

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ๒๒๑๐๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ สุขภาพดี มีทักษะชีวิต รู้ป้องกันภัย

เรื่อง แนวทางการหลีกเลี่ยง
พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง

ครูผู้สอน ครูกิตติเทพ นิตสมบัติกุล





แนวทางการหลีกเลี่ยง

พฤติกรรมเสี่ยงและ

สถานการณ์เสี่ยง





จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

- บอกลักษณะและผลกระทบของพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงในปัจจุบันได้
- อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงในปัจจุบันได้

ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

- วิเคราะห์สถานการณ์และตัดสินใจเลือกวิธีการหลีกเลี่ยงจากพฤติกรรมเสี่ยงหรือ สถานการณ์เสี่ยงได้อย่างเหมาะสม

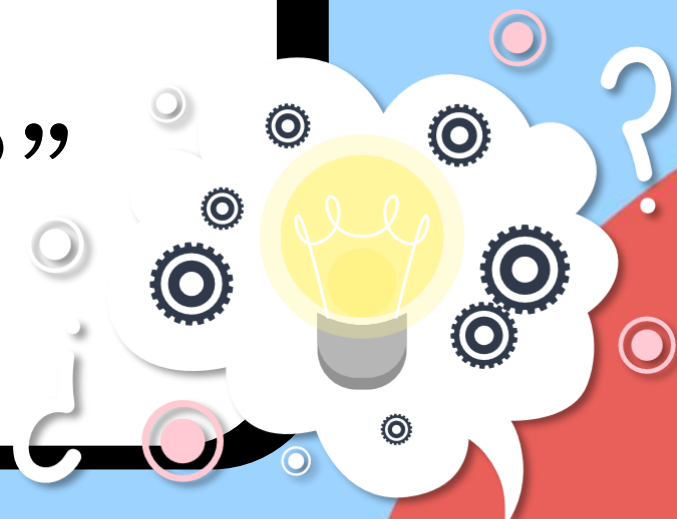
ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A) (ของแต่ละวิชา)

- เห็นถึงความสำคัญของการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงหรือสถานการณ์เสี่ยงในชีวิตประจำวัน และการเลือกปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในชีวิตประจำวัน



ความทรงจำ

“พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงใดที่เป็นข่าว
ในประเทศไทยหรือนักเรียนเคยพบเจอ
แล้วนักเรียนคิดว่าเป็นเหตุการณ์ที่น่ากลัวหรือ
เป็นที่จดจำมากที่สุดในความทรงจำของนักเรียน?”



ภัย...ความเสี่ยง

ภัยพิบัติ

คือ ภัยที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อชีวิต และทรัพย์สิน
โดยส่งผลกระทบต่อภาวะเศรษฐกิจ และวิถีชีวิตของผู้คน
ในสังคมทั้งในระยะสั้น และระยะยาว ภัยพิบัติแบ่งเป็น
๒ ประเภท



ภัย...ความเสี่ยง

ภัยพิบัติทางธรรมชาติ คือ ภัยที่มีสาเหตุมาจาก
ธรรมชาติ อาทิ แผ่นดินไหว น้ำท่วม ไฟป่า สึนามิ
ภัยแล้ง



ภัยพิบัติทางธรรมชาติ

ภัยพิบัติทางธรรมชาติ เป็นการรบกวนที่จะป้องกัน
สิ่งที่ทำได้ก็แค่เพียงป้องกันและเตรียมตัวรับมือ



“แผ่นดินไหว”



ภัยพิบัติที่เกิดจากมนุษย์

ภัยพิบัติที่เกิดจากมนุษย์ คือ ภัยพิบัติที่มีสาเหตุ
มาจากมนุษย์



“ซานติก้าปั๊บ”





เลือกได้ไหม...?

คำถาม ๓ ข้อ เพื่อประเมินว่าการกระทำนั้น จะนำพาตนเองไปสู่อันตรายได้หรือไม่

๑. รู้สึกรู้สีกดีหรือไม่ดี

๒. ถ้าไปแล้วเกิดเหตุร้ายขึ้นจะทำอย่างไรต่อ

๓. ถ้าไปหรือทำไปแล้วเกิดเหตุร้ายขึ้นจะมีใครช่วยทันไหม



แนวปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงความเสี่ยง

- รู้จักสังเกตสภาพแวดล้อม
- ศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับผลเสียที่จะเกิดขึ้น
- หลีกเลี่ยงการคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง
- ห้ามปรามเพื่อนที่ชวนไปกระทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
- เมื่อมีปัญหาหนักใจ ควรปรึกษาบิดามารดาหรือครูอาจารย์
ไม่ควรเก็บปัญหาไว้ขบคิดเพียงลำพัง





รักนะ...

ใครคือคนที่นักเรียนรักที่สุด และนักเรียนห่วง
ในพฤติกรรมเสี่ยงหรือสถานการณ์เสี่ยงของ
คนรักของนักเรียนในเรื่องอะไร



ใบงานที่ ๑ เรื่อง บิงโกเด็กดี
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง สุขภาพดี มีทักษะชีวิต รู้ป้องกันภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

คำชี้แจง นักเรียนตอบคำถามและปฏิบัติตามกิจกรรมตามที่กำหนด

ตอนที่ ๑ “หากคนที่เรารัก ตกอยู่ในพฤติกรรมเสี่ยงหรือสถานการณ์เสี่ยง นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร และ
จะช่วยเหลือหรือให้คำแนะนำอย่างไร”



ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๑ เรื่อง บิงโกเด็กดี

สามารถดาวน์โหลดใบงานและใบความรู้ได้ที่ www.dltv.ac.th





ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๑ เรื่อง บิงโกเด็กดี

คำชี้แจง นักเรียนตอบคำถามและปฏิบัติกิจกรรมตามที่กำหนด

ตอนที่ ๑ “หากคนที่เรารัก ตกอยู่ในพฤติกรรมเสี่ยงหรือสถานการณ์เสี่ยง
นักเรียนจะรู้สึกอย่างไร และจะช่วยเหลือหรือให้คำแนะนำอย่างไร”



“ตระหนักรู้คิด ชีวิตปลอดภัย”

- ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม (ตามความเหมาะสม)
- จับฉลากพฤติกรรมเสี่ยง/สถานการณ์เสี่ยงที่ได้รับ ดังนี้
 - ๑.๑ การมั่วสุม
 - ๑.๒ การทะเลาะวิวาท
 - ๑.๓ การเข้าแหล่งอบายมุข
 - ๑.๔ การแข่งขันรถจักรยานยนต์บนท้องถนน
 - ๑.๕ ภัยจากฝูงชน
 - ๑.๖ พฤติกรรมเสี่ยงบนโลกออนไลน์
- ให้นักเรียนระดมความคิด และแลกเปลี่ยนเรียนรู้



ใบงานที่ ๑ เรื่อง บิงโกเด็กดี
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง สุขภาพดี มีทักษะชีวิต รู้ป้องกันภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

ตอนที่ ๒

จากกิจกรรม “ตระหนักรู้คิด ชีวิตปลอดภัย” นักเรียนคิดว่าเรื่องที่น่าสนใจมากที่สุดคือเรื่องใด เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๒ เรื่อง บิงโกเด็กดี

สามารถดาวน์โหลดใบงานและใบความรู้ได้ที่ www.dltv.ac.th





ตอนที่ ๒ “ตระหนักรู้คิด ชีวิตปลอดภัย”

ประเด็นหัวข้อในการจัดทำชิ้นงาน ดังนี้

๑. ลักษณะของพฤติกรรมเสี่ยง/สถานการณ์
๒. ผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่น
๓. วิธีการหลีกเลี่ยงจากพฤติกรรม/สถานการณ์เสี่ยง
๔. นำเสนอกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ที่วัยรุ่น/นักเรียนสามารถเลือกปฏิบัติได้แทน
การ去做พฤติกรรมเสี่ยง/เข้าไปในสถานการณ์เสี่ยง รวมทั้งเป็นที่ยอมรับของสังคม

***นำเสนอในรูปแบบใดก็ได้ ตามความถนัดของนักเรียน





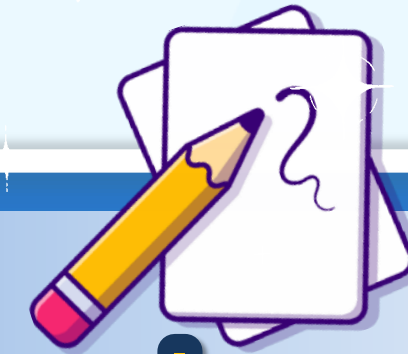
ใบงานที่ ๑ เรื่อง บิงโกเด็กดี

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง สุขภาพดี มีทักษะชีวิต รู้ป้องกันภัย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง

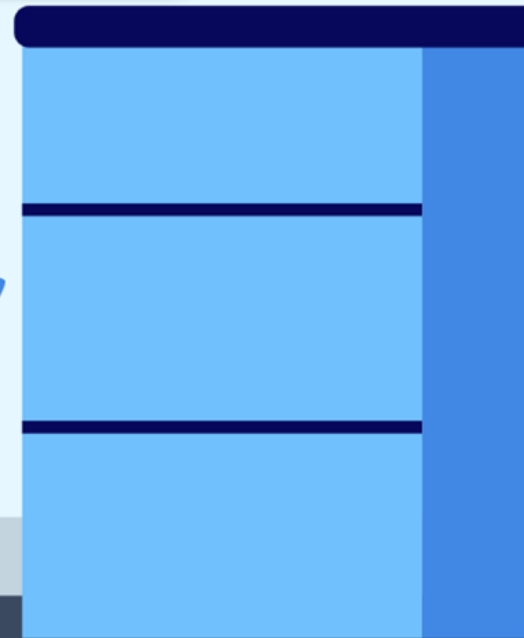
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

ตอนที่ ๓ นักเรียนเลือกกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันมาใส่ในช่องบิงโก ๙ ช่อง หรือเลือกกิจกรรมจากที่เพื่อนนำเสนอไว้ในชิ้นงาน จากนั้นให้นักเรียนลองนำไปปฏิบัติจริงภายใน ๑ สัปดาห์ และบันทึกลงในใบงาน อาจเป็นรูปภาพ หรือมีผู้ปกครอง/ครูลงนามยืนยันในช่องนั้นว่าปฏิบัติแล้วจริง เมื่อนักเรียนปฏิบัติได้ครบแถวบิงโกรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง ให้นักเรียนนำไปกิจกรรมมาส่ง พร้อมทั้งเขียนถึงความรู้สึกหรือประโยชน์ ที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ



ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๓ เรื่อง บิงโกเด็กดี

สามารถดาวน์โหลดใบงานและใบความรู้ได้ที่ www.dltv.ac.th





ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๓ เรื่อง บิงโกเด็กดี

ตอนที่ ๓ นักเรียนเลือกกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันมาใส่ในช่องบิงโก ๙ ช่อง หรือเลือกกิจกรรมจากที่เพื่อนนำเสนอไว้ในชิ้นงาน จากนั้นให้นักเรียนลองนำไปปฏิบัติจริงภายใน ๑ สัปดาห์ และบันทึกลงในใบงาน อาจเป็นรูปภาพ หรือมีผู้ปกครอง/ครูลงนามยืนยันในช่องนั้นว่าปฏิบัติแล้วจริง เมื่อนักเรียนปฏิบัติได้ครบแถวบิงโกรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง ให้นักเรียนนำใบกิจกรรมมาส่ง พร้อมทั้งเขียนถึงความรู้สึกหรือประโยชน์ ที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ





ใบงานที่ ๑ ตอนที่ ๓ เรื่อง บิงโกเด็กดี

RULES

B I N G O



แนวนอน



แนวทแยง



แนวตั้ง



นักแชร์...โลกโซเชียล

ใช้คนอื่น

โพสต์เรื่องส่วนตัว

เบอร์โทร

แชร์ตาราง

แชร์วันเกิด

แอปพลิเคชัน

ชื่อ....

ชั้นสแตตัส

ภาพตัวเองกับ....





สรุปบทเรียน

ร่วมด้วยช่วยกันบอกถึงแนวทาง
การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง
และสถานการณ์เสี่ยง





บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง

ทักษะชีวิต





สิ่งที่ต้องเตรียม

๑. ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ทักษะชีวิต
๒. ใบงานที่ ๑ เรื่อง ทักษะชีวิต

สามารถดาวน์โหลดใบงานและใบความรู้ได้ที่ www.dltv.ac.th