

รายวิชาสังคมศึกษา

รหัสวิชา สด๖๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ไตรสิกขา

ครูผู้สอน ครูอาทิตย์ ศรีรุ่ง

ครูภากร อุปการแก้ว



ไตรสิกขา





จุดประสงค์

๑. นักเรียนอธิบาย

ความหมายและองค์ประกอบ
ของไตรสิกขาได้ถูกต้อง



จุดประสงค์

๒. นักเรียนปฏิบัติตน
ตามหลักไตรสิกขาได้ถูกต้อง



จุดประสงค์

๓. นักเรียนอภิปรายถึงความสำคัญ
และประโยชน์ของการศึกษา
หลักไตรสิกขาได้อย่างมีเหตุผล



ผู้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ
ในพระพุทธศาสนา



ศาสดาผู้ก่อตั้งพระพุทธศาสนา



หลักคำสอนในพระพุทธศาสนา



NO ALCOHOL





คำถามชวนคิด



๑



NO ALCOHOL

๒



๓



จากทั้ง ๓ ภาพรวมกัน เรียกหลักธรรมนี้ว่าอะไร



ไตรสิกขา

เป็นหลักธรรมเพื่อพัฒนากาย วาจา ใจ ของนักเรียน
ให้ประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งดีงาม มี ๓ ประการ

ศีล

สมาธิ

ปัญญา



ศิลป์ (ศิลป์ศึกษา)





ศีล (ศีลสิกขา)

การสำรวมกาย วาจาให้เรียบร้อย ไม่ทำผิดกฎ
หรือข้อห้ามต่าง ๆ เช่น ศีล ๕ ถ้าฝึกรักษากฎหรือ
ศีลอยู่เสมอ จะทำให้นักเรียนมีเจตนาบริสุทธิ์
ประพฤติแต่สิ่งดีงาม

สี่ลํ อารณํ เสฏฺฐํ
ศีลเป็นอารมณ์อันประเสริฐ

พุทธพจน์

กิจกรรม

ให้นักเรียนร่วมท่อง
บททวนศีล ๕



ศีล ๕

ปาณาติปาตา เวรมณี หมายถึง การละเว้นจากการฆ่าชีวิตสัตว์ทุกชนิด

อทินนาทานา เวรมณี หมายถึง การเว้นจากการลักทรัพย์

กาเมสุมิจฉาจारा เวรมณี หมายถึง การละเว้นจากการประพฤติดิ
ในกาม การประพฤติดิผิดลูกผิดเมียคนอื่น

มุสาวาทา เวรมณี หมายถึง การละเว้นจากการพูดปดงัดเท็จ
พูดจาโกหก

สุราเมรยมัชชปะมาทัฏฐานา เวรมณี หมายถึง การละเว้นจากการดื่มสุราเมรัย
และเครื่องดองของมึนเมาทุกชนิด





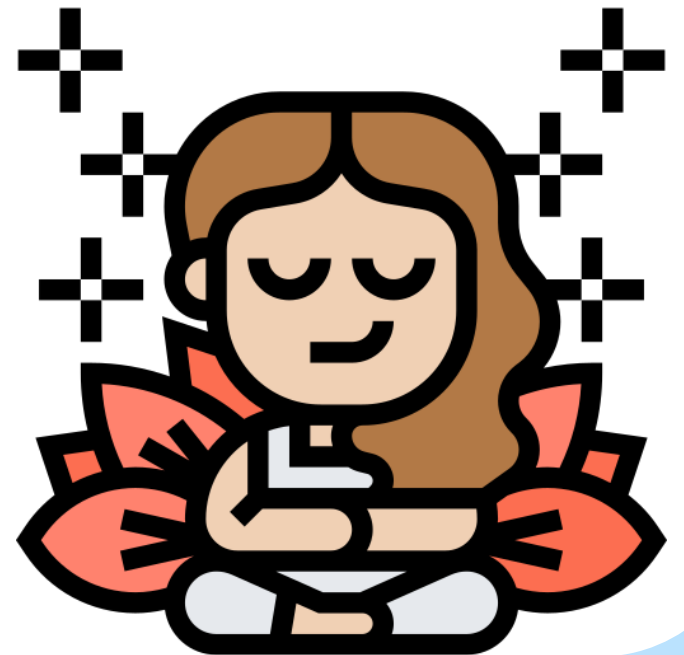
สมาธิ (จิตตสิกขา)





สมาธิ (จิตตศึกษา)

การควบคุมจิตใจของตน
ให้สงบ มุ่งมั่น โดยมีสติ
รู้สึกตัวอยู่เสมอว่า กำลังทำ
อะไรอยู่





สมาธิ (จิตตศึกษา)



สวดมนต์ แผ่เมตตา



เดิน ยืน อย่างมีสติ





ทำนั่งสมาธิอย่างง่าย

๑. นั่งขัดสมาธิโดยให้
ขาไขว่กันทับฝ่าเท้า
ส่วนมือวางซ้อนทับกัน





ทำนั่งสมาธิอย่างง่าย

๒. นั่งหลังตรง หน้าตรง
ไม่ก้มหรือเงยหน้า
ให้ช่วงคอและหลังผ่อนคลาย





ทำนั่งสมาธิอย่างง่าย

๓. หลັบตาพร้อม ๆ กับ
กำหนดลมหายใจเข้าออก





ทำนั่งสมาธิอย่างง่าย

๔. การสวดหายใจให้หายใจลึก ๆ ไป
พร้อมกับการภาวนาตาม
ลมหายใจเพื่อให้เกิดความสงบและ
สมาธิ จากการจดจ่อลมหายใจ



สติปัญญาดี

ศรัทธาตั้งมั่น
ในพระรัตนตรัย

ศาสนา

สุขภาพ
จิต

พัฒนา
บุคลิก
ภาพ

เป็นผู้มีบุคลิกภาพดี

ทำงาน

เรียนมีประสิทธิภาพ

ชีวิต
ประจำวัน

ครอบครัว

ครอบครัวมีความสุข

สังคม

สังคมสงบสุข

ศีลธรรม

เชื่อในกฎแห่งกรรม



ปัญญา
(ปัญญาศึกษา)





ปัญญา (ปัญญาสิกขา)

ความฉลาดรอบรู้ หรือความแจ่มกระจ่าง
ในเหตุและผล รู้และเห็นแนวทางปฏิบัติ
ที่ถูกต้อง เป็นปัญญาที่เกิดจากการฝึกสมาธิ

กิจกรรม

ให้นักเรียนเลือกข้อความไป
เติมลงในแผนผังความคิด
ให้ถูกต้อง



- ไม่ฆ่าหรือทรมานสัตว์
- ฝึก เดิน นั่ง
อย่างมีสติ
- สวดมนต์สรรเสริญ
พระรัตนตรัย
- แผ่เมตตา
- ไม่ลักขโมย
สิ่งของผู้อื่น
- หมั่นศึกษาเล่าเรียน
- นั่งสมาธิ
- คิดไตร่ตรองจนเกิด
ความเข้าใจ
- ไม่ดื่มสุรา



ศีลสิกขา

จิตตสิกขา

ไตรสิกขา

ปัญญาสิกขา



คำถามชวนคิด



การศึกษา เรื่อง ไตรสิกขา
มีความสำคัญและมีประโยชน์
อย่างไรบ้าง

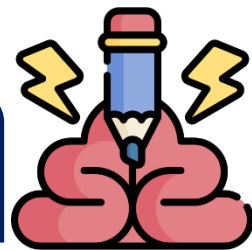




ไตรสิกขา คือ หลักธรรมในการปฏิบัติ
ตนให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา มนุษย์สามารถ
นำมาใช้พัฒนาตนเองทั้งด้าน กาย วาจา ใจ
และใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสงบสุข



ฝึกสมอง



ประลองปัญญา

เรื่อง : ไตรสิกขา



๑. ข้อใดมิใช่หลักธรรมในไตรสิกขา

ก. คีล

☒ ข. สมุทัย

ค. สมาริ

ง. ปัญญา



๒. การไม่ฆ่าสัตว์ ตัดชีวิต เป็นการปฏิบัติตน ตามหลักไตรสิกขาข้อใด

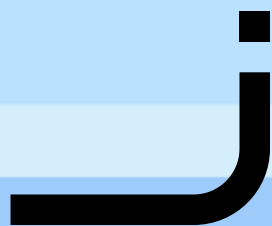
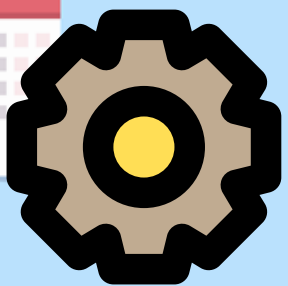


ข. อุเบกขา

ค. สมาธิ

ง. ปัญญา





ครูให้นักเรียนทำใบงานที่ ๔
เรื่อง ไตรสิกขา



คำชี้แจงในการทำ กิจกรรมนักเรียน

ให้นักเรียนบอกแนว
ทางการปฏิบัติตนตามหลัก
ไตรสิกขาให้ถูกต้อง



คำชี้แจงบทบาท ครูปลายทาง

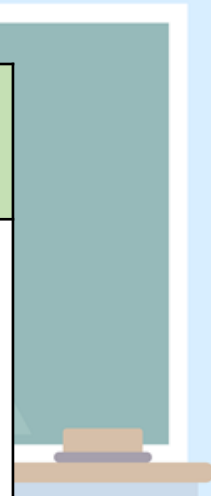
๑. ครูให้นักเรียนทำใบงานที่ ๔ เรื่อง
ไตรสิกขา
๒. ครูให้นักเรียนลงมือทำใบงานได้
๓. ครูให้ความช่วยเหลือนักเรียนตาม
ความเหมาะสม



ใบงานที่ ๔ เรื่อง ไตรสิกขา



ศีล (แนวปฏิบัติ)	สมาธิ (แนวปฏิบัติ)	ปัญญา (แนวปฏิบัติ)





สรุป

ศีล (แนวปฏิบัติ)	สมาธิ (แนวปฏิบัติ)	ปัญญา (แนวปฏิบัติ)
- ไม่ฆ่าหรือทรมานสัตว์ - ไม่ลักขโมยสิ่งของผู้อื่น - ไม่แย่งชิงของคนอื่น - ไม่พูดโกหก - ไม่ดื่มสุรา	- สวดมนต์ไหว้พระ - ฝึกสมาธิในการฟัง อ่าน คิด ถาม เขียน - ฝึกกำหนดความรู้สึกรู้สึก - ฝึกยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีสติ	- หมั่นศึกษาเล่าเรียน - คิดไตร่ตรองจนเกิดความเข้าใจ - ฝึกอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ

บทเรียนครั้งต่อไป



โอวาท ๓ (๑)

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

