

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

เรื่อง อิทธิพลของสื่อ

ครูผู้สอน ครูปณิณญา ประจันบาน

ครูสุจิตรา บุญธรรม





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ
๒. ป้องกันตนเองจากสื่อที่ส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ
๓. เห็นประโยชน์ของการเลือกรับสื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คำถามชวนคิด ?

นักเรียนคิดว่าตนเอง
มีความเสี่ยงจากการใช้สื่อต่าง ๆ
มาก น้อย เพียงใด ?

กิจกรรมสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ



แบบสำรวจตนเอง เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใฝ่ใจการใช้ชีวิต ใฝ่ใจอีกขั้นคิดในการเลือกรับสื่อ
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง อิทธิพลของสื่อ
 วิทยาลัยศึกษาและเทคโนโลยีสืบศึกษา รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรมที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก

(✓) ตามลำดับความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และตอบตามความเป็นจริง

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

แบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรมที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก(✓) ตามลำดับความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และตอบตามความเป็นจริง

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

แบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

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

แบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๔	ฉันรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์			
๕	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู			
๖	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง			

แบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

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

แบบสำรวจตนเอง เรื่อง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ
 หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใฝ่ใจการใช้ชีวิต ใฝ่ใจชักจูงตนในการเลือกรับสื่อ
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง อิทธิพลของสื่อ
 รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : นักเรียนประเมินตนเองตามพฤติกรรมที่กำหนดให้ โดยทำเครื่องหมายถูก
 (✓) ตามลำดับความบ่อยครั้งในการทำพฤติกรรมนั้น ๆ และตอบตามความเป็นจริง



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

เฉลยแบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ให้นักเรียนให้คะแนนพฤติกรรมตนเอง
 ให้ตรงกับเฉลยแบบสำรวจตนเอง
 ตามช่องพฤติกรรมที่นักเรียน
 ใส่เครื่องหมาย ✓

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

เฉลยแบบสำรวจตนเอง

ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ฉันท่่านคอมพิวเตอร์ติดต่อกันไม่เกิน ๒ ชั่วโมง	๐	๑	๒
๒	ฉันชอบดูละครที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง	๒	๑	๐
๓	ฉันพูดคุยกับคนที่ไม่เคยพบหน้าใน โลกออนไลน์	๒	๑	๐

เฉลยแบบสำรวจตนเอง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

ข้อที่	พฤติกรรม	เป็นประจำ	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๔	ฉันรับข่าวสารจากการส่งต่อกันในโลกออนไลน์	๒	๑	๐
๕	ฉันเลียนแบบพฤติกรรมในละครที่ฉันชอบดู	๒	๑	๐
๖	ฉันเล่นเกมเมื่ออยู่กับผู้ปกครอง	๐	๑	๒

เฉลยแบบสำรวจตนเอง

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

เฉลยแบบสำรวจตนเอง ความเสี่ยงในการใช้สื่อ

การให้คะแนน : ให้คุณครูชี้แจง การให้คะแนน ตามช่องพฤติกรรมที่นักเรียนใส่
เครื่องหมาย ✓

ผลแบบทดสอบ ระดับคะแนน

คะแนน ๑๔ – ๒๐ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **สูง**

คะแนน ๗ – ๑๓ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **ปานกลาง**

คะแนน ๑ – ๖ คะแนน หมายถึง มีความเสี่ยงในการใช้สื่อ **น้อย**



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 ๙ สื่อที่ส่งผลดี
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ



ใบงานที่ ๙ เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต ใส่ใจอีกนิดในการเลือกรับสื่อ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง อิทธิพลของสื่อ
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อนั้น
ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อนั้นส่งผลเสียต่อ
พฤติกรรมสุขภาพ

๓.....ละครโทรทัศน์ที่มีเนื้อหา ตบ ตี แย่งชิง

๒.....เนื้อหาข่าวในช่องทางออนไลน์ เชิญชวนให้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

๓.....ป้ายโฆษณาอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ สามารถรับประทานแทนอาหารในแต่ละมื้อ

๔.....ข้อความเชิญชวนให้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมาราธอน

๕.....ละครสั้นเรื่อง บทบาทหน้าที่ของคนในครอบครัว

๖.....บุคคลมีชื่อเสียง ลงคลิปวิดีโอ การเฝ้าที่สุดในโลก

๗.....เกมออนไลน์ มีกิจกรรม เล่นชนะติดต่อกัน ๒๐ ครั้ง ภายใน ๕ ชม. รับรางวัลใหญ่

๘.....ป้ายโฆษณาริมถนน บอกสรรพคุณครีมบำรุง สิวได้ทันตา ภายใน ๓๐ นาที

๙.....นักแสดงชื่อดัง รักษาภาพลักษณ์ แต่งกายตามกาลเทศะ และไม่พูดหยาบคาย

๑๐.....ข้อความส่งต่อกัน ให้โอนเงินไปยังบัญชี ๓๒๓-๓๒๓ เพื่อลงทะเบียนรับเงิน

๑ ล้านบาท

๑๑.....ละครที่มีการเผยแพร่ช่วงเวลา ๓๕ นาทีทุกวัน เนื้อหาเกี่ยวกับการขโมยและข่มขืน

ด้านร่างกาย

๑๒.....โลกออนไลน์ส่งต่อข่าว การนำป้าปัสสาวะมากลั้วคอ สามารถแก้อาการเจ็บคอ

ชื่อ.....
เลขที่.....ชั้น.....

ใบงานที่ ๙

เรื่อง

สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ให้นักเรียนวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ
พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อนั้นส่งผลดี
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗)
เมื่อสื่อนั้นส่งผลเสียต่อพฤติกรรมสุขภาพ

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

ใบงานที่ ๙

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

ใบงานที่ ๙

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

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

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

ใบงานที่ ๙

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

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

๑๑.ละครที่มีการเผยแพร่ช่วงเวลา ๑๕ นาฬิกา พบเนื้อหา มีการชื่นใจและขมขื่น

ด้านร่างกาย

๑๒.โลกออนไลน์ส่งต่อข่าว การนำน้ำปัสสาวะมากลั้วคอ สามารถแก้อาการเจ็บคอ

คำชี้แจง
ในการทำกิจกรรมนักเรียน

- ให้นักเรียนทำใบงานที่ ๙ โดยวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ พร้อมทำเครื่องหมายถูก (✓) เมื่อสื่อนั้นส่งผลดีต่อพฤติกรรม สุขภาพ และทำเครื่องหมายผิด (✗) เมื่อสื่อนั้นส่งผลเสียต่อ พฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง
บทบาทครูปลายทาง

- คุณครูอธิบายขั้นตอน การทำกิจกรรมอย่าง ละเอียดยีกครั้ง
 - คำแนะนำและควบคุมดูแล นักเรียนตลอดการทำ กิจกรรม
- 

เฉลยใบงานที่ ๙

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง : ให้นักเรียนวิเคราะห์ห้ทธิพลของสื่อ 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 ๙

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

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

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

เฉลยใบงานที่ ๙

เรื่อง สื่อที่ส่งผลดีต่อพฤติกรรมสุขภาพ

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

๑๑. ✗ ละครที่มีการเผยแพร่ช่วงเวลา ๑๕ นาฬิกา พบเนื้อหามีการขึ้นใจและข่มขืน

ด้านร่างกาย

๑๒. ✗ โลกออนไลน์ส่งต่อข่าว การนำน้ำปัสสาวะมากลั้วคอ สามารถแก้อาการเจ็บคอ

สรุปบทเรียน



อิทธิพลของสื่อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

การโฆษณาสินค้า มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกซื้อ

การนำเสนอเรื่องราวและภาพที่ขัดต่อศีลธรรม การใช้ความรุนแรง

การแต่งกายและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของบุคคลมีชื่อเสียง

ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับทางสื่อสังคมออนไลน์

บทเรียนครั้งต่อไป

★ สื่อที่มีอิทธิพล
ต่อพฤติกรรมสุขภาพ



สิ่งที่ต้องเตรียม

- สมุดบันทึก
- อุปกรณ์การเรียน

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th