

รายวิชาสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม
รหัสวิชา ส๒๓๑๐๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข

ครูผู้สอน ครูวิจิต ล้อยศ

ครูศิริพร สิ้นสมุทรไทย





เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข



จุดประสงค์การเรียนรู้



(ด้านความรู้)

- นักเรียนสามารถอธิบายการกระทำของตนเองเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขได้

(ด้านทักษะ กระบวนการ)

- นักเรียนสามารถเสนอแนวทางการต่อยอดการกระทำของตนเองเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขได้



จุดประสงค์การเรียนรู้



(ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์)

- การสื่อสาร
- มุ่งมั่นในการทำงานเป็นกลุ่ม
- ใฝ่เรียนรู้

(คุณลักษณะเฉพาะ)

- มีความเข้าใจอันดีของการอยู่ร่วมกันในสังคมผ่านการ
ทำกิจกรรม



กิจกรรมก่อนบทเรียน

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



กิจกรรมก่อนบทเรียน



คำชี้แจง (ต่อ) : โดยเขียนคำตอบลงในกระดาษสมุด หรือกระดาษ A๔ หากกลุ่มใดเขียนคำตอบได้ครบถ้วนก่อนให้ทั้งกลุ่มยกมือขึ้น พร้อมเปล่งเสียง “เฮ” ร่วมกัน หลังจากนั้นครูจะเดินไปตรวจคำตอบ



กิจกรรมก่อนบทเรียน



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

หมายเหตุ : หากสะสมได้ทั้งหมด ๒๐ ดาว สามารถนำมาแลกเป็น ๑ คะแนนประจำหน่วยได้ทันที



กิจกรรมก่อนบทเรียน



คำถาม : ในการดำเนินชีวิตในแต่ละวันของนักเรียน นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสิ่งที่ทำแล้วมีความสุขมากที่สุดทั้งต่อตนเองและต่อคนอื่น (ให้ยกตัวอย่างคนละ 1 เรื่อง โดยใส่เหตุผลประกอบการยกตัวอย่าง)

หมายเหตุ : ให้นักเรียนใช้กระบวนการกลุ่มร่วมกันตอบคำถาม โดยสามารถแสดงความคิดเห็นในประเด็นหรือคำถามดังกล่าวได้ตามความเข้าใจ และทัศนคติของนักเรียน





ปัจจัยส่งเสริมการดำรงชีวิตให้มีความสุข



ในการดำรงชีวิตให้มีความสุขในแต่ละวันนั้นจะต้องเกิดความสุขทั้งทางกายและทางจิตใจคนทุกคนย่อมปรารถนาที่จะทำให้ชีวิตของตนเองมีความสุข การจะดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขนั้น มักประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้





๑. การอยู่ร่วมกันอย่างมีชั้นติธรรม ชั้นติธรรม คือ การมีความอดทนอดกลั้นต่อสิ่งที่ตนไม่ชอบ ไม่เห็นด้วย โดยการยอมรับความแตกต่าง เช่น ค่านิยม ศาสนา ลัทธิ ความเชื่อ ระบบการเมืองการปกครอง ทัศนคติ (ต่อหน้าถัดไป)





การอยู่ร่วมกันในสังคมย่อมมีการกระทบกระทั่งกันบ้างตามเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ดังนั้น เราควรที่จะเรียนรู้ทำความเข้าใจ และปรับวิธีคิดให้ถูกต้องเหมาะสม เปิดใจกว้างยอมรับและเคารพในความแตกต่าง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน (ต่อหน้าถัดไป)





นอกจากนี้ ยังควรที่จะรู้จักการประนีประนอม มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น รู้จักสามัคคี รู้บาบบุญคุณโทษ จะทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข





๒. การเห็นคุณค่าในตัวเอง คนเราทุกคนเกิดมามีคุณค่าในตนเอง สิ่งสำคัญคือ เราสามารถที่จะปฏิบัติตนให้มีคุณค่าทั้งต่อตนเองและคนในสังคมได้ ทั้งนี้หากคนในสังคมรู้จักคุณค่าของตนเองและนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ก็จะเกิดผลดีต่อสังคมโดยรวมโดยการที่เราจะมองเห็นคุณค่าในตนเองได้นั้น **(ต่อหน้าถัดไป)**





เราไม่ควรประเมินค่าของตนเองให้ต่ำต้อยโดยเปรียบเทียบกับคนอื่นที่
ดีกว่า เด่นกว่า แล้วเก็บมาคิดให้ตนเองกลัดกลุ้ม จนทำให้ไม่อาจแข่งขัน
หรือสู้กับคนอื่นที่มีภูมิหลังที่ดีกว่า เราควรตระหนักว่าทุกคนมีความ
แตกต่างกัน แต่ละคนมีคุณค่าในตนเอง และสามารถพัฒนาได้หากได้รับ
การศึกษา ขยันหมั่นเพียร เอาจริงเอาจังในการทำงาน และรู้จักอดออม





๓. การใช้ชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง หลักการสำคัญของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ การดำรงชีวิตที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานทางสายกลาง มีความพอประมาณ มีเหตุผล อันเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ ความรอบคอบ และคุณธรรมประกอบกับการวางแผนการตัดสินใจและการทำกิจกรรมต่าง ๆ



กิจกรรมประจำบทเรียน (๑)



กิจกรรมคู่ : เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข

คำชี้แจง : ให้นักเรียนจับคู่เพื่อนในห้อง ทำกิจกรรมในหัวข้อ “ฉันรู้จักเธอ เธอรู้จักฉัน” โดยให้แต่ละคู่แนะนำตัว (ชื่อจริง, ชื่อเล่น, ชอบทำอะไรเป็นงานอดิเรก) จากนั้นบอกข้อดี ข้อเสียของตนเองและของเพื่อน รวมทั้งหากเปรียบเพื่อนเป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง ควรเป็นสัตว์ตัวใด เพราะเหตุใด หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาใส่ลงในใบกิจกรรม **พร้อมส่นำเสนอ**

ตัวอย่างเอกสาร

ใบกิจกรรม เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ สร้างนครแห่งสันติสุข
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ การดำรงชีวิตให้มีความสุข
ความสุข

ใบกิจกรรม เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ สร้างนครแห่งสันติสุข
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ การดำรงชีวิตให้มีความสุข
รายวิชา สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม รหัสวิชา ส ๒๓๑๐๑
ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำสั่ง ให้นักเรียนจับคู่เพื่อนในห้อง ทำกิจกรรมในหัวข้อ “ฉันรู้จักเธอเธอรู้จักฉัน” โดยให้แต่ละคู่แนะนำตัว (ชื่อจริง, ชื่อเล่น, ชอบทำอะไรเป็นงานอดิเรก) จากนั้นบอกข้อดี ข้อเสียของตนเองและของเพื่อน รวมทั้งหากเปรียบเพื่อนเป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง ควรเป็นสัตว์ตัวใด เพราะเหตุใด หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาใส่ลงในใบกิจกรรม

ชื่อจริง (เพื่อน) : ชื่อเล่น :

ชอบทำอะไรเป็นงานอดิเรก :

ข้อดี :

ข้อเสีย :

เปรียบเทียบกับสัตว์ชนิดหนึ่ง.....

.....

.....

เหตุผล :

.....

.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่.....

กิจกรรมประจำบทเรียน (๒)



กิจกรรมรายบุคคล : เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข

คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละคนทำกิจกรรมในหัวข้อ “ความสุขที่ฉันฝันไว้” โดยตอบคำถามในประเด็นดังนี้ ๑) อาชีพที่ฝัน ฉันต้องทำอะไร ๒) สิ่งที่จะทำให้เกิดความสุขต่อคนรอบข้าง/สังคมอย่างไร ๓) มีผลกระทบต่อผู้อื่นหรือไม่ และ ๔) สอดคล้องกับการใช้ชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างไร ทั้งนี้ให้แต่ละคนทำลงในใบงานที่ ๔๓ **พร้อมนำเสนอ**

ตัวอย่างเอกสาร

ใบงานที่ ๔๓ เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ สร้างนครแห่งสันติสุข
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ การดำรงชีวิตให้มีความสุข
ความสุข

ใบงานที่ ๔๓ เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ สร้างนครแห่งสันติสุข
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ การดำรงชีวิตให้มีความสุข
รายวิชา สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม รหัสวิชา ส ๒๓๑๐๑
ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำสั่ง ให้นักเรียนแต่ละคนทำกิจกรรมในหัวข้อ “ความสุขที่ฉันฝันไว้” โดยตอบคำถามในประเด็นดังนี้ ๑) อาชีพที่ฝัน ฉันต้องทำอะไร ๒) สิ่งที่จะเกิดความสุขต่อคนรอบข้าง/สังคมอย่างไร ๓) มีผลกระทบต่อผู้อื่นหรือไม่ และ ๔) สอดคล้องกับการใช้ชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างไร

๑) อาชีพที่ฝัน ฉันต้องทำอะไร

.....
.....

๒) สิ่งที่จะเกิดความสุขต่อคนรอบข้าง/สังคมอย่างไร

.....
.....
.....

๓) มีผลกระทบต่อผู้อื่นหรือไม่

.....
.....
.....

๔) สอดคล้องกับการใช้ชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

ชื่อ - นามสกุล ชั้น เลขที่

ฝากถึงครูและนักเรียนปลายทาง

เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข



เอกสารต่าง ๆ ที่ใช้ประกอบในการเรียนการสอน รวมทั้งการรับชมเทป
บันทึกภาพการสอนย้อนหลัง คุณครูสามารถเข้าไปดาวน์โหลดและ
รับชมได้ที่ www.dltv.ac.th และหากมีข้อคิดเห็นเพิ่มเติมสามารถส่ง
ข้อความผ่านทางอินบ็อกซ์ของ Page Facebook มุลินีวิธีการศึกษาทาง
ไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ DLTV



ฝากถึงครูและนักเรียนปลายทาง

เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข



บทเรียนครั้งต่อไปเรื่อง :

เรื่อง การดำรงชีวิตให้มีความสุข (๒)

สิ่งที่ต้องเตรียม : ใบงานที่ ๔๔ และใบกิจกรรม

สำหรับนักเรียน : ให้นักเรียนต้นทางและนักเรียนปลายทางไปศึกษาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ เกี่ยวกับการดำรงชีวิตให้มีความสุขมาเบื้องต้นก่อนล่วงหน้า

