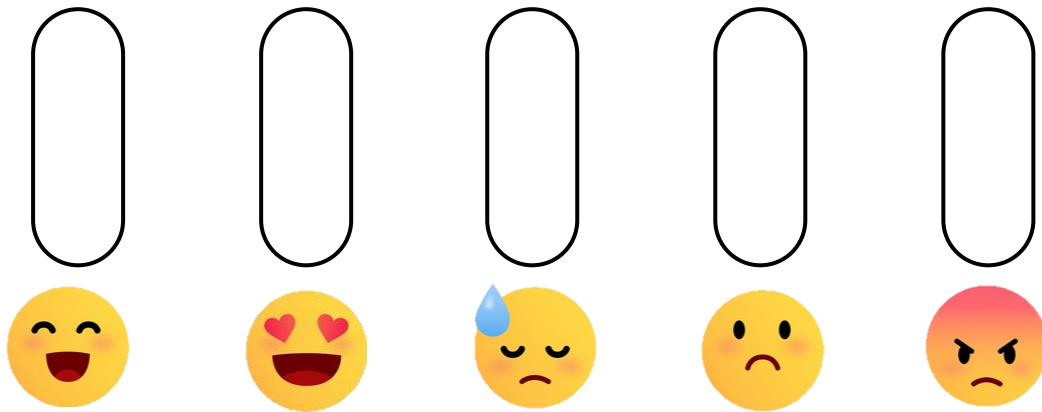


ชื่อ-สกุล.....
ชั้น.....เลขที่.....

ใบงานที่ ๓ เรื่อง สำรวจอารมณ์ของฉันทัน
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดี มีวิธีแก้ปัญหา
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑
ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนระบายสีลงในช่องระดับอารมณ์แต่ละอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้น
ในช่วงนี้ตามความเป็นจริง



คำชี้แจง : ให้นักเรียนตัดกระดาษรูปวงกลมตามรอยปะ แล้ววาดภาพอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้น
บ่อยในช่วงนี้ แล้วพลิกกระดาษไปด้านหลัง เขียนบรรยายอารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นบ่อยของ
ตนเอง พร้อมบอกวิธีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองหากเป็นอารมณ์ด้านลบว่าควรทำอย่างไร
ให้อารมณ์ด้านลบลดลง หรือหายไป

