

รายวิชาสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม

รหัสวิชา ส๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

ครูผู้สอน ครูศิริพร สินสมุทรไทย

ครูอาทิตย์ ชัยเทพา



เรื่อง การบริหารจิตและเจริญปัญญา



จุดประสงค์การเรียนรู้



(ด้านความรู้)

- อธิบายความหมายและความสำคัญของการบริหารจัดการ และเจริญปัญญาได้

(ด้านทักษะ กระบวนการ)

- ประยุกต์ใช้หลักการบริหารจัดการและเจริญปัญญา กับชีวิตประจำวันของตนเองได้



จุดประสงค์การเรียนรู้



(ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์)

- รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- ใฝ่เรียนรู้

(คุณลักษณะเฉพาะ)

- เห็นความสำคัญของการบริหารจัดการและเจริญปัญญาในพระพุทธศาสนาโดยสังเกตจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียนและการจัดบันทึก

กิจกรรมก่อนนบทเรียน

คำชี้แจง : ให้นักเรียนจัดกลุ่มจำนวนเท่า ๆ กัน หรือ ตามความเหมาะสมของจำนวนสมาชิกภายในห้อง (ครู/นักเรียนปลายทาง) จากนั้น ตอบคำถามต่อไปนี้ให้ครบถ้วน ถูกต้อง และว่องไว



กิจกรรมก่อนบทเรียน

คำชี้แจง (ต่อ) : โดยเขียนคำตอบลงใน
กระดาษสมุด หรือกระดาษ A๔ หากกลุ่ม
ใดเขียนคำตอบได้ครบถ้วนก่อนให้ทั้งกลุ่ม
ยกมือขึ้น พร้อมเปล่งเสียง “เฮ” พร้อมกัน
หลังจากนั้นครูจะเดินไปตรวจคำตอบ



กิจกรรมก่อนนบตเรียนน

คำชี้แจง (ต่อ) : กลุ่มที่ตอบถูกต้องเป็นกลุ่มแรกจะได้รับ ๒ ดาว หรือสัญลักษณ์อื่น ๆ ตามความเหมาะสม (ครูปลายทาง) ส่วนกลุ่มถัด ๆ ไปจะได้รับ ๑ ดาว

หมายเหตุ : หากสะสมได้ทั้งหมด ๒๐ ดาว สามารถนำมาแลกเป็น ๑ คะแนนประจำหน่วยได้ทันที



กิจกรรมก่อนบทเรียน

คำถาม : นักเรียนคิดว่าอะไรคือความเหมือนและความแตกต่างระหว่างการทำสมาธิและการเจริญสติ รวมทั้งนักเรียนเคยมีประสบการณ์การฝึกปฏิบัติทั้งสองอย่างนี้หรือไม่ อย่างไร

หมายเหตุ : ให้นักเรียนใช้กระบวนการกลุ่มร่วมกันตอบคำถาม โดยสามารถแสดงความคิดเห็นในประเด็นหรือคำถามดังกล่าวได้ตามความเข้าใจ และทัศนคติของนักเรียน

เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

การบริหารจิต

หมายถึง การบำรุงรักษาจิตให้เข้มแข็งผ่องใสบริสุทธิ์

สมาธิ

หมายถึง ภาวะของจิตที่ตั้งมั่น



เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

การเจริญปัญญา หมายถึง การฝึกฝนอบรมหรือการพัฒนาตนให้เกิดปัญญา ๓ ประการ ได้แก่ ปัญญาที่เกิดจากการฟัง การอ่าน หรือการศึกษาเล่าเรียน ปัญญาที่เกิดจากการคิดพิจารณาและปัญญาที่เกิดจากการลงมือปฏิบัติ ซึ่งปัญญาทั้ง ๓ นี้ต้องอาศัยจิต ที่เป็นสมาธิเป็นพื้นฐานทั้งสิ้น จึงจะเกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์



เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

วิธีปฏิบัติการบริหารจิต

- ๑) เลือกสถานที่ที่เหมาะสม
- ๒) เลือกเวลาที่เหมาะสม
- ๓) สมาทานศีล เป็นการแสดงเจตนาเพื่อทำให้บริสุทธิ์สะอาด
- ๔) นมัสการพระรัตนตรัยและสวดมนต์สรรเสริญคุณพระรัตนตรัย
- ๕) ตัดความกังวลต่าง ๆ ออกไป



เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

ขั้นตอนการปฏิบัติ

- ๑) นั่งท่าสมาธิ คือ นั่งขัดตะหมาด เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาวางทับมือซ้าย ตั้งตัวตรง ดำรงสติมั่น
- ๒) หลับตาหรือลืมตาก็ได้ อย่างไหนได้ผลดีก็ปฏิบัติอย่างนั้น
- ๓) กำหนดรู้ลมหายใจเข้า - ออก ลมหายใจกระทบตรงไหนก็รู้ชัดเจน ให้กำหนดตรงจุดนั้น



เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

- ๔) เมื่อลมหายใจ - ออก จะกำหนดภาวนาด้วย หรือไม่ได้ แล้วแต่บุคคลที่ปฏิบัติ
- ๕) ปฏิบัติไปเรื่อยๆ จนได้เวลาพอควรแก่ร่างกาย จึงออกจากการปฏิบัติ
- ๖) แผ่เมตตาให้ตนเองและสรรพสัตว์ทั้งหลาย



เนื้อหาประจำบทเรียน



เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

ประโยชน์ของการบริหารจัดการ

- ๑) ด้านการดำรงชีวิตประจำวัน
- ๒) ด้านการพัฒนาบุคลิกภาพ
- ๓) ด้านประโยชน์สูงสุด ได้แก่ การบรรลุธรรมและนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระพุทธ ศาสนา ผู้ที่จะบรรลุถึงประโยชน์ระดับนี้ได้นั้น ต้องมีจิตที่สงบแน่วแน่มาก

กิจกรรมประจำบทเรียน

กิจกรรมกลุ่ม **เรื่อง** การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

คำชี้แจง : ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ครบถ้วน โดยมีประเด็นดังนี้

๑) การบริหารจัดการ คืออะไร

๒) การเจริญปัญญา คืออะไร

๓) ให้นักเรียนในกลุ่มเลือกเพื่อนจำนวน ๒ คน แล้วให้เพื่อนที่

เลือกฝึกทำสมาธิอานาปานสติตามที่ได้เรียนรู้แล้ว ๕ นาที โดยมีเพื่อนใน

กลุ่มจับเวลา จากนั้นบันทึกคำตอบ



ตัวอย่างเอกสาร

ใบงานที่ ๒๓ เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สืบสานหลักคำสอน
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘ เรื่อง การบริหารจัดการ
และเจริญปัญญา



ใบงานที่ ๒๓ เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สืบสานหลักคำสอน
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
รายวิชา สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม รหัสวิชา ส ๒๓๑๐๑
ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ครบถ้วน (พร้อมนำเสนองาน)

๑. การบริหารจัดการ คืออะไร

๒. การเจริญปัญญา คืออะไร

๓. ให้นักเรียนในกลุ่มเลือกเพื่อนจำนวน ๒ คน แล้วให้เพื่อนที่เลือกมิกทำสมาธิอานาปานสติตามที่ได้เรียนรู้แล้ว ๕ นาที โดยมีเพื่อนในกลุ่มจับเวลา จากนั้นบันทึกคำตอบด้านล่าง

ความรู้สึกของเพื่อนคนที่ ๑
ก่อนทำสมาธิแบบอานาปานสติ

หลังทำสมาธิแบบอานาปานสติ



ตัวอย่างเอกสาร (ต่อ)

ใบงานที่ ๒๓ เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สืบสานหลักคำสอน
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘ เรื่อง การบริหารจัดการ
และเจริญปัญญา



ความรู้สึกของเพื่อนคนที่ ๒
ก่อนทำสมาธิแบบอานาปานสติ

หลังทำสมาธิแบบอานาปานสติ

จากการพูดคุยในกลุ่ม รวมถึงประสบการณ์ของเพื่อนที่ได้ฝึกอานาปานสติ ได้ข้อสรุปว่า
สมาธิ คือ

การเจริญปัญญา คือ

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

ประเด็นอภิปรายร่วมกัน



เรื่อง การบริหารจัดการและจริยปัญญา

จากที่นักเรียนได้เรียนผ่านมาเกี่ยวกับการบริหารจัดการและจริยปัญญา นักเรียนคิดว่า การฝึกปฏิบัติสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดประโยชน์อย่างไรต่อผู้ปฏิบัติ และส่งผลในระยะสั้นหรือยาวอย่างไร

หมายเหตุ : ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายโดยสามารถแสดงความคิดเห็นในประเด็นดังกล่าวได้ตามความเข้าใจ และทัศนคติของนักเรียน



ฝากถึงครูและนักเรียนปลายทาง

เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา



เอกสารต่าง ๆ ที่ใช้ประกอบในการเรียนการสอน รวมทั้งการรับชมเทป
บันทึกภาพการสอนย้อนหลัง คุณครูสามารถเข้าไปดาวน์โหลดและรับชม
ได้ที่ www.dltv.ac.th และหากมีข้อคิดเห็นเพิ่มเติมสามารถส่งข้อความ
ผ่านทางอินบ็อกซ์ของ Page Facebook มุขนิธิการศึกษาทางไกลผ่าน
ดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ DLTV



ฝากถึงครูและนักเรียนปลายทาง

เรื่อง การบริหารจัดการและเจริญปัญญา



บทเรียนครั้งต่อไป เรื่อง ความหมายและความสำคัญของกฎหมาย

สิ่งที่ต้องเตรียม : ใบงานที่ 24 ความหมายและความสำคัญของกฎหมาย

สำหรับนักเรียน : ให้นักเรียนค้นหาและนักเรียนปลายทางไปศึกษาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น หนังสือ เอกสาร และอินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของกฎหมายมาเบื้องต้นก่อนล่วงหน้า



