

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ23101

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ผู้สอน

ครูเจนจิรา กัลพฤกษ์

เรื่อง

อิทธิพลของสังคมที่มีต่อ
การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

ทบทวนความรู้เดิม

นำเสนอรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย

อาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์
การได้รับอาหารที่ถูกสุขลักษณะ มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน
และเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายในแต่ละวัยนั้น
ย่อมส่งผลให้บุคคลมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี



ทบทวนความรู้เดิม

การปฏิบัติตนเพื่อดูแลน้ำหนักและส่วนสูงให้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน



สูตรคำนวณหาดัชนีมวลกาย

น้ำหนักตัว (กิโลกรัม)
ส่วนสูง (เมตร)²

ยกตัวอย่าง เช่น

$$\frac{49}{(1.6)^2} = 19.14$$

เกณฑ์ดัชนีมวลกาย (BMI)
ของคนเอเชีย

(Body Mass Index)

ภาวะน้ำหนักตัว

น้อยกว่า 18.5

18.5 - 22.9

23.0 - 24.9

25.0 - 29.9

มากกว่า 30



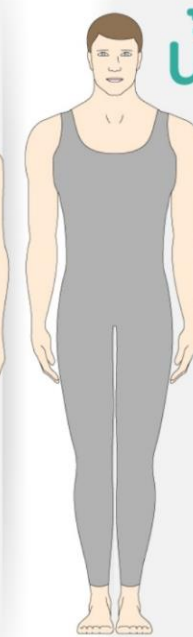
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์

สมส่วน

น้ำหนักเกิน

โรคอ้วน

โรคอ้วนอันตราย



อิทธิพลของสังคมที่มีต่อ การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น



ขอขอบคุณ girlt โดย @education_free

จากเว็บไซต์ [https://www.freepik.com/premium-photo/asian-univ](https://www.freepik.com/premium-photo/asian-university-college-students-studying-together-with-tablet-documents_1774907.htm)

[ersity-college-students-studying-together-with-tablet-documents_1774907.htm](https://www.freepik.com/premium-photo/asian-university-college-students-studying-together-with-tablet-documents_1774907.htm)

สืบค้นเมื่อ 18/6/2563

เรื่อง อิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 แผนการเรียนรู้ที่ 5

ด้านความรู้

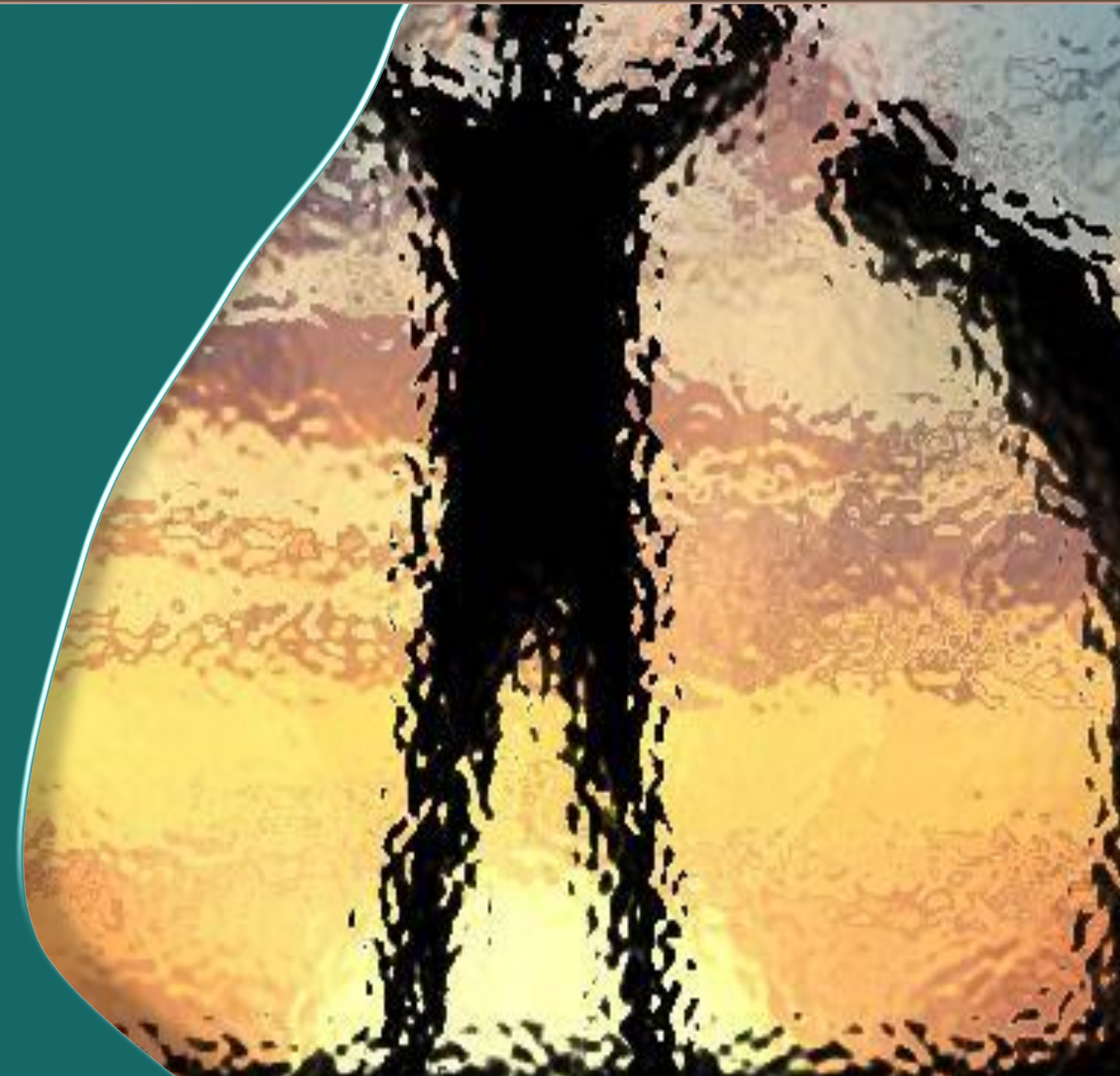
สรุปปัจจัยที่มีอิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นได้

ด้านทักษะและกระบวนการ

วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นได้

ด้านคุณลักษณะ

แสดงพฤติกรรมการมีวินัย และมีจิตสาธารณะ



อ่านเรื่องแล้วตอบคำถาม

เรื่อง พ่อไม่เข้าใจผม

บอลหนีออกจากบ้านเพราะทะเลาะกับพ่ออย่างรุนแรง เรื่องผลการเรียน ตกต่ำ ก่อนหน้านั้นบอลพยายามจะบอกเหตุผลที่เป็นสาเหตุทำให้ตนเอง มีผลการเรียนต่ำลง แต่พ่อไม่ยอมเปิดใจ รับฟัง เอาแต่ดุดำและทุบตี ทำให้บอลเสียใจหนีออกจากบ้านไปอยู่กับป๊องที่เป็นเพื่อนสนิท และนี่เองคือ จุดเริ่มต้นของการเสพยาของบอลเพื่อคลายเครียดตามคำแนะนำชักชวน ของป๊อง...

ได้เวลาตอบคำถาม...



หลังจากได้อ่านเรื่อง “พ่อไม่เข้าใจผม” แล้วจากการวิเคราะห์
ของนักเรียน **นักเรียนคิดว่าสาเหตุของการเสพสารเสพติดของบอล**
นอกเหนือจาก**การแก้ไขปัญห**ในทางที่ผิดของตัวบอลเองแล้ว

ยังมีปัจจัยอื่นใดอีกบ้างที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจที่ผิดพลาดในครั้งนี้ของบอล ?

เฉลยคำตอบ

เรื่อง พ่อไม่เข้าใจผม

บอลหนีออกจากบ้านเพราะทะเลาะกับพ่ออย่างรุนแรง เรื่องผลการเรียนตกต่ำ ก่อนหน้านั้นบอลพยายามจะบอกเหตุผลที่เป็นสาเหตุทำให้ตนเองมีผลการเรียนต่ำลง แต่พ่อไม่ยอมเปิดใจ รับฟัง เอาแต่ดุด่าและทุบตี ทำให้บอลเสียใจหนีออกจากบ้านไปอยู่กับป๊องที่เป็นเพื่อนสนิท และนี่เองคือจุดเริ่มต้นของการเสพยาของบอลเพื่อคลายเครียดตามคำแนะนำชักชวนของป๊อง...

วิถีทัศน์ธรรมชาติ สารคดีน่ารู้

ความรุนแรงในเด็ก

เรื่องส่วนตัวหรือปัญหาสังคม



สื่อวีดิทัศน์ใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น

ขอขอบคุณสื่อวีดิทัศน์

ความรุนแรงในเด็ก เรื่องส่วนตัวหรือปัญหาสังคม

เผยแพร่โดย : กองป้องกันการบาดเจ็บ

เผยแพร่วันที่ 27 พฤศจิกายน 2561

ที่มา : [https://www.youtube.com/
watch?v=GWa-I4yKyle](https://www.youtube.com/watch?v=GWa-I4yKyle)

อิทธิพลและความคาดหวัง ของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น



ความหมาย
และความสำคัญ



อิทธิพลของสังคม
ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง
ของวัยรุ่น



ความหมายและความสำคัญ

อิทธิพลทางสังคม

การชักจูงใจ
การคล้อยตาม
การยอมทำตาม
การเชื่อฟัง

อิทธิพลทางสังคม
ที่มีต่อวัยรุ่น

ความหมายและความสำคัญ

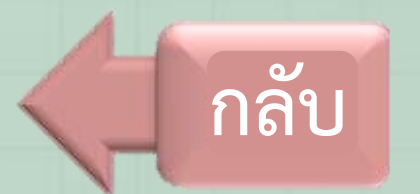
ความคาดหวัง

- ความต้องการของบุคคลทั่วไป



ความคาดหวัง
ของสังคมที่มีต่อวัยรุ่น

- ความต้องการของสังคม



อิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น



ครอบครัว

พ่อ แม่ พี่ น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา

● เป็นแบบอย่างปฏิบัติ

● ปลุกฝังพฤติกรรม

● อบรมสั่งสอน



อิทธิพลของสังคมที่มีต่อ
การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

ครอบครัว



อิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

- ✓ พฤติกรรมการเข้าสังคม
- ✓ พฤติกรรมสุขภาพ
- ✓ สุขนิสัยการรับประทานอาหาร
- ✓ เจตคติและพฤติกรรมทางเพศ
- ✓ ค่านิยม
- ✓ ความเชื่อ
- ✓ ประเพณีและวัฒนธรรม
- ✓ ลักษณะนิสัย
- ✓ คุณลักษณะที่สังคมยอมรับ
- ✓ บุคลิกภาพ
- ✓ กิริยวาจาและมารยาท

พ่อแม่ คือ บุคคลที่เป็นแบบอย่างที่ดีใกล้ชิด
และมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากที่สุดในครอบครัว

อิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูก

พ่อแม่ช่วยกันทำความสะอาดบ้านให้ลูกเห็นและชักชวนลูกให้ปฏิบัติ
ร่วมกัน โดยไม่ได้บังคับ จะช่วยปลูกฝังลักษณะนิสัยและพฤติกรรม
ส่วนบุคคลของลูกให้เป็นคนมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม รักความสะอาด

สภาพแวดล้อมในชุมชน

บ้านเรือน

โรงเรียน

ตลาด
ร้านค้า

ชุมชนของเรา
มีอะไรบ้าง

สวนสาธารณะ

แหล่ง
อุตสาหกรรม

ถนน

สภาพแวดล้อมในชุมชน

บุคคล
ในชุมชน

แม่น้ำ
ลำคลอง

อากาศ

ทรัพยากรในชุมชน
ที่ต้องดูแลรักษา

พื้นดิน

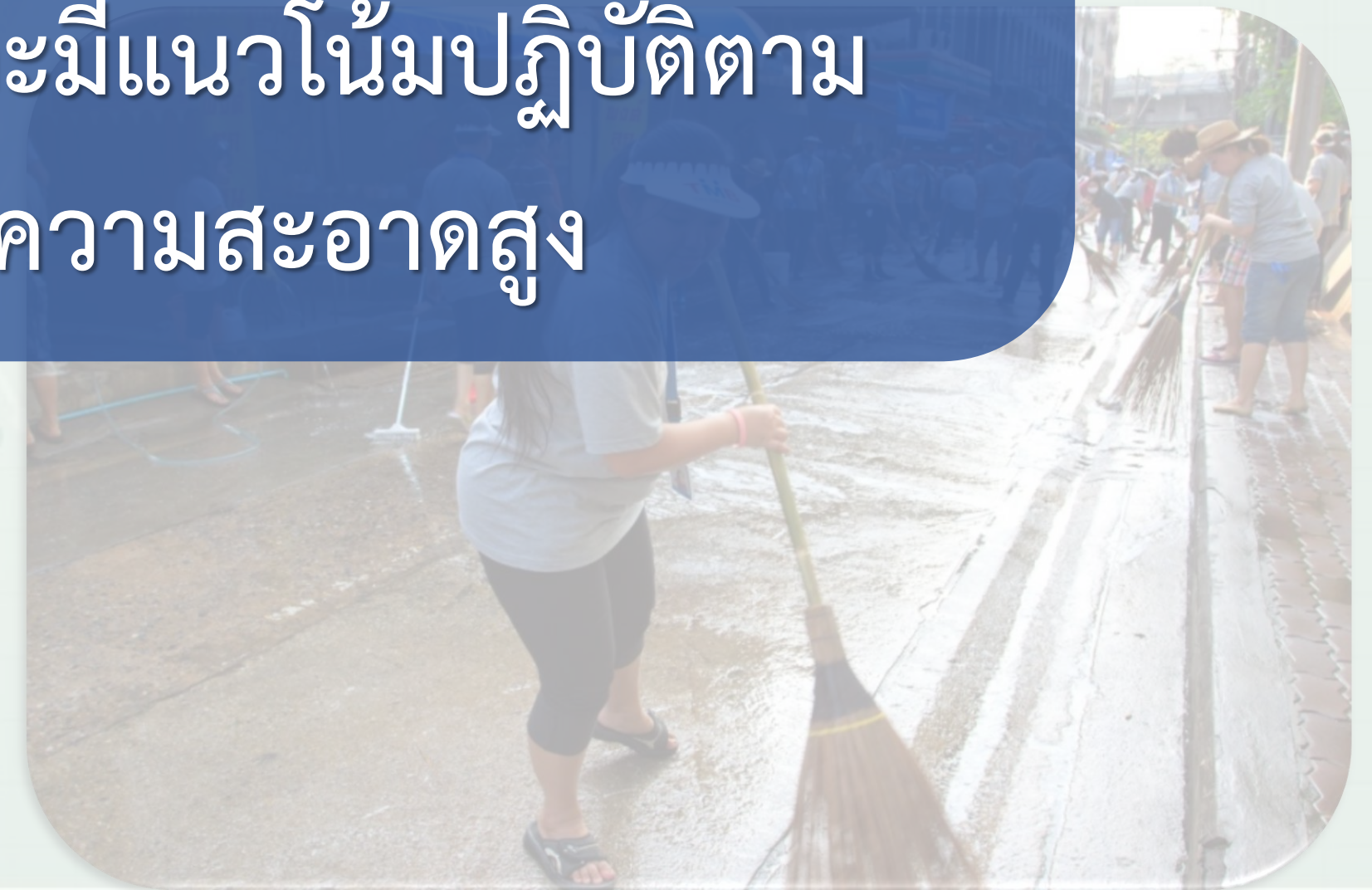
เสียงต่าง ๆ

ต้นไม้





หากคนในชุมชนรักความสะอาด
ช่วยกันดูแลรักษาสภาพแวดล้อมในชุมชนให้ดีอยู่เสมอ
วัยรุ่นที่อาศัยอยู่ในชุมชนจะมีแนวโน้มปฏิบัติตาม
และมีพฤติกรรมรักความสะอาดสูง



เพื่อน



เพื่อนมีบทบาท
อย่างมากต่อวัยรุ่น
ตั้งนั้นการเลือกคบเพื่อน
จึงมีผลต่อการเปลี่ยนแปลง
ของวัยรุ่น



วัฒนธรรม



วัฒนธรรม

วิถีชีวิตและวัฒนธรรมไทยอันดีงาม
ที่สั่งสมสืบต่อกันมา

มีผลต่อค่านิยมและพฤติกรรมการแสดงออก
ที่เหมาะสมของวัยรุ่นไทย

สื่อมวลชน

รายการโทรทัศน์

รายการวิทยุ

อินเทอร์เน็ต

หนังสือและ
นิตยสารต่าง ๆ

ป้ายโฆษณา
 ฯลฯ



วัยรุ่นเป็นวัยที่วุฒิภาวะ
ยังไม่ดีพอ อาจขาดการแยกแยะ
ข้อมูลถูกผิดและตกเป็นเหยื่อ
ของสื่อสารมวลชนที่ไม่เหมาะสมได้





นักเรียนเคยกลั่นแกล้ง (Bulley) เพื่อนบ้างไหม ?

วีดิทัศน์เรื่อง Cyberbullying ไม่ใช่เรื่องตลก

สื่อวีดิทัศน์ใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น

ขอขอบคุณสื่อวีดิทัศน์

03 ภัยไซเบอร์รู้เน็ต ตอน Cyberbullying

ไม่ใช่เรื่องตลก รหัส IFBL Y003

เผยแพร่โดย : ETDA Channel

เผยแพร่วันที่ 15 กันยายน 2562

ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=6splKgxEeN8&feature=youtu.be>

กิจกรรมคำถาม - คำตอบตรวจสอบความเข้าใจ

นักเรียนคิดว่าอิทธิพลของสังคมด้านใดที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต
ของนักเรียน ในฐานะที่เป็นวัยรุ่นมากที่สุด

คำตอบ

อิทธิพลของสังคมในด้านครอบครัว เพราะครอบครัว ซึ่งได้แก่ พ่อแม่
เป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับเรามากที่สุด จึงส่งผลการกระทำ
และพฤติกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตมากที่สุด

เกมเลือกตอบสื่อสารมวลชนเสี่ยงต่อวัยรุ่น



ดูวิดีโอ
การคลอดบุตร

ดูภาพยนตร์ลามก
จากเครื่องเล่นซีดี

อ่านหนังสือ
เพศศึกษา

แชตคุย
กับเพื่อนต่างเพศ

คุยกับเพื่อน
เรื่องเซ็กส์

อ่านหนังสือ
ตอบปัญหา
เรื่องเพศ

ดูโฆษณา
ขายยา
ในอินเทอร์เน็ต

ฟังเพลงผ่าน
แอปพลิเคชัน
ในมือถือ

ใบงานที่ 3

เรื่อง วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลของสังคม ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

ใบงานที่ 3 เรื่อง วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
หน่วยที่ 1 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง อิทธิพลของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
รายวิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปัจจัยที่มีอิทธิพลที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

อิทธิพลที่เกิดจากพัฒนาการทางเพศที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

อิทธิพลที่เกิดจากครอบครัวที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

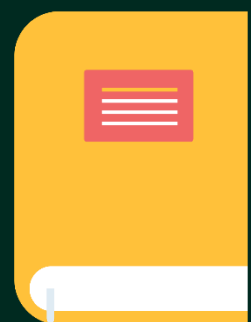
อิทธิพลที่เกิดจากเพื่อนที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

อิทธิพลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

อิทธิพลที่เกิดจากสื่อที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

มอบหมายงานสืบค้นแหล่งเรียนรู้

นักเรียนค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ สื่อที่หลากหลาย
ในเรื่องความคาดหวังของสังคมต่อวัยรุ่น
เพื่อใช้ประกอบการการเรียนรู้ในชั่วโมงต่อไป



บทเรียนครั้งต่อไป

สิ่งที่สังคมคาดหวังที่มี
ต่อการเปลี่ยนแปลง
ของวัยรุ่น



สิ่งที่ต้องเตรียม ใบงานที่ 4

เรื่อง ความคาดหวังที่มีต่อการเปลี่ยนแปลง
ของวัยรุ่นกับการแสดงเหตุผลที่ชัดเจน

ใบความรู้ที่ 7

เรื่อง สิ่งที่สังคมคาดหวัง
ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th