

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ23101

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ผู้สอน

ครูสมศักดิ์ ทองเงิน

เรื่อง

การวางแผนครอบครัว



การวางแผนครอบครัว

# ทบทวนความรู้เดิม

นำเสนอบันทึกการเรียนรู้  
(Learning Log)

ลักษณะครอบครัวที่มีความสุข



## จุดประสงค์การเรียนรู้

### ด้านความรู้

อธิบายวิธีการวางแผนครอบครัวได้

### ด้านทักษะและกระบวนการ

วิเคราะห์ข้อมูลความสำคัญของการวางแผนครอบครัวได้

### ด้านคุณลักษณะ

๑. แสดงพฤติกรรมการมีวินัย ใฝ่เรียนรู้
๒. เห็นความสำคัญของการวางแผนอนามัยแม่และเด็ก

เรื่อง การวางแผนครอบครัว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ แผนการเรียนรู้ที่ ๑๓



# คลิปพหรรษา สารคดีน่ารู้

## เรื่อง โชคดีที่มีเงินเก็บ







# อันดับประสิทธิภาพ ของวิธีคุมกำเนิด

1



โอกาสตั้งครรภ์ < 1 %

2



โอกาสตั้งครรภ์ 1 - 9 %

3



โอกาสตั้งครรภ์  
2 - 18 %

4



โอกาสตั้งครรภ์  
15 - 25 %

5



โอกาสตั้งครรภ์  
18 - 28 %

(เป็นเจลฉีดไปในช่องคลอด)

+ การคุมกำเนิดชนิดฝัง ทำหมัน ยาฉีด และการใช้ห่วงคุมกำเนิด มีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดได้ดีและสามารถคุมกำเนิดได้นาน แต่ต้องทำโดยบุคลากรทางการแพทย์เท่านั้น ยาเม็ด/แผ่นแปะ/วงแหวนคุมกำเนิด จะต้องมีวินัยในการใช้จึงจะเกิดประโยชน์สูงสุด

**\*\*ถุงยางอนามัยเป็นวิธีเดียวที่สามารถป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้\*\***  
ยาคุมฉุกเฉิน ควรใช้ในกรณีจำเป็นเท่านั้น ไม่ควรใช้พร่ำเพรื่อเพราะมีผลข้างเคียงต่อร่างกาย



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา  
Food and Drug Administration

<https://bit.ly/2GFWHJC>

# สุขภาพชวนคิด

จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่มีความแตกต่างกันมีผลมาจากอะไร



<http://knowledge-from-msu.blogspot.com/p/1.html>



# กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ใบความรู้ที่ ๑ อนามัยเจริญพันธุ์

## วิเคราะห์ความสำคัญ บอกวิธีการวางแผนครอบครัว

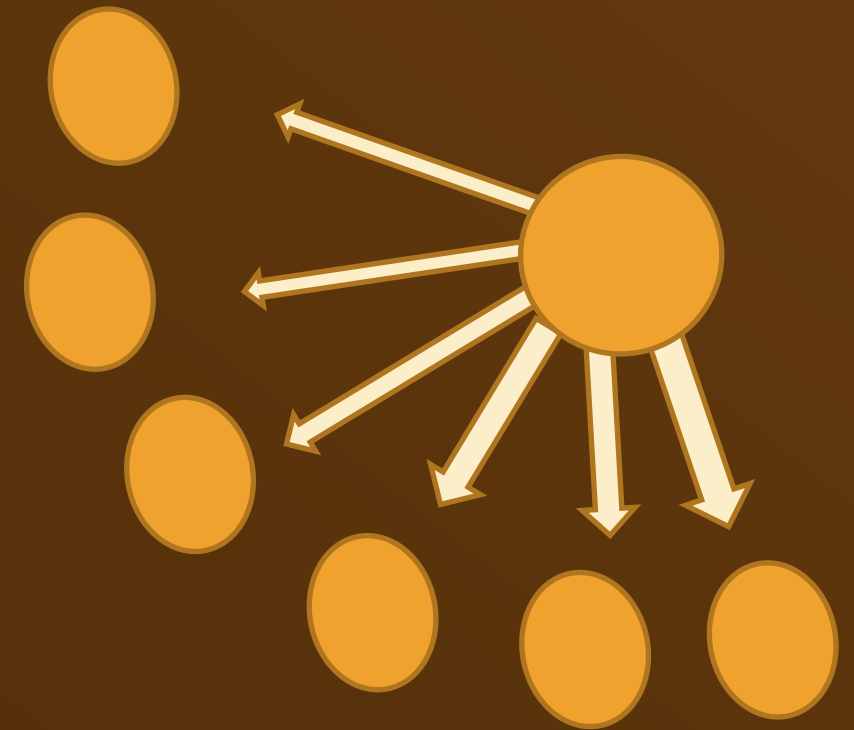
### Family Planning



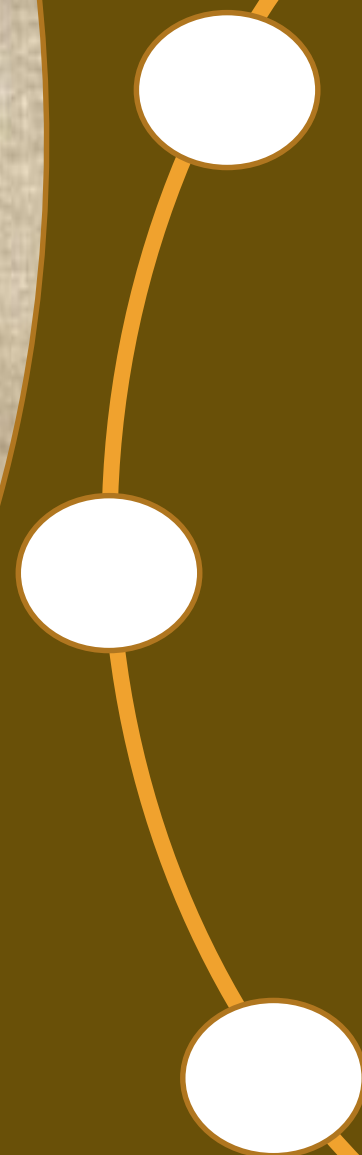
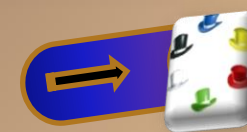
[http://knowledge-from-msu.blogspot.com/p/blog-page\\_6.html](http://knowledge-from-msu.blogspot.com/p/blog-page_6.html)

# แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้เดิมสู่ความรู้ใหม่

โปสเตอร์ขนาด A๔ หัวข้อ “การวางแผนครอบครัวที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต”



# อภิปรายความรู้และตอบคำถาม



## สะท้อนภาพ ความคิด



“ ส่วนตัวตั้งใจอยากมีลูก 2 คน อยู่แล้ว สำหรับเรื่องมาตรการ กระตุ้นจากภาครัฐ ไม่ได้ส่งผล ต่อการตัดสินใจมากนัก แต่ก็ เป็นผลดีกับครอบครัวของเรา แน่นอน เพราะนำมาลดหย่อนภาษี ได้ ซึ่งเงินจำนวนนี้สามารถนำไป ต่อยอดให้กับลูกของเราได้ ในอนาคต ”

”  
- พันธุ์บุปผา โมรานนท์ -  
ผู้ช่วยโปรดิวเซอร์  
รายการโทรทัศน์

สัปดาห์ต่อไปเรียนเรื่อง

บันทึกการเรียนรู้  
(Learning Log)

# การปฏิบัติที่เหมาะสมในการดูแลตนเองและสมาชิกในครอบครัว

พ๒๓๑๐๑ วิชาสุขศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ครูสมศักดิ์ ทองเงิน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์

Email somsak.thongngern@gmail.com



Download ใบงาน ใบความรู้ ได้ที่เว็บไซต์

<http://www.dltv.ac.th/teachplan/episode/10919>

สุขภาพดีอย่าง  
ยั่งยืน