

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๖๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

เรื่อง การป้องกันและชักชวนให้ผู้อื่น
หลีกเลี่ยงสารเสพติด

ครูผู้สอน ครูปณิฏญา ประจันบาน

ครูภัทรวรรณ เหงี่ยมสุวรรณ



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายวิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด
๒. มีทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงจากสารเสพติด
๓. เห็นประโยชน์ของการป้องกันการติดสารเสพติด



ให้นักเรียนจับกลุ่ม

๓-๕ คน

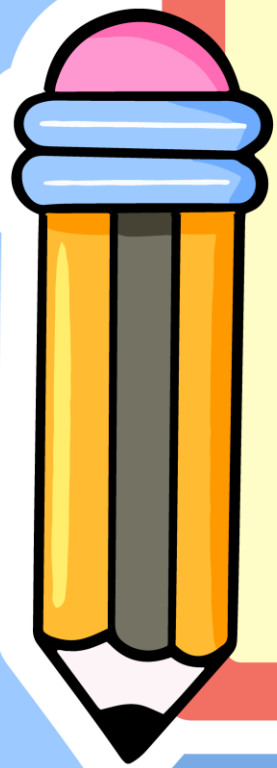


คำถามชวนคิด

หากมีบุคคล

ที่นักเรียนรู้จักติดสารเสพติด

นักเรียนจะทำอย่างไร ?



วิธีป้องกันตนเองให้ ห่างไกลจากสารเสพติด





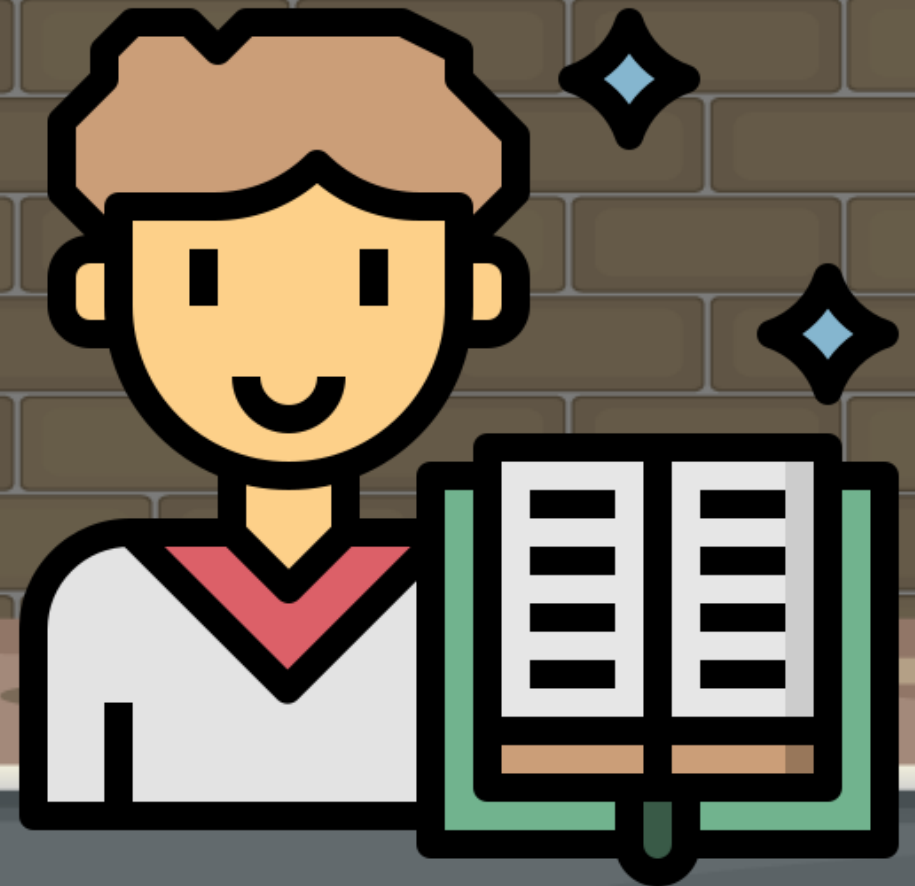
วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

ศึกษาหาความรู้

เกี่ยวกับโทษและอันตราย

เพื่อไม่ให้ตกเป็นเหยื่อ

โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์





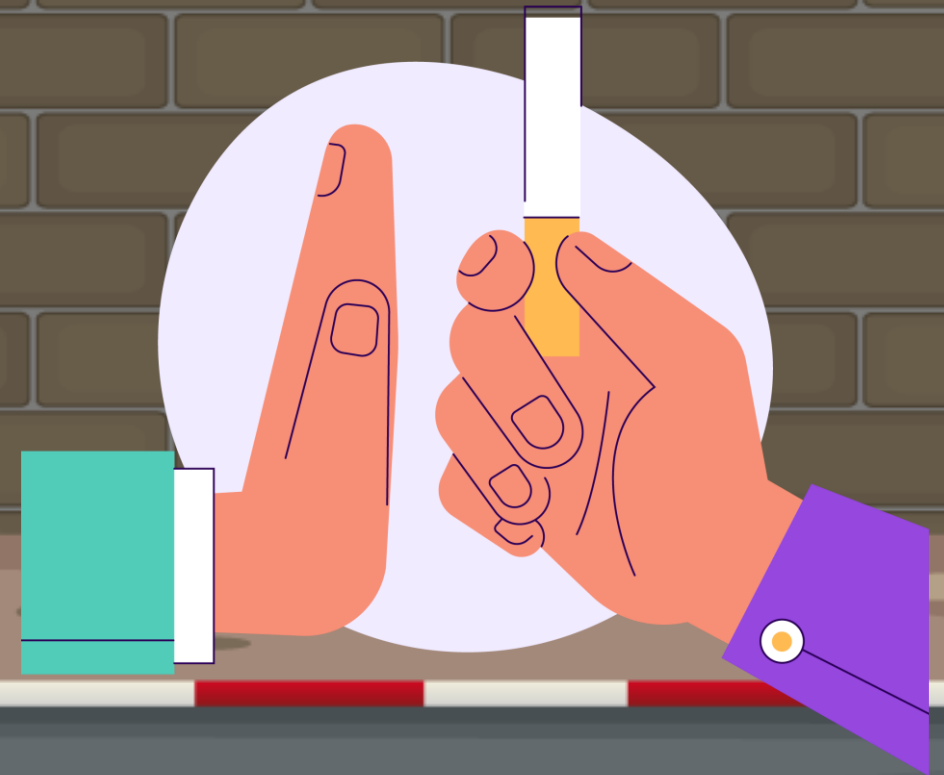
วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

ไม่รับสิ่งของจาก

คนแปลกหน้า

ไม่หลงเชื่อคำชักชวน

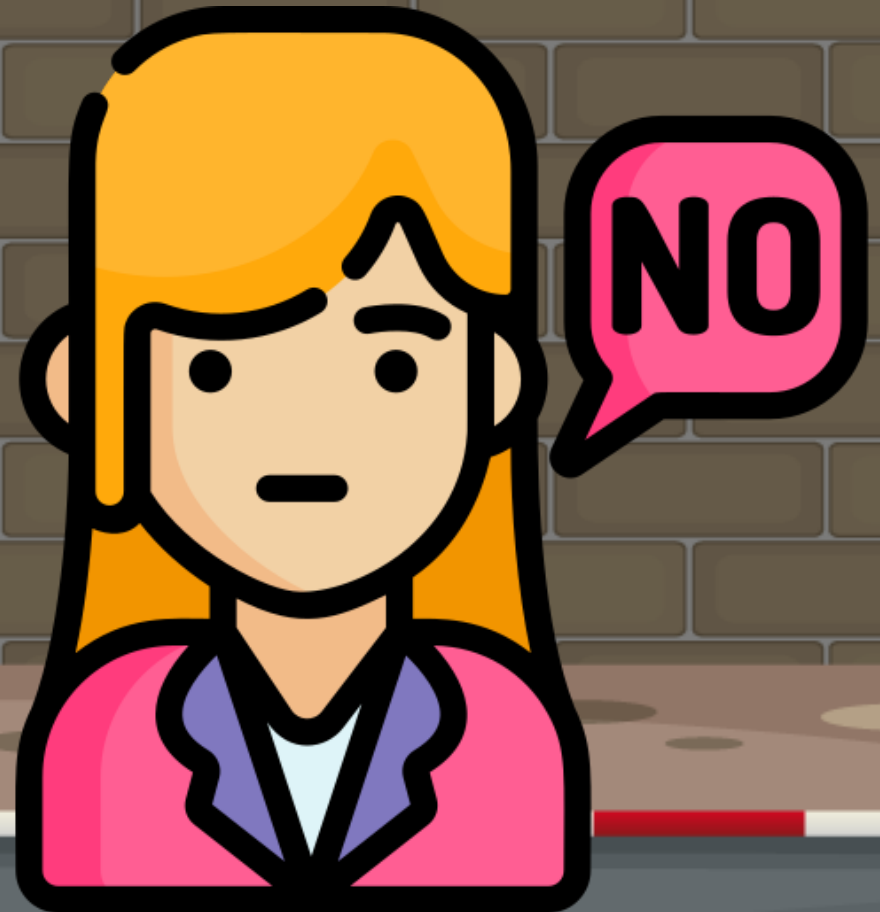
ให้ทดลองเสพสารเสพติด





วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

ปฏิเสธให้ชัดเจน
โดยไม่ต้องรู้สึก
เกรงใจหรือกลัวจะโดน
คนที่ชักชวนโกรธ





วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

เลือกคบเพื่อนที่ดี

ไม่คบและไม่อยู่ใกล้ซิด

เพื่อนที่เกเร

หรือติดสารเสพติด





วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

เมื่อมีปัญหาควรปรึกษา
ผู้ปกครองหรือผู้ที่ไว้วางใจได้
ไม่หันไปใช้สารเสพติด
ในการแก้ปัญหา

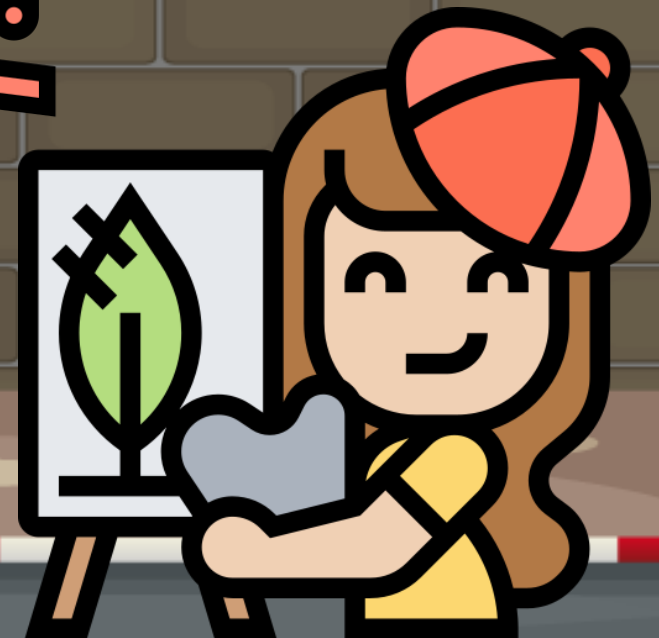




วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

ใช้เวลาว่าง

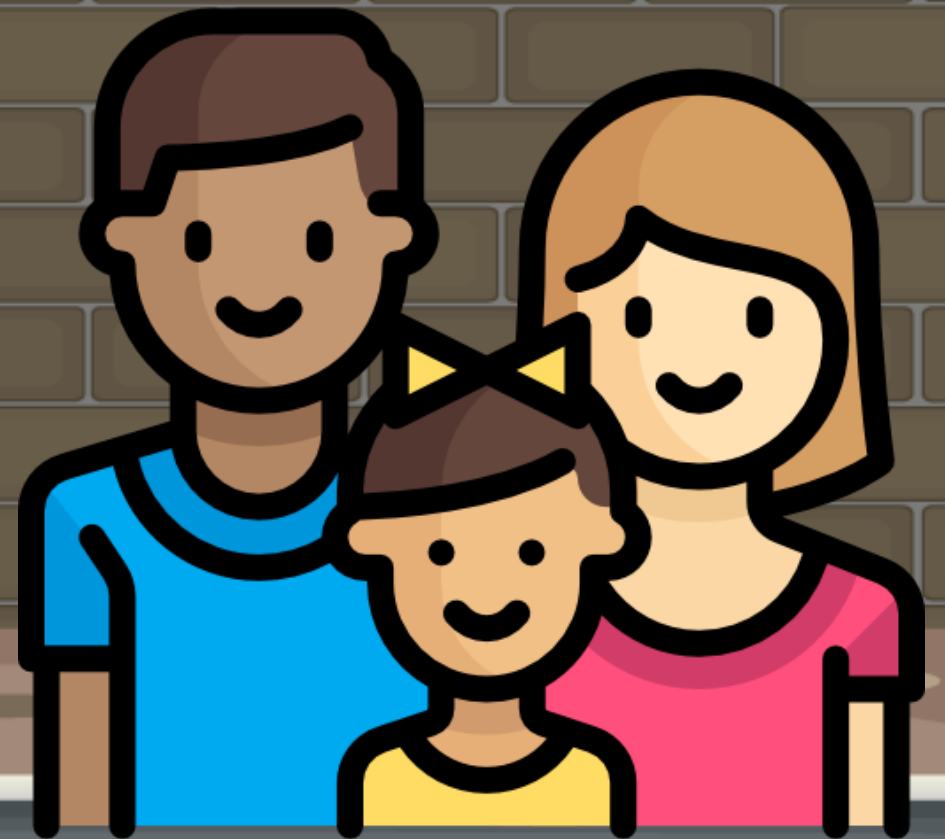
ทำกิจกรรมที่มีประโยชน์





วิธีป้องกันตนเองให้ห่างไกลจากสารเสพติด

สร้างสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว
การอยู่ในครอบครัวที่มีความสุข
ก็เหมือนเป็นเกราะป้องกันที่ดี



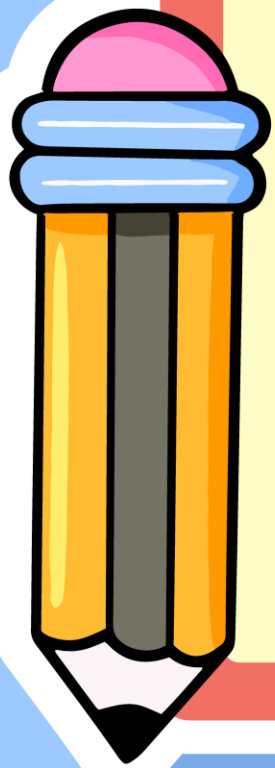
คำถามชวนคิด



นักเรียนคิดว่า

วิธีสื่อสารของตนเอง

เป็นไปได้ในทางที่ถูกหรือไม่ ?



วิธีชักชวนผู้อื่นให้ หลีกเลี่ยงสารเสพติด





วิธีชักชวนผู้อื่นให้หลีกเลี่ยงสารเสพติด

อธิบายถึงผลกระทบ

ที่เกิดขึ้นหากติดสารเสพติด

เช่น ผลกระทบต่อสุขภาพ
ผลกระทบต่อความสัมพันธ์







วิธีชักชวนผู้อื่นให้หลีกเลี่ยงสารเสพติด

เมื่อพบว่าเพื่อนหรือ
บุคคลใกล้ชิดมีปัญหา
ควรช่วยเหลือหาทางแก้ไข
เพื่อไม่ให้หันไปพึ่งสารเสพติด





วิธีชักชวนผู้อื่นให้หลีกเลี่ยงสารเสพติด

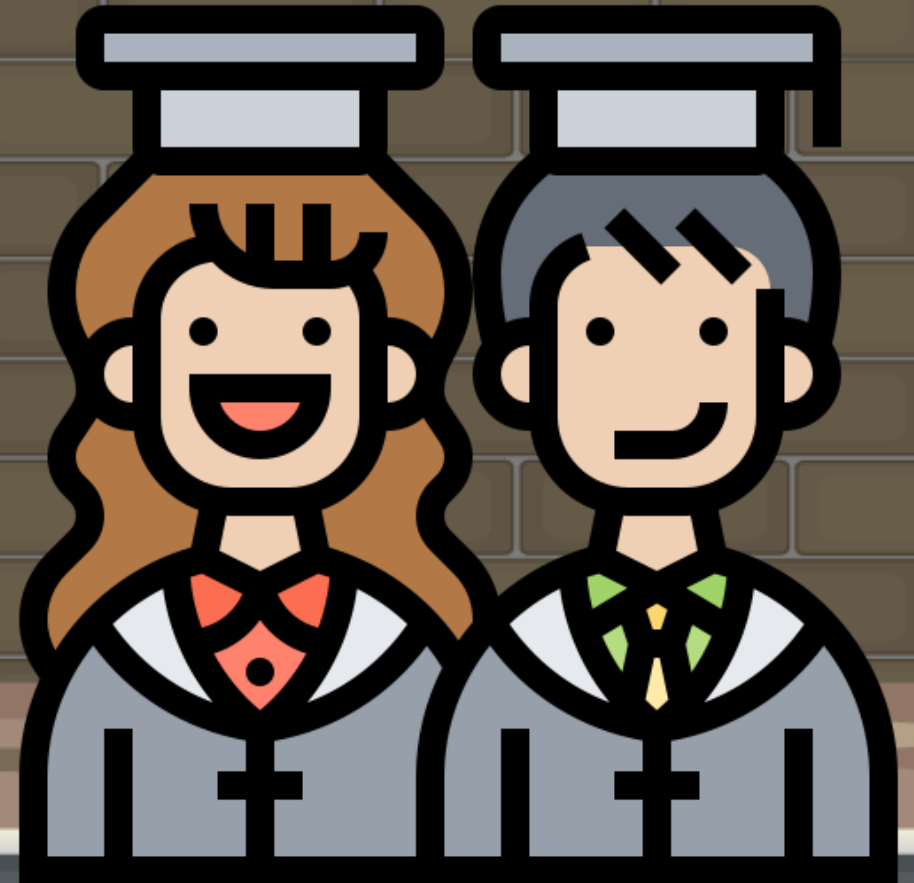
ชักชวนกันไปทำกิจกรรม
ร่วมกับครอบครัว
ในวันหยุด เพื่อให้ห่างไกล
จากสารเสพติด





วิธีชักชวนผู้อื่นให้หลีกเลี่ยงสารเสพติด

ใช้คำพูดให้ระลึกถึงอยู่เสมอ
ว่าสารเสพติดจะทำให้
หมดอนาคต ไม่สามารถ
บรรลุเป้าหมายที่ฝันไว้ได้







วิธีชักชวนผู้อื่นให้หลีกเลี่ยงสารเสพติด

ชักชวนเพื่อนหรือคนใกล้ชิด
ไปทำกิจกรรม
ที่มีประโยชน์ต่อสังคม



กิจกรรมประจำวันนี้

ชวนทำดี

หลักหนึ่สารเสพติด



ขั้นตอนการทำกิจกรรม

- ให้นักเรียนจับกลุ่ม ๓ - ๔ คน
- ช่วยกันคิด คำคม หรือคำขวัญ เพื่อชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด โดยใช้วิธีที่ได้เรียนรู้ในวันนี้



ชั้น ป.๕ - ป.๖ ภาคเรียนที่ ๒



ชื่อ : _____ สกุล : _____ ชั้น _____ เลขที่ _____
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง เสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ห่างไกลสารเสพติด

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้ ระดับความสามารถ : ดีมาก ดี ค่อนข้างดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ดี	ค่อนข้างดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑	สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง					
๒	วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด					

*หมายเหตุ : ครูเติมประเด็นที่ต้องการให้นักเรียนประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

๒. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ / ยังทำไม่ได้ดี คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า 1 อย่าง)

.....

.....

.....

๓. สิ่งที่น่าสนใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า 1 อย่าง)

.....

.....

.....

แบบประเมินตนเอง

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓
 ในช่องระดับความสามารถของแต่ละ
 กิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้
 และตอบคำถามที่กำหนดให้

แบบประเมินตนเอง

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้ ระดับความสามารถ : ดีมาก ดี ค่อนข้างดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ดี	ค่อนข้างดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑	สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง					
๒	วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด					

*หมายเหตุ : ครูเติมประเด็นที่ต้องการให้นักเรียนประเมินการเรียนรู้ของตนเอง



แบบประเมินตนเอง

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

๒. สิ่งที่ฉันยังไม่เข้าใจ/ยังทำได้ไม่ดี คือ.... (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....

๓. สิ่งที่ฉันตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....





แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning logs)

ชั้น ป.๕ - ป.๖ กลางภาค

ชื่อ.....สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ประจำ : ☐ กลางภาค ☐ ปลายภาค ☐ หน่วยการเรียนรู้ที่.....

สิ่งหนึ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากการเรียนวิชานี้ในกลางภาคเรียน คือ

.....

สิ่งที่ฉันชอบ / ทำได้ดี

.....

สิ่งที่ฉันอยากจะเรียนรู้เพิ่มเติม คือ

.....

สิ่งที่ฉันควรปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น คือ

.....

สิ่งที่ฉันได้ประโยชน์จากการเรียนและสามารถนำไปใช้ได้ คือ

.....

แบบบันทึกการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

ให้นักเรียนตอบคำถาม
ที่กำหนดให้

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

แบบบันทึกการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

ประจำ : ☐ กลางภาค

☐ ปลายภาค

☐ หน่วยการเรียนรู้ที่.....

สิ่งหนึ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากการเรียนวิชานี้ในกลางภาคเรียน คือ

.....

.....

สิ่งที่ฉันชอบ / ทำได้ดี

.....

.....



แบบบันทึกการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

สิ่งที่ฉันอยากจะเรียนรู้เพิ่มเติม คือ

.....

.....

สิ่งที่ฉันควรปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น คือ

.....

สิ่งที่ฉันได้ประโยชน์จากการเรียนและสามารถนำไปใช้ได้ คือ

.....

.....





คำชี้แจง

ในการทำกิจกรรมนักเรียน

- ให้นักเรียนทำกิจกรรม
ชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด
- ให้นักเรียนทำแบบประเมิน
ตนเองและแบบบันทึก
การเรียนรู้



คำชี้แจง

บทบาทครูปลายทาง

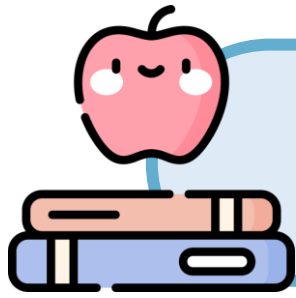
- ให้คุณครูอธิบายขั้นตอน
การทำกิจกรรมอย่างละเอียด
อีกครั้ง
- ให้คำแนะนำและควบคุมดูแล
นักเรียนตลอดการทำกิจกรรม

สรุปบทเรียน



สารเสพติด

การติดสารเสพติดมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย
ส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและ
ประเทศชาติ ฉะนั้นควรมีวิธีป้องกันตนเองและ
ชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติดอย่างถูกต้อง
และเหมาะสม



บทเรียนครั้งต่อไป

มลพิษสิ่งแวดล้อม



สิ่งที่ต้องเตรียม

- ใบงานที่ ๑ เรื่องมลพิษสิ่งแวดล้อม

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

