

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เรื่อง อิทธิพลของสื่อ

ครูผู้สอน ครูปฐิณญา ประจันบาน





อิทธิพลของสื่อ





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ
๒. ป้องกันตนเองจากสื่อที่ส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ
๓. เห็นประโยชน์ของการเลือกรับสื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ



คำถามชวนคิด

นักเรียนคิดว่าตนเอง

มีความเสี่ยงจากการใช้สื่อต่าง ๆ

มาก น้อย เพียงใด ?



กิจกรรมสำรวจตนเอง

ใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ



ใบงานที่ ๑๒ เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต ใส่ใจอีกซีกนิตในการเลือกรับสื่อ
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง อิทธิพลสื่อ
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรมที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก(✓)
 ตามลำดับความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และตอบตามความเป็นจริง

ข้อที่	พฤติกรรม	การปฏิบัติ		
		เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันเล่นเกมคอมพิวเตอร์ติดต่อกันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง			
๒	ฉันชอบดูละครที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง			
๓	ฉันพูดคุยกับคนที่ไม่เคยพบหน้าในโลกออนไลน์			
๔	ฉันรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์			
๕	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู			
๖	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง			
๗	ฉันรับชมสื่อตามคำแนะนำตามช่วงวัยของฉัน			
๘	ฉันชอบทดลองปฏิบัติตามคลิปในโลกออนไลน์เพื่อหาข้อเท็จจริง			
๙	ฉันพูดคุยกับเพื่อนที่ไม่เคยพบในเกมออนไลน์			
๑๐	ฉันไม่เล่นการพนันในโลกออนไลน์			

ใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรม
 ที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก(✓) ตามลำดับ
 ความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และ
 ตอบตามความเป็นจริง

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th



ใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันเล่นเกมคอมพิวเตอร์ติดต่อกันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง			
๒	ฉันชอบดูละครที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง			
๓	ฉันพูดคุยกับคนที่ไม่เคยพบหน้าใน โลกออนไลน์			



ใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์			
๒	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู			
๓	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง			



ใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๗	ฉันรับชมสื่อตามคำแนะนำตามช่วงวัยของฉัน			
๘	ฉันชอบทดลองปฏิบัติตามคลิปในโลกออนไลน์ เพื่อหาข้อเท็จจริง			
๙	ฉันพูดคุยกับเพื่อนที่ไม่เคยพบในเกมออนไลน์			
๑๐	ฉันไม่เล่นการพนันในโลกออนไลน์			

ใบงานที่ ๑๒ เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต ใส่ใจอีกซีกนิตในการเลือกรับสื่อ
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง อิทธิพลสื่อ
 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรมที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก(✓)
 ตามลำดับความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และตอบตามความเป็นจริง

ข้อที่	พฤติกรรม	การปฏิบัติ		
		เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันเล่นเกมคอมพิวเตอร์ติดต่อกันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง			
๒	ฉันชอบดูละครที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง			
๓	ฉันพูดคุยกับคนที่ไม่เคยพบหน้าในโลกออนไลน์			
๔	ฉันรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์			
๕	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู			
๖	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง			
๗	ฉันรับชมสื่อตามคำแนะนำตามช่วงวัยของฉัน			
๘	ฉันชอบทดลองปฏิบัติตามคลิปในโลกออนไลน์เพื่อหาข้อเท็จจริง			
๙	ฉันพูดคุยกับเพื่อนที่ไม่เคยพบในเกมออนไลน์			
๑๐	ฉันไม่เล่นการพนันในโลกออนไลน์			

เฉลยใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 ให้นักเรียนให้คะแนนพฤติกรรมตนเอง
 ให้ตรงกับเฉลยแบบสำรวจตนเอง
 ตามช่องพฤติกรรมที่นักเรียน
 ใส่เครื่องหมาย ✓

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th



เฉลยใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันท์เล่นคอมพิวเตอร์ติดต่อกันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง	๐	๑	๒
๒	ฉันท์ชอบดูละครที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง	๒	๑	๐
๓	ฉันท์พูดคุยกับคนที่ไม่เคยพบหน้าใน โลกออนไลน์	๒	๑	๐



เฉลยใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันทรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์	๒	๑	๐
๒	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู	๒	๑	๐
๓	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง	๐	๑	๒



เฉลยใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๗	ฉันรับชมสื่อตามคำแนะนำตามช่วงวัยของฉัน	๐	๑	๒
๘	ฉันชอบทดลองปฏิบัติตามคลิปในโลกออนไลน์เพื่อหาข้อเท็จจริง	๒	๑	๐
๙	ฉันพูดคุยกับเพื่อนที่ไม่เคยพบในเกมออนไลน์	๒	๑	๐
๑๐	ฉันไม่เล่นการพนันในโลกออนไลน์	๐	๑	๒



เฉลยใบงานที่ ๑๒

เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

การให้คะแนน : ให้คุณครูชี้แจงการให้คะแนนตามช่องพฤติกรรมที่นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓

ผลแบบทดสอบ

ระดับคะแนน

คะแนน ๑๔ - ๒๐ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **สูง**

คะแนน ๗ - ๑๓ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **ปานกลาง**

คะแนน ๑ - ๖ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **น้อย**

An illustration featuring various digital communication icons such as hearts, speech bubbles, a magnifying glass, a globe, a paper airplane, a Twitter bird, a Facebook 'f', an envelope, and a smartphone with a notification bar. In the top right corner, a red speech bubble contains a white heart icon and the number '498'. The background is light pink with white clouds and dotted lines. At the bottom, several hands are shown holding smartphones. A large green rounded rectangle is centered at the bottom, containing the Thai text.

อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อ
พฤติกรรมสุขภาพ

ให้นักเรียนวิเคราะห์สถานการณ์ต่อไปนี้



วัยรุ่นส่วนใหญ่ เริ่มนิยมรับประทานโรตีสีดิบ เนื่องจากมีกระแสการรับประทานโรตีสีดิบจากแหล่งออนไลน์ที่มีบุคคลมีชื่อเสียงคนหนึ่ง ปฏิบัติแล้วอัดคลิปวิดีโอลงสื่อออนไลน์

ให้นักเรียนวิเคราะห์สถานการณ์ต่อไปนี้



เด็กนักเรียนอายุ ๗ ปี หยิบอาวุธปืนของคุณพ่อมาเล่น
ตำรวจจับผู้ร้ายเลียนแบบละคร เกิดเหตุปืนลั่น เพื่อนเสียชีวิต

อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ



การโฆษณาสินค้า มีอิทธิพลต่อ
การตัดสินใจเลือกซื้อ
เพราะมีวิธีการโน้มน้าวใจ
ให้ผู้บริโภคคล้อยตาม
และตัดสินใจเลือกซื้อ



อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

การนำเสนอเรื่องราวและภาพ
ที่ขัดต่อศีลธรรม การใช้ความรุนแรง
จนอาจเกิดความเชื่อที่ผิด
คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดา
นำไปสู่การปฏิบัติตาม



อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ



การแต่งกายและพฤติกรรม
ที่ไม่เหมาะสมของบุคคลมีชื่อเสียง
อาจเกิดพฤติกรรมเลียนแบบ
นำไปสู่พฤติกรรมสุขภาพ
ที่ไม่เหมาะสม



อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ



ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับ
ทางสื่อสังคมออนไลน์
ควรเลือกรับจากแหล่งข้อมูล
ที่น่าเชื่อถือ เพราะอาจนำไปสู่
พฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง



กิจกรรมประจำวันนี้

ใบงานที่ ๑๓

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ



ใบงานที่ ๑๓ เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต ใส่ใจอีกซีกนิตในการเลือกรับสื่อ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง อิทธิพลสื่อ
รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อที่ส่งผลดีต่อ
พฤติกรรมสุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อที่ส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ

๑.ละครโทรทัศน์ที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง
๒.เนื้อหาข่าวในช่องทางออนไลน์ เชิญชวนให้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๓.ป้ายโฆษณาอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ สามารถรับประทานแทนอาหารในแต่ละมื้อ
๔.ข้อความเชิญชวนให้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมาราธอน
๕.ละครสั้นเรื่อง บทบาทหน้าที่ของคนในครอบครัว
๖.บุคคลมีชื่อเสียง ลงคลิปวิดีโอ การกินเผ็ดที่สุดในโลก
๗.เกมออนไลน์ มีกิจกรรม เล่นชนะติดต่อกัน ๒๐ ครั้ง ภายใน ๕ ชม. รับรางวัลใหญ่
๘.ป้ายโฆษณาริมถนน บอกสรรพคุณครีมบำรุง สวยได้ทันตา ภายใน ๑๐ นาที
๙.นักแสดงชื่อดัง รักษาภาพลักษณ์ แต่งกายตามกาลเทศะ และไม่พูดหยาบคาย
๑๐.ข้อความส่งต่อกัน ให้โอนเงินไปยังบัญชี ๑๒๓-๑๒๓ เพื่อลงทะเบียนรับเงิน ๑
ล้านบาท
๑๑.ละครที่มีการเผยแพร่ช่วงเวลา ๑๕ นาที ภาพเนื้อหาไม่มีการขึ้นใจและเข้มข้นด้าน
ร่างกาย
๑๒.โลกออนไลน์ส่งต่อข่าว การนำน้ำปัสสาวะมากลั้วคอ สามารถแก้อาการเจ็บคอ

ใบงานที่ ๑๓

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ พร้อมทำ
เครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรม
สุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อที่
ส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

คำชี้แจงในการทำกิจกรรมนักเรียน

ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ
พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อนั้น
ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ และทำ
เครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อนั้นส่งผลเสีย
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจงบทบาทครูปลายทาง

๑. ให้คุณครูอธิบายขั้นตอนการทำ
กิจกรรมอย่างละเอียดอีกครั้ง
๒. ให้คำแนะนำและควบคุมดูแล
นักเรียนตลอดการทำกิจกรรม





สรุปบทเรียน





เฉลยใบงานที่ ๑๓

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อนั้นส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อนั้นส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ

๑. ✗ ละครโทรทัศน์ที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง
๒. ✓ เนื้อหาข่าวในช่องทางออนไลน์ เชิญชวนให้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๓. ✗ ป้ายโฆษณาอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ สามารถรับประทานแทนอาหารในแต่ละมื้อ
๔. ✓ ข้อความเชิญชวนให้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมาราธอน
๕. ✓ ละครสั้นเรื่อง บทบาทหน้าที่ของคนในครอบครัว
๖. ✗ บุคคลมีชื่อเสียง ลงคลิปวิดีโอ การกินเผ็ดที่สุดในโลก



เฉลยใบงานที่ ๑๓

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

๗. เกมออนไลน์ มีกิจกรรม เล่นชนะติดต่อกัน ๒๐ ครั้ง ภายใน ๕ ชม. รับรางวัลใหญ่
๘. ป้ายโฆษณาริมถนน บอกสรรพคุณครีมบำรุง สวยได้ทันตา ภายใน ๑๐ นาที
๙. นักแสดงชื่อดัง รักษาภาพลักษณ์ แต่งกายตามกาลเทศะ และไม่พูดหยาบคาย
๑๐. ข้อความส่งต่อกัน ให้โอนเงินไปยังบัญชี ๑๒๓-๑๒๓ เพื่อลงทะเบียนรับเงิน ๑ ล้านบาท
๑๑. ละครที่มีการเผยแพร่ช่วงเวลา ๑๕ นาฬิกา พบเนื้อหามีการชื่นใจและชมชื่นด้านร่างกาย
๑๒. โลกออนไลน์ส่งต่อข่าว การนำน้ำปัสสาวะมากลั้วคอ สามารถแก้อาการเจ็บคอ



อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

การโฆษณาสินค้า มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกซื้อ

การนำเสนอเรื่องราวและภาพที่ขัดต่อศีลธรรม การใช้ความรุนแรง

การแต่งกายและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของบุคคลมีชื่อเสียง

ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับทางสื่อสังคมออนไลน์





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง

สื่อที่มีอิทธิพลต่อ

พฤติกรรมสุขภาพ





สิ่งที่ต้องเตรียม

ใบงานที่ ๑๔

เรื่อง สื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

