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนบอกถึงความสำคัญของการอ่านหนังสือและสิ่งที่จะต้องพัฒนาในการอ่าน
2. นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงการอ่านหนังสือแต่ละประเภท โดยวิเคราะห์ร่วมกันว่า ในการอ่านหนังสือแต่ละประเภทนั้น นักเรียนใช้วิธีการอ่านแบบใด
3. อภิปรายสรุปถึงความสำคัญของการอ่านด้วยวิธีที่เหมาะสม
4. นักเรียนรวมกลุ่มกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้
5. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม

32. กิจกรรมเปิดประตูสู่โลกอินเทอร์เน็ต

.....

กิจกรรม เปิดประตูสู่โลกอินเทอร์เน็ต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความรู้พื้นฐานในการใช้อินเทอร์เน็ต
2. เพื่อให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์เรื่องมารยาทในการใช้อินเทอร์เน็ต

สาระสำคัญ

โลกปัจจุบันเป็นโลกในยุคของข้อมูลข่าวสาร คนเราจึงไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงจากการใช้อินเทอร์เน็ตในการสืบค้นข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัย สะดวก และรวดเร็ว

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนรับความรู้เกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต พื้นฐานการใช้อินเทอร์เน็ตและมารยาทในการใช้อินเทอร์เน็ต
2. นักเรียนรวมกลุ่ม 5-6 คน แลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ต และมารยาทในการใช้อินเทอร์เน็ต
3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปถึงความสำคัญของการใช้อินเทอร์เน็ตในการสืบค้นความรู้ข้อมูลข่าวสาร
4. นักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดเห็นหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้
5. นักเรียนสามารถสอบถามเพิ่มเติมและศึกษาแนวสรุปกิจกรรมจากครูผู้จัดกิจกรรม
6. ข้อเสนอแนะ
 - ให้นักเรียนสืบค้นข้อมูลที่นักเรียนสนใจ จัดบอร์ดประกวดกัน
 - ค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตนำมาตั้งคำถามเพื่อนในห้อง

“ความรู้จากอินเทอร์เน็ต”

33. กิจกรรมความดี – ความสามารถที่มี

.....

กิจกรรม ความดี – ความสามารถที่มี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความดีและความสามารถพิเศษของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

สาระสำคัญ

การที่บุคคลได้มองเห็นความดี สิ่งที่ดีหรือความสามารถพิเศษของตนเอง จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาตนเองต่อไป

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงงานอดิเรกของตน โดยอาจเสนอเป็นการเล่าเรื่องหรือแสดงท่าทางโดยใช้ภาษาใบ้ แล้วให้เพื่อนทาย
2. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงความสามารถพิเศษด้านต่าง ๆ ของตนเอง หากไม่มี ครูและเพื่อนนักเรียนช่วยกันให้กำลังใจ และช่วยกันบอกถึงกิจกรรม หรือสิ่งที่นักเรียนทำได้ดี
3. ให้นักเรียนเล่าการกระทำของตนที่รู้สึกประทับใจ หรือประสบการณ์ที่ทำให้ภาคภูมิใจ
4. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปถึงข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมครั้งนี้

.....

34. กิจกรรม ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน

กิจกรรม ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญในการใฝ่หาข้อมูลความรู้นอกตำราเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิธีการแสวงหาและเลือกใช้ข้อมูลข่าวสารอย่างเหมาะสม

สาระสำคัญ

โลกปัจจุบันเป็นโลกของข้อมูลข่าวสารที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา จำเป็นที่เราทุกคนโดยเฉพาะเด็กวัยเรียนจะต้องติดตามข่าวสารเพื่อให้มีความรู้ ข้อมูลใหม่ ๆ รู้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลก และสามารถนำข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตประจำวัน

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนอภิปรายถึงข้อดี- ข้อเสียของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน
2. ให้นักเรียนนำข่าว หรือข้อมูลความรู้จากสิ่งตีพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ หรืออื่น ๆ มาเล่าให้เพื่อน ๆ ฟัง พร้อมทั้งวิเคราะห์ข้อคิดที่ได้ แล้วครูนำอภิปรายซักถาม
3. ให้นักเรียนที่มีประสบการณ์จากการสื่อสารทางอินเทอร์เน็ตมาเล่าประโยชน์หรือสิ่งไม่ดีที่ได้รับจากการใช้อินเทอร์เน็ต และให้อภิปรายร่วมกันถึงข้อควรระมัดระวังในการใช้อินเทอร์เน็ต
4. ให้นักเรียนสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการมีนิสัยใฝ่หาความรู้นอกตำราเรียน

35. กิจกรรม การพัฒนาตนด้านการเรียน

กิจกรรม การพัฒนาตนด้านการเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ประเมินตนเองในด้านการเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีที่จะพัฒนาตนเองในเรื่องการเรียน

สาระสำคัญ

การส่งเสริมให้นักเรียนได้สำรวจและรู้จักตนเองในเรื่องการเรียน จะช่วยให้นักเรียนมองเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ด้านการเรียนให้ประสบความสำเร็จ

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูอธิบายเกณฑ์การจบหลักสูตร
 2. ให้นักเรียนรายงานการแก้ไข 0, ร, มส, มผ สำหรับนักเรียนที่มีผลการเรียนดังกล่าว
 3. ให้นักเรียนรายงานผลการเรียนเฉลี่ยรายวิชาแต่ละภาคเรียน โดยเสนอเป็นกราฟแท่ง
 4. ให้นักเรียนที่ได้ผลการเรียนดีในแต่ละรายวิชา เล่าวิธีการเรียนที่ทำให้ประสบความสำเร็จ
 5. ครูนำอภิปรายเรื่องการจัดแบ่งเวลาในการ.....
 - การทำการบ้าน
 - การดูหนังสือ
 - การทำกิจกรรมนอกหลักสูตร
 - การช่วยงานผู้ปกครอง
 - การทำโน้ตย่อ
- ฯลฯ

36. กิจกรรมมารยาทในโอกาสต่าง ๆ

กิจกรรม มารยาทในโอกาสต่าง ๆ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงประโยชน์ของการมีมารยาทที่ดี
2. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในโอกาสต่าง ๆ

สาระสำคัญ

มารยาทที่งดงามทำให้เพิ่มคุณค่าของตนและเป็นที่ยอมรับของผู้พบเห็น นักเรียนจึงควรได้เรียนรู้ถึงการปฏิบัติตนให้มีมารยาทเหมาะสมกับโอกาส เวลา และสถานที่

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนบอกถึงมารยาทของตนเองหรือของเพื่อน ๆ ที่ได้รับคำชมเชยและอภิปรายร่วมกันถึงเหตุผลที่ได้รับคำชมนั้น
 2. ให้นักเรียนสาธิตการแสดงมารยาทที่ได้รับการชมเชย
 3. ให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติสำหรับมารยาทในด้านต่าง ๆ ดังนี้
 - มารยาทในการใช้โทรศัพท์
 - มารยาทในการรับประทานอาหาร
 - มารยาทในการเข้าห้องประชุม
 - มารยาทในการเข้าพบผู้ใหญ่ , ครู, อาจารย์
- ฯลฯ

37. กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด

กิจกรรม การผ่อนคลายความเครียด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการผ่อนคลายความเครียด
2. เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีในการผ่อนคลายความเครียด

สาระสำคัญ

ความเครียดเกิดขึ้นได้กับคนทุกเพศ ทุกวัย ซึ่งหากนักเรียนรู้เท่าทันและขจัดออกไปได้ ยิ่งเร็วเท่าไร ก็จะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นเท่านั้น แต่หากปล่อยให้สะสมมากขึ้น จะส่งผลให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ ทำให้ขาดความสุขในการดำเนินชีวิตและความสามารถในการเรียนลดลง ตลอดจนส่งผลกระทบต่อคนรอบข้างได้อีกด้วย

การดำเนินกิจกรรม

1. ขออาสาสมัครนักเรียนเล่าถึงสถานการณ์ที่ตนเองเกิดความเครียด และวิธีการจัดการกับความเครียดนั้น แล้วอภิปรายร่วมกันถึงสาเหตุและผลของความเครียด รวมทั้งแนวทางการขจัดความเครียด
2. ครูนำเสนอเทคนิคการผ่อนคลายความเครียดเบื้องต้น และให้นักเรียนฝึกปฏิบัติตามครู แล้วนำไปใช้กับตนเอง เช่น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การฝึกหายใจเพื่อคลายเครียด เป็นต้น

38. กิจกรรมจุดยืนของฉัน

กิจกรรม จุดยืนของฉัน

วัตถุประสงค์

นักเรียนได้สำรวจตนเองและกำหนดจุดยืนของตนเองได้

สาระสำคัญ

คนที่รู้จักตัวเราดีที่สุดก็คือตัวเราเอง แม้ว่าเราจะแตกต่างจากคนอื่น แต่เราก็สามารถที่จะยอมรับได้ และภูมิใจในการเป็นตัวเราได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูตั้งคำถามว่า ใครคือบุคคลที่รู้จักตัวนักเรียนมากที่สุด อภิปรายซักถาม
2. แบ่งนักเรียนเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 – 8 คน ยืนเรียงแถว
3. ให้นักเรียนเรียงลำดับตามลักษณะต่อไปนี้
 - เรียงลำดับตามความสูง
 - เรียงลำดับตามน้ำหนัก
 - เรียงลำดับตามอายุ
 - เรียงลำดับตามความสวย/ ความหล่อ
 - เรียงลำดับตามความสุข/ อารมณ์ขัน/ ความฉลาด/ การเคารพกฎเกณฑ์
4. ครูตั้งคำถามถึงความรู้สึกของนักเรียนที่ยืนในลำดับต่าง ๆ
 - นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่ยืนในตำแหน่งนี้ ยอมรับหรือไม่ เพราะอะไร
 - พอใจกับการที่สวย/หล่อ/น้อยที่สุด หรือมีความสุขน้อยหรือไม่ เพราะอะไร

39. กิจกรรมในห้องนํามอง

กิจกรรม ในห้องนํามอง

วัตถุประสงค์

นักเรียนได้ร่วมกันคิดและทำให้ห้องเรียนสะอาด สวยงาม

สาระสำคัญ

ห้องเรียนเปรียบเหมือนบ้านแห่งที่ 2 ของนักเรียน ซึ่งจะต้องใช้ชีวิตในการศึกษาหาความรู้ในแต่ละวัน ไม่น้อยกว่าวันละ 7 ชั่วโมง การร่วมกันคิดที่จะสร้างบรรยากาศของห้องเรียนให้สะอาด สวยงาม จึงเป็นภารกิจของนักเรียนทุกคน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูชวนนักเรียนสนทนาว่า ห้องเรียนของเราเปรียบเหมือนบ้านแห่งที่ 2 ของนักเรียน ห้องเรียนก็ควรจะได้รับการดูแลให้มีบรรยากาศที่สะอาด สวยงาม น่าเรียนรู้
2. อภิปรายซักถามถึงสิ่งที่นักเรียนคิดว่า ควรจัดทำเพื่อสร้างบรรยากาศในหน้าเรียน จดบนกระดาน
3. นักเรียนเลือกในสิ่งที่ควรนำไปสู่การปฏิบัติ จากสิ่งที่นำเสนอบนกระดาน
 - แบ่งหน้าที่ ความรับผิดชอบ
 - กำหนดวัน เวลา
 - รายละเอียดการดำเนินการ
4. อภิปรายสรุป ให้ร่วมมือกันทำเพื่อความสุขของทุกคน

40. กิจกรรม108 วิธี ทำร้ายตัวเอง

.....

กิจกรรม 108 วิธี ทำร้ายตัวเอง

วัตถุประสงค์

นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลร่างกายและจิตใจของตน

สาระสำคัญ

ในสภาพปัจจุบัน เราต่างทำร้ายร่างกายและจิตใจของตนเองทุกวัน ทั้งโดยตั้งใจและไม่ตั้งใจ ถ้าเรารักตนเอง ก็ควรดูแลร่างกายและจิตใจ ไม่ให้ถูกตนเองและสิ่งแวดล้อมทำร้าย เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของเราเอง

การดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 10 กลุ่ม แจกกระดาษ กลุ่มละ 1 แผ่น สีเมจิก กลุ่มละ 2-3 แผ่น
 2. ให้กลุ่มวาดภาพโครงร่างคนลงบนกระดาษ และช่วยกันระดมความคิดว่า ในชีวิตประจำวันของเรา ได้ทำอะไรที่เป็นการทำร้ายตนเอง เขียนระบุโยงไปที่โครงร่างคนในส่วนต่าง ๆ
 3. ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานหน้าชั้นเรียน
 4. อภิปรายซักถาม
 5. อภิปรายสรุปว่า ไม่มีใครทำร้ายร่างกายและจิตใจของเราได้ ถ้าเราไม่ยินยอม แต่ในปัจจุบันเรากลับทำในสิ่งที่ไม่เกิดผลดีต่อตนเอง เป็นการทำร้ายตนเองทั้งทางตรงและทางอ้อม เปลี่ยนความคิดและหันมาดูแลปกป้องร่างกายและจิตใจของเรา ไม่ให้ถูกตนเองและผู้อื่นทำร้ายอีกต่อไป
-

41. กิจกรรมคุณสมบัติของใครจ๊ะ

กิจกรรม คุณสมบัติของใครจ๊ะ

วัตถุประสงค์

1. บอกคุณสมบัติของบุคคลที่นักเรียนยึดเป็นต้นแบบในการประกอบอาชีพได้
2. มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพของบุคคลที่ตนยึดเป็นต้นแบบ

สาระสำคัญ

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ เป็นผู้ที่มึคุณสมบัติและประสบการณ์ในการทำงาน นักเรียนสามารถยึดเป็นต้นแบบในการประกอบอาชีพได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูสนทนาเกี่ยวกับอาชีพของบุคคลอาชีพต่าง ๆ ในปัจจุบัน
2. ให้นักเรียนยกตัวอย่างอาชีพของบุคคลที่นักเรียนชอบ แล้วบอกเหตุผลและคุณสมบัติของบุคคลที่ประกอบอาชีพนั้น ๆ
3. ให้นักเรียนระบออาชีพที่ตนเองชอบมากที่สุด พร้อมบอกเหตุผล คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพ เจตคติต่ออาชีพ
4. ให้นักเรียนนำเสนองานอาชีพที่สนใจ
5. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้รับจากกิจกรรม

42. กิจกรรม คิดได้ ภัยไม่มี

กิจกรรม คิดได้ ภัยไม่มี

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถวิเคราะห์การแพร่ระบาดของ ผลจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด

สาระสำคัญ

สารเสพติดเป็นสารอันตราย เมื่อผู้ใดเสพเข้าสู่ร่างกาย นอกจากจะเป็นผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจของผู้เสพแล้ว ยังมีผลกระทบต่อสภาพเศรษฐกิจ สังคมทั้งในปัจจุบันและอนาคต การที่นักเรียนศึกษา วิเคราะห์สาเหตุ และผลกระทบของการแพร่ระบาดของสารเสพติดดังกล่าวอย่างละเอียด จะทำให้เข้าใจว่า วิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของสารเสพติดที่ส่งผลกระทบต่อตนเอง และสังคมได้อย่างแท้จริง และสามารถ ป้องกันตนเองจากการแพร่ระบาดของสารเสพติดได้

การดำเนินกิจกรรม

1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยครูถามนักเรียนว่า “ในชุมชนที่นักเรียนอาศัยอยู่มีการแพร่ระบาดของสารเสพติดมากน้อยขนาดไหน มีสารเสพติดอะไรบ้างที่กำลังแพร่ระบาดอยู่ในขณะนี้”
2. ครูสุ่มถามทีละคำถาม ประมาณ 3 – 4 คน
3. ครูให้นักเรียนดูภาพการจับกุมผู้ขายและผู้เสพสารเสพติด
4. นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5- 6 คน อภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้
 - วิธีการแพร่ระบาดของสารเสพติด
 - สาเหตุของการแพร่ระบาดของสารเสพติด
 - การแพร่ระบาดของสารเสพติดส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม อย่างไร
5. ตัวแทนกลุ่มรายงาน ครูรวบรวมข้อสรุป และอภิปรายเพิ่มเติม
6. ครูให้ความรู้เกี่ยวกับสารเสพติด

43. กิจกรรมงานกระซปพลังซบเคลื่อน

กิจกรรมที่ งานกระซปพลังซบเคลื่อน

วัตถุประสงค์

นักเรียนบอกรูปแบบ วิธีการ ขั้นตอน และขบวนการทำงานได้

สาระสำคัญ

การทำงานอย่างมีขั้นตอนเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดระบบงานที่ดี และสามารถพัฒนางานให้ดีขึ้นได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนเล่นเกมงานดีเพราะมีระบบ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 – 6 คน และเลือกหัวหน้ากลุ่ม
2. ครูแจกภาพจิ๊กซอว์อาชีพให้ทุกกลุ่ม แล้วให้นักเรียนระดมความคิด ช่วยกันต่อภาพจิ๊กซอว์ เป็นรูปภาพที่เสร็จสมบูรณ์ ภายในเวลาที่กำหนด กลุ่มใดต่อรูปภาพเสร็จก่อนและถูกต้องเป็นผู้ชนะ
3. หัวหน้ากลุ่มออกมานำเสนอ อธิบายวิธีการ ขั้นตอน และกระบวนการทำงานให้ครูและเพื่อนฟัง
4. เมื่อนักเรียนทุกกลุ่มอธิบายจบ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงกิจกรรมที่ปฏิบัติว่า เกมนี้เปรียบเสมือนงานอาชีพในอนาคตของนักเรียน จะสำเร็จและพัฒนาได้ ต้องมีการวางแผนและลำดับขั้นตอน มีกระบวนการทำงานที่กระซปรวดเร็ว งานจึงจะปรากฏผลออกมาอย่างมีประสิทธิภาพ

44. กิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน

กิจกรรม ร่วมด้วยช่วยกัน

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถวางแผน จัดการ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

สาระสำคัญ

นักเรียนจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพและประสบความสำเร็จในชีวิต จะต้องมีการวางแผน จัดการ และทำงานร่วมกับผู้อื่น

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนรวมกลุ่มกัน กลุ่มละ 4 – 5 คน แล้วเลือกโครงการที่นักเรียนทำและประสบความสำเร็จ ภาควิชาที่สนใจมากที่สุดของกลุ่มมา 1 โครงการและส่งตัวแทนออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน ตามหัวข้อต่อไปนี้

- ชื่อโครงการ.....
- เหตุผลที่เลือกโครงการนี้ เพราะ.....
- กระบวนการทำงาน.....
- ปัญหา อุปสรรคที่พบ และการแก้ไข.....
- ข้อคิดที่ได้

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปภาพรวมของการทำกิจกรรมทั้งหมด และอภิปรายถึงกระบวนการทำงาน เช่น การวางแผนงาน ขั้นตอนการทำงาน ปัญหาอุปสรรคในการทำโครงการ

3. ครูเชื่อมโยงการทำโครงการ ต่าง ๆ กับการประกอบอาชีพ ซึ่งจะต้องมีการวางแผน การจัดการ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น

45. กิจกรรมรักเพื่อนต้องเตือนให้เป็น

กิจกรรม รักเพื่อนต้องเตือนให้เป็น

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถเตือนเพื่อนหรือผู้ใกล้ชิดที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมหรือเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด ให้หลีกเลี่ยงหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมวัยรุ่นอย่างมาก การที่นักเรียนสามารถเตือนเพื่อนหรือผู้ใกล้ชิดให้หลีกเลี่ยงหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเสี่ยงด้วยวิธีที่เหมาะสม จะช่วยป้องกันเพื่อนให้ปลอดภัยจากสารเสพติด

การดำเนินกิจกรรม

1. นำเข้าสู่บทเรียน โดยครูถามนักเรียนว่า “เคยเตือนเพื่อนบ้างหรือไม่ และในสถานการณ์ใดบ้าง” และสุ่มถาม 4 - 5 คน
2. ให้นักเรียนจับคู่ 2 คน และปรึกษากันว่า สถานการณ์ใดบ้าง ที่ควรเตือนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการกระทำที่ไม่ถูกต้อง ครูสุ่มถาม 4 - 5 คู่
3. ครูช่วยสรุปถึงสถานการณ์ที่ควรเตือนเพื่อน
4. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ฝึกทักษะเตือนเพื่อนตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ ดังนี้

- สถานการณ์ที่ 1	เตือนเพื่อนที่สูบบุหรี่
- สถานการณ์ที่ 2	เตือนเพื่อนที่ดื่มสุราหรือเบียร์
- สถานการณ์ที่ 3	เตือนเพื่อนที่ช้ำยาบ้า
- สถานการณ์ที่ 4	เตือนเพื่อนที่เที่ยวกลางคืน
- สถานการณ์ที่ 5	เตือนเพื่อนที่ชวนหนีเรียน
5. ครูสุ่มแสดงบทบาทสมมติหน้าชั้น 2 - 3 กลุ่ม
6. ประเมินการฝึก โดยนักเรียนในกลุ่มประเมินกันเอง ครูช่วยสรุปผลการประเมิน

46. กิจกรรมวัดแววอาชีพ

กิจกรรม วัดแววอาชีพ

วัตถุประสงค์

1. รู้ความสนใจและคุณลักษณะของตนที่มีในกลุ่มงานต่าง ๆ
2. สามารถวางแผนการศึกษาต่อที่สอดคล้องกับความสนใจและคุณลักษณะของตนเองได้

สาระสำคัญ

การมีข้อมูลของตนเองในด้านความต้องการ ความสนใจ ความสามารถ และบุคลิกภาพ ทำให้นักเรียนมีแนวทางในการวางแผนการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพได้เหมาะสมกับตน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูสุ่มนักเรียนออกมาเล่าความตั้งใจ ประสบการณ์ หรือแรงบันดาลใจ ในการเลือกอาชีพที่จะประกอบในอนาคต
2. นักเรียนและครูช่วยกันวิเคราะห์คุณสมบัติของแต่ละคนที่ออกมาเล่า
3. ครูให้นักเรียนทุกคนทำแบบวัดแววอาชีพ เพื่อตรวจสอบตนเองว่า มีความสนใจในอาชีพหรือกลุ่มงานใด และมีสถาบันการศึกษาใดที่สามารถเข้าศึกษาต่อได้
4. ครูสรุปผลจากการทำแบบวัดแววอาชีพ และให้ข้อมูลในการศึกษาต่อ และการประกอบอาชีพ

47. กิจกรรมอย่าโกรธเรานะ

กิจกรรม อย่าโกรธเรานะ

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปฏิเสธเพื่อนในสถานการณ์ที่อาจถูกชักชวนไปใช้สารเสพติดได้ถูกต้องตามขั้นตอนการปฏิเสธ

สาระสำคัญ

กลุ่มเพื่อนและบุคคลใกล้ชิด มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมวัยรุ่นอย่างมาก การที่นักเรียนมีทักษะการปฏิเสธเพื่อนหรือบุคคลอื่นที่ชวนไปมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการใช้และขายสารเสพติดอย่างได้ผลโดยไม่เสียสัมพันธภาพ จะช่วยป้องกันนักเรียนจากปัญหาสารเสพติดได้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูนำเข้าสู่บทเรียน โดยครูถามนักเรียนว่า “เคยปฏิเสธเพื่อนบ้างหรือไม่ และในสถานการณ์ใดบ้าง” และสุ่มถาม 4 -5 คน
2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ฝึกทักษะการปฏิเสธที่ดี กลุ่มละ 1 สถานการณ์ จากสถานการณ์ต่อไปนี้ โดยคิดบทสนทนาเอง แล้วผลัดกันชวน และปฏิเสธ

- สถานการณ์ที่ 1	เมื่อเพื่อนชวนให้ลองสูบบุหรี่
- สถานการณ์ที่ 2	เมื่อเพื่อนชวนให้ลองดื่มสุราหรือเบียร์
- สถานการณ์ที่ 3	เมื่อเพื่อนชวนให้ลองเสพยาบ้า
- สถานการณ์ที่ 4	เมื่อเพื่อนชวนให้ลองใช้สารระเหย
3. ครูสุ่มนักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ตัวอย่างที่กำหนดให้
4. ประเมินการฝึก โดยให้กลุ่มช่วยกันประเมิน และครูช่วยสรุปผลการประเมิน
5. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปหลักและขั้นตอนการปฏิเสธ

48. กิจกรรมการสร้างความคุ้นเคย

กิจกรรม การสร้างความคุ้นเคย

สาระสำคัญ

การที่คนเรามาอยู่ร่วมกัน จำเป็นต้องทำความรู้จักคุ้นเคยกันเพื่อเป็นพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ และปรับตัวให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

จุดประสงค์

1. เพื่อให้ครูและนักเรียนได้รู้จักและคุ้นเคยกัน
2. เพื่อให้ให้นักเรียนได้รู้จักกันและกันมากขึ้น

การจัดกิจกรรม

1. ครูกล่าวต้อนรับนักเรียนทุกคน ครูแสดงความยินดีที่ได้มาเป็นที่ปรึกษา
2. ครูแนะนำชื่อ – สกุล และวิชาที่สอน
3. ให้นักเรียนแต่ละคนแนะนำตัวเอง เช่น ชื่อจริง ชื่อเล่น ฯลฯ
4. ให้นักเรียนจับคู่สัมภาษณ์เพื่อน และจับกลุ่มสัมภาษณ์เพิ่มขึ้นจาก 2 เป็น 4 เป็น 8
5. ให้นักเรียนเลือกหัวหน้าห้อง และคณะกรรมการดำเนินการห้อง
6. ครูชี้แนวปฏิบัติงานของคณะกรรมการพร้อมมอบหมายงาน นโยบายของห้องเพื่อเป็นแนวทางที่จะให้คณะกรรมการดำเนินการ

หมายเหตุ ในห้องที่นักเรียนรู้จักกันแล้ว อาจมีการแนะนำรายละเอียดอื่นๆในการอยู่ร่วมกันมากขึ้นตามที่ครูที่ปรึกษาเห็นสมควร

49. กิจกรรม สิทธิ หน้าที่ ระเบียบวินัย

กิจกรรม สิทธิ หน้าที่ ระเบียบวินัย

สาระสำคัญ

สิทธิ คือสิ่งที่นักเรียนควรได้รับ การมีสิทธิในการเรียน การได้รับความรู้ การทำงานร่วมกับเพื่อน และมีสิทธิตามที่โรงเรียนกำหนด

หน้าที่ คือ ความรับผิดชอบต่อครู-อาจารย์ ต่อโรงเรียน เช่น นักเรียนมีหน้าที่เรียน มีหน้าที่ฟังครู อธิบาย มีหน้าที่เคารพครู มีหน้าที่ทำความสะอาดห้องเรียน มีหน้าที่ทำตามกฎระเบียบของโรงเรียน

วินัย คือ การฝึกกาย วาจา ใจให้อยู่ในทางที่ดีงาม เหมือนดอกไม้ที่ถูกจัดใส่แจกันจะดูมีค่าสวยงามกว่าดอกไม้ที่กองไว้

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงสิทธิ หน้าที่ ในการเป็นนักเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงระเบียบวินัยของโรงเรียนได้
3. เพื่อให้นักเรียนควบคุมตนเองให้อยู่ในระเบียบวินัยได้
4. เพื่อให้นักเรียนรับผิดชอบต่อหน้าที่และทำตามระเบียบวินัยของโรงเรียนได้

การจัดกิจกรรม

1. ให้นักเรียนช่วยกันนำเสนอสิทธิของนักเรียน
2. ให้นักเรียนบอกหน้าที่ของนักเรียนต้องทำอะไรบ้าง
3. นำดอกไม้มากรอกรวมกัน และเปรียบเทียบกับดอกไม้ที่ถูกจัดลงในแจกันแล้วให้นักเรียนวิจารณ์ว่าสวยงามกว่ากันเพราะอะไร
4. นักเรียนช่วยกันสรุปว่าเกี่ยวข้องกับระเบียบวินัยอย่างไร
5. ครูสรุป

50. กิจกรรมการแต่งกายให้เหมาะสมกับความเป็นนักเรียน

กิจกรรม การแต่งกายให้เหมาะสมกับความเป็นนักเรียน

สาระสำคัญ

การแต่งกายที่ถูกต้องเหมาะสมกับความเป็นนักเรียน คือการสวมเสื้อนักเรียนที่ถูกต้องตามระเบียบ ปกชื่อ นามสกุล อักษรย่อโรงเรียน นักเรียนชายใส่เสื้อเข้าในกางเกงไม่ว่าจะอยู่ในหรือนอกโรงเรียน นักเรียนหญิงใส่กระโปรงให้ถูกต้องตามระเบียบกระทรวงศึกษาธิการกำหนด

จุดประสงค์

1. ให้นักเรียนรู้จักระเบียบการแต่งกายของโรงเรียนและปฏิบัติตามได้ถูกต้อง

การจัดกิจกรรม

1. ให้นักเรียนคัดเลือกตัวแทนออกมา 2 กลุ่มกลุ่มหนึ่งแต่งกายเรียบร้อย อีกกลุ่มหนึ่งแต่งกายผิดระเบียบ
2. ครู สมมติเหตุการณ์ ถ้าเกิดปัญหาขึ้นในโรงเรียน กลุ่มที่ต้องถูกจับตามอง คือนักเรียนกลุ่มใด
3. นักเรียนร่วมกันอภิปรายและให้เหตุผล
4. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป ข้อดีและข้อเสียของการแต่งกายที่เหมาะสม และไม่เหมาะสม

51. กิจกรรม การเตรียมตัวก่อนเรียน

กิจกรรม การเตรียมตัวก่อนเรียน

สาระสำคัญ

บุคคลที่มีการเตรียมตั้ง หรือเตรียมความพร้อม จะทำให้บุคคลนั้นชนะคนอื่นไปแล้วครึ่งหนึ่ง
ในวัยเรียน ถ้านักเรียนรู้จักเตรียมตัวก่อนเรียน นักเรียนจะเป็นผู้ที่มีความพร้อม

จุดประสงค์

1. ต้องการให้นักเรียนเป็นบุคคลที่มีความพร้อมในเรื่องการเรียน

การทำกิจกรรม

1. สุ่มนักเรียน ผู้ชาย 1 คน ผู้หญิง 1 คน ออกมาเล่าการเตรียมตัวก่อนเรียน
2. ครูนำเสนอข้อปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเรียน ดังนี้
 - 1) เตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ เครื่องมือใช้ในการเรียน เช่น ปากกา สมุด หนังสือ ยางลบ ไม้บรรทัด ฯลฯ
 - 2) เตรียมหนังสือตำราเรียน ก่อนเรียนทุกครั้ง
 - 3) อ่านหนังสือล่วงหน้า สมองของคนเราสามารถจดจำได้มาก ถ้ารู้จักฝึกฝนความทรงจำตลอดเวลา การอ่านตำราก่อนล่วงหน้า เพื่อให้รู้ทิศทางของวิชาที่จะเรียน
 - 4) ชีตเส้นใต้และทำเครื่องหมาย ให้นักเรียนชิตเส้นใต้ข้อความสำคัญ และถ้าอ่านแล้วไม่เข้าใจให้ทำเครื่องหมายไว้สำหรับถามคุณครูผู้สอน ซึ่งจะช่วยให้เรามีความเข้าใจได้ตลอดและแม่นยำขึ้น
 - 5) ทำแบบฝึกหัดล่วงหน้า โดยเฉพาะวิชาคำนวณ นักเรียนอาจลองทำแบบฝึกหัดไว้ล่วงหน้าตามตัวอย่างในตำรา เมื่อเข้าเรียนจึงฟังคำอธิบายจากครูผู้สอนแล้วนักเรียนจะเข้าใจดียิ่งขึ้น ถ้าที่ทำมาผิดก็จะได้เข้าใจถูกต้อง

52. กิจกรรมจรรยาบรรณของนักเรียน

กิจกรรม

จรรยาบรรณของนักเรียน

จุดประสงค์

1. เพื่อแจ้งและกล่าวย้ำกับนักเรียนในเรื่อง ความประพฤติ และกริยามารยาทที่ควรปฏิบัติ

สาระสำคัญ

จรรยาบรรณของนักเรียน คือความประพฤติและกริยามารยาทที่ควรปฏิบัติ มีดังนี้

1. พึงใช้เวลาส่วนใหญ่ในชีวิตนักเรียน เรียนหนังสือ ศึกษาหาความรู้และจริยธรรม นักเรียนต้องประพฤติปฏิบัติตนให้สมกับได้ชื่อว่า “นักเรียน แปลว่าผู้มีความยอดเยี่ยมทางการเรียน” การเรียนจะให้ผลดีต้องอุทิศทุ่มเทใช้เวลาศึกษาหาความรู้และเพิ่มพูนคุณธรรมความดีใส่ตัว

2. พึงเป็นผู้ยึดมั่นในคุณธรรม 4 ประการ และค่านิยม 5 ประการ

คุณธรรม 4 ประการ

ประการแรก คือ การรักษาความสัจ ความจริงใจต่อกัน ที่จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม

ประการที่สอง คือ การรู้จักข่มใจตนเอง ฝึกใจตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอยู่ในความสัจ ความดีงาม

ประการที่สาม คือ การอดทน อดกลั้น อดออม ที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัจสุจริต ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลประการใด

ประการที่สี่ คือ การรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต ความรู้จักสละ ประโยชน์ส่วนน้อยของตนเพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของสังคม

ค่านิยม 5 ประการ คือ

1. พึ่งตนเอง มีความขยันหมั่นเพียร มีความรับผิดชอบ
 2. ประหยัดอดออม
 3. มีระเบียบวินัยและเคารพกฎหมาย
 4. ปฏิบัติตามคุณธรรมของศาสนา
 5. มีความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
3. พึงปลูกฝังคุณธรรมที่จำเป็นตามคำขวัญโรงเรียน และนักเรียนย่อมรักศักดิ์ศรีของโรงเรียน คือประพฤติปฏิบัติตนตามคำขวัญของโรงเรียน
4. พึงให้เกียรติและเคารพครูอาจารย์ในโรงเรียนทุกคน ด้วยกาย วาจา ใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง
5. พึงเคารพในเหตุผล และความคิดที่มีเหตุผล รับฟังและพิจารณาความคิดเห็นของผู้อื่นด้วยความเคารพ เป็นทางปฏิบัติแม้ต้องเสียสละประโยชน์ส่วนตนบ้าง
6. พึงสร้างและสะสมความดีเพื่อชีวิต ตั้งใจศึกษาและทำงานตามคำสั่งของผู้มีพระคุณ ทำความดีเพื่อสาธารณชน เช่น ช่วยงานโรงเรียน ทำความดีเพื่อผดุงความถูกต้อง พึงสร้างและสะสมประพฤติกกรรมดี

การทำกิจกรรม

1. ครูยกตัวอย่างรุ่นพี่ที่ได้รับเกียรติบัตร โฉงจากโรงเรียน หรือจากหน่วยงานอื่น ๆ เพราะเขาเหล่านั้น ยึดมั่นในจรรยาบรรณของนักเรียน
2. ให้นักเรียนเสนอชื่อเพื่อนเพื่อเป็นตัวแทนห้องรับเกียรติบัตร (ผู้ที่มีคุณสมบัติตามจรรยาบรรณนักเรียน)

53. กิจกรรมการรักษาความสะอาด

.....

กิจกรรม การรักษาความสะอาด

สาระสำคัญ

ความสะอาดเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของชีวิตที่จะนำไปสู่ความเป็นระเบียบเรียบร้อยแก่ตนเอง ครอบครัว โรงเรียน สังคม และประเทศชาติ

จุดประสงค์

1. เพื่ออบรมชี้แจง ปลุกฝังนิสัยรักความสะอาดแก่นักเรียน ฝึกหัดให้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นนิสัยและชี้แนะให้ช่วยกันดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยของอาคารสถานที่

การจัดกิจกรรม

1. ให้นักเรียนยกตัวอย่าง บริเวณใดในโรงเรียนที่นักเรียนชอบทำกิจกรรมมากที่สุด และ บริเวณพื้นที่ใดที่นักเรียนไม่ชอบ เพราะอะไร
2. ครูชี้แนะนักเรียนเรื่องการทำความสะอาดห้องเรียน อาคารสถานที่ บริเวณโรงเรียน ตลอดจน อาคารบ้านเรือน และสาธารณะอื่น ๆ อย่างสม่ำเสมอ
3. ครูย้ำเตือนนักเรียนที่ได้รับมอบหมายให้เป็นเวรทำความสะอาด ต้องทำความสะอาด ด้วยความเต็มใจ และทำให้ห้องสะอาดน่าอยู่ น่าเรียนสำหรับนักเรียนทุกคนต้องทิ้งขยะลงในถัง ไม่ขีดเขียนพื้นผนัง และส่วนต่าง ๆ ของอาคาร ห้องส้วม โต๊ะ เก้าอี้ กระจาดาน และอุปกรณ์การเรียนอื่น ๆ
4. ครูสรุป ผู้ได้รับการอบรมมาดี จะทำอะไรก็สะอาด มีระเบียบเรียบร้อยอยู่เสมอ นักเรียน จำเป็นต้องได้รับการฝึกหัดให้เป็นคนรักษาความสะอาด มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยสวยงามเป็นสิ่งจำเป็น “การรู้จักรับผิดชอบตามหน้าที่และความร่วมมือช่วยเหลือในการรักษาความสะอาดช่วยให้เกิดสุข”

54. กิจกรรมมารยาทในการอยู่ร่วมกันในสังคม

กิจกรรม มารยาทในการอยู่ร่วมกันในสังคม

สาระสำคัญ

คนเราต้องมีการพบปะสมาคมซึ่งกันและกัน ไม่มีใครอยู่คนเดียวในโลกได้ และคนเราจะมีชื่อเสียงดีเด่น คนรู้จักใครนิยมนับถือก็อยู่ที่การสังคม สังคมก็มีทั้งทางดีและทางไม่ดี สุดแต่จะเป็นสังคมชนิดใด ถ้าเรารู้จักเลือกสมาคมกับสังคมดีก็จะเป็นประโยชน์ดังสุภาษิตที่ว่า “คบคนพาล พาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล”

จุดประสงค์

เพื่อให้นักเรียนได้ทราบและรู้จักมารยาทในการอยู่ร่วมกันในสังคม ย้ำให้ข้อคิดเตือนใจ นำไปปฏิบัติให้คิดเป็นนิสัย มีมารยาทอยู่ร่วมกันในสังคม

การจัดกิจกรรม

- ให้นักเรียนศึกษา เรื่อง มารยาทในสังคมมีหลักสำคัญ ดังนี้
 - รู้จักวางตน ต้องเป็นคนมีความอดทนมีความสงบเสงี่ยม การวางตนต้องมีท่าทางธรรมดาอย่าฝืน ไม่อวดรู้ อวดฉลาด อวดมั่งอวดมี และไม่ควรถิ่นเสมือผู้ใหญ่แม้ว่าจะสนิทสนมคุ้นเคยกันเพียงใดก็ตาม
 - รู้จักประมาณตน มีธรรมเนียมคนดี 7 ได้แก่ รู้จักเหตุ ผล ตน ประมาณ กาล เวลา ชุมชน และบุคคล โดยไม่ทำตัวเองให้เด่นเรียกร้องให้คนอื่นสนใจ หรือสร้างจุดสนใจในตัวเองมากเกินไป คำเตือนของ “หลวงวิจิตรวาทการ” น่าจะเป็นข้อเตือนใจในเรื่องนี้ได้ว่า “จงทำดีแต่อย่าเด่นจะเป็นภัย ไม่มีใครเขาอยากเห็นเราเด่นเกิน”
 - รู้จักการพูดจา ต้องไม่ทักทายปราศรัยกับคนด้วยคำพูดที่เขาจะให้เกิดความอับอายในสังคม และไม่คุยเสียงดัง หรือยักยอกหลิวตาทำท่าประกอบจนทำให้เสียบุคลิกภาพ
 - การรู้จักควบคุมอารมณ์ คือรู้จักข่มจิตของตน ไม่ใช่อารมณ์รุนแรง เพื่อไม่ให้ล่วงสิ่งไม่ควรล่วง ได้แก่ การข่มราคะ โทสะ โมหะไม่ให้กำเริบเป็นลักษณะที่สำคัญอย่างหนึ่ง คือ รู้จักข่มอารมณ์ต่างๆไม่ทำลายข้าวของ ไม่พูดและแสดงกริยาประชดประชันหรือเสียสติ
 - การสำรวมกริยาเมื่อผ่านผู้ใหญ่ ขณะเดินผ่านผู้ใหญ่ให้ก้มตัวพองาม หรือหากผู้ใหญ่กำลังเดินไม่ควรวิ่งตัดหน้า ควรหยุดให้ผู้ใหญ่เดินผ่านก่อน หรือไม่ควรเดินผ่านกลางขณะผู้ใหญ่กำลังพูดกัน
 - รู้จักควบคุมอริยาบถ ถือว่าเป็นคุณสมบัติที่ดี เช่นเมื่อเราได้ยินเสียงเพลงก็ไม่ควรเขย่าตัว กระดิกเท้า หรือเคาะจิ้งหะโดยไม่เลือกสถานที่ ซึ่งการกระทำดังกล่าวนี้ถือว่าการกระทำของคนที่ไม่ควบคุมอริยาบถ และไม่เหมาะสมกับกาลเทศะ
- ให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับข้อดีของการมีมารยาทในสังคม
- ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลดีของการมีมารยาทในสังคมที่ส่งผลให้เป็นกัลยาณมิตร

55. กิจกรรมการคบเพื่อน

กิจกรรม การคบเพื่อน

สาระสำคัญ

ในวัยของนักเรียน “เพื่อน” นับว่ามีอิทธิพลต่อนักเรียนในหลาย ๆ ด้าน ถ้านักเรียนไม่มีเพื่อน หรือไม่มีคนคบหาสมาคมด้วย ก็ต้องพิจารณาว่าตนเองมีความบกพร่องหรือสิ่งที่ไม่ดีอะไรบ้าง เราต้องปรับปรุง ข้อบกพร่องหรือสิ่งที่ไม่ดีต่าง ๆ ให้หมดหรือลดน้อยลง

จุดประสงค์

1. เพื่ออธิบายชี้แจงแนวปฏิบัติตนที่เหมาะสมในการคบเพื่อน สามารถนำไปใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

การจัดกิจกรรม

ครูนำข้อเสนอแนะการปฏิบัติตนในการคบเพื่อน

1. การพูดคุย

- 1.1 การพูดคุยเรื่องใดก็ตามให้พิจารณาเรื่องใดควรพูดเรื่องใดไม่ควรพูดและถ้าจะพูดควรพูดในเวลาใด
- 1.2 ใช้คำพูดที่สุภาพ ไม่ล่วงเกินด้วยคำพูด ไม่พูดลามปาม ไม่พูดตะโกนหรือพูดกระซอกโฮกฮาก
- 1.3 ไม่พูดล้อเลียน ไม่นำชื่อบิดา –มารดา หรือสิ่งที่เคารพนับถือไปพูดล้อเลียน หรือลบหลู่

คู่มือ

- 1.4 หลีกเลี่ยงการใช้คำพูดที่รุนแรง ไม่พูดเหน็บแนม ไม่พูดเสียดสี ไม่นินทาให้ร้ายป้ายสี

2. การแสดงกิริยาท่าทาง

- 2.1 แสดงกิริยาท่าทางเหมาะสมกับกาลเทศะ
- 2.2 ไม่ใช้อวัยวะที่ไม่เหมาะสมหยอกล้อกัน หรือเล่นกันด้วยความรุนแรง เช่น ใช้เท้าเตะ ใช้มือตบ

ศิรชะ เป็นต้น

3. การแต่งกาย แต่งกายให้เหมาะสมกับกาลเทศะ เช่น ไม่ใส่ชุดนอนไปเดินเล่นกับเพื่อนต่างเพศ

เป็นต้น

4. การนัดหมาย

- 4.1 กำหนดเวลานัดหมายที่แน่นอน และต้องไปให้ตรงเวลานัดหมาย ถ้าไม่ได้ไปหรือมีเหตุขัดข้องต้องแจ้งให้เพื่อนทราบล่วงหน้า
- 4.2 เวลานัดหมายที่เหมาะสมต้องไม่นัดหมายกันในเวลากลางคืน ถ้ามีความจำเป็นไม่ควรนัดหมายกันในเวลาตึก และควรมีญาติพี่น้องไปเป็นเพื่อนด้วย

5. การให้ความช่วยเหลือ – การมีน้ำใจซึ่งกันและกันการช่วยเหลือเพื่อนจะต้องช่วยเหลือ

ในสิ่งที่ถูกต้องและเหมาะสม ไม่ช่วยเหลือในทางที่ผิด ไม่เอาเปรียบเพื่อน

ครูสรุป ให้ข้อคิด ในเรื่องการคบเพื่อน

การคบเพื่อนนั้น ในบางครั้งอาจมีการกระทบกระทั่งกันบ้างในเรื่องของคำพูด กิริยาท่าทางการกระทำ อารมณ์ต่าง ๆ ดังนั้นการคบหาสมาคมกับเพื่อนต้องมีใจหนักแน่น มั่นคงยอมรับฟังเหตุผล รู้จักให้อภัยและมีน้ำใจซึ่งกันและกัน จึงจะทำให้มิตรภาพหรือความเป็นเพื่อนยืนยาว

56. กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน

กิจกรรม เพื่อนช่วยเพื่อน

สาระสำคัญ

การช่วยเหลือซึ่งกันและกันเป็นสิ่งที่ดี แสดงถึงความเป็นคนมีน้ำใจ เป็นการปลูกฝังนิสัยให้เป็นคนที่จะช่วยเหลือผู้อื่น การช่วยเหลือผู้อื่นจะต้องทำด้วยความเต็มใจ จริงใจโดยไม่หวังผลตอบแทนและต้องช่วยเหลือในสิ่งที่ถูกต้อง

จุดประสงค์

เพื่อให้นักเรียนรู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

การจัดกิจกรรม

1. ให้นักเรียนเล่นเกมเพื่อนช่วยเพื่อน โดยครูให้นักเรียนจับฉลากชื่อเพื่อนในห้อง เมื่อได้ชื่อแล้วให้เก็บเป็นความลับไม่บอกใครตลอดวัน แล้วให้นักเรียนช่วยเหลือเพื่อนคนนั้น เช่น ช่วยอธิบายบทเรียน
2. ครูให้นักเรียนบันทึกการช่วยเหลือที่ให้กับเพื่อน เพื่อนำมารายงานหน้าชั้น
3. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงประโยชน์ของการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และแนะนำให้ยึดถือเป็นหลักปฏิบัติต่อไป

57. กิจกรรมความซื่อสัตย์

กิจกรรม ความซื่อสัตย์

สาระสำคัญ

ความซื่อสัตย์เป็นคุณธรรมอันประเสริฐที่จะนำไปสู่คุณธรรมอื่น ๆ บุคคลที่มีความซื่อสัตย์จะเป็นที่ไว้วางใจของผู้พบเห็น ผู้ที่มีความซื่อสัตย์จะเจริญก้าวหน้าในอาชีพ หน้าที่การงาน และสังคมใดที่ประกอบด้วยคนซื่อสัตย์ สังคมนั้นจะสงบสุขและพบกับความเจริญ

จุดประสงค์

1. ให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของความซื่อสัตย์
2. นักเรียนนำคุณธรรมเรื่องความซื่อสัตย์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน
3. เพื่อให้นักเรียนมีความซื่อสัตย์เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

การจัดกิจกรรม

1. ครูสนทนากับนักเรียนถึงข่าวสารต่าง ๆ เกี่ยวกับความซื่อสัตย์สุจริตและการทุจริต
2. ให้นักเรียนช่วยกันวิจารณ์การกระทำของบุคคลในข่าวว่ามีผลแตกต่างกันอย่างไร
3. ครูให้ข้อคิดกับนักเรียนจากผลกระทำของบุคคลสองประเภทและให้นักเรียนสรุปเลือกปฏิบัติในสิ่ง

ที่ดี

สื่อ /อุปกรณ์

1. ตัวอย่างข่าวจากหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับความซื่อสัตย์
2. ตัวอย่างบุคคลที่ได้รับผลตอบแทนจากการปฏิบัติตนที่มีความซื่อสัตย์

58. กิจกรรมความรับผิดชอบ

กิจกรรม ความรับผิดชอบ

สาระสำคัญ

ความรับผิดชอบ หมายถึง ความตั้งใจในการปฏิบัติงานในหน้าที่จนกระทั่งงานนั้นสำเร็จและยอมรับผลการกระทำนั้น ไม่ว่าจะเกิดผลดีหรือไม่ดีก็ตาม คนที่มีความรับผิดชอบนั้นมีผลดี คือ ช่วยให้งานนั้นสำเร็จลงด้วยดี สามารถพัฒนางานให้ก้าวหน้าได้ หรือถ้าเกิดความบกพร่องก็พร้อมที่จะแก้ไขให้ดีขึ้น ความรับผิดชอบมีหลายอย่าง เช่น

1. ความรับผิดชอบในการศึกษาเล่าเรียนได้แก่ ตั้งใจเรียน เข้าเรียนตรงเวลาทุกชั่วโมง ส่งงานตามกำหนด ร่วมกิจกรรม ปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับ เป็นต้น
2. ความรับผิดชอบต่อโรงเรียนได้แก่ ช่วยกันรักษาความสะอาด รักษาทรัพย์สินของส่วนรวม แต่งกายถูกร่องตามระเบียบ ช่วยสร้างชื่อเสียงให้โรงเรียน
3. ความรับผิดชอบต่อครอบครัวได้แก่ ช่วยงานบ้าน ปฏิบัติตนไม่ให้ครอบครัวเสื่อมเสียชื่อเสียง
4. ความรับผิดชอบต่อสังคมได้แก่ ช่วยกันรักษาความสะอาด รักษาสมบัติของส่วนรวม ร่วมกิจกรรมเพื่อส่วนรวม ช่วยสร้างสรรคความเจริญให้ชุมชน

จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและส่วนรวม
2. ให้นักเรียนมีทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับความรับผิดชอบ

การจัดกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนเล่าถึงบุคคลที่นักเรียนภูมิใจ ในความสำเร็จของเขา และเหตุที่เขาประสบความสำเร็จ (สุ่มนักเรียน 2-3 คน)
2. ครูยกตัวอย่างนักเรียน และบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตเพราะเขามีความรับผิดชอบ
3. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปถึงเรื่องความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

59. กิจกรรมความกตัญญู

กิจกรรม ความกตัญญู

สาระสำคัญ

กตัญญู หมายถึงการรู้จักบุญคุณ อะไรก็ตามที่เป็นบุญหรือมีคุณต่อเราแล้วไม่ว่าจะมาหรือน้อยก็ตาม เราจะระลึกนึกถึงด้วยความซาบซึ้งไม่ลืม

สิ่งที่ควรกตัญญู

1. กตัญญูต่อบุคคล เช่น พระสงฆ์ พระมหากษัตริย์ บิดามารดา ครู – อาจารย์ โดยการเป็นลูกที่ดี เป็นศิษย์ที่ดี และเป็นพลเมืองดี
2. กตัญญูต่อสิ่งของ เช่น สถานศึกษา วัด ต้นไม้ ป่าไม้ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการหาเลี้ยงชีพ จะต้องดูแลรักษาปฏิบัติต่อสิ่งนั้นด้วยดี ไม่ลบหลู่ดูแคลน ไม่ทำลาย
3. กตัญญูต่อตนเอง เพราะร่างกายเป็นอุปกรณ์สำคัญที่เราได้ใช้อาศัยในการทำความดี สร้างความสุข ความเจริญจึงต้องดูแลรักษา ไม่นำพาตนเองไปเกี่ยวข้องกับความสุข เป็นต้น

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเป็นคนมีความกตัญญูกตเวที
2. เพื่อให้นักเรียนมีจิตใจผ่องใสมองโลกในแง่ดี
3. เพื่อให้นักเรียนเป็นที่สรรเสริญของผู้พบเห็น

การจัดกิจกรรม

1. ครูนำนิทานหรือข่าวเกี่ยวกับความกตัญญูกตเวทีของดาราศิลปินเล่าให้นักเรียนฟัง
2. นักเรียนช่วยกันอภิปรายถึงผลที่ได้รับจากการเป็นคนมีความกตัญญูกตเวที
3. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปถึงความกตัญญู และสิ่งที่ควรกตัญญู

สื่อ / อุปกรณ์

1. ภาพข่าวจากหนังสือพิมพ์
2. ภาพบรรยากาศและสิ่งของที่เป็นบุญคุณ ที่เก็บบูชาไว้เพราะมีบุญคุณ

60. กิจกรรมความสามัคคี

กิจกรรม ความสามัคคี

สาระสำคัญ

ความสามัคคีเป็นบ่อเกิดแห่งความสำเร็จ ถ้าทุกคนมีความรักความสามัคคีก็จะเกิดความกลมเกลียว เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน การงานต่าง ๆ จะดำเนินไปอย่างง่ายดายและประสบความสำเร็จและเป็นที่ยกย่องแก่ผู้พบเห็น

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรักความเห็นใจซึ่งกันและกัน
2. นักเรียนเห็นความสำคัญของความสามัคคี นำไปประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
3. เพื่อให้นักเรียนไม่ทะเลาะวิวาทกัน

การจัดกิจกรรม

1. ครูเล่านิทานเรื่องพ่อสอนลูกให้นักเรียนทุกคนในห้องฟัง (นิทานหรือเรื่องราวอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ ความสามัคคี
2. ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายเรื่องที่ครูเล่าจบลงโดยกล่าวถึงเหตุและผลที่เกิด
3. นักเรียนและครู สรุปประโยชน์ของความสามัคคี

61. กิจกรรมความรักสถาบัน

กิจกรรม ความรักสถาบัน

เนื้อหาสาระ

สถาบันการศึกษาเป็นแหล่งให้ความรู้และการศึกษาอบรม กล่อมเกลาให้นักเรียนเป็นคนดีของสังคม สถานศึกษานับเป็นสถานที่แห่งหนึ่งที่มีบุญคุณแก่นักเรียน นักเรียนควรรักและแสดงความกตัญญู กตเวทิต์ สิ่งนี้นักเรียนสามารถแสดงออกซึ่งความรักสถาบัน เช่น

1. แต่งกายให้ถูกต้องตามระเบียบของโรงเรียน สะอาด เรียบร้อย เป็นที่ชื่นชม และศรัทธาของผู้พบเห็น
2. มีกิริยามารยาทเรียบร้อยพูดจาไพเราะประทับใจผู้ฟัง
3. มีน้ำใจเอื้อเฟื้อ ให้ความร่วมมือกับสถาบัน
4. รักและดูแลสถาบัน ให้สะอาดร่มรื่น สวยงาม ตลอดจนรักษาสาธารณสมบัติให้ใช้ได้คงทนถาวร ไม่ขีดเขียนทำลาย
5. ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน พยายามสร้างชื่อเสียงในทุกๆด้าน
6. สอดส่องดูแลสิ่งที่ทำให้โรงเรียนเสียชื่อเสียงแล้วแจ้งให้ครูอาจารย์ทราบจะได้ร่วมมือกันแก้ไข
7. ไม่ทะเลาะวิวาทหรือมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมซึ่งเป็นการทำลายชื่อเสียงของสถาบัน
8. ชื่นชมคำสั่งสอนของครู-อาจารย์

จุดประสงค์

1. เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนรักและภาคภูมิใจในสถาบันของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนช่วยกันพัฒนา รักษาชื่อเสียงของสถาบันตนเอง

การจัดกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนอภิปรายถึงความสำคัญของโรงเรียน สิ่งนี้นักเรียนได้รับจากโรงเรียนมีอะไรบ้างแล้วช่วยกันสรุปเป็นข้อ ๆ
2. ให้นักเรียนช่วยกันตอบในสิ่งที่นักเรียนควรทำเพื่อเป็นการแสดงความรักความกตัญญูต่อโรงเรียน และสรุปเป็นข้อ ๆ พิมพ์ติดไว้ที่ป้ายนิเทศเพื่อเตือนใจนักเรียน

สื่อ / อุปกรณ์

ภาพสวนหย่อมที่สวยงาม ร่มรื่น (จากหนังสือสวนสวยโรงเรียนงาม)
ภาพโรงเรียนขณะที่นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมหน้าเสาธง / กิจกรรมวันปัจฉิมนิเทศ

62. กิจกรรมพระคุณของพ่อแม่

กิจกรรม พระคุณของพ่อแม่

สาระสำคัญ

พ่อแม่เป็นพรหมของลูก คือ มีเมตตา ปราศจากทิฏฐิต่อลูกไม่มีสิ้นสุด
 มีกรุณา คือ คอยช่วยเหลือเสมอไม่ทอดทิ้ง
 มีมุทิตา คือ ปราบปลื้มใจ ยินดีเมื่อลูกมีความสุข
 มีอุเบกขา คือ ไม่ซ้ำเติมลูกเมื่อลูกผิดพลาด คอยให้คำปรึกษา ดังนั้นพ่อแม่มีพระคุณมาก ลูกจึงควรกตัญญูกตเวทิตา ซึ่งนักเรียนสามารถทำได้ดังนี้

- รู้จักประพฤติดนดี ไม่ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล
- ประณิบัติดูแล ทั้งยามดีและยามป่วยไข้
- รู้จักช่วยการงาน ช่วยรักษาสมบัติที่ท่านมอบให้
- ตั้งใจรักษาเล่าเรียนให้ท่านภาคภูมิใจ

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนประพฤติดนดีเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่
2. เพื่อให้นักเรียนเป็นคนมีสติรอบคอบมีเหตุผล ได้รับการยกย่อง
3. เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงคุณของพ่อแม่

การจัดกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนพรรณนาพระคุณของพ่อแม่หรือเล่าเรื่องความรักของพ่อแม่ให้นักเรียนฟัง
2. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปเรื่องพระคุณของพ่อแม่ และการตอบแทนบุญคุณ

สื่อ / อุปกรณ์

1. ข่าว หรือเรื่องราวจากหนังสือพิมพ์ หรือนิตยสาร
2. ภาพซึ่งแสดงเรื่องความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ เช่นภาพในหลวงและสมเด็จพระราชชนนี ภาพลูกดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วย

63. กิจกรรมการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน

.....

กิจกรรม การปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนรู้จักปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน
2. แก้ปัญหาเด็กที่เข้ากับเพื่อนไม่ได้

สาระสำคัญ

- ความสนใจของเด็กวัยรุ่น
- การรู้จักคบเพื่อน
- การช่วยเหลือกันเมื่อมาอยู่ร่วมกัน

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนช่วยกันเสนอแนวคิดในการร่วมมือกันช่วยเหลือในชั้นเรียน
2. ครูแนะนำถึงการแก้ปัญหาต่างๆและให้นักเรียนช่วยกันออกความคิดเห็น

64. กิจกรรมการแต่งการตามระเบียบโรงเรียน

.....

กิจกรรม การแต่งการตามระเบียบโรงเรียน

วัตถุประสงค์

ให้นักเรียนรู้จักระเบียบการแต่งกายของโรงเรียนและปฏิบัติตามได้อย่างถูกต้อง

สาระสำคัญ

การแต่งกายที่ถูกต้องเหมาะสมความเป็นนักเรียน ก็คือสวมเสื้อนักเรียนที่ถูกต้องตามระเบียบ ปกชื่อ-สกุล ชื่อโรงเรียน นักเรียนชายใส่เสื้อเข้าในกางเกงไม่ว่าจะอยู่ในหรือนอกบริเวณโรงเรียน ถ้าแต่งชุดนักเรียนเมื่อไรนักเรียนจะต้องประพฤติเช่นนี้ทุกครั้ง

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูยกตัวอย่างนักเรียนออกมา 2 กลุ่ม กลุ่มหนึ่งแต่งกายเรียบร้อย อีกกลุ่มหนึ่งแต่งกายไม่เรียบร้อย หรือแต่งกายผิดระเบียบ
2. ให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น ถ้าเกิดปัญหาอะไรขึ้นมา กลุ่มที่จะต้องถูกจับตามองคือ นักเรียนกลุ่มใด

65. กิจกรรมการรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน

.....

กิจกรรม การรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนควบคุมตนเองให้อยู่ในระเบียบวินัย และมีความรับผิดชอบต่อสถานที่
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักรัก และรักษาสมบัติของส่วนรวม

สาระสำคัญ

การอยู่ร่วมกันเป็นจำนวนมาก ถ้าขาดความเป็นระเบียบต่างคนต่างทำอะไรตามอำเภอใจจะทำให้สังคมนั้นไม่เจริญ โรงเรียนเป็นสถานที่ให้ความรู้และเราต้องรักษาสมบัติของ สถาบัน เช่น

- โต๊ะ เก้าอี้ ไม่ขีดเขียน นั่งแล้วเก็บวางให้เรียบร้อย
- ไฟฟ้าเปิดใช้แล้วเวลาจำเป็น
- น้ำ ใช้น้ำแล้วปิดให้สนิท
- ห้องน้ำห้องส้วม เทน้ำราดให้สะอาดทุกครั้งที่ใช้
- ผนั่งห้องเรียน ห้องน้ำ อย่าขีดเขียน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนเล่าการรักษา น้ำ ไฟ อื่นๆที่เป็นสมบัติของโรงเรียน
2. ครูและนักเรียน ช่วยกันสรุปวิธีการรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียนพร้อมทั้งประโยชน์ที่ได้รับ
3. ครูเล่าตัวอย่าง หรืออุทาหรณ์เกี่ยวกับความมีน้ำใจให้นักเรียนฟัง

66. กิจกรรมการทำความสะอาดห้องโฮมรูม

.....

กิจกรรม การทำความสะอาดห้องโฮมรูม

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนมีความรับผิดชอบในการทำความสะอาดห้องโฮมรูม
2. นักเรียนมีความสามัคคี รักใคร่กัน

สาระสำคัญ

การทำความสะอาดห้องโฮมรูม ถือว่าเป็นการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน ให้ห้องเรียนน่าเรียนยิ่งขึ้น ช่วยเสริมในเรื่องการเรียนรู้

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูที่ปรึกษาแต่งตั้งนักเรียนทุกคน เป็นเวรรักษาความสะอาด ตั้งแต่วันจันทร์-วันศุกร์ ซึ่งในแต่ละวันจะมีเวรรับผิดชอบประมาณเวรละ 7-8 คน และใน 7-8คนนี้ จะมีหัวหน้าเวร 1 คน รองหัวหน้าเวร 1 คน ร่วมกันรับผิดชอบ
2. ให้นักเรียนช่วยกันและร่วมมือกันทำความสะอาด และจัดบอร์ดตามเวรที่ได้รับมอบหมาย

67. กิจกรรมภัยของวัยรุ่น

.....

กิจกรรม ภัยของวัยรุ่น

วัตถุประสงค์

1. ให้นักเรียนเข้าใจสภาพของวัยรุ่นโดยทั่วไป
2. ให้นักเรียนรู้จักภัยของวัยรุ่นว่ามีอะไรบ้าง
3. ให้อุบัติภัยป้องกันตนเองจากภัยเหล่านั้น

สาระสำคัญ

วัยรุ่น คือ วัยที่กำลังเปลี่ยนแปลงจากสภาพของเด็กเป็นผู้ใหญ่ ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงทางสภาพทางร่างกาย และมีผลทำให้สภาพทางด้านจิตใจเปลี่ยนแปลงไปด้วย เช่น อารมณ์รุนแรง ขาดความยับยั้งชั่งใจ ชอบทดลอง อยากรู้ อยากเห็น ยึดเพื่อเป็นแบบอย่าง ภัยที่วัยรุ่นควรระมัดระวัง คือ การคบเพื่อน ยาเสพติด โจรผู้ร้าย อุบัติเหตุต่างๆ สถานเริงรมย์ต่างๆ เป็นต้น

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนศึกษาจากข่าวหนังสือพิมพ์หรือแหล่งสืบค้นอื่นๆ และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ข่าว
2. นักเรียนนำเสนอ แนวทางในการป้องกันภัยเหล่านั้น

68. กิจกรรมการวางตัวต่อเพื่อนต่างเพศ

กิจกรรม การวางตัวต่อเพื่อนต่างเพศ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้เรื่องการคบเพื่อนต่างเพศ
2. เพื่อให้แนวทางในการนำไปประพฤติปฏิบัติถูกต้องเหมาะสม
3. เป็นการช่วยรักษาขนบธรรมเนียมของวัฒนธรรมไทย
4. เพื่อรักษาเกียรติ ชื่อเสียง วงศ์ตระกูลของตัวเองและสถาบัน

สาระสำคัญ

การคบเพื่อนต่างเพศนั้น เป็นสิ่งที่จะแนะแนวทางกันได้ การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ก็จะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะขจัดปัญหาเรื่องเพศ ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้ สังคมไทยเรากล่าวว่าหญิงยังคงควรรักษานวลสงวนตัวและสุภาพ ประพฤติในสิ่งที่ตั้งงามที่หญิงไทยควรกระทำให้เป็นนิสัยความเคยชิน ส่วนชายก็จะต้องมีความเป็นสุภาพบุรุษ เสียสละ และให้เกียรติผู้หญิง

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูพูดถึงธรรมชาติของเพศและวัย
2. ครูยกตัวอย่างข้อปฏิบัติที่ไม่เหมาะสม ไม่ดีของคนในสังคมปัจจุบัน
3. ครูและนักเรียนร่วมกันยกตัวอย่างข้อปฏิบัติที่ดีในสังคม

69. กิจกรรมมีความเคารพ

.....

กิจกรรม มีความเคารพ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักและรู้จักแสดงความเคารพ
2. เพื่อให้นักเรียนเป็นคนมีเสน่ห์ เป็นที่พอใจ รักใคร่ของผู้ที่พบเห็น

สาระสำคัญ

ความเคารพ หมายถึง ความตระหนัก ซาบซึ้ง รู้ถึงคุณความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่น ยอมรับนับถือความดีของเขาด้วยใจจริง แล้วแสดงความนับถือต่อผู้นั้น ด้วยการแสดงความอ่อนน้อม อ่อนโยนอย่างเหมาะสม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง เปิดกว้างพร้อมที่จะรองรับความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูซักถามนักเรียน และยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในโรงเรียน เช่น
 - 1.1 นักเรียนสังเกตหรือไม่ว่า ทำครูแต่ละท่านยกมือไหว้ซึ่งกันและกัน
 - 1.2 ทำไมนักเรียนจึงยกมือไหว้ คำนับ หลีกทาง นั่งสำรวม หรือไม่พูดคุยขณะสอน
 - 1.3 ทำไมเราต้องยืนตรงในขณะธงชาติขึ้นเสา
2. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปคำตอบที่นักเรียนตอบและเน้นถึงเรื่องความเคารพ
3. ครูสรุปผลดีของบุคคลที่มีความเคารพ เพื่อให้ให้นักเรียนนำไปปฏิบัติ

70. กิจกรรมคุณและโทษสื่อมวลชน

กิจกรรม คุณและโทษสื่อมวลชน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงความสำคัญของสื่อมวลชน เช่น วิทยุ โทรทัศน์ วิดีโอ หนังสือพิมพ์ต่างๆ คอมพิวเตอร์
2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงคุณประโยชน์และโทษของสื่อมวลชน
3. เพื่อให้นักเรียนมีความสุขในการทำงาน

สาระสำคัญ

สื่อมวลชนต่างๆให้ทั้งคุณประโยชน์และโทษ นักเรียนต้องเลือกอ่าน ฟังและชม ควรรู้จักคิดและพิจารณาก่อนที่จะเชื่อบทความ ข้อคิด หรือคำวิจารณ์นั้นๆ นักเรียนต้องเป็นผู้กว้างขวางในการอ่าน เพราะจะทำให้ตัดสินใจว่า ข้อความใดมอมเมา ชักนำไปให้คิดการกระทำชั่ว แต่ถ้าเลือกอ่าน ฟัง ชมเป็น ก็จะทำให้เกิดประโยชน์ด้านสติปัญญา

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนวิเคราะห์บทความ หรือข่าวสาร ว่ามีลักษณะอย่างไรด้านคุณประโยชน์และโทษ
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของสื่อมวลชน

71. กิจกรรมทำงานไม่คั่งค้าง

.....

กิจกรรม ทำงานไม่คั่งค้าง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิธีปฏิบัติตนไม่ให้งานคั่งค้าง
3. เพื่อให้นักเรียนมีความสุขในการทำงาน

สาระสำคัญ

วิริยะ คือ ความพากเพียร ความไม่ท้อถอย คนที่มีความวิริยะจะไม่เกียจคร้านการทำงานจะไม่คั่งค้างงานคั่งค้าง เพราะ

- ทำงานไม่ถูกกาล เช่น เมื่อถึงวัยเรียนกลับไม่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน
- ไม่ยอมทำงาน คือ ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง หรือสาเหตุต่างๆมาอ้าง

วิธีทำงานให้เสร็จ การทำงานให้เสร็จควรใช้หลักอิทธิบาท 4 คือ

1. ฉันทะ คือ ความรักงาน
2. วิริยะ คือ ความพากเพียร ความไม่ท้อถอย
3. จิตตะ คือ ความเอาใจใส่ ไม่ปล่อยปละละเลยกับงานของตน
4. วิมังสา คือ ทำงานด้วยปัญญาใช้ปัญญาพิจารณางาน เพื่อให้งานนั้นสำเร็จลุล่วงตามที่คาดหวัง

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสาเหตุของงานที่คั่งค้างแล้วสรุปเป็นข้อๆ
2. ให้นักเรียนช่วยกันหาวิธีแก้การทำงานที่คั่งค้างให้สำเร็จลุล่วง
3. ครูสรุปเพิ่มเติม ให้นักเรียนนำไปปฏิบัติ และติดตามผล

72. กิจกรรมการสำรวจความถนัดทางอาชีพของตนเอง

.....

กิจกรรม การสำรวจความถนัดทางอาชีพของตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักในการวางแผนงานในการทำงานและการศึกษาต่อของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

สาระสำคัญ

การที่คนเราได้ใช้เวลาศึกษาให้รู้ถึงความสามารถหรือความถนัดในด้านใดด้านหนึ่งของตนเองแล้ว ก็ จะเกิดการพัฒนาความสามารถของตนเองได้เหมาะสมกับแนวทางในการศึกษาต่อ หรือการประกอบอาชีพที่ตนเองชอบหรือตนเองถนัดต่อไป และเมื่อมีเวลาว่างได้ใช้เวลาว่างนั้นพัฒนาความสามารถให้เกิดประโยชน์ได้ ถ้ามีเวลามองดูตัวเองว่าตนเองนั้นมีความสามารถด้านใดเป็นพิเศษ เช่น ร้องเพลง เล่นดนตรี วาดรูป ฯลฯ

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนสำรวจตนเอง ในเวลาว่างนักเรียนชอบทำอะไร พร้อมแสดงความคิดเห็น
2. ให้นักเรียนวางแผนการศึกษาในอนาคต และนำเสนอหน้าชั้นเรียน
3. ครูและนักเรียนร่วมสรุป

73. กิจกรรมความขยันสู่ความสำเร็จ

กิจกรรม ความขยันสู่ความสำเร็จ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญและผลดีของความขยัน
2. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะที่ดีในเรื่องความขยัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านการเรียน
3. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง และสำรวจตนเอง พร้อมทั้งจะปรับปรุงหรือพัฒนาให้ตนเองมีความขยันเพิ่มขึ้น ต่อไป

สาระการเรียนรู้

ความขยันเป็นสิ่งที่ดี และสามารถจะนำบุคคลให้ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตนเองหวังไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องการเรียน หากนักเรียนเกียจคร้าน ไม่มีความขยันศึกษาเล่าเรียน ก็จะทำให้นักเรียนเรียนได้ไม่ดีเท่าที่ควร

กิจกรรมการเรียนรู้

1. นักเรียนร่วมกันอภิปรายตามความเข้าใจของตนเองว่า “ความขยันคืออะไร” และ “ความขยันมีความสำคัญหรือมีประโยชน์อย่างไร”
2. นักเรียนร่วมกันอภิปราย การปฏิบัติตนเกี่ยวกับความขยันกับการเรียน ความขยันกับการทำงาน กลุ่ม และ ความขยันกับอาชีพ
3. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบ “ความขยันสู่ความสำเร็จ” พร้อมแปลผลแบบทดสอบ
4. นักเรียนดูผลของแบบทดสอบ แล้วนำมาปรับปรุง หรือพัฒนาตนเอง หากระดับของความขยันมีน้อย
5. นักเรียนบันทึกการวิเคราะห์ตนเองในใบงาน “ความขยันสู่ความสำเร็จ”

การวัดและการประเมินผล

1. สังเกตจากการทำแบบทดสอบ
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการอภิปราย

แบบทดสอบความขยันสู่ความสำเร็จ

ให้นักเรียนทำแบบทดสอบเกี่ยวกับความขยันของตนเองโดยขีดเครื่องหมาย ✓ ว่ามีลักษณะเช่นใด โดยตอบให้ตรงกับความคิดหรือความรู้สึกของตนเองมากที่สุด ดังต่อไปนี้

ข้อ	ข้อความ	ใช่ (3)	ไม่ใช่ (2)	บางครั้ง (1)
1	ข้าพเจ้าอยากเรียนหนังสือมากกว่าทำอย่างอื่น			
2	ข้าพเจ้าทำการบ้านทุกวิชาที่ครูให้โดยสม่ำเสมอ			
3	ข้าพเจ้าตั้งเป้าหมายชีวิตไว้แล้ว และจะดำเนินการตามนั้น			
4	ข้าพเจ้าชอบค้นคว้าบทเรียนในเรื่องที่สนใจเป็นพิเศษ			
5	ข้าพเจ้าชอบอธิบายบทเรียนยากๆ ให้เพื่อนฟังเสมอ			
6	ข้าพเจ้ามักจะดูหนังสือโดยพยายามทำความเข้าใจบทเรียนอยู่เสมอ			
7	ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าชอบเรียนหนังสือมากกว่าบริการผู้อื่น			
8	ข้าพเจ้าชอบมาโรงเรียนทุกวัน			
9	ข้าพเจ้าเห็นว่าการนั่งเรียนในห้องเรียนเป็นเรื่องที่น่าเบื่อหน่าย			
10	ข้าพเจ้ามีความสุขทุกครั้งที่ได้บริการเพื่อนหรือครู			
11	เมื่อครูสั่งให้เขียนรายงานส่งข้าพเจ้ามักจะส่งทันตามกำหนดเวลาเสมอ			
12	ถ้าข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้ทำกิจกรรมอื่น ๆ นอกบทเรียน ข้าพเจ้าจะมีความรู้สึกตื่นเต้นและสนใจ			
13	เมื่อข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้ทำงานใด ๆ ข้าพเจ้าจะทำงานนั้นได้สำเร็จ			
14	ถ้ามีใครมาขอความร่วมมือจากข้าพเจ้าในเรื่องที่ไม่ใช่การเรียน ข้าพเจ้ามักจะให้ความร่วมมือ			
15	เมื่อมีวันเวลาว่าง ข้าพเจ้าชอบทำงานอดิเรกมากกว่านั่งท่องหนังสือ			

การแปลผลคะแนน

31-45 คะแนน หมายถึง นักเรียนเป็นคนขยันในการเล่าเรียน มีความมานะพยายาม สนใจศึกษาหาความรู้ในเรื่องบริการ หรือช่วยเหลือผู้อื่น นักเรียนคิดว่าเป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ ฉะนั้นนักเรียนควรจะฝึกให้มีนิสัยรักการทำงาน แล้วจะเป็นคนที่น่าคบมาก

16-30 คะแนน หมายถึง นักเรียนเป็นคนทำตามอารมณ์ของตนเอง นักเรียนพอใจจะทำสิ่งใดก็ทำสิ่งนั้น ถ้าไม่ชอบก็ไม่อยากทำ ควรปรับปรุงตนเองให้มีนิสัยรักความขยัน แล้วนักเรียนจะประสบความสำเร็จในทุกด้าน

1-15 คะแนน หมายถึง นักเรียนเป็นคนค่อนข้างจะไม่ขยันในการเล่าเรียน แต่มีความสุขในการทำงานบริการผู้อื่น มีจิตใจโอบอ้อมอารี เป็นคนที่น่ารักมาก ๆ สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ใบงาน “ความขยันสู่ความสำเร็จ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับหัวข้อต่อไปนี้ ตามความคิดเห็นของตนเอง พร้อมบันทึกลงในใบงานนี้

1. ความเห็นของนักเรียนในเรื่องความหมายของความขยัน คือ

.....

.....

.....

2. บุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตเพราะความขยันหมั่นเพียรที่นักเรียนประทับใจมากที่สุด คือ

ทั้งนี้เพราะ.....

.....

.....

.....

3. ความขยันหมั่นเพียรมีคุณค่าและประโยชน์ต่อการศึกษาเล่าเรียน คือ

.....

.....

.....

4. ความขยันหมั่นเพียรมีคุณค่าและประโยชน์ต่ออาชีพการงาน คือ

.....

.....

.....

5. ความขยันหมั่นเพียรมีคุณค่าและประโยชน์ต่อสังคม และประเทศชาติ คือ

.....

.....

.....

6. ผลเสียที่เกิดจากความเกียจคร้าน คือ

.....

.....

.....

74. กิจกรรมความสุข

กิจกรรม
 กิจกรรม ความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างความสุขด้วยตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกเหตุการณ์ที่เป็นความสุขในชีวิตของตนเองได้
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถอธิบายหรือแนะนำผู้คนรอบข้าง เรื่อง “วิธีสร้างความสุขได้”

สาระการเรียนรู้

ความสุขคือ ความรู้สึกสะดวกสบาย ความทุกข์ที่ลดลง ความรู้สึกพึงพอใจ ความรู้สึกใจสงบ ไม่วุ่นวาย ความรู้สึกดีขึ้น ภาวะความรู้สึกสบายที่ สาระสุขในร่างกายได้ถูกกระตุ้นให้หลังออกมาจนเกิดอาการปิติยินดี
 วิธีการเพิ่มความสุข ได้แก่

1. คิดถึงเรื่องดีๆ ที่เรามีอยู่ ชื่นชมความดีงามของชีวิตของธรรมชาติรอบตัวหัดคิดหัดมองโลกให้เป็น
2. แสดงความขอบคุณต่อคนที่ทำให้เราประสบความสำเร็จ คนที่สอนเรา หรือเป็นกัลยาณมิตรต่อเรา
3. แสดงความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ รู้จักให้อภัย ให้ความสำคัญต่อเพื่อน ครอบครัว หรือญาติ ให้ความสำคัญสุขภาพของตนเองให้ดี

กิจกรรมการเรียนรู้

1. กล่าวทักทายและแนะนำตนเองกับนักเรียน
2. สนทนา สอบถาม แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพร่างกายสุขภาพจิตใจ
3. ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมขอบคุณเพื่อชื่นชมความดีความงามของชีวิตของธรรมชาติรอบตัว

ขั้นตอนการจัดกิจกรรมเขียนคำขอบคุณ

- 3.1 ครูแจกกระดาษแล้วให้นักเรียนเขียนคำขอบคุณเพื่อนร่วมชั้นเรียนในเรื่องใดก็ได้
- 3.2 ให้นักเรียนทุกคนเขียนคำขอบคุณสิ่งของรอบตัว เช่น ขอขอบคุณอาจารย์ที่ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้กับผม ขอขอบคุณห้องเรียนที่เป็นแหล่งเรียนรู้ให้ฉัน ฯลฯ
- 3.3 ครูสุ่มคำขอบคุณของนักเรียนมายกตัวอย่าง 2-3 ตัวอย่าง
4. ครูให้นักเรียนยกตัวอย่างวิธีเพิ่มความสุขด้วยตนเอง
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้

การวัดและการประเมินผล

สังเกตจากการให้ความร่วมมือระหว่างการทำกิจกรรมและการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างนักเรียนและครู

เอกสารประกอบการเรียน “ความสุขและวิธีเพิ่มความสุข”

ความสุขคืออะไร ลองมาพิจารณานิยามแนวคิดเรื่องความสุข ในแง่มุมต่าง ๆ ดังนี้

- ความสุขคือ ความรู้สึกสะดวกสบาย (เป็นความรู้สึกที่ไม่ยุ่งยาก หรือไม่ต้องอดทน)
- ความสุขคือ ความทุกข์ที่ลดลง (เป็นจิตสัมพันธ์ เมื่อทุกข์เริ่มทุเลาเบาบาง)
- ความสุขคือ ความรู้สึกพึงพอใจ เมื่อความต้องการหรือความอยากของเราได้รับการตอบสนอง (กิเลสได้รับการตอบสนอง)
- ความสุขคือ ความรู้สึกใจสงบ ไม่วุ่นวาย
- ความสุขคือ ความรู้สึกดีขึ้น เมื่อความไม่อยากเป็นความน่ารังเกียจได้พ้นไป
- ความสุขคือ ภาวะความรู้สึกสบายที่ สาระสุขในร่างกายได้ถูกกระตุ้นให้หลังออกมาจนเกิดอาการปิติยินดี (บางคนฉีดสารเสพติดกระตุ้นให้ร่างกายเกิดสุขจากสารเคมี ซึ่งไม่ถูกต้อง)

มีตำนานเกี่ยวกับความสุขได้เล่าไว้ว่า... ปิศาจอยากจะแย่งชิงเอาความสุขจากมนุษย์... เพราะไม่อยากให้มนุษย์มีความสุข... จะทำอย่างไรดี...

ปิศาจตนที่ 1 บอกให้เอาความสุขไปซ่อนไว้ที่.. ทะเล...

ปิศาจตนที่ 2 บอกให้เอาความสุขไปซ่อนไว้ที่.. น้ำตก...

ปิศาจตนที่ 3 บอกให้เอาความสุขไปซ่อนไว้ที่.. ภูเขา...

ปิศาจตนที่ 4 บอกว่าถ้าเอาความสุขไปซ่อนไว้ที่.. ทะเล... น้ำตก... หรือภูเขา... มนุษย์อาจเจอได้ง่าย...

วิธีการที่ง่ายที่สุดคือ... เอาความสุขไปซ่อนไว้ที่ตัวมนุษย์เอง... เพราะมนุษย์ส่วนใหญ่ชอบหาความสุขนอกตัว... มนุษย์จึงไม่รู้ว่าความสุขที่แท้จริงนั้น... อยู่ที่ไหน...

นักจิตวิทยาแบบตะวันตกเขาแนะนำวิธีเพิ่มความสุขไว้ 8 ขั้นตอน ตามความรู้ที่เขาวิจัยมา คือ

1. คิดถึงเรื่องดี ๆ ที่เรามีอยู่ ที่ฝรั่งเรียกว่า count your blessings เช่น เรามีแขนขาครบถ้วน ตาดี ไม่พิการ ฯลฯ เราดีกว่าคนอื่นอีกหลายคน ไม่ควรจะมานั่งซึมเศร้า และให้หัดเขียนบันทึกประจำวันถึงเรื่องที่เรารู้สึกเป็นหนี้บุญคุณอยากขอบคุณเพื่อนหรือคนที่มีพระคุณต่อเราสัก 4-5 เรื่อง สัปดาห์ละครั้ง
2. แสดงความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น ช่วยคนชราข้ามถนน ช่วยซื้อพวงมาลัยจากเด็กตามถนน ให้ทิปแก่เด็กเสิร์ฟ เด็กปั๊ม บริจาคเงินช่วยเหลือสึนามิ การแสดงความเมตตากรุณาต่อคนอื่นทำให้มีผลบวกทางใจ ทำให้เราสบายใจได้ฉับพลัน ที่นั่นและเดี๋ยวนี้
3. ชื่นชมความดีงามของชีวิตของธรรมชาติรอบตัว เช่น ให้ความเล็กลง น้อยๆ ชื่นชมกับความงามความหอมของดอกไม้ นกปลา
4. แสดงความขอบคุณต่อคนที่ทำให้เราประสบความสำเร็จ คนที่สอนเรา หรือเป็นกัลยาณมิตรต่อเรา
5. รู้จักให้อภัย เช่น เขียนจดหมายไปให้อภัยศัตรูคู่อาฆาตที่เคยทำให้เราเจ็บปวด เขาว่าทำอย่างนี้ได้จะทำให้เราหมดเรื่องที่จะมาหลอกหลอนให้หลงครุ่นคิดหมกมุ่นซ้ำแล้วซ้ำเล่าไปตลอดชีวิต
6. ให้ความสำคัญต่อเพื่อน ครอบครัว หรือญาติ ซึ่งเป็นการลงทุนที่คุ้มค่า เพราะความสัมพันธ์ที่ดีกับมนุษย์คนอื่นทำให้เกิดความพึงพอใจต่อเรามากในลำดับต้นๆ อย่างหนึ่ง

7. ให้ความดูแลสุขภาพของตัวเองให้ดี นอนให้พอ ออกกำลังกายเป็นประจำ หาเรื่องทำให้ยิ้มหัวที่ทำให้อารมณ์ดี เช่น อ่านโຈິก ดูหนังตลกเขาพบว่าทำอย่างนี้จะทำให้เราเกิดความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ได้ดีขึ้นอีกอย่าง

8. หัดคิดหัดมองโลกให้เป็น คนเราต้องมีปัญหาส่วนตัวด้วยกันทุกคนไม่มากก็น้อย หัดคิดในทางบวก มีแผนวิธีการแก้ไขปัญหส่วนตัวพร้อมใจอยู่ในหัว หรืออาจจะต้องใช้ธรรมะเข้ามบ้างในบางครั้งบางคราว อาจจะใช้คำพูดปลุกใจเช่น “เรื่องนี้อย่างมากก็เสียเงิน” “เรื่องนี้ไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตาย” “อกหักดีกว่ารักไม่เป็น” เป็นต้น

75. กิจกรรมวิธีสู่การเป็นที่รัก

กิจกรรม วิธีสู่การเป็นที่รัก

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักวิธีการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติตนให้เป็นที่รักใคร่ของเพื่อน ครูอาจารย์ และคนรอบข้าง

สาระการเรียนรู้

คนเราทุกคนเกิดมามีความอยากเป็นที่รักแก่คนรอบข้างเพราะเราไม่ได้อยู่คนเดียวในโลก เราต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งพหุอาศัยซึ่งกันและกัน การที่เราจะปฏิบัติตนให้เป็นที่รักและสร้างความประทับใจให้คนรอบข้างนั้นมีวิธีการง่ายๆ 4 วิธี ดังนี้

1. ทำตัวให้เป็นธรรมชาติ
2. มีอารมณ์ดี
3. รู้จัก “ให้” และ “รับ”
4. มองโลกในแง่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้

1. สนทนา ทักทาย นักเรียน
2. ถามนักเรียนว่า “ นักเรียนอยากมีเพื่อนเยอะๆ และเป็นที่รักของคนรอบข้างไหม”
3. ให้นักเรียนตอบแบบประเมินตนเองว่า ตนเองปฏิบัติตัวเป็นที่รักมากเพียงใด
4. ให้คำแนะนำ 4 วิธีสู่การเป็นที่รักแก่นักเรียนและอภิปรายร่วมกับนักเรียนว่าแต่ละวิธีจะทำอย่างไรบ้าง
5. สรุปร่วมกันกับนักเรียนเกี่ยวกับ 4 วิธีสู่การเป็นที่รัก

การวัดและการประเมินผล

1. การถาม-ตอบนักเรียนในชั้นเรียน
2. สังเกตพฤติกรรมกรรมการมีส่วนร่วมในการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

สื่อ/วัสดุอุปกรณ์

แบบประเมิน “คุณปฏิบัติตนเป็นที่รักสำหรับคนอื่นมากแค่ไหน”

แบบสำรวจตนเอง
“คุณปฏิบัติตัวเป็นที่รักมากแค่ไหน”

คำชี้แจง ขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตนเองปฏิบัติ

	เคยทำ	ไม่เคยทำ
1. แบ่งขนมให้เพื่อนทาน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. โมโหเมื่อเพื่อนขัดใจ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. พุดจาเยาะเย้ยเมื่อเพื่อนสอบตก	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ยอมรับผิดเมื่อตัวเองทำผิดโดยโมโหผู้อื่น	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. ขอบคุณเมื่อคนอื่นให้ความช่วยเหลือ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. ช่วยเหลือเพื่อนด้วยความเต็มใจเมื่อเพื่อนเดือดร้อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. ยิ้มแย้ม ทักทายคนอื่นอยู่เสมอ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. ให้เพื่อนลอกข้อสอบ ลอกการบ้าน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. พุดจากับเพื่อนด้วยความจริงใจไม่เสแสร้ง ถูกเพื่อน	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. เคารพน้อมน้อมต่อผู้อาวุโส	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

.....

76. กิจกรรมการจัดตารางเวลาเพื่อสร้างลักษณะนิสัยที่ดีในการเรียน

.....

กิจกรรม **การจัดตารางเวลา เพื่อสร้างลักษณะนิสัยที่ดีในการเรียน**

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการจัดตารางเวลา
2. นักเรียนสามารถจัดตารางเวลาได้เหมาะสมตามความพร้อมของตนเอง

สาระการเรียนรู้

การรู้จักวางแผนการใช้เวลา โดยการจัดตารางเวลาให้เหมาะสมตามความพร้อมของนักเรียนจะช่วยลดความเครียดจากการเรียน และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพทางการเรียนให้สูงขึ้น

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูแนะนำตัวเอง และทักทายนักเรียน
2. ครูนำแผ่นป้ายที่เขียนข้อความว่า “เวลาและวารี ไม่ยินดีคอยทำใคร”
3. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายข้อความนี้ว่ามีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนอย่างไร และนักเรียนมีปัญหาเกี่ยวกับการใช้เวลาอย่างไร
4. สุ่มนักเรียน ๒-๓ คน ให้มาเล่าถึงการใช้เวลาของตนเอง โดยใช้เวลาประมาณคนละ ๒-๓ นาที
5. ร่วมกันสรุปให้เห็นว่าคนเราแต่ละคนมีความพร้อมต่างกัน การจัดตารางเวลาของแต่ละคน ก็ ย่อมขึ้นอยู่กับความพร้อมของคน ๆ นั้น
6. ครูแจกใบงานและตารางเวลาให้นักเรียนแต่ละคน เพื่อให้ให้นักเรียนใช้จัดเวลาสำหรับตนเอง
7. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่าตารางเวลามีผลในทางปฏิบัติก็ต่อเมื่อผู้เป็นเจ้าของตารางนั้นมีวินัย ในตนเอง และปฏิบัติตามตารางนั้นอย่างสม่ำเสมอ
8. นักเรียนตอบคำถามจากใบงานที่ครูแจกให้

การวัดผลและการประเมินผล

1. การทำใบงาน
2. นักเรียนจัดตารางเวลาตามความเหมาะสมของตนเอง
3. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม
4. ตรวจใบงาน

สื่อ/วัสดุอุปกรณ์

1. แผ่นป้ายข้อความ “เวลาและวารี ไม่ยินดีคอยทำใคร”
2. ใบงาน

ข้อเสนอแนะ เชิญรุ่นพี่ หรือวิทยากรพิเศษมาพูดให้ความรู้เรื่อง “การใช้เวลา”

ใบงาน

คำชี้แจง อ่านบทความต่อไปนี้แล้วตอบคำถามตามความเข้าใจของตนเอง

นางสาวพลอยยินดี เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่ง ทุก ๆ วันเวลา 05.00 น. เธอจะลุกขึ้นมาทำความสะอาดบ้าน จากนั้นเวลา 05.30 น. จะเข้าครัวช่วยคุณแม่ทำอาหารเช้า พอถึงเวลา 06.00 น. จึงอาบน้ำแต่งตัวด้วยชุดนักเรียนแล้วลงมารับประทานอาหารเช้าพร้อมกับคุณพ่อในเวลา 06.30 น. เมื่อรับประทานอาหารเช้าเสร็จ คุณพ่อจะเดินทางมาส่งเธอถึงโรงเรียนในเวลา 07.15 น. เธอกับเพื่อน ๆ จะเปิดสมุดการบ้านตรวจสอบความถูกต้อง และทบทวนทำความเข้าใจเนื้อหาการเรียนในคาบที่ผ่านมาสักเล็กน้อย จากนั้นจึงเริ่มเวรทำความสะอาดห้องเรียนในเวลา 07.30 น. ซึ่งเป็นกิจกรรมสุดท้ายในช่วงเช้าก่อนที่เธอจะเข้าแถวเคารพธงชาติในเวลา 08.00 น.

.....
 2. ยกตัวอย่าง ข้อดีของนางสาวพลอยยินดี

.....
 3. จงบอกคุณค่าจากเรื่องที่อ่านนี้

คำชี้แจง จงตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดของตนเอง

1. ในชีวิตประจำวันหากเราดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ โดยปราศจากการวางแผนให้ดีและเหมาะสม นักเรียนคิดว่าจะส่งผลดีหรือผลเสียหรือไม่ อย่างไร

.....
 2. นักเรียนคิดว่าการจัดตารางเวลา มีส่วนช่วยเหลือนักเรียนในด้านใดบ้าง ยกตัวอย่างมา 3 ข้อ

1.

2.

3.

ใบงาน

คำชี้แจงจงตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดของตนเอง

1. ในชีวิตประจำวันหากเราดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ โดยปราศจากการวางแผนให้ดีและเหมาะสม นักเรียนคิดว่าจะส่งผลดีหรือผลเสียหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนคิดว่าการจัดตารางเวลา มีส่วนช่วยเหลือนักเรียนในด้านใดบ้าง ยกตัวอย่างมา 3 ข้อ

1.
2.
3.

3. แสดงความรู้สึกนักเรียนต่อกิจกรรมโฮมรูมวันนี้

.....

.....

.....

.....

77. กิจกรรมเจาะใจวัยกระเตาะ

กิจกรรม เจาะใจวัยกระเตาะ

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อสำรวจสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนไม่กล้าเข้าพบครู เมื่อต้องการความช่วยเหลือ

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูบอกวัตถุประสงค์ของการดำเนินกิจกรรม
2. แจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น ให้นักเรียนเขียนถึงสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนไม่กล้าเข้าพบครู เมื่อต้องการความช่วยเหลือในเรื่องการเรียน ๖ต่างคนต่างเขียนและไม่ต้องเขียนชื่อลงในกระดาษ)
3. ให้นักเรียนทุกคนพับกระดาษที่เขียนเสร็จแล้ว ส่งเวียนไปรอบๆ ห้อง ครูให้สัญญาณหยุดเวียนกระดาษ
4. สุ่มให้เพื่ออ่านข้อความในกระดาษในกระดาษ 3 – 4 คน (เพื่อดูแนวโน้มของปัญหา) โดยไม่ต้องอภิปราย
5. ให้นักเรียนทุกคนนำกระดาษไปติดบนกระดาษโปสเตอร์ที่ครูติดไว้บนฝาผนัง โดยจัดกลุ่มแยกประเภทสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกันไว้ใน กระดาษโปสเตอร์แผ่นเดียวกัน
6. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 6 – 8 คน ร่วมกันสรุปสถานการณ์และอภิปรายถึงสาเหตุที่ทำให้ นักเรียนไม่กล้าเข้าพบครูในสถานการณ์นั้นๆ บันทึก และรวบรวมส่งครู (เก็บไว้เป็นข้อมูล เพื่อพูดคุยและกำหนดเป็นสถานการณ์ใช้ฝึกทักษะการสร้างสัมพันธภาพ ผู้ช่วยเหลือ)

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

สถานการณ์ที่นักเรียนเขียน จะช่วยให้ครูทราบถึงความต้องการการช่วยเหลือของนักเรียนเมื่อมี ปัญหา และจะได้ช่วยเหลือแนะนำนักเรียนได้ต่อไป

การวัดและประเมินผล

สังเกตจากรายงานผลการสำรวจสถานการณ์ และสาเหตุที่ทำให้ นักเรียนไม่กล้าพบครูของแต่ละกลุ่ม

สื่อ/อุปกรณ์

1. กระดาษ A4 ตัดแบ่งครึ่งหรืออาจใช้กระดาษสีตัดเป็นรูปต่างๆ
2. กระดาษโปสเตอร์ 4 – 5 แผ่น

78. กิจกรรมใจดีสู้เสือ

กิจกรรม ใจดีสู้เสือ

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนมีแนวทางการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ช่วยเหลือ

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูให้นักเรียนระดมความคิดในกลุ่มใหญ่ในประเด็น “ถ้านักเรียนมีความจำเป็นต้องเข้าพบครูที่ดูนักเรียนจะเตรียมตัวอย่างไร” จนได้ข้อสรุปตามใบความรู้
2. ครูบรรยายถึงเทคนิคการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ช่วยเหลือ
3. ขออาสาสมัครนักเรียนแสดงบทบาทสมมติ 3 คน (ครูนำสถานการณ์ที่ทำให้นักเรียนไม่กล้าเข้าพบครู ซึ่งมีสาเหตุมาจากทำที่ที่ไม่กล้าเข้าพบครู ซึ่งมีสาเหตุมาจากทำที่ที่ไม่เป็นมิตรของครูที่ได้จากการสำรวจในกิจกรรมเจาะใจวัยกระเตาะ มาใช้เป็นสถานการณ์สมมติ)
4. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

สถานการณ์ที่นักเรียนเขียน จะช่วยให้ครูทราบถึงความต้องการการช่วยเหลือของนักเรียนเมื่อมีปัญหา และจะได้ช่วยเหลือแนะนำนักเรียนได้ต่อไป

การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติที่สอดคล้องกับแนวทางการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ช่วยเหลือ

สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบความรู้ “แนวทางการเตรียมตัวก่อนเข้าพบครู”
2. ใบความรู้ “เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ช่วยเหลือ”
3. บทบาทสมมติ

ใบความรู้

แนวทางการเตรียมตัวก่อนเข้าพบครู

1. สังเกตสภาพอารมณ์ ท่าที สีหน้า และความพร้อมของครูก่อนเข้าพบ เช่น ควรเข้าพบเมื่อครูอารมณ์ดี และไม่มึนง่วง หรืออาจถามเวลาว่าง และนัดหมายล่วงหน้า
2. สำรวจว่าตนเองมีสภาพอารมณ์พร้อมจะพบครูหรือไม่
3. พยายามมองครูในแง่ดี เช่น แม้อุณหภูมิต่ำ เข้มงวด แต่ก็มีเจตนาดีที่จะช่วยเหลือเรา
4. ซ้อมการพูดโต้ตอบกับครู (ซ้อมหน้ากระจก, ซ้อมบทกับเพื่อน)
5. ชวนเพื่อนไปพบครูด้วย

เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ช่วยเหลือ

1. เข้าพบครูด้วยท่าทางสุภาพ นอบน้อม
2. ยกมือไหว้ทำความเคารพครูก่อน
3. บอกให้ครูทราบถึงเรื่องที่ต้องการขอความช่วยเหลือ
4. รับฟังข้อตำหนิ หรือคำบ่นว่าของครู ด้วยความใจเย็น โดยไม่แสดงสีหน้าไม่พอใจ
5. รับฟังข้อเสนอแนะของครูโดยไม่โต้แย้ง
6. ให้ข้อมูลหรือแสดงความคิดเห็นของตนเอง ด้วยท่าทีและคำพูดที่สุภาพ หลังจากรับฟังข้อเสนอแนะ ของครูจบแล้ว หรือในช่วงที่ครูอนุญาตให้แสดงความคิดเห็น
7. ซักถามข้อสงสัยเพิ่มเติม ตามความจำเป็นให้เข้าใจ

บทบาทสมมติ

สถานการณ์ นักเรียนมีเรื่องเร่งด่วนต้องขอความช่วยเหลืออาจารย์

นักเรียนคนที่ 1 แสดงเป็นครู สีหน้าดู ท่าทางหงุดหงิด กำลังก้มหน้าก้มตาทำงานยุ่ง

นักเรียนคนที่ 2 แสดงเป็นนักเรียนที่จะขอเข้าพบครู เพราะส่งรายงานไม่ทัน เนื่องจากรายงานตกน้ำเปียกหมดทั้งเล่ม

นักเรียนคนที่ 3 แสดงเป็นเพื่อน

ให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติตามบทบาทที่กำหนดให้โดยนักเรียนผู้แสดงเป็นผู้ขอความช่วยเหลือ พยายามใช้เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพกับครูผู้ช่วยเหลือตามที่ได้รับฟังการบรรยายจากครู (หรือตามใบความรู้ “เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ช่วยเหลือ” ที่ครูแจกให้)

79. กิจกรรมโลกยุคใหม่ก้าวไกลด้วยข่าวสาร

กิจกรรม โลกยุคใหม่ก้าวไกลด้วยข่าวสาร

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนบอกวิธีการแสวงหาข้อมูลข่าวสารที่เชื่อถือได้

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูนำข่าวจากการอ่านหนังสือพิมพ์มาพูดให้นักเรียนฟัง (แล้วเล่าเหตุการณ์ต่างๆ ที่น่าสนใจ)
2. อภิปรายถึงข่าวสารข้อมูลที่มีความสำคัญและสามารถนำมาใช้ประโยชน์กับตนเองได้อย่างไร
3. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 5 – 6 คน ให้นักเรียนอภิปรายและตอบคำถามในใบงาน
4. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมารายงานผลการอภิปราย
5. ครู – นักเรียน ร่วมกันอภิปรายและสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมว่า การเสาะหาข้อมูล การเลือกวิธีการหาข้อมูลที่เหมาะสม และพิจารณาเลือกข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้จะทำให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายและสามารถนำไปปรับตัวต่อสถานการณ์ในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

แม้ว่าจะมีแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย แต่ก็มีข้อมูลทั้งที่เชื่อถือได้ และเชื่อถือไม่ได้ โดยเฉพาะข้อมูลจากหนังสือพิมพ์ ควรพิจารณาจากหลายแหล่ง พิจารณาข้อเท็จจริง และเลือกข้อมูลที่เป็นประโยชน์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

การวัดและประเมินผล

จากการสรุปข้อคิดเห็นที่ได้จากกิจกรรมของนักเรียน

สื่อ/อุปกรณ์

1. หนังสือพิมพ์
2. ใบงาน



ให้นักเรียนร่วมกันระดมความคิดในการหาคำตอบในประเด็นต่างๆ ดังนี้

1. สื่อ/เทคโนโลยีใดที่ช่วยให้นักเรียนได้ข้อมูลข่าวสารในปัจจุบัน

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนมีวิธีการในการหาข้อมูลข่าวสารอย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. การพิจารณาข้อมูลข่าวสารที่น่าเชื่อถือได้จะพิจารณาได้จากวิธีการใด

.....

.....

.....

.....

80. กิจกรรมอาชีพในใจฉัน

กิจกรรม อาชีพในใจฉัน

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนสามารถวางแผนด้านอาชีพของตนเองได้

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูนำเข้าสู่กิจกรรม โดย
 - ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับอาชีพของผู้ปกครอง
 - ครูซักถามนักเรียนว่าชอบอาชีพของผู้ปกครองหรือไม่ เพราะเหตุใด
2. ครูแสดงภาพอาชีพต่างๆ ให้นักเรียนดู
3. ครูสุ่มตัวอย่างถามนักเรียน 3 – 5 คน ถามถึง อาชีพต่างๆ ว่า “ชอบอาชีพอะไร”
“เพราะอะไรถึงชอบ” “มีการวางแผนอย่างไรให้กับตนเองในการที่จะไปสู่อาชีพนั้นๆ”
4. ครูแจกใบงานให้นักเรียนปฏิบัติ
5. ครู – นักเรียนร่วมกันสรุปว่าการคิด การวางแผนล่วงหน้าช่วยให้เกิดการดำเนินชีวิตไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ได้ดี

การวัดและประเมินผล

นักเรียนสามารถบอกถึงการวางแผนด้านอาชีพของตนได้

สื่อ/อุปกรณ์

- รูปภาพอาชีพ
- ใบงาน “อาชีพในใจฉัน”

ใบงาน

อาชีพในใจฉัน

1. อาชีพที่ฉันชอบมากที่สุด คือ

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนมีวิธีการอย่างไร ที่คิดว่าจะก้าวไปสู่อาชีพนั้นได้

.....

.....

.....

.....

.....

81. กิจกรรมสำรวจอาชีพ

กิจกรรม สำรวจอาชีพ

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนสามารถเล่าลักษณะการประกอบอาชีพและอธิบายรายละเอียดเด่นๆ ของอาชีพต่างๆ ได้

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูชี้แจงนักเรียนให้ทำกิจกรรมสำรวจอาชีพ เพื่อให้นักเรียนรู้จักอาชีพต่างๆ
2. ให้นักเรียนเขียนอาชีพกลุ่มต่างๆ
3. สุ่มนักเรียนออกมาเล่าลักษณะการประกอบอาชีพและรายละเอียดเด่นๆ พอสังเขป
4. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปตามแนวคิด

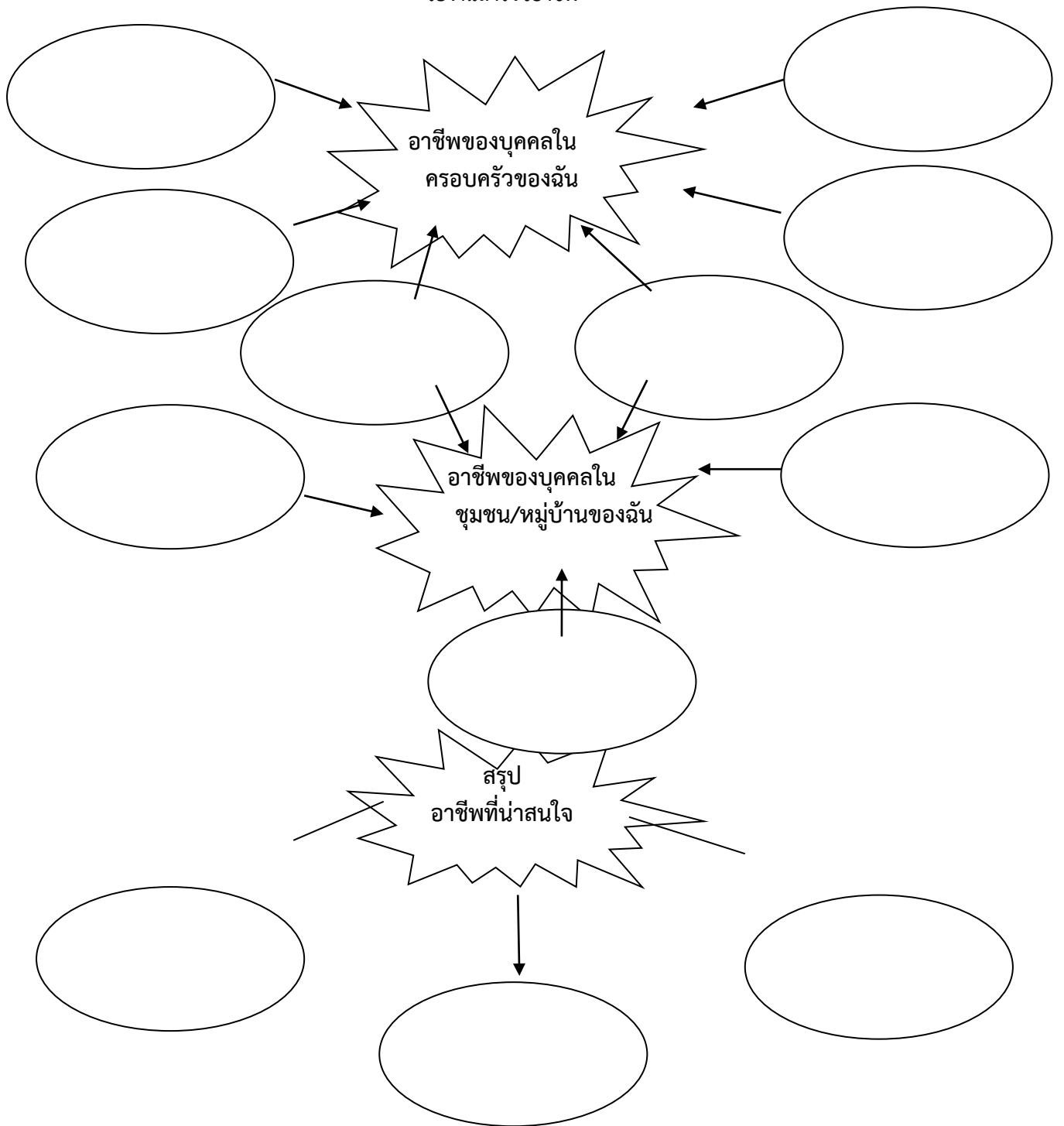
การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ทำใบงาน
2. สังเกตการอภิปราย

สื่อ/อุปกรณ์

- ใบงาน “สำรวจอาชีพ”

ใบงานสำรวจอาชีพ



82. กิจกรรม Web ช่วยเรียน

กิจกรรม Web ช่วยเรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อช่วยให้นักเรียนทราบ Web site ที่มีฐานข้อมูลด้านการศึกษาที่หลากหลาย

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูบอกวัตถุประสงค์ของกิจกรรม
2. ครูถาม “นักเรียนรู้จัก Web site ไตบ้างที่สามารถค้นหาข้อมูลด้านการเรียนวิชาต่างๆ ได้”
สุ่มถาม 5 – 6 คน
3. แบ่งกลุ่มนักเรียน 3 – 4 คน ให้แต่ละกลุ่มเสนอชื่อ Web site ที่นักเรียนใช้ค้นหาข้อมูลให้มากที่สุด และบอกถึงลักษณะของข้อมูลด้านการเรียนที่มีใน Web site นั้นๆ
4. ให้นักเรียนนำเสนอ 2 – 3 กลุ่ม และให้กลุ่มอื่นๆ เสนอข้อมูลเพิ่มเติม
5. ครูรวบรวมรายชื่อ Web site และลักษณะข้อมูลที่สามารถสืบค้นได้ จัดทำเป็นคู่มือสำหรับการสืบค้นหา ข้อมูลของนักเรียนติดไว้ที่บอร์ดในห้องเรียน

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

นักเรียนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การสืบค้นแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย

การวัดและประเมินผล

1. นักเรียนสามารถบอกชื่อ Web site ที่มีฐานข้อมูลด้านการศึกษาที่หลากหลาย
2. มีคู่มือ Web ช่วยเรียน ประจำชั้นเรียนที่นักเรียนสามารถใช้เป็นแนวทางการสืบค้นข้อมูล
ในกรณีไม่ทราบแหล่งข้อมูล

สื่อ/อุปกรณ์

คู่มือ Web site ช่วยนักเรียน

คู่มือ Web ช่วยเรียน

ตัวอย่างรายชื่อ Web site www.google.com

www.eduzones.com

www.Dekdee.com

www.niets.or.th

www.cuas.or.th

www.studydentloan.or.th

83. กิจกรรมวางแผนชีวิต พิชิตเป้าหมาย

.....

กิจกรรม วางแผนชีวิต พิชิตเป้าหมาย

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนวางแผนการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนวางแผนชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนบันทึกกิจกรรมและเวลาที่นักเรียนใช้ตั้งแต่ตื่นนอน ตอนเช้า จนเข้านอนทำอะไรบ้างแล้วให้นักเรียนพิจารณาว่ากิจกรรมที่ทำในแต่ละวันนั้นเป็นกิจกรรมที่ประโยชน์คุ้มค่ากับเวลาที่เสียไปหรือไม่ เพราะเหตุใดถ้าหากว่าการใช้เวลาดังกล่าวยังไม่คุ้มค่า นักเรียนควรปรับปรุงตัวเอง โดยวางแผนการใช้เวลาแต่ละวันอย่างไร (กำหนด ตารางประจำวัน ให้ชัดเจน และประเมินตัวเองว่าสามารถควบคุมตัวเองให้ปฏิบัติตามตารางนั้นได้หรือไม่เพียงใด)
2. ให้นักเรียนวางแผนชีวิตของตัวเองว่าในระยะ 1 ปี 5 ปี 10 ปี นั้นชีวิตของตนควรเป็นอย่างไร
3. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้และครูสรุปเพิ่มเติมในส่วนที่นักเรียนยังไม่ได้กล่าวถึง

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การที่บุคคลรู้จักปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับจังหวะเวลา อุดมคติ และรู้จักใช้เวลาให้เป็นประโยชน์อย่างคุ้มค่า จะทำให้บุคคลกระทำการที่เป็นประโยชน์สู่เป้าหมายชีวิตที่วางไว้ได้

การวัดและประเมินผล

1. พิจารณาจากการบันทึกเวลาของนักเรียนที่ทำกิจกรรมตั้งแต่เช้า จนถึงเข้านอน
2. พิจารณาจากการบันทึกของนักเรียนในการประเมินตนเองว่าสามารถควบคุมตนเอง ให้ปฏิบัติกิจกรรมตามตารางเวลาที่ตนกำหนดไว้เพียงใด
3. พิจารณาจากการวางแผนชีวิตในแต่ละช่วงชีวิตของนักเรียน
4. สังเกตจากการอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมของนักเรียน

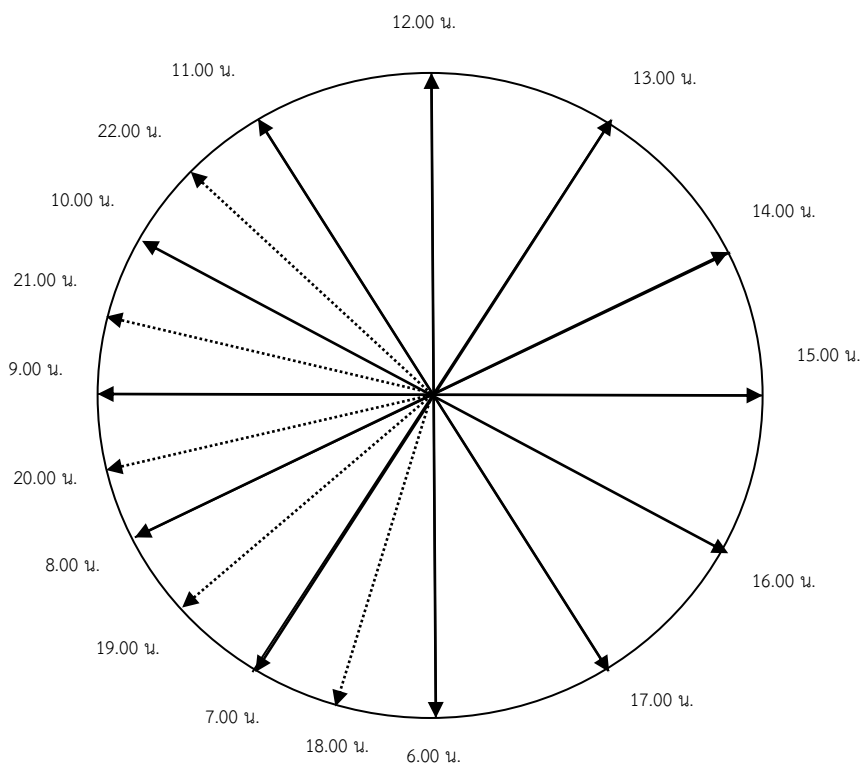
สื่อ/อุปกรณ์

ใบงาน

ใบงาน

ชื่อ.....ชั้น.....

ให้นักเรียนบันทึกกิจกรรมที่นักเรียนทำในช่วงเวลาต่างๆ ตั้งแต่ตื่นนอนตอนเช้าจนเข้านอน (ช่วงหลัง 18.00 น. ให้ใช้ปากกาคอนละสี)



รวมเวลาที่ใช้อย่างมีค่าช.ม.

เวลาที่ใช้อย่างเปล่าประโยชน์.....ช.ม.

84. กิจกรรมแต่งอย่างปลอดภัยตามสมัยนิยม

กิจกรรม แต่งอย่างปลอดภัยตามสมัยนิยม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์การแต่งกายของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนปรับการแต่งกายของตนเองให้เหมาะสมตามปทัสถานของสังคมและไม่ก่อให้เกิดอันตรายกับตนเอง

วิธีการดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่างบุคคลที่นักเรียนชื่นชมในเรื่องการแต่งกายพร้อมบอกเหตุผล
2. ให้นักเรียนศึกษากรณีตัวอย่าง “จุฬาลักษณ์”
3. ให้นักเรียนตอบคำถามเป็นรายบุคคล และแบ่งกลุ่มนักเรียนเป็นกลุ่มย่อย เพื่อวิเคราะห์การกระทำของจุฬาลักษณ์และคาดการณ์ต่อไปว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับจุฬาลักษณ์และผู้อื่นในใบงาน “เดาไปข้างหน้า”
4. สุ่มตัวแทนกลุ่มนักเรียนให้ออกมารายงานหน้าชั้น
5. ให้นักเรียนตอบคำถามเป็นรายบุคคลอีกครั้งว่า ถ้านักเรียนเป็นจุฬาลักษณ์ นักเรียนจะอย่างไรในใบงาน “ถ้าฉันเป็นจุฬาลักษณ์”
6. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปว่า การแต่งกายที่เหมาะสมกับสถานที่ เวลา และวัยของนักเรียนควรเป็นอย่างไรบ้าง จึงจะสวยงามและไม่เป็นอันตรายต่อตนเอง
7. ให้นักเรียนวิเคราะห์และประเมินการแต่งกายของตนเองว่าเหมาะสมหรือไม่เหมาะสมประการใดในใบงาน “การแต่งกายของฉัน”
8. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การแต่งกายเป็นสิ่งที่สะท้อนซึ่งบุคลิกภาพของบุคคล และการที่บุคคลรู้จักแต่งกายให้เหมาะสมเป็นไปตามปทัสถาน (บรรทัดฐาน) ของสังคม โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับรูปร่างของตนเอง กาลเทศะ ฐานะทางเศรษฐกิจ วัย ความประหยัด และความคุ้มค่า จะเป็นการเสริมบุคลิกภาพของตนให้ผู้ที่พบเห็นเกิดความชื่นชมและให้ความเชื่อถือ ซึ่งจะส่งผลให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตจากการยกตัวอย่างบุคคลที่นักเรียนชื่นชมในการแต่งกายพร้อมเหตุผล
2. พิจารณาจากคำตอบของนักเรียนในใบงานเกี่ยวกับกรณีวิเคราะห์การแต่งกาย พร้อมเหตุผล การคาดการณ์เหตุการณ์ที่จะเกิดจากการแต่งกายที่ไม่เหมาะสม
3. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียนเกี่ยวกับการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุร้าย
4. สังเกตจากการสรุปในเรื่องการแต่งกายที่เหมาะสมกับสถานที่ เวลา และวัยของนักเรียน
5. พิจารณาจากการประเมินการแต่งกายของนักเรียนว่าเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม
6. สังเกตจากการสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

สื่อ/อุปกรณ์

1. กรณีตัวอย่าง “จุฬาลักษณ์”
2. ใบงาน “เดาไปข้างหน้า”
3. ใบงาน “ถ้าฉันเป็นจุฬาลักษณ์”
4. ใบงาน “การแต่งกายของฉัน”

กรณีตัวอย่าง “จุฬาลักษณ์”

จุฬาลักษณ์เป็นเด็กวัยรุ่นที่มีผิวพรรณและรูปร่างหน้าตาดี เป็นผู้ที่ได้ชื่อว่าแต่งตัวเปรี้ยว ชอบสวมใส่เสื้อผ้าเดี่ยวเองลอย กระโปรงสั้นจุ เพราะเธอเป็นคนที่มีความสวยมาก และรู้สึกภูมิใจที่คนส่วนใหญ่มักมองช่วงขาของเธอด้วยความอิจฉา นอกจากนี้ เธอยังชอบใส่เครื่องประดับที่มีราคาแพง มียี่ห้อที่เป็นที่นิยมของวัยรุ่น

แต่แล้ววันหนึ่งโชคไม่เข้าข้างเธอเมื่อเธอไปหาเพื่อนในซอยเปลี่ยวแห่งหนึ่ง และเธอเดินผ่านชายวัยรุ่น 3 คน กลุ่มวัยรุ่นเหล่านั้นผิวปากทักทายออกเฝ้าชมขางามของเธอมาแต่ไกล “ขาสวยจริงนะ นางสาว” และแล้วเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันก็เกิดขึ้น เมื่อชายทั้งสามตรงเข้ามาประชิดตัวเธอและพยายามผลักเธอเข้าข้างทางเฉอะบุงก่อนที่จะมีอะไรเกิดขึ้น มีรถยนต์คันหนึ่งแล่นผ่านเข้ามาชายทั้งสามเห็นท่าไม่ดีจึงได้วิ่งหนีไป

ใบงาน
“ถ้าฉันเป็นจุฬาลักษณ์”

ถ้านักเรียนเป็นจุฬาลักษณ์ นักเรียนคิดว่าจะทำอย่างไรจึงจะป้องกันไม่ให้เหตุร้ายเกิดขึ้นกับตนเองได้

1.
2.
3.
4.
5.

ใบงาน
“การแต่งกายของฉัน”

ข้าพเจ้าคิดว่า การแต่งกายของข้าพเจ้า เหมาะสม เพราะ

1.
2.
3.
4.

ยังไม่เหมาะสม เพราะ

1.
2.
3.
4.

ข้าพเจ้าจะปรับตนในเรื่องการแต่งกายดังนี้

1.
2.
3.
4.

85. กิจกรรมชื่อนี้มีความหมาย

กิจกรรม ชื่อนี้มีความหมาย

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อสำรวจความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลของนักเรียน

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูบอกวัตถุประสงค์ของกิจกรรม
2. ครูสุ่มถามความหมายของชื่อนักเรียน 4 – 5 คน โดยเลือกถามชื่อคนที่แปลความหมายได้ง่ายๆ ไม่ซับซ้อน เช่น มะพร้าว (ผลไม้ชนิดหนึ่ง) สมชาย สมรัก ไตรภพ เป็นต้น ให้นักเรียนในห้องคนอื่นๆ บอกความหมายของชื่อ
3. ครูให้นักเรียนเลือกชื่อเพื่อนที่แปลกๆ (แปลความหมายยาก) เท่าจำนวนกลุ่มของนักเรียน
4. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 5 – 6 คน ช่วยกันหาวิธีการหาความหมายของชื่อที่ได้รับมอบหมาย โดยใช้คำถามในประเด็น
 - 4.1 ถ้านักเรียนไม่ทราบความหมายของชื่อ นักเรียนจะมีวิธีการอย่างไร ให้ทราบความหมายของชื่อ
 - 4.2 ปัญหาที่ทำให้นักเรียนไม่สามารถค้นหาความหมายของชื่อได้
5. นักเรียนหาตัวแทนนำเสนอวิธีการหาความหมายของชื่อ (หรือสุ่มถาม 2 – 3 กลุ่ม ขึ้นกับเวลา)
6. ครูและนักเรียน ร่วมกันสรุปวิธีการค้นหาความหมายของชื่อ (ข้อมูล) และปัญหาที่ทำให้นักเรียนไม่สามารถค้นหาข้อมูลได้

การวัดและการประเมินผล

ประเมินจากการตอบคำถามของนักเรียน

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การค้นหาความหมายของชื่อ ทำให้นักเรียนได้สำรวจความสามารถและปัญหา อุปสรรคในการค้นหาข้อมูลของนักเรียน ว่านักเรียนทราบวิธีการค้นหาข้อมูลหรือไม่ และอะไรคือปัญหาที่ทำให้นักเรียนไม่ทราบ หรือไม่สามรถค้นหาข้อมูลได้ เพื่อเราจะได้รับรู้ข้อจำกัดในการหาข้อมูลของตนเอง และจะได้วางแผนในการพัฒนาตนเองในการหาแหล่งข้อมูลได้ต่อไป

สื่อ/อุปกรณ์

ใบความรู้ แนวคิดที่ควรได้ “กิจกรรมชื่อนี้มีความหมาย”

ใบความรู้ “แนวคิดที่ควรได้”

คำถาม	ข้อคิดที่ควรได้
<p>1. นักเรียนมีวิธีการอย่างไรให้ทราบความหมายของชื่อ</p> <p>2. ปัญหาที่ทำให้นักเรียนไม่สามารถค้นหาความหมายของชื่อ (ข้อมูล) ได้</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ถามเพื่อนเจ้าของชื่อ/ ถามครูภาษาไทย - ค้นจากพจนานุกรม (หนังสือ) / ห้องสมุด - ค้นจาก Talking dict ฯลฯ - ไม่ทราบแหล่งค้นหา - ไม่มีอุปกรณ์ - ไม่ทราบว่าจะถามใคร - ชี้เกี่ยจ / ไม่สนใจ ฯลฯ

86. กิจกรรมท้องถิ่นนี้มีค่า

กิจกรรม ท้องถิ่นนี้มีค่า

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคลากรซึ่งเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านการเรียนในชุมชน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถพัฒนาประสิทธิภาพด้านการเรียนของตน

กิจกรรมการเรียนรู้

1. นักเรียนศึกษาความรู้จากท้องถิ่น
2. นักเรียนในกลุ่มแบ่งภาระงานกันไปค้นคว้าศึกษาภูมิปัญญาในหมู่บ้านของนักเรียน วิทยากรท้องถิ่นในหมู่บ้านของนักเรียน
3. นักเรียนไปเก็บข้อมูลแหล่งภูมิปัญญาในท้องถิ่น สัมภาษณ์วิทยากรท้องถิ่น แล้วบรรยายให้ทราบว่า ท่านเป็นวิทยากรด้านใด แหล่งภูมิปัญญาท้องถิ่นนี้มีอะไรน่าสนใจ
4. ให้นักเรียนใช้เวลาสืบเสาะสำรวจข้อมูล 7 วัน
5. ครบกำหนด 7 วัน นักเรียนแต่ละกลุ่ม รายงาน แหล่งเรียนรู้ที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น และ วิทยากรท้องถิ่นที่ได้ข้อมูลมา (อาจมีภาพถ่าย แหล่งเรียนรู้ และวิทยากร)

การวัดและการประเมินผล

จากรายงานข้อมูลแหล่งเรียนรู้และภาพถ่าย

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ที่เป็นประสบการณ์จริง จะช่วยให้นักเรียนได้ความรู้จากการได้เห็นสัมผัส หรือแม้กระทั่งลงมือทดลองทำ และเกิดความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาไทยของท้องถิ่นของตน

สื่อ/อุปกรณ์

- วิทยากรท้องถิ่น

87. กิจกรรมวาจาดีมีคุณจริง

กิจกรรม วาจาดีมีคุณจริง

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้นักเรียนมีทักษะการสื่อสารได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูบรรยายวิธีการสื่อสารสร้างสัมพันธ์
2. นักเรียนอาสาสมัคร 8 คู่ แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่กำหนดให้ในลักษณะที่สร้างความสัมพันธ์ที่ดี 1 คู่ และไม่ดี 1 คู่
3. นักเรียนที่เหลือเป็นผู้สังเกตการณ์ บันทึกความคิดเห็นเกี่ยวกับท่าที การใช้คำพูดของผู้แสดง ว่าเหมาะสมกับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นในแต่ละสถานการณ์หรือไม่ เพราะเหตุใด
4. สุ่มนักเรียนรายงานความคิดเห็นของตนเองหน้าชั้นเรียน
5. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม

การวัดและการประเมินผล

1. สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของนักเรียน
2. สังเกตจากคำตอบของผู้สังเกตการณ์เกี่ยวกับความเหมาะสมของท่าที และการใช้คำพูด แสดงบทบาทสมมติในแต่ละสถานการณ์
3. สังเกตจากการสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน

สรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

นักเรียนที่รู้จักใช้วิธีการสื่อสารสร้างสัมพันธ์ทั้งท่าทางและคำพูดได้เหมาะสมกับกาลเทศะ จะได้รับความช่วยเหลือในสิ่งที่ต้องการมากกว่าการใช้ทักษะการสื่อสารที่ไม่เหมาะสม

สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบความรู้ “วิธีการสื่อสารสร้างสัมพันธ์”
2. ใบงาน “สถานการณ์ต่างๆ”
3. แบบบันทึกความคิดเห็น

ใบความรู้
“วิธีการสื่อสารสร้างสัมพันธ์”

การสื่อสาร มี 2 ประเภท คือ สื่อท่าทางและภาษา
การสื่อท่าทาง ที่ช่วยสร้างสัมพันธ์ที่ดี ได้แก่

- ยิ้มแย้ม แจ่มใส
- อ่อนน้อม ถ่อมตน
- สบตากับผู้ที่เราคุยด้วย
- การแสดงความกระตือรือร้น สนใจในสิ่งที่กำลังสนทนา

ใบงาน
“สถานการณ์ต่างๆ”

ครูให้นักเรียนจับฉลากสถานการณ์สมมติต่อไปนี้ 2 คู่ ต่อ 1 สถานการณ์ และ
ให้ 1 คู่ แสดงบทบาทสมมติที่สร้างความสัมพันธ์ที่ดี
อีก 1 คู่ แสดงบทบาทสมมติที่ไม่ดี ซึ่งทำให้ไม่ได้รับความร่วมมือในสิ่งที่ต้องการ

- สถานการณ์ 1. การติดต่อกับเจ้าหน้าที่เพื่อทำบัตรประชาชน ในขณะที่เจ้าหน้าที่แสดงสีหน้า
เคร่งเครียด
- สถานการณ์ 2. จะขอยืมหนังสือจากห้องสมุด แต่ลืมเอาบัตรมา ต้องพยายามสร้างความสัมพันธ์กับ
บุคคลอื่นซึ่งไม่เคยรู้จักกันมาก่อน เพื่อให้เขาขยืมหนังสือให้
- สถานการณ์ 3. ต้องการแลกเปลี่ยนชมภาพยนตร์ให้มีที่นั่งติดกัน 3 ที่ จากคนที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน
- สถานการณ์ 4. ต้องการทำความรู้จักและสอบถามความรู้เพิ่มเติมเป็นการส่วนตัวจากวิทยากรหลัง
การบรรยายพิเศษ

แบบบันทึกความคิดเห็น

ท่าทีและการใช้คำพูดของผู้แสดง มีความเหมาะสมกับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือไม่
เพราะเหตุใด

สถานการณ์ 1. ทำบัตรประชาชน		สถานการณ์ 2. ขอยืมหนังสือในห้องสมุด	
เหมาะสม	ไม่เหมาะสม	เหมาะสม	ไม่เหมาะสม
ท่าทาง	ท่าทาง	ท่าทาง	ท่าทาง
คำพูด	คำพูด	คำพูด	คำพูด

สถานการณ์ 3. แลกบัตรชมภาพยนตร์		สถานการณ์ 4. สอบถามวิทยากร	
เหมาะสม	ไม่เหมาะสม	เหมาะสม	ไม่เหมาะสม
ท่าทาง	ท่าทาง	ท่าทาง	ท่าทาง
คำพูด	คำพูด	คำพูด	คำพูด