

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

คำสั่ง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ครบถ้วน (พร้อมนำเสนอ)

๑. การบริหารจัดการ คืออะไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒. การเจริญปัญญา คืออะไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๓. ให้นักเรียนในกลุ่มเลือกเพื่อนจำนวน ๒ คน แล้วให้เพื่อนที่เลือกฝึกทำสมาธิอานาปานสติตามที่ได้เรียนรู้แล้ว ๕ นาที โดยมีเพื่อนในกลุ่มจับเวลา จากนั้นบันทึกคำตอบด้านล่าง

ความรู้สึกของเพื่อนคนที่ ๑

ก่อนทำสมาธิแบบอานาปานสติ

.....

.....

.....

.....

หลังทำสมาธิแบบอานาปานสติ

.....

.....

.....

.....

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.....