



การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โดย

นางบังอร อาจวิชัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โดย

นางบังอร อาจวิชัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

**THE DEVELOPMENT OF LEARNING PACKAGES ON SEX EDUCATION FOR THE
SEVENTH GRADE STUDENTS**

**By
Bang-on Argvichai**

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree

MASTER OF EDUCATION

Department of Curriculum and Instruction

Graduate School

SILPAKORN UNIVERSITY

2007

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร อนุมัติให้วิทยานิพนธ์เรื่อง “ การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ” เสนอโดย นางบังอร อาจิวิชัย เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริชัย ชินะตังกูร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มาเรียม นิลพันธุ์
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชรา เล่าเรียนดี
3. รองศาสตราจารย์คณิต เขียววิชัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุเทพ อ่วมเจริญ)

...../...../.....

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์สมประสงค์ น่วมบุญลือ)

...../...../.....

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มาเรียม นิลพันธุ์)

...../...../.....

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชรา เล่าเรียนดี)

...../...../.....

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์คณิต เขียววิชัย)

...../...../.....

47253316 : สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

คำสำคัญ : ชุดการเรียนรู้ / เพศศึกษา

บ้งอร อาจวิชัย : การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : ผศ.ดร.มาเรียม นิลพันธุ์, ผศ.ดร. วัชรวิภา เล่าเรียนดี, และ รศ. กณิต เขียววิชัย. 400 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความต้องการและข้อมูลพื้นฐาน 2) พัฒนาและหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 36 คน ทดลองใช้ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 แบบแผนการทดลอง คือ One Group Pretest – Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1) ชุดการเรียนรู้ 2) แบบสัมภาษณ์ 3) แบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ 4) แบบประเมินผลงานนักเรียน 5) แบบสอบถามความคิดเห็น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าสถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test แบบ Dependent และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียน ครูและผู้เกี่ยวข้อง มีความคิดเห็นว่าการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา โดยเน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้จากตัวอย่างข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างแท้จริง สื่อการเรียนรู้เป็นรูปภาพ วิดีทัศน์ CD ใบงาน และใบความรู้ ข่าวสารจากสิ่งตีพิมพ์ มีการวัดผลโดยใช้การทดสอบและประเมินผลชิ้นงาน

2. ชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้น ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คู่มือครู คู่มือนักเรียน และสื่อประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้ ชุดการเรียนรู้ประกอบด้วย 5 ชุด คือ 1) พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง 2) อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง 3) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ 4) การคบเพื่อนและการผูกมิตร 5) การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และชุดการเรียนรู้มีประสิทธิภาพ 83.61/82.13

3. ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้กับนักเรียนเป็นระยะเวลา 10 ชั่วโมง โดยครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนเรียนรู้จากชุดการเรียนรู้เป็นกลุ่ม เรียนรู้จากตัวอย่างข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง จากกรณีศึกษา ครูมีบทบาทหน้าที่ในการให้คำแนะนำปรึกษา นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจปฏิบัติกิจกรรมด้วยความสนุกสนาน ทำกิจกรรมตามใบงานได้อย่างถูกต้อง

4. ผลการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ของนักเรียนก่อนและหลังใช้ชุดการเรียนรู้ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังการใช้ชุดการเรียนรู้มีคะแนนสูงกว่าก่อนใช้ชุดการเรียนรู้ นักเรียนมีความคิดเห็นว่าการเรียนรู้ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้เร็ว เกิดความสนุกสนานในการเรียนรู้ และนักเรียนสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

ภาควิชาหลักสูตรและวิธีการสอน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2550

ลายมือชื่อนักศึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ 1..... 2..... 3.....

47253316 : MAJOR : CURRICULUM AND SUPERVISION

KEY WORDS : LEARNING PACKAGE/ SEX EDUCATION

BANG-ON ARCHWICHAJ THE DEVELOPMENT OF LEARNING PACKAGES ON
SEX EDUCATION FOR THE SEVENTH GRADE STUDENTS. THESIS ADVISORS :
ASST.PROF.MAREAM NILLAPUN,Ed.D., ASST. PROF. WATCHARA LOWRIENDEE
Ph.D., AND ASSOC.PROF. KANIT KIAWVICHAI 400 pp.

The purposes of this research were to 1) study the need and the fundamental data in the development of the learning packages. 2) construct and fine out efficient of the learning packages 3) implement of the learning packages 4) evaluate and improve the learning packages. The samples used for this study were 36 Seventh Grade Students at Talad Bangli (Panich –u– tis) School, Suphanburi Province in second semester of the academic year 2007. The research design was One Group Pretest – Posttest Design. The research instruments were : 1) the learning packages 2) the interviews form 3) the learning outcomes test 4) the students work assessment and 5) the questionnaire. The obtained data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, dependent t-test, and content analysis.

The findings were as follows :

1. The students, teachers and the personnel concerned had opinion as and wanted to develop learning packages regarding sex education, promoting of learning activities from news and real life situations. Opportunities were given to students to participate in the activity. The learning resources were pictures, VCD player, CD , worksheets , pamphlets and printed news. Assessment was used by testing and evaluating students' work.

2. Learning packages consisted of preface , objective, teacher manual, student manual and materials which was divided into 5 topics namely 1) development of both sexes and their changes, 2) health improvement and self – care, 3) attitudes of sex towards communicable diseases both in sexual relationship and AIDS. 4) making friends with 5) The defence oneself and the skill of warning there friends when they are in risk situation for sexual intercourse , learning packages had an efficiency of 83.61/82.13

3. Learning packages is being used to test students in a period of 10 hours where in the teachers arrange learning activities by giving students the necessary knowledge of learning packages in group, sample news and real life events from case study. The teacher has the duty to give advices and counseling wherein students have shown interest and determination to participate in the said activities with fun and making of worksheets correctly.

4. The students accomplished learning regarding sex education before and after using learning packages , with a significant difference at 0.05 level. Students' learning success were higher before using learning package. Many students agreed towards learning in which learning packages helped faster in learning and applied knowledge in their daily lives.

Department of Curriculum and Instruction Graduate School, Silpakorn University Academic Year 2007
Student's signature.....

Thesis Advisors' signature 1.....2.....3.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ เนื่องจากได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างดีจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มาเรียม นิลพันธุ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชรฯ เล่าเรียนดี รองศาสตราจารย์ คณิต เจียววิชัย ซึ่งเป็นที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และให้คำปรึกษาที่เป็นประโยชน์ต่อการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้เป็นอย่างยิ่ง รวมทั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุเทพ อ่วมเจริญ ซึ่งเป็นประธานกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์และรองศาสตราจารย์สมประสงค์ น่วมบุญลือ ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาของท่านเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ ดร.ประเสริฐ มงคล และคณาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ พร้อมทั้งให้คำแนะนำต่าง ๆ จนประสบความสำเร็จในวันนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ดำรง สุวรรณศรี ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบางลี่วิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี อาจารย์วรกร หงส์โต ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนบางลี่วิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี คุณสุธรรม เขียมสวัสดิ์ นักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราช องค์ที่ 17 จังหวัดสุพรรณบุรี ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือและให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์สำหรับทำวิทยานิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณผู้บริหารสถานศึกษาและคณะครูโรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ที่เป็่่นกำลังใจให้ผู้วิจัยตลอดมา ขอขอบใจนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่(พานิชอุทิศ) ที่ให้ความร่วมมือในการทดลองใช้เครื่องมือเป็นอย่างดี

ขอบคุณเพื่อน ๆ และน้อง ๆ สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ ทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และให้ความช่วยเหลือผู้วิจัย ตลอดจนให้คำแนะนำ คำปลอบใจและเป็นที่พึ่งที่ดีที่สุดในขณะที่ศึกษาและทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยจะขอเก็บความประทับใจไว้ในความทรงจำตลอดไป

ความสำเร็จและความภาคภูมิใจทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยขอบพระคุณและตอบแทนพระคุณบิดา มารดา พี่ ๆ ทุกคนที่เป็นกำลังใจสำคัญทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ญ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	9
คำถามการวิจัย.....	9
สมมติฐานของการวิจัย.....	11
ขอบเขตของการวิจัย.....	11
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	12
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	12
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	14
หลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 : สาระการเรียนรู้	
สุขศึกษาและพลศึกษา.....	14
หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ).....	21
เพศศึกษา.....	28
ความหมายของเพศศึกษา.....	28
จุดมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา.....	30
วัตถุประสงค์และความสำคัญของการสอนเพศศึกษา.....	31
ความรู้และขอบเขตเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา.....	34
การสอนเพศศึกษา.....	38
หลักการสอนเพศศึกษา.....	38
แนวคิดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา.....	39

บทที่	หน้า
รูปแบบการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา.....	40
การจัดประสบการณ์การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา.....	42
คุณสมบัติของครูผู้สอนเพศศึกษา.....	42
การใช้สื่อการเรียนการสอน.....	43
การประเมินผลการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน.....	44
ชุดการเรียนรู้.....	45
ความหมายของชุดการเรียนรู้.....	45
หลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการผลิตชุดการเรียนรู้.....	47
ประเภทของชุดการเรียนรู้.....	48
องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้.....	50
ขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้.....	54
การใช้ชุดการเรียนรู้.....	56
ประโยชน์ของชุดการเรียนรู้.....	56
ข้อดีของชุดการเรียนรู้.....	58
การหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้.....	58
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	61
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ในประเทศ.....	61
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ต่างประเทศ.....	64
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศศึกษาในประเทศ.....	66
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศศึกษาต่างประเทศ.....	66
สรุป.....	67
3 วิธีการดำเนินงานวิจัย.....	69
ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	69
ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนา (Development): การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้.....	74
ขั้นตอนที่ 3 การวิจัย (Research) : การทดลองใช้ชุดการเรียนรู้.....	81
ขั้นตอนที่ 4 การพัฒนา (Development) การประเมินผลและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้.....	85

บทที่	หน้า
4 วิเคราะห์ข้อมูล.....	97
ขั้นตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	97
ขั้นตอนที่ 2 ผลการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้.....	111
ขั้นตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้.....	119
ขั้นตอนที่ 4 ผลการประเมินและการปรับปรุงชุดการเรียนรู้.....	123
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	132
สรุปผลการวิจัย.....	133
อภิปรายผล.....	135
ข้อเสนอแนะ.....	141
ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้.....	142
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป.....	142
บรรณานุกรม.....	144
ภาคผนวก.....	149
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ.....	150
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	152
ภาคผนวก ค การวิเคราะห์ข้อมูล.....	176
ภาคผนวก ง คู่มือประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้และชุดการเรียนรู้.....	194
ประวัติผู้วิจัย.....	400

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 วิเคราะห์หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หน่วยการเรียนรู้ที่ 2	20
2 โครงสร้างหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ).....	24
3 โครงสร้างเวลาเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา.....	24
4 หน่วยการเรียนรู้.....	26
5 สรุปวิธีดำเนินการวิจัยขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานสำหรับ การพัฒนาชุดการเรียนรู้.....	73
6 สรุปวิธีดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 2 การพัฒนาและหาประสิทธิภาพ ของชุดการเรียนรู้.....	79
7 แสดงแผนการวิจัยแบบ One Group Pretest – Posttest Design.....	81
8 ตารางกำหนดระยะเวลาในการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้.....	81
9 สรุปวิธีดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้.....	83
10 ตารางวิเคราะห์ข้อสอบสาระการเรียนรู้สุขศึกษาเรื่องเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.....	86
11 คะแนนแบบทดสอบแบบอัตนัย.....	90
12 เกณฑ์การประเมินผลงานนักเรียน.....	94
13 สรุปวิธีการดำเนินการในการประเมินผลและการปรับปรุง แก้ไขชุดการเรียนรู้.....	96
14 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	100
15 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ของนักเรียน.....	101
16 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับเนื้อหาในชุดการเรียนรู้.....	102
17 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ / ลักษณะในชุดการเรียนรู้.....	103
18 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการจัดกิจกรรมในชุดการเรียนรู้.....	103
19 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้สื่อในชุดการเรียนรู้.....	104
20 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับการนำไปใช้ประโยชน์.....	105
21 ผลการศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับการวัดผลและประเมินผล.....	106

ตารางที่	หน้า
22 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์.....	107
23 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบรายบุคคล.....	116
24 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout)	117
25 สรุปผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบภาคสนามกับนักเรียน 36 คน.....	118
26 คะแนนพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา.....	121
27 คะแนนพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเรียน ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา.....	123
28 ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยผลการเรียนรู้ของนักเรียนก่อนและหลังเรียน ด้วยชุดการเรียนรู้.....	124
29 ผลการเรียนรู้ของนักเรียนก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้จำแนก เป็นรายชุดการเรียนรู้.....	125
30 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามความคิดเห็น.....	126
31 ความคิดเห็นของนักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้.....	126
32 ผลการประเมินผลงานนักเรียน การจัดทำหนังสือเล่มเล็ก เรื่อง อนามัยเจริญ พันธ์ และการดูแลตนเอง.....	129
33 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม ความสอดคล้อง ความคิดเห็นในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ สำหรับนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1.....	177
34 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสัมภาษณ์ครูผู้สอนสุขศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาเพศศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และ ผู้ปกครอง.....	177
35 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินชุดการเรียนรู้.....	178
36 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินแผนการจัดการเรียนรู้.....	180
37 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการแบบสอบถามความคิดเห็น ของนักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้.....	181

ตารางที่	หน้า
38 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินแบบสังเกตพฤติกรรม การทำงานกลุ่ม.....	182
39 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินผลงานนักเรียน.....	182
40 ผลการวิเคราะห์ค่าความยากง่าย (p) และค่าอำนาจจำแนก (r) ของ แบบทดสอบก่อนเรียน.....	182
41 ผลการวิเคราะห์ค่าความยากง่าย (p) และค่าอำนาจจำแนก (r) ของ แบบทดสอบหลังเรียน.....	183
42 ผลการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน.....	183
43 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบรายบุคคล (Individual Tryout).....	185
44 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout).....	186
45 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบภาคสนาม (Field Tryout).....	186
46 ผลคะแนนการทดสอบก่อน-หลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้.....	188
47 ผลคะแนนการทดสอบความรู้ความเข้าใจก่อน-หลังการใช้ชุดการเรียนรู้.....	189
48 ผลการประเมินหนังสือเล่มเล็กก่อนนำมายังเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง.....	190
49 ผลการประเมินแผ่นพับโรคเอดส์.....	191
50 ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียน และหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้.....	192

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันรัฐบาลมีนโยบายในการปฏิรูปการศึกษา เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายเน้นความสำคัญของการพัฒนาคน ให้มีกรอบและทิศทางที่สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมฉบับที่ 9 ดังนั้นภารกิจหลักของกระทรวงศึกษาธิการ ที่สำคัญอย่างหนึ่ง คือ การพัฒนา“คน” เพราะคนเป็นปัจจัยชี้วัดความสำเร็จของการพัฒนาประเทศในทุก ๆ ด้าน ดังนั้นสถานศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาทั้งบุคลากรในสถานศึกษา ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรภาครัฐ และเอกชนจึงต้องร่วมมือกันสร้างสรรค์เยาวชนของประเทศ ให้เป็นคนดี คนเก่ง และเป็นคนมีความสุข (ดิเรก พรศรีมา 2543 : 28) เพื่อที่จะพัฒนาคนโดยการปฏิรูปการเรียนรู้ ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ แต่มิได้หมายความว่าครูจะลดบทบาทความสำคัญลงไป ในทางตรงกันข้ามครูกลับมีบทบาทและความสำคัญมากขึ้น ในการจัดกระบวนการเรียนรู้และบรรลุผลสัมฤทธิ์ได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจุบันสภาพสังคมและเทคโนโลยีและการสื่อสารได้เจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว การศึกษาในระบบเดิมไม่สามารถสนองตอบความต้องการของบุคคล และสังคมได้ ครูยุคใหม่จะต้องแสวงหาวิธีการสอนที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญสำหรับการศึกษาดลอดชีวิตและการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพในสังคมและโลกยุคปัจจุบัน ได้อย่างมีความสุข (สุวิทย์ มูลคำ 2542 : 1)

หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2524 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2533) ได้กำหนดจุดมุ่งหมายของหลักสูตร เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมตามบทบาทและหน้าที่ ของตนในฐานะพลเมืองดีตามระบอบการปกครองแบบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข โดยให้ผู้เรียนได้พัฒนาเชาวน์ปัญญา มีความรู้ และทักษะเฉพาะด้านตามศักยภาพ เห็นช่องทางในการประกอบอาชีพร่วมพัฒนาสังคมด้วยแนวทางและวิธีการใหม่ ๆ และบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม (กรมวิชาการ 2535 : 1) เพื่อให้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 หมวดที่ 1 บททั่วไป ที่ถือว่าการศึกษามีบทบาทสำคัญที่สุด หมวด 4 แนวการจัดการศึกษาถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด มาตรา 24 และมาตรา 30

การจัดกระบวนการเรียนรู้ กำหนดให้สถานศึกษา ต้องสนับสนุนให้ผู้สอนจัดบรรยากาศ ใช้สื่อ ใช้การวิจัยเป็นส่วนช่วยในการพัฒนาเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมีความรอบรู้ ซึ่งสอดคล้องกับ หมวดที่ 7 ทวิ เทคโนโลยีเพื่อการศึกษา กำหนดให้มีการส่งเสริมการผลิตแบบเรียนและสื่อการสอน ต่าง ๆ อย่างเสรีเป็นการส่งเสริมมาตรฐานวิชาชีพครูจึงทำให้ครูผู้สอนต้องพัฒนากระบวนการ เรียนรู้ให้มีความสอดคล้องและทันต่อเหตุการณ์ปัจจุบัน โดยเฉพาะในด้านการพัฒนาผู้เรียน

ปัจจัยในกระบวนการเรียนการสอนที่สำคัญที่สุดก็คือ นักเรียนและครูผู้สอน โดยเฉพาะครูผู้สอนนั้นเป็นผู้กำหนดกระบวนการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอน การกำกับ ติดตามและการวัดและประเมินผลการเรียนเพื่อให้ผู้เรียนมีคุณภาพตามที่ต้องการ วิชาสุขศึกษาเป็น วิชาที่ว่าด้วยเรื่องสุขภาพ และอนามัย การเรียนการสอนจึงเป็นกระบวนการที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการ พัฒนาพฤติกรรม ด้านความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และการปฏิบัติ (Skill or Practice) ที่ ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาพ ขอบข่ายของเนื้อหาเป็นเรื่องธรรมชาติของตัวเรา การส่งเสริมสุขภาพ และ การดำรงสุขภาพที่ดีพร้อมทั้งมีคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่ดีทางด้านสุขภาพและทักษะ กระบวนการในการในการดูแลสุขภาพของตนเองและผู้อื่น ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนมีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ จิตวิญญาณ และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (กรมวิชาการ 2544 : 17) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา ซึ่งมีอายุระหว่าง 12-18 ปี เป็นวัย ที่มีการเปลี่ยนแปลงลักษณะทางด้านร่างกาย (Physical Characteristics) มีความเจริญเติบโตเต็มที่ เริ่มมีลักษณะของผู้ใหญ่ มีการพัฒนาการทางเพศ ต่างต่าง ๆ เจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ลักษณะทาง สังคม (Social Characteristics) คือชอบทำตามกลุ่ม สนใจเพศตรงข้าม และผู้หญิงมีความก้าวหน้า ทางสังคมมากกว่าผู้ชาย ลักษณะทางอารมณ์ (Emotional Characteristics) มีการแสดงออกในทาง แข็งกร้าว เด็กวัยนี้ชอบความอิสระและชอบเพื่อน โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับอนาคต ลักษณะทาง สติปัญญา (Mental Characteristics) คือมีการพัฒนาการทางสมองสูงเกือบเท่าผู้ใหญ่เพียงแต่ขาด ประสบการณ์ และทักษะ งานพัฒนาการ (Developmental Tasks) ของเด็กในวัยนี้ คือเด็กในวัยนี้ควร รู้หน้าที่ของการเป็นเพศชาย เพศหญิงเป็นอย่างดี เด็กควรรู้ในการเลือกและการพัฒนาทักษะและ เข้าใจเกี่ยวกับการเป็นพลเมืองที่ดีโดยยึดถือค่านิยมและคุณธรรม สำหรับเป็นหลักในการแสดง พฤติกรรม

เนื่องจาก “เพศศึกษา” ถือเป็นหนึ่งในหลายเรื่องที่ยากในการนำมาจัดกระบวนการ เรียนรู้สำหรับสังคมโดยเฉพาะสังคมไทย เพราะมักคิดว่า “เป็นเรื่องส่วนตัว” และลับไม่ควรมานำ เปิดเผยหรือพูดคุยกันในที่สาธารณะ แต่หลังจากที่มีตัวเลขของผู้ติดเชื้อและมีผู้ป่วยด้วยโรคเอดส์ รวมถึงตัวเลขการตั้งครรภ์โค่นไม่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น ทำให้ความคิดในเรื่องการพูดถึง เรื่องเพศ เริ่มเปลี่ยนไป แม้ทุกฝ่ายจะตระหนักถึงความสำคัญของการให้ความรู้เรื่องเพศศึกษามากขึ้น แต่

ความยากในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาก็ยังไม่ลดลงจากเดิม เนื่องจากเรื่องเพศเป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับทัศนคติ ค่านิยมแต่ละคนที่ยึดถือ แนวคิดในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศจึงต้องคำนึงถึงผู้เรียนเป็นสำคัญ และคิดถึงประโยชน์ที่ผู้เรียนจะได้รับ โดยคำนึงถึงการช่วยให้เยาวชนเรียนรู้ได้อย่างรอบด้าน เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งครูเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ควรมีแนวคิดที่เอื้อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่บังเกิดผลอย่างแท้จริง รวมไปถึงวิธีการจัดการเรียนรู้ซึ่งยังเป็น“เรื่องยาก” โดยเฉพาะเรื่องเพศศึกษา เป็นเรื่องที่ไม่เคยพูดคุยกันอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมาในสังคมวัฒนธรรมประเพณีของไทย การทำความเข้าใจต่อเรื่องเพศ (Sexuality) และสำรวจทัศนคติของตนเองที่มีต่อเรื่องเพศของครูผู้สอนจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเป็นสิ่งที่จำกัดกระบวนการคิดในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ในการทำความเข้าใจถึงความต้องการในการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ต้องมีการพิจารณาจากวิถีชีวิตและการใช้ชีวิตทางเพศศึกษาของเยาวชนในปัจจุบัน พบว่าสภาพเศรษฐกิจสังคมของการใช้ชีวิตยุคนี้เอื้อให้เยาวชนได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารได้ง่ายและรวดเร็ว รวมถึงโอกาสการหาประสบการณ์ทางเพศก็มีมากขึ้น จากคำถามที่สะท้อนตรงมาจากเยาวชนผ่านโครงการภาคสนามเว็บไซต์ต่าง ๆ ทางอินเทอร์เน็ตและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคมบ่งชี้ว่า เนื้อหาที่ระบบการศึกษาใช้เป็นแนวทางการเรียนการสอน เรื่องเพศศึกษา นั้นไม่สอดคล้องและไม่ครอบคลุมพฤติกรรมทางเพศที่เยาวชนในสังคมเผชิญหรือปฏิบัติอยู่จริง

เมื่อพิจารณาจากผลการประเมินคุณภาพผู้เรียนของกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ปีการศึกษา 2547 และ 2548 ได้ประเมินผลการเรียนรู้ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือนักเรียนจะต้องมีคะแนนผลการเรียนรู้ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 70 แต่เมื่อพิจารณาคะแนนผลการเรียนรู้ในวิชาสุขศึกษา พ 31101 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียนมีคะแนนผลการเรียนรู้ ต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดคิดเป็นร้อยละของจำนวนคนเท่ากับ 63.35 และ 69.89 ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่าวิชาสุขศึกษา พ 31101 ในสาระที่ 2 : ชีวิตครอบครัว มาตรฐาน พ 2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิตครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ซึ่งการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษาประกอบด้วยเนื้อหา 5 เรื่อง คือ เรื่องที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง เรื่องที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง เรื่องที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เรื่องที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร เรื่องที่ 5 การป้องกันกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ นักเรียนมีผลการเรียนรู้ต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ฝ่ายวิชาการ โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ปีการศึกษา 2547 – 2548 : 7)

ดังนั้นการพัฒนาผลการเรียนรู้ และการพัฒนาผู้เรียนในวัยนี้ครูผู้สอนจะต้องจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับพัฒนาการทั้ง 5 ด้านในเรื่องดังกล่าวให้กับผู้เรียน เพื่อให้ทันกับการ

เปลี่ยนแปลงของสังคมทั้งในด้านการเมือง เศรษฐกิจ เทคโนโลยีและการสื่อสารก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เรื่องเพศศึกษาเข้ามามีบทบาท และเป็นปัญหาของสังคมมากที่สุดในปัจจุบัน ซึ่งผลงานวิจัยของ จิราพร มงคลประเสริฐ (2539 : 98 – 102) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้แผนการสอนเพศศึกษา ต่อความรู้ เจตคติ และสุขปฏิบัติทางเพศ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติและสุขปฏิบัติทางเพศสูง และสันสนีย์ วงศาโรจน์ (2537 : 98 –112) ได้จัดทำการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาและความต้องการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กรุงเทพมหานครกับหลักสูตรครอบครัวศึกษา พบว่า นักเรียนต้องการเรียนรู้ในปัญหาของการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะ ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน ครู อาจารย์ เพื่อนต่างเพศ การควบคุมอารมณ์ ปัญหาการหาทางออกเมื่อมีความต้องการทางเพศ ส่วนในเรื่องหลักสูตรควรจะมีการเพิ่มเติมในเรื่องโทษของการทำแท้ง การเลือกคู่ครอง และปัญหาความต้องการทางเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นเนื้อหาที่ใช้สอนในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ยุพิน รุ่งแจ้ง (2533 : 106 – 118) ได้วิเคราะห์การจัดหลักสูตรเพศศึกษาระดับมัธยมศึกษา พบว่าหลักสูตรเพศศึกษาที่ใช้ในปัจจุบันมีวัตถุประสงค์ที่ยังไม่ครอบคลุมในเรื่องการเรียนรู้โทษ และอันตรายจากพฤติกรรมทางเพศ การมีเจตคติที่ดีงามต่อเรื่องเพศ การยอมรับว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องธรรมชาติและความอดทนรอได้ในพฤติกรรมทางเพศ จะเห็นได้ว่าการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนถือได้ว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะทำให้นักเรียนแต่ละคนเข้าใจพัฒนาการทางเพศของตนเอง สุขอนามัยเจริญพันธุ์วัยรุ่น และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร รู้และเข้าใจการเลือกคู่ครอง เข้าใจถึงการเตรียมความพร้อมในการมีครอบครัวและในทำนองเดียวกัน (องค์การแพช 2546 : 7-8) ได้ให้แนวคิดในการจัดเนื้อหาการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นถึงเรื่องที่เป็นรูปธรรม เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การทำงานของระบบต่าง ๆ และการดูแลสุขภาพอนามัย รวมทั้งวิธีการวางแผนครอบครัว แต่ในส่วนที่ว่าด้วยทัศนคติในเรื่องเพศ พฤติกรรมทางเพศที่หลากหลาย ทักษะที่จำเป็นสำหรับการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ยังยึดติดอยู่กับรูปแบบของการถ่ายทอด ข้อห้าม คำสั่งสอน ทางสังคมวัฒนธรรมมากกว่าการเตรียมให้ผู้เรียนรู้จัก คิด วิเคราะห์ ตั้งคำถามกับสิ่งรอบตัว ด้วยการหาคำตอบที่เหมาะสมสำหรับตนเอง และเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองเลือกกระทำ ความสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียนจึงอยู่ในรูปของผู้นำทาง กับผู้ติดตาม ครูผู้สอนต้องมุ่งจัดการศึกษาเพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมของเยาวชนให้เป็นไปตามทางที่เหมาะสม เพราะการเรียนรู้เรื่องเพศถือเป็นดาบสองคมสำหรับผู้เรียน ซึ่งมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ครูผู้สอนถือเป็นปัจจัยหลักในการถ่ายทอดความรู้ ความคิด ทัศนคติที่ดีต่อการเรียนเพศศึกษา และจะต้องตระหนักว่าการจัดการเรียนรู้แบบยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางนั้นต้องเริ่มจากความเข้าใจในผู้เรียนอย่างแท้จริง และการฝึกผู้เรียนเข้าใจและรู้เท่าทันกับการใช้ชีวิตทางเพศ ซึ่งจำเป็นต้องมีเครื่องมือที่

เหมาะสมและสามารถสื่อสารกับผู้เรียนได้อย่างเข้าใจ ถึงสิ่งที่จำเป็นต้องรู้และมีทักษะที่พึงมีเพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาและเจริญเติบโตทางอารมณ์ สังคม และทางเพศอย่างผู้ที่รู้จัก รับผิดชอบต่อตนเองและคนที่เกี่ยวข้องในการเลือกใช้ชีวิตทางเพศอย่างมีสติและส่งผลดีต่อสังคมส่วนรวม จากสภาพปัญหาดังกล่าว สาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีผลการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว ต่ำกว่าเกณฑ์ นั้นอาจมีสาเหตุมาจาก 1) เทคนิควิธีการสอนหรือการถ่ายทอดความรู้ของครูไม่หลากหลาย 2) การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนยังยึดครูเป็นศูนย์กลางและยึดทัศนคติของตนเองเป็นหลักในการสอน 3) ขาดสื่อการเรียนการสอนที่เหมาะสมและสื่อบางอย่างมีความล่อแหลมต่อการคิดของผู้เรียน 4) กิจกรรมการเรียนการสอนไม่ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการสอน 5) เนื้อหาที่เรียนยากเกินไปที่จะถ่ายทอดด้วยการบรรยายเพราะยึดคิดและจัดต่อสังคม วัฒนธรรมและประเพณีไทย 6) นักเรียนขาดทักษะการเรียนรู้พื้นฐานทางเพศศึกษา

จากสภาพปัญหาดังกล่าว จะเห็นได้ว่าการจัดการเรียนการสอนนั้นครูผู้สอนเป็นผู้ทำหน้าที่ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพียงผู้เดียว ดังนั้นเพื่อเป็นการพัฒนาผู้เรียนให้สอดคล้องกับการพัฒนา ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านอารมณ์และด้านสติปัญญาในระดับมัธยมศึกษา ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษา โดยใช้ชุดการเรียนรู้ (Instructional Package) ซึ่งชุดการเรียนรู้นับได้ว่าเป็นนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษาชนิดหนึ่งที่มีความเหมาะสมในการที่จะนำไปใช้ประกอบการเรียนการสอน สอดคล้องกับเนื้อหาวิชา และประสบการณ์ของแต่ละหน่วย มาช่วยในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนให้บรรลุเป้าหมาย อย่างมีประสิทธิภาพ (ชัยงค์ พรหมวงศ์ 2526 : 117 : 118) ชุดการเรียนรู้มีหลายรูปแบบ เช่น 1) ชุดประกอบคำบรรยายเป็นชุดการเรียนรู้ที่ขยายเนื้อหาสาระการสอนแบบบรรยายให้มีความชัดเจนขึ้น ช่วยให้ผู้สอนพูดน้อยลงโดยใช้สื่อการสอนมาทำหน้าที่แทน ชุดการเรียนรู้แบบบรรยายยังมีบทบาทที่สำคัญในการถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้เรียน 2) ชุดการเรียนรู้แบบกิจกรรมกลุ่ม เป็นชุดการเรียนรู้แบบกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ประกอบกิจกรรมตามหน่วยและหัวเรื่อง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ประกอบกิจกรรมร่วมกัน เช่นการสอนชุดย่อยตามจำนวนศูนย์ที่แบ่งไว้ในแต่ละหน่วย ในแต่ละหน่วยจะมีสื่อหรือบทเรียนครบชุดตามจำนวนผู้เรียน ในศูนย์กิจกรรมนั้น สื่อที่ใช้เป็นลักษณะสื่อประสม อาจใช้เป็นรายบุคคลหรือสำหรับกลุ่มผู้เรียนทั้งศูนย์จะใช้ร่วมกัน 3) ชุดการเรียนรู้ตามเอกัตภาพหรือชุดการเรียนรู้รายบุคคลเป็นชุดการเรียนรู้ ที่มุ่งให้ผู้เรียนศึกษาหาความรู้ด้วยตนเองตามความแตกต่างระหว่างบุคคล อาจเป็นการเรียนในโรงเรียนหรือบ้านก็ได้ เพื่อให้ผู้เรียนก้าวไปข้างหน้าตามความสามารถและพร้อมของตนเอง ชุดการเรียนรู้รายบุคคลอาจแบ่งออกมาในรูปของหน่วยการเรียนรู้ย่อย หรือ “โมดูล (Module) 4) ชุดการเรียนรู้ทางไกลเป็นชุดการเรียนรู้ที่ผู้สอนกับผู้ที่เรียนที่อยู่ต่างถิ่น ต่างเวลามุ่งสอนให้ผู้เรียนศึกษาด้วยตนเองโดยไม่ต้องมา

เข้าชั้นเรียน ประกอบด้วย สื่อประเภทสิ่งตีพิมพ์ รายการวิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ ภาพยนตร์ และการสอนเสริมตามศูนย์บริการการศึกษา (วิชัย วงษ์ใหญ่ 2527 : 138)

จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ของนักการศึกษาหลายท่านคือ น้ำผึ้ง บุญวิชัย (2547: บทคัดย่อ) ศุภรัตน์ ศรีสุชาติ(2547: บทคัดย่อ) วริน ภูสิน (2547: บทคัดย่อ) กุหลาบ หงส์ทอง (2546: บทคัดย่อ) กนกพร พิริยวาทิกรอุดม (2546: บทคัดย่อ) จากผลการวิจัยพบว่าการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้มีประสิทธิภาพ สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ 80/80

ผลการศึกษางานวิจัยพอสรุปได้ว่ากิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ชุดการเรียนรู้สามารถพัฒนาการเรียนรู้ทางการเรียนของนักเรียน โดยนักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชาต่าง ๆ ของนักเรียนที่เรียนด้วยชุดการเรียนรู้สูงกว่าก่อนเรียนหรือสูงกว่ากลุ่มที่เรียนตามปกติที่ปฏิบัติกันอยู่ทั่วไป ผู้วิจัยในฐานะครูผู้สอนสุขศึกษาจึงสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ในรายวิชาสุขศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มาใช้เป็นสื่อการเรียนการสอน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจสามารถทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่นและแสดงความคิดเห็น โดยใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ให้มีคุณภาพในการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ส่งเสริมการคิดแก้ปัญหาในกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน การปฏิบัติงานร่วมกันเป็นกลุ่ม และช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนให้บรรลุเป้าหมายสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัย ต่าง ๆ ผู้วิจัยได้นำมาเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งนักการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึงชุดการเรียนรู้ซึ่ง มีรายละเอียดดังนี้ คือ บุญเกื้อ ควรรหาเวช (2543) ได้เสนอขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้ (1) กำหนดหมวดหมู่เนื้อหาประสบการณ์ อาจกำหนดเป็นหมวดวิชาหรือผสมกันไป (2) กำหนดหน่วยการสอน แบ่งหน่วยเนื้อหาวิชาออกเป็นหน่วยการสอน โดยประมาณเนื้อหาให้เหมาะสมกับเวลา (3) กำหนดหัวเรื่องว่าแต่ละหน่วยควรจะให้ประสบการณ์อะไรแก่ผู้เรียนบ้าง โดยแบ่งเป็นหัวเรื่องย่อย ๆ ให้เห็นอย่างชัดเจน (4) กำหนดความคิดรวบยอด ให้สอดคล้องกับหน่วยและหัวเรื่อง (5) กำหนดจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับหัวเรื่อง (6) กำหนดแบบประเมินผล ให้ตรงกับจุดประสงค์ (7) กำหนดกิจกรรมการเรียนให้บรรลุจุดประสงค์ (8) เลือกและผลิตสื่อการสอนให้สอดคล้องกับกิจกรรมและวัตถุประสงค์ (9) ทำบัตรคำสั่งและคู่มือให้ผู้เรียน หรือผู้สอนได้ดำเนินการเรียนการสอนไปตามแผนที่ผู้สร้างชุดการเรียนรู้ต้องการ (10) หาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ โดยการทดลองแล้วหาข้อมูลมาปรับปรุงชุดการเรียนรู้ให้มี

ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และในทำนองเดียวกัน ได้เสนอขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ไว้ ดังนี้ (1) กำหนดหมวดหมู่ เนื้อหา และประสบการณ์อาจกำหนดเป็นหมวดหมู่วิชาหรือบูรณาการตามความเหมาะสม (2) กำหนดหน่วยการสอน แบ่งเนื้อหาออกเป็นหน่วยการสอน โดยการประมาณเนื้อหาให้ครูสามารถสอน 1 หรือ 2 ชั่วโมง (3) กำหนดหัวเรื่อง (4) กำหนดความคิดรวบยอดและหลักการ ต้องสอดคล้องกับหน่วยและหัวเรื่องโดยสรุปหน่วยสาระและหลักเกณฑ์ที่สำคัญ (5) กำหนดจุดประสงค์ให้สอดคล้องกับเนื้อหา (6) กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมเป็นแนวทางในการผลิตสื่อการสอน (7) กำหนดแบบประเมิน ต้องประเมินผลให้ตรงกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม เพื่อตรวจสอบว่านักเรียนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ (8) เลือกผลิตสื่อการสอน (9) หาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้

นอกจากนี้ วิชัย วงษ์ใหญ่ (2533 : 178 – 181) ได้เสนอขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้ (1) ศึกษาเนื้อหาสาระและแบ่งหน่วยย่อยการเรียนการสอน (2) พิจารณาและตัดสินใจว่าชุดการสอนแบบใดโดยคำนึงถึงผู้เรียน (3) กำหนดหน่วยการเรียนการสอน (4) กำหนดความคิดรวบยอด โดยสรุปความคิดสาระและหลักเกณฑ์ที่สำคัญ (5) กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้โดยกำหนดเป็นจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม และครอบคลุมเนื้อหาสาระของการเรียนรู้ (6) วิเคราะห์งาน คือการนำจุดประสงค์การเรียนรู้แต่ละข้อมาทำการวิเคราะห์งานเพื่อหากิจกรรมการเรียนการสอน (7) เลือกสื่อการเรียน (8) การประเมินผล (9) การทดลองใช้ชุดการเรียนรู้เพื่อหาประสิทธิภาพ นอกจากนี้ยังมีนักศึกษาได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดไว้ดังนี้คือ ภัสกร อินทรมาตร์ (2543:20) ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ดังนี้ (1) ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่จะสร้าง (2) กำหนดกิจกรรม กำหนดหน่วยการเรียนรู้ (3) กำหนดความคิดรวบยอด (4) กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ (5) วิเคราะห์งาน (6) กำหนดสื่อการสอน (7) การประเมินตรวจสอบ (8) ทดสอบและหาค่าประสิทธิภาพ เชิญ สามารถ (2544:26) ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ดังนี้ (1) กำหนดเนื้อหาและจุดประสงค์ (2) กำหนดหน่วยการเรียนรู้ (3) กำหนดหัวเรื่องและหน่วยย่อย (4) กำหนดมโนทัศน์และหลักการ (5) กำหนดวัตถุประสงค์ (6) กำหนดกิจกรรม (7)หาประสิทธิภาพ (8) การใช้ชุดการสอน วันเพ็ญ มีคำแสน (2544:16) อัมพัน คณะนาม (2544 : 18) ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ดังนี้ (1) ขั้ววิเคราะห์เนื้อหา (2) ขั้ววางแผนการสอน (3) ขั้วผลิตสื่อการสอน (4) ขั้วทดสอบประสิทธิภาพ และในทำนองเดียวกัน ผลการวิจัยของ กุหลาบ หงส์ทอง (2546: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้ (1) ศึกษาความต้องการและข้อมูลพื้นฐาน (2) พัฒนาและหาค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ (3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 จำนวน 40 คน (4) ประเมินผลและปรับปรุงชุด

การเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ชุดการเรียนรู้ เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 และในทำนองเดียวกัน น้ำผึ้ง บุญวิชัย (2547 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้โดยใช้ผังมโนทัศน์เรื่อง หน่วยของชีวิตและพืช สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้ (1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน (2) พัฒนาชุดการเรียนรู้ (3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 37 (4) ประเมินผลและปรับปรุงชุดการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ชุดการเรียนรู้โดยใช้แผนผังมโนทัศน์ เรื่องหน่วยของชีวิตและชีวิตพืช สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ เท่ากับ 84.94/84.60 ผลการเรียนรู้ของนักเรียนหลังใช้ชุดการเรียนรู้ มีคะแนนสูงกว่าก่อนการใช้ชุดการเรียนรู้ นักเรียนมีความคิดเห็นว่าชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนสรุปเข้าใจบทเรียนง่ายขึ้นและนักเรียนมีความสามารถในการสร้างแผนผังมโนทัศน์หลัก รอง และย่อยอยู่ในระดับดีมากและในทำนองเดียวกัน สุภรัตน์ ศรีสุชาติ (2547:บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 มีขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ดังนี้ (1) ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา ที่จะสร้าง (2) กำหนดกิจกรรมกำหนดหน่วยการเรียนรู้ (3) กำหนดความคิดรวบยอด (4) กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ (5) วิเคราะห์งาน (6) กำหนดสื่อการสอน (7) การประเมินตรวจสอบ (8) ทดสอบและหาค่าประสิทธิภาพ ผลการวิจัยพบว่า ชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพของชุดการสอน เท่ากับ 87.14/85.45 ผลการเรียนรู้ของนักเรียนหลังใช้ชุดการสอน มีคะแนนสูงกว่าก่อนการใช้ชุดการสอน นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนอยู่ในระดับมาก

สำหรับการวิจัยเพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์งานวิจัยเป็นกรอบแนวคิด โดยมีขั้นตอนการพัฒนาชุดการเรียนรู้ 4 ขั้นตอน ดังนี้ (1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ สังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ วิเคราะห์หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 (ม.1 – ม.3) ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ ศึกษาความต้องการของนักเรียนในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา จากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ศึกษาความคิดเห็นเพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษาจาก ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา และผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และผู้ปกครองจากหลากหลายอาชีพ เช่น พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ครู (2) การพัฒนาชุดการเรียนรู้ ได้แก่การจัดทำโครงร่างชุดการเรียนรู้ ซึ่งประกอบด้วย (2.1) คำนำ (2.2) วัตถุประสงค์ (2.3) คู่มือสำหรับครู ซึ่งประกอบด้วย คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของครูผู้สอน ขั้นตอนการใช้ชุดการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ แบบประเมิน

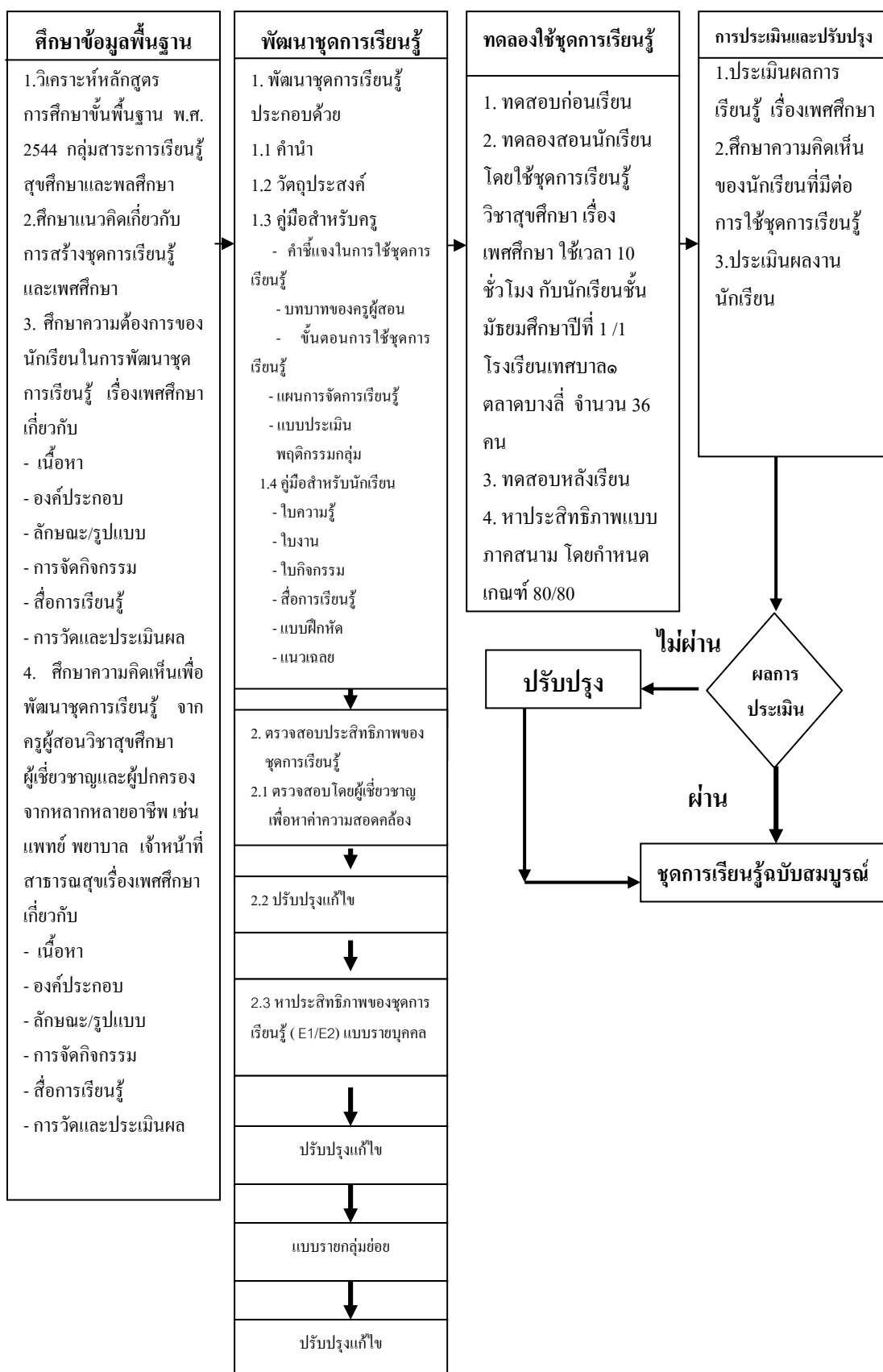
พฤติกรรมการทำงานกลุ่ม แบบประเมินผลงานนักเรียน (2.4) คู่มือสำหรับนักเรียน ประกอบด้วย ใบงาน ใบความรู้ สื่อการเรียนรู้ แบบฝึกหัด แบบทดสอบ แนวเฉลย (3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ กับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี (4) ประเมินผลและปรับปรุงชุดการเรียนรู้ จากขั้นตอนการพัฒนาชุดการเรียนรู้ สามารถสรุปเป็นแผนภาพ ได้ดังแผนภาพที่ 1 หน้า 10

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1
2. เพื่อพัฒนาและหาค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80
3. เพื่อทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
4. เพื่อประเมินผลการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ก่อนและหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้ มีความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติงาน ชิ้นงานของนักเรียน และการปรับปรุงชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

คำถามการวิจัย

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นอย่างไร
2. ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วยอะไรบ้างและมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 หรือไม่
3. ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีผลการดำเนินการ เป็นอย่างไร
4. ผลการประเมินผลการเรียนรู้ก่อนและหลังการใช้ชุดการเรียนรู้แตกต่างกันหรือไม่ ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการใช้ชุดการเรียนรู้ มีความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติงาน ชิ้นงานของนักเรียนอยู่ในระดับใด และผลการปรับปรุงชุดการเรียนรู้เป็นอย่างไร



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมติฐานของการวิจัย

1. ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพ ตามเกณฑ์ 80/80
2. ผลการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ตัวแปรที่ศึกษาในงานวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยตัวแปร 2 ประเภท คือ
 - 1.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่ ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 - 1.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ได้แก่
 - 1.2.1 ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้
 - 1.2.2 ผลการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา
 - 1.2.3 ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียนด้วยการใช้ชุดการเรียนรู้
 - 1.2.4 ผลงานนักเรียน เกี่ยวกับเพศศึกษา
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 สังกัดเทศบาลตำบลสองพี่น้อง กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวน 72 คน

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 36 คน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ของโรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) สังกัดเทศบาลตำบลสองพี่น้อง กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย
3. เนื้อหาเรื่องเพศศึกษาที่ได้นำมาพัฒนาชุดการเรียนรู้ครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกเนื้อหาวิชา สุขศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 (ม.1 – ม.3) ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จากสาระที่ 2 : ชีวิตครอบครัว มาตรฐาน พ.2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิต ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ซึ่งการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา (พ31101) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แบ่งเป็น 5 หน่วยย่อย ประกอบด้วยเนื้อหา 5 เรื่องดังนี้
 - เรื่องที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง
 - เรื่องที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

เรื่องที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

เรื่องที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร

เรื่องที่ 5 การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

4. ระยะเวลาที่ใช้ทดลองใช้ระยะเวลาในการดำเนินการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง ระยะเวลา 10 ชั่วโมง

ข้อตกลงเบื้องต้น

ในการวิจัยครั้งนี้มีข้อตกลงเบื้องต้น ดังนี้

การจัดนักเรียนเข้ากลุ่มย่อยตามแบบความสามารถด้านผลการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 กลุ่มละ 4-6 คน ประกอบด้วยนักเรียนที่มีความสามารถ เก่ง ปานกลาง และอ่อน

นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้การดำเนินการวิจัยเกิดความเข้าใจตรงกันผู้วิจัยได้ให้นิยามศัพท์ดังนี้

1. ชุดการเรียนรู้ หมายถึง สื่อการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นในรูปแบบของสื่อประสม ซึ่งประกอบด้วย วัสดุทัศนในรูปแบบ CD ROM เหตุการณ์ข่าวสาร ใบงาน ใบความรู้ รูปภาพ ของจริง เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา เรื่องเพศศึกษา (ซึ่งประกอบด้วย วัตถุประสงค์ คำชี้แจง สาระสำคัญ จุดประสงค์ เนื้อหา กิจกรรม สื่อ และการวัดและประเมินผล บันทึกรูปภาพหลังการเรียนรู้) ใบความรู้สำหรับครู ใบงาน แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

2. การพัฒนาชุดการเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการสร้างชุดการเรียนรู้ 4 ขั้น คือ (1) วิจัย (Research) : การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน (2) พัฒนา (Development) : การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ (3) วิจัย (Research) : การทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้น และ : (4) พัฒนา (Development) : การประเมินผลและปรับปรุงชุดการเรียนรู้

3. เพศศึกษา หมายถึง เนื้อหาจากกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิต ครอบครัว เพศศึกษา และทักษะในการดำเนินชีวิต ซึ่งความรู้เกี่ยวกับเพศศึกษาประกอบด้วยเนื้อหา 5 เรื่อง ได้แก่ เรื่องที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง เรื่องที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง เรื่องที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เรื่องที่ 4 การคบเพื่อนและการ

ผูกมิตร เรื่องที่ 5 การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

4. ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ หมายถึง เกณฑ์ตรวจสอบชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นให้มีค่าประสิทธิภาพ (E_1/E_2) ตามเกณฑ์ 80/80 คือ

80 ตัวแรก หมายถึง ประสิทธิภาพของกระบวนการ โดยประเมินจากคะแนนที่ได้จากการทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของผู้เรียนทั้งหมดคิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 80

80 ตัวหลัง หมายถึง ประสิทธิภาพของผลผลิต โดยประเมินจากคะแนนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของนักเรียนทั้งหมด คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 80

5. ผลการเรียนรู้ หมายถึง คะแนนที่ได้จากทำแบบทดสอบ เรื่องเพศศึกษา เพื่อวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ ความรู้ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ ของนักเรียนหลังจากเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ โดยใช้ข้อสอบแบบปรนัย และอัตนัย

6. ผลงาน หมายถึง คะแนนที่แสดงถึงความสามารถ 4 ด้าน ของนักเรียนด้านการทำชิ้นงานเกี่ยวกับ เรื่องเพศศึกษา ได้แก่ หนังสือเล่มเล็ก และแผ่นพับ ซึ่งประเมินโดยใช้แบบประเมินผลงานนักเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ใช้วัดความถูกต้องของเนื้อหา ความคิดสร้างสรรค์ วิธีการนำเสนอ การยอมรับของผลงาน การนำไปใช้

7. ความคิดเห็น หมายถึง การแสดงออกของความรู้สึคนึกคิดของผู้เรียนที่มีต่อการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ผู้วิจัยศึกษาและสร้างขึ้น มี 5 ด้าน ได้แก่ ด้านเนื้อหา ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ ด้านสื่อ/อุปกรณ์การเรียนรู้ และด้านการวัดผลและประเมินผล โดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ชุดการเรียนรู้

8. นักเรียน หมายถึง ผู้เรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 ที่ศึกษาวิชาสุขศึกษาใน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ดังนี้

1. หลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 : กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา
2. หลักสูตรสถานศึกษาของโรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
3. เพศศึกษา
4. ชุดการเรียนรู้
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยต่างประเทศ

หลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544: สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้กำหนดให้การศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคมโดยการถ่ายทอดความรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์ความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้ขึ้นเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อมสังคมแห่งการเรียนรู้ และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เปิดโอกาสให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา พัฒนาสาระและกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปอย่างต่อเนื่องนอกจากนี้ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ดังกล่าวได้กำหนดให้มีการจัดทำหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อความเป็นไทย ความเป็นพลเมืองที่ดี ของชาติ การดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพ ตลอดจนเพื่อการศึกษาต่อ และให้สถานศึกษาขั้นพื้นฐานจัดทำสาระของหลักสูตร ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาในชุมชน และสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณลักษณะอันพึงประสงค์เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคม

และประเทศชาติ และพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติดังกล่าว กำหนดให้มีการศึกษาภาคบังคับจำนวน 9 ปีด้วยวิสัยทัศน์ของรัฐที่เชื่อมั่นในนโยบายการศึกษาในการสร้างคนสร้างงานเพื่อช่วยกอบกู้วิกฤตเศรษฐกิจและสังคมของประเทศเป็นการสร้างชาติให้มั่นคงได้อย่างยั่งยืน เชื่อมั่นในนโยบายการศึกษาในการสร้างชาติ ปรับโครงสร้างและระบบการศึกษา ยึดหลักการบริหารจัดการที่เน้นคุณภาพ ประสิทธิภาพและความเสมอภาค ใช้เทคโนโลยีเพื่อการศึกษาและเชื่อมั่นในนโยบายการศึกษาเพื่อสร้างคน บูรณาการการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมในการปฏิรูปการเรียนรู้ และเชื่อมั่นในนโยบายการศึกษาเพื่อสร้างงาน สร้างเยาวชนให้มีความรู้คู่กับการทำงาน กระทรวงศึกษาธิการโดยอาศัยอำนาจตามความในบทเฉพาะกาลมาตรา 74 แห่งพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 จึงเห็นสมควรกำหนดให้มีหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 โดยยึดหลักความมีเอกภาพด้านนโยบายและมีความหลากหลายในการปฏิบัติ กล่าวคือเป็นหลักสูตรแกนกลางที่มีโครงสร้างหลักสูตรยืดหยุ่น กำหนดจุดหมาย ซึ่งถือเป็นมาตรฐานการเรียนรู้ในภาพรวม 12 ปี สาระการเรียนรู้ มาตรฐานการเรียนรู้แต่ละกลุ่ม มาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้น เป็นช่วงชั้นละ 3 ปี จัดเฉพาะส่วนที่จำเป็นสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ความเป็นไทย ความเป็นพลเมืองดีของชาติ การดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพ ตลอดจนเพื่อการศึกษาต่อ ให้สถานศึกษาจัดทำสาระในรายละเอียดเป็นรายปีหรือรายภาคให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาในชุมชน สังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณสมบัติอันพึงประสงค์ เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ รวมถึงจัดให้สอดคล้องกับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของผู้เรียนแต่ละกลุ่มเป้าหมายด้วยการจัดการศึกษามุ่งเน้นความสำคัญทั้งด้านความรู้ ความคิด ความสามารถ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้ และความรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อพัฒนาคนให้มีความสมดุล โดยยึดหลักผู้เรียนสำคัญที่สุด ทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ ให้ความสำคัญต่อความรู้เกี่ยวกับตนเอง และความสัมพันธ์ของตนเองกับสังคม ได้แก่ ครอบครัว ชุมชน ชาติ และสังคมโลก รวมทั้งความรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ ความเป็นมาของสังคมไทย และระบบการเมืองการปกครองในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข ความรู้และทักษะทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ความรู้ความเข้าใจและ ประสบการณ์เรื่องการจัดการ การบำรุงรักษา และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุลยั่งยืน ความรู้เกี่ยวกับศาสนา ศิลปวัฒนธรรม การกีฬา ภูมิปัญญาไทย และการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญา ความรู้ และทักษะด้านคณิตศาสตร์และด้านภาษา เน้นการใช้ภาษาไทยอย่างถูกต้อง ความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ การดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข สถานศึกษาจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการฝึกทักษะกระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ และการประยุกต์ความรู้มาใช้ป้องกันและ

แก้ไขปัญหา จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติ ให้ทำได้ คิดเป็น ทำเป็น รักการอ่านและเกิดการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องผสมผสานสาระความรู้ด้านต่าง ๆ อย่างได้สัดส่วนสมดุลกัน ปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงามและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ในทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้ อำนวยความสะดวกเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ และมีความรอบรู้ รวมทั้งสามารถใช้การวิจัยเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้ โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน และจัดการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทุกสถานที่ และสามารถเทียบโอนผลการเรียนและประสบการณ์ได้ทุกระบบการศึกษา

อนึ่งเพื่อให้การใช้หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ สถานศึกษาต้องมีการประสานสัมพันธ์ และร่วมมือกับบิดามารดา ผู้ปกครอง และบุคคลในชุมชน ให้การพัฒนาคุณภาพการศึกษาในสถานศึกษาเป็นไปอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ กระทรวงศึกษาธิการยังจำเป็นต้องสนับสนุน ส่งเสริมด้านการพัฒนาแหล่งเรียนรู้ทั้งในสถานศึกษา และนอกสถานศึกษา ให้ครอบคลุมหลักสูตรและกว้างขวางยิ่งขึ้น เพื่อการพัฒนาไปสู่ความเป็นสากล ทั้งนี้กระทรวงศึกษาธิการจะได้จัดทำเอกสารประกอบหลักสูตร เช่น คู่มือการใช้หลักสูตร แนวทางการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา คู่มือครู เอกสารประกอบหลักสูตรกลุ่มสาระต่างๆ แนวทางการวัดและประเมินผล การจัดระบบแนะแนวในสถานศึกษา การวิจัยในสถานศึกษาและการใช้กระบวนการวิจัยในการพัฒนาการเรียนรู้ ตลอดจนเอกสารประชาสัมพันธ์หลักสูตรให้ประชาชนทั่วไป ผู้ปกครอง และนักเรียน มีความเข้าใจและรับทราบบทบาทของตนเองในการพัฒนาตนเอง และสังคม

หลักการ เพื่อให้การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นไปตามนโยบายการจัดการศึกษาของประเทศ จึงกำหนดหลักการของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน ไว้ดังนี้

1. เป็นการศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพของชาติ มุ่งเน้นความเป็นไทยควบคู่กับความเป็นสากล
2. เป็นการศึกษาเพื่อปวงชน ที่ประชาชนทุกคนจะได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาคและเท่าเทียมกัน โดยสังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา
3. ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาและเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต โดยถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด สามารถพัฒนาตามธรรมชาติ และเต็มตามศักยภาพ
4. เป็นหลักสูตรที่มีโครงสร้างยืดหยุ่นทั้งด้านสาระ เวลา และการจัดการเรียนรู้
5. เป็นหลักสูตรที่จัดการศึกษาได้ทุกรูปแบบ ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมายสามารถเทียบโอนผลการเรียนรู้ และประสบการณ์

จุดมุ่งหมาย หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข และมีความเป็นไทย มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบ อาชีพ จึงกำหนดจุดหมายซึ่งถือเป็นมาตรฐานการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ดังต่อไปนี้

1. เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ มีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์
2. มีความคิดสร้างสรรค์ ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน รักการอ่าน รักการเขียน และรักการค้นคว้า
3. มีความรู้อันเป็นสากล รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการ มีทักษะและศักยภาพในการจัดการ การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยี ปรับ วิธีการคิด วิธีการทำงานได้เหมาะสมกับสถานการณ์
4. มีทักษะและกระบวนการ โดยเฉพาะทางคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ทักษะการคิด การสร้างปัญญา และทักษะในการดำเนินชีวิต
5. รักการออกกำลังกาย ดูแลตนเองให้มีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี
6. มีประสิทธิภาพในการผลิตและการบริโภค มีค่านิยมเป็นผู้ผลิตมากกว่าเป็นผู้บริโภค
7. เข้าใจในประวัติศาสตร์ของชาติไทย ภูมิใจในความเป็นไทย เป็นพลเมืองดียึดมั่นในวิถีชีวิตและการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข
8. มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์ภาษาไทย ศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณี กีฬาภูมิปัญญาไทย ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
9. รักประเทศชาติและท้องถิ่น มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามให้สังคม

โครงสร้าง เพื่อให้การจัดการศึกษาเป็นไปตามหลักการ จุดหมายและมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดไว้ ให้สถานศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องมีแนวปฏิบัติในการจัดหลักสูตรสถานศึกษาจึงได้กำหนดโครงสร้างของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานดังนี้

1. ระดับช่วงชั้น

กำหนดหลักสูตรเป็น 4 ช่วงชั้น ตามระดับพัฒนาการของผู้เรียน ดังนี้

ช่วงชั้นที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6

ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3

ช่วงชั้นที่ 4 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6

2. สารการเรียนรู้

กำหนดสาระการเรียนรู้ตามหลักสูตร ซึ่งประกอบด้วยองค์ความรู้ ทักษะหรือกระบวนการการเรียนรู้ และคุณลักษณะหรือค่านิยม คุณธรรม จริยธรรมของผู้เรียนเป็น 8 กลุ่ม ดังนี้

- 2.1 ภาษาไทย
- 2.2 คณิตศาสตร์
- 2.3 วิทยาศาสตร์
- 2.4 สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม
- 2.5 สุขศึกษาและพลศึกษา
- 2.6 ศิลปะ
- 2.7 ภาษาอังกฤษและเทคโนโลยี
- 2.8 ภาษาต่างประเทศ

สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นสาระหนึ่งใน 8 สาระ ของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นกลุ่มสาระที่มีความหมาย และมีความสำคัญต่อการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เรียนโดยตรง เพราะครอบคลุมเรื่องสุขภาพที่เป็นพื้นฐานจำเป็นต่อชีวิตความเป็นอยู่ของผู้เรียนแต่ละคน โดยมุ่งพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนทั้งด้านสาระความรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่จำเป็นที่ผู้เรียนต้องรู้ ด้านการสร้างเจตคติและค่านิยมที่ดี คุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เช่นความรับผิดชอบ ความมีวินัยในตนเอง การเคารพในสิทธิของผู้อื่น และกฎกติกาของสังคม เป็นต้น และด้านทักษะกระบวนการปฏิบัติในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ยั่งยืน และกำหนดสาระการเรียนรู้พื้นฐานสำคัญที่ผู้เรียนทุกคนต้องเรียนรู้ที่เสริมสร้างพื้นฐานความเป็นมนุษย์ และสร้างศักยภาพในการคิดและการทำงานอย่างสร้างสรรค์ประกอบด้วยเนื้อหาสาระที่สำคัญดังนี้

สาระที่เป็นองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย 5 สาระหลักดังนี้

- สาระที่ 1 : การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์
- สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว
- สาระที่ 3 : การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
- สาระที่ 4 : การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และการป้องกันโรค
- สาระที่ 5 : ความปลอดภัยในชีวิต

จากสาระทั้ง 5 สาระ ข้างต้นจะเห็นได้ว่า สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัวมีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับเพศศึกษา เนื่องจากการได้มีการกำหนดให้เพศศึกษาเป็นเนื้อหาส่วนหนึ่งของสาระนี้ ซึ่งมีรายละเอียดตามมาตรฐานดังนี้

สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว

กรมวิชาการ (2545: 25-27) ได้อธิบายเกี่ยวกับสาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัวไว้ดังนี้

ครอบครัวมีความสำคัญมากต่อการดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัว การเข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ และความสัมพันธ์ในครอบครัวจะส่งผลที่ดีต่อสมาชิกในครอบครัว ไปจนถึงชุมชน สังคมและประเทศ การดำเนินชีวิตครอบครัวอย่างมีความสุข ควรมีการวางแผนครอบครัว การปฏิบัติตนที่ถูกต้องตามสภาวะร่างกาย เช่น การตั้งครรภ์ รวมไปถึงการมีความรู้ ความเข้าใจและพฤติกรรมที่ดีต่อเพศศึกษาด้วย

มาตรฐานการเรียนรู้ สาระ ชีวิตและครอบครัว หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้ สาระชีวิตและครอบครัว ไว้ดังนี้ (กรมวิชาการ 2545 : 27)

มาตรฐาน พ 2.1: เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิตและครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

1. ยอมรับและสามารถปรับเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ
2. เข้าใจคุณค่าของความเป็นเพื่อน ความเสมอภาคทางเพศ สามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น
3. เข้าใจเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และวิธีปฏิบัติตน เพื่อให้มีสุขภาพดี
4. มีทักษะในการป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่ถูกต้องเหมาะสม
5. รู้และเข้าใจถึงความเสี่ยงต่อการติดโรคทางเพศสัมพันธ์ที่มีอันตรายถึงชีวิต และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจกับปัญหาที่ตามมา

จุดประสงค์ของสาระชีวิตและครอบครัว เมื่อผู้เรียนสาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว แล้ว สามารถ

1. เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตครอบครัวที่อบอุ่นตามวิถีชีวิตของวัฒนธรรมไทยที่มีผลต่อสุขภาพ
2. เข้าใจลักษณะความแตกต่างทางเพศ ภูมิใจและเห็นคุณค่าในความเป็นเพศหญิง เพศชายสามารถแสดงพฤติกรรมและปฏิบัติตามบทบาททางเพศได้อย่างเหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย
3. ดูแล รักษาความสะอาดร่างกายสุขอนามัยทางเพศและปฏิบัติได้ถูกต้องเหมาะสม

4. เข้าใจพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศและหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

5. ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาทางเพศได้อย่างเหมาะสม

ขอบข่ายเนื้อหาสาระชีวิตและครอบครัว

เรื่องที่ 1 ชีวิตและครอบครัว

เรื่องที่ 2 เพศศึกษา

จากสาระการเรียนรู้ที่กล่าวข้างต้น ในสาระการเรียนรู้ที่ 2 เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิตและครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาและสร้างชุดการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษา ได้กล่าวถึงผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง และสาระการเรียนรู้สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดังปรากฏในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 วิเคราะห์หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง ชีวิตและครอบครัว		
ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
1. รู้ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ	2. เพศศึกษา	1
2. รู้วิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และพัฒนาการทางเพศ	2.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ	
3. รู้ความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์	2.2 ปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และพัฒนาการทางเพศ	1
4. รู้วิธีดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น	2.3 ความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์	1
5. รู้และเข้าใจพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	2.4 วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขอนามัยทางเพศของวัยรุ่นในเรื่อง สิว กลิ่นตัว ประจำเดือน ฯลฯ	1
6. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์		

ตารางที่ 1 (ต่อ)

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง ชีวิตและครอบครัว		
ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
7. ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดโรคเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	2.5 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	1
	2.6 ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	1
8. เห็นความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน	2.7 การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	1
9. รู้วิธีผูกมิตรและมีทักษะในการผูกมิตร	2.8 ความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน	1
10. มีทักษะการปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	2.9 วิธีผูกมิตรและทักษะในการผูกมิตร	1
	2.10 ทักษะการปฏิเสธในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ -การสัมผัสการโอบกอด การจูบ -การอยู่ในที่รโหฐานสองต่อสอง -การถูกชักชวนคู่อื่นที่ยั่วเย้า อารมณ์ทางเพศ	1

หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)

โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) สถานที่ตั้ง ตลาดบางลี่ ถนนราษฎร์บำรุง ตำบลสองพี่น้อง อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี สังกัดเทศบาลตำบลสองพี่น้อง จัดการเรียนการสอนตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีนักเรียนจำนวน 759 คน และครูจำนวน 35 คน

วิสัยทัศน์

มุ่งมั่นพัฒนาการศึกษาโดยจัดระบบบริหารจัดการที่ดี จัดกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ เปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาเพิ่มศักยภาพบุคลากรเพื่อให้ผู้เรียนเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นผู้ใฝ่เรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์มีวิถีประชาธิปไตย มีความคิดสร้างสรรค์ ก้าวทันเทคโนโลยี ภูมิใจในความเป็นไทย ตลอดจนร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมไทยและสังคมโลกได้อย่างมีความสุข

ภารกิจ

1. จัดระบบการบริหารจัดการ โครงสร้างการจัดการศึกษาให้สอดคล้องกับมาตรฐานการประกันคุณภาพการศึกษา
2. พัฒนาหลักสูตรให้สอดคล้องกับหลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐานให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา จัดการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญให้ความสำคัญให้มีความรู้ และทักษะพื้นฐาน มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์
3. พัฒนาบุคลากรให้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนการสอนอย่างต่อเนื่อง
4. พัฒนาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียน

เป้าหมาย

1. นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้ผ่านเกณฑ์ที่โรงเรียนกำหนด
2. นักเรียนมีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะตามวัย และคุณลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์
3. นักเรียนได้รับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จากแหล่งเรียนรู้ทั้งในโรงเรียนและชุมชน
4. นักเรียนได้รับการประเมินผลตามสภาพจริงด้วยวิธีการที่หลากหลาย
5. บุคลากรได้รับการพัฒนาความก้าวหน้าทางวิชาชีพและส่วนตัว
6. อาคารสถานที่และสิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียนมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาดปราศจากสิ่งเสพติด และสนองต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน
7. โรงเรียนได้รับการยอมรับจากผู้ปกครองและชุมชนในการจัดการศึกษาที่มีมาตรฐาน

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัยและความรับผิดชอบ
2. ซื่อสัตย์

3. ใฝ่รู้ใฝ่เรียนและกล้าแสดงออก
4. พลานามัยสมบูรณ์ แข็งแรงและปลอดภัย
5. สืบสานวัฒนธรรมไทยและใส่ใจสิ่งแวดล้อม

ความสำคัญของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา จัดเป็นสาระการเรียนรู้ที่เป็นพื้นฐานสำคัญ ที่ผู้เรียนทุกคนจำเป็นต้องเรียนรู้ เพราะการมีสุขภาพดีเป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ประการแรกของคนไทยที่รัฐบาลได้กำหนดไว้เป็นนโยบายและมาตรการในการจัดการศึกษาของประเทศ เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้สามารถยืนหยัดอย่างไทยในประชาสังคมโลกทั้งปัจจุบันและอนาคต โดยการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544 ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งมุ่งเน้นเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การส่งเสริม การพัฒนาสุขภาพ และการบริหารจัดการชีวิตเพื่อดำรงสุขภาพที่ดีอันเป็นรากฐานสำคัญยิ่งในการดำเนินชีวิตที่สมดุลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ อันเป็นองค์ประกอบของการมีสภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์

วิสัยทัศน์การเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา สำหรับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมทั้งด้านความรู้ ความเข้าใจ เจตคติคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมและการปฏิบัติ พัฒนาผู้เรียนโดยองค์รวมให้มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา สังคม และจิตวิญญาณ พัฒนาสภาวะทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้เข้มแข็งมีพลังสติปัญญาในการควบคุมตนเอง เพื่อพัฒนาการดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัว ชุมชน และสังคมอย่างเป็นสุข ขยายองค์ความรู้สู่ชุมชนเพื่อการปฏิบัติทางสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม

สำหรับผู้เรียนที่มีความรู้ความสามารถทางสุขศึกษาและพลศึกษาและต้องการพัฒนาตนเองให้มากขึ้น ให้ถือเป็นหน้าที่ของสถานศึกษาที่จะต้องจัดโปรแกรมการเรียนการสอนให้แก่ผู้เรียนเพื่อให้ผู้เรียนได้มีโอกาสเรียนรู้และพัฒนาเพิ่มเติมความถนัดและความสนใจ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถที่ทัดเทียมกับนานาชาติอารยประเทศ และทางสถานศึกษาได้กำหนดโครงสร้างเวลาเรียนเพื่อให้การเรียนการสอนเป็นไปตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตรดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 โครงสร้างหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนเทศบาล1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)

ช่วงชั้น	ประถมศึกษา		มัธยมศึกษา
	ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1-3)	ช่วงชั้นที่ 2 (ป.4-6)	ช่วงชั้นที่ 2 (ป.4-6)
ภาษาไทย	280	200	120
คณิตศาสตร์	200	200	120
วิทยาศาสตร์	80	120	120
สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	80	80	120
สุขศึกษาและพลศึกษา	80	80	80
ศิลปะ	80	80	80
การงานอาชีพและเทคโนโลยี	80	80	80
ภาษาต่างประเทศ	120	120	120
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	40	80	120
เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)	1,000	1,000	840

ที่มา : โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ), หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ปีการศึกษา 2549 (เอกสารอัดสำเนา)

ตารางที่ 3 โครงสร้างเวลาเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้น	ช่วงชั้นที่ 1		ชั้น	ช่วงชั้นที่ 2		ชั้น	ช่วงชั้นที่ 3	
	ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 1		ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 1		ภาคเรียนที่ 1	ภาคเรียนที่ 2
ป.1	20	20	ป.4	20	20	ม.1	40	40
ป.2	20	20	ป.5	20	20	ม.2	40	40
ป.3	20	20	ป.6	20	20	ม.3	40	40

- หมายเหตุ
1. ช่วงชั้นที่ 1 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 3 เวลาเรียนตลอดทั้งปีชั้นละ 40 ชั่วโมง (1 ชั่วโมง/สัปดาห์)
 2. ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 เวลาเรียนตลอดทั้งปีชั้นละ 40 ชั่วโมง (1 ชั่วโมง/สัปดาห์)

3. ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – 3 เวลาเรียนตลอดทั้งปีชั้นละ 80 ชั่วโมง (2 ชั่วโมง/สัปดาห์)

สาระการเรียนรู้ที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มาตรฐาน พ 2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิตและครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

คำอธิบายรายวิชาสุขศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 80 ชั่วโมง มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่นและวัยเด็ก เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและพัฒนาการทางเพศ วิธีผูกมิตร ความหมายและองค์ประกอบของการเจริญพันธุ์ วิธีปฏิบัติตนเพื่อสุขภาพอนามัยทางเพศของวัยรุ่น พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ ปัญหาและผลกระทบจากโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ การควบคุมตนเองเมื่อเคลื่อนไหวแบบผสมผสานในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ประสิทธิภาพของรูปแบบของการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬาและการทำงาน หลักการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา กฎ กติกา ในการเล่นและการแข่งขันกีฬาเพื่อความปลอดภัยและสันติ รูปแบบการเล่นกีฬานานาชาติต่าง ๆ กลวิธีการรุกและป้องกัน ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม การเล่นและการแข่งขันกีฬากับความมีน้ำใจนักกีฬา ประโยชน์ของการทำงานเป็นทีม ขั้นตอนการปฏิบัติหน้าที่ในการทำงานเป็นทีม การประเมินภาวะโภชนาการของตนเอง โรคหรือปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ หลักการบริโภคอาหารตามธงโภชนาการ การประเมินภาวะสุขภาพกายและสุขภาพจิต ลักษณะของอารมณ์และความเครียด วิธีการจัดการกับอารมณ์ ความเครียดและการฝึกจิต การมองปัญหาเชิงบวก การเข้าใจและยอมรับอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น การวางแผนและการจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การมีสมรรถภาพที่ดีจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพและหรือสมรรถภาพทางกลไก ปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ กระบวนการสร้างเสริมความปลอดภัยให้ตนเองและครอบครัว แหล่งขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดสถานการณ์ที่ไม่ปลอดภัยกับตนเอง

ยอมรับและเห็นคุณค่าของการออกกำลังกายเป็นประจำที่ส่งผลต่อการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี เห็นความสำคัญของการคบเพื่อน การปฏิบัติหน้าที่ตามความรับผิดชอบในสถานการณ์กีฬาต่าง ๆ การกระทำที่แสดงถึงความมีน้ำใจนักกีฬา การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี การป้องกันโรคและการดำรงสุขภาพ การมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพชุมชนและสิ่งแวดล้อม คุณค่าของภาวะ

สมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต กระบวนการสร้างเสริมความปลอดภัยให้ตนเองและครอบครัว

แสดงทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะทางกลไกเป็นพื้นฐานและนำไปสู่การเคลื่อนไหวที่มีรูปแบบเฉพาะในกิจกรรมทางกาย เกม กีฬาไทยและกีฬาสากล มีทักษะในการผูกมิตร ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ควบคุมตนเองเมื่อเคลื่อนไหวแบบผสมผสานในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ หลีกเลี่ยงปัจจัยที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ตัดสินใจและปฏิบัติตนในการแก้ปัญหาเมื่อเผชิญกับภัยอันตราย

หน่วยการเรียนรู้

โครงสร้างและขอบข่ายเนื้อหาของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สามารถจัดอัตราเวลาเรียนของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่1 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 หน่วยการเรียนรู้

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้	ชื่อเรื่อง	จำนวน ชั่วโมง
1.	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	1. การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยทารกและวัยเด็ก	3
		2. ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยทารกและวัยเด็ก	3
		3. เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	2
		4. การส่งเสริมและพัฒนาการตนให้เติบโตสมวัย	2
2	ชีวิตและครอบครัว	1. พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	2
		2. อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	2
		3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	2
		4. การคบเพื่อนและการผูกมิตร	2

ตารางที่ 4 (ต่อ)

หน่วยที่	หน่วยการเรียนรู้	ชื่อเรื่อง	จำนวน ชั่วโมง
2	ชีวิตและครอบครัว	5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อน เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศ สัมพันธ์	2
3	การเสริมสร้างสุขภาพ สมรรถภาพ การ ป้องกันโรค	1. พฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรคและการ ดำรงสุขภาพ 2. การมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพชุมชนและ สิ่งแวดล้อม 3. โภชนาการ 4. อาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพสำหรับวัยรุ่น 5. สุขภาพกายและสุขภาพจิต 6. อารมณ์และความเครียด 7. การออกกำลังกายการเล่นกีฬา นันทนาการ และการพักผ่อนเพื่อสุขภาพ 8. การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	2 1 2 1 1 1 2 2
4.	ความปลอดภัยในชีวิต	1. พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย 2. การเสริมสร้างความปลอดภัย 3. ความปลอดภัยในการจราจรทางบก 4. การเผชิญหน้ากับภัยอันตราย 5. แหล่งขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดสถานการณ์	2 2 2 2

จากโครงสร้างและขอบข่ายเนื้อหาของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาดังกล่าวข้างต้นเนื้อหาที่นำมาสอนได้แก่ เรื่องเพศศึกษา สาระการเรียนรู้ที่ 2 เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิตและครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต ใช้ระยะเวลาในการทดลองจำนวน 10 ชั่วโมง ชีวิตและครอบครัวมีสาระความสำคัญมากต่อการดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัว การเข้าใจและสามารถปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ และความสัมพันธ์ในครอบครัวจะส่งผลที่ดีต่อสมาชิกในครอบครัว ไปจนถึงชุมชน สังคม และประเทศชาติ การดำเนินชีวิตครอบครัวอย่างเป็นสุข ควรมีการวางแผนครอบครัว การปฏิบัติตนที่ถูกต้องตามสภาวะร่างกาย เช่น การตั้งครก

รวมไปถึงการมีความรู้ ความเข้าใจและมีพฤติกรรมที่ดีต่อเพศศึกษาด้วย จุดประสงค์เพื่อให้ผู้เรียน 1) เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตครอบครัวที่อบอุ่นตามวิถีชีวิตของวัฒนธรรมไทยที่มีผลต่อสุขภาพ 2) เข้าใจลักษณะความแตกต่างทางเพศ ภูมิใจและเห็นคุณค่าในความเป็นเพศหญิง เพศชาย สามารถแสดงพฤติกรรมและปฏิบัติตามบทบาททางเพศได้อย่างเหมาะสมตามวัฒนธรรมไทย 3) ดูแลรักษาความสะอาดร่างกายสุขภาพอนามัยทางเพศและปฏิบัติได้ถูกต้องเหมาะสม 4) เข้าใจพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศและหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ 5) ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาทางเพศได้อย่างเหมาะสม ขอบข่ายเนื้อหา เรื่องที่ 1 ชีวิตและครอบครัวศึกษา เรื่องที่ 2 เพศศึกษา ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและสร้างชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

เพศศึกษา

เพศศึกษาเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศศึกษา (Sexuality) ที่ครอบคลุมพัฒนาการทางร่างกายจิตใจ การทำงานของสรีระและการดูแลสุขภาพอนามัย ทัศนคติ ค่านิยม สัมพันธภาพ พฤติกรรมทางเพศ มิติทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อวิถีชีวิตทางเพศ เป็นกระบวนการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ความคิด ทัศนคติ อารมณ์และทักษะที่จำเป็นสำหรับบุคคลที่จะช่วยให้สามารถเลือกดำเนินชีวิตทางเพศอย่างเป็นสุขและปลอดภัยสามารถพัฒนาและดำรงความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีความรับผิดชอบและสมดุล

1. ความหมายของเพศศึกษา เพศศึกษามีความหมายตรงกับภาษาอังกฤษว่า (Sex Education) มีขอบข่ายกว้างขวางมาก ซึ่งได้มีนักการศึกษาได้ให้ความหมายเรื่องเพศศึกษาในหลากหลายทัศนะไว้ ดังนี้

นางลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ (2540 : 4) ยุพิน รุ่งแจ้ง (2533 : 9) จิตราภรณ์ วันสพวงศ์ (2536 : 6 – 7) สุจิตรา สุคนธทรัพย์ (2542 : 106) สุชาติ และวรรณิ โสมประยูร (2541 : 157) ได้ให้ความหมายไว้ในทำนองเดียวกันว่า เพศศึกษา หมายถึง โครงการศึกษาพัฒนาการทางเพศ ที่มีความสำคัญในเรื่องเพศศึกษา และสามารถนำความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศ เตรียมพร้อมที่จะแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคตที่เป็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับด้านร่างกาย สังคม จิตใจและศีลธรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลต่อความสำเร็จในชีวิตครอบครัวรวมทั้งสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว ความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตนทางด้านศีลธรรมจรรยา พฤติกรรมทางเพศในด้านความรู้ ทัศนคติและการปฏิบัติเพื่อก่อให้เกิดความรับผิดชอบ และความสัมพันธ์อันดีระหว่างเพศซึ่งสอดคล้องกับ มยุรี งามทอง (2534 : 1-7) สุพร เกิดสว่าง (อ้างถึงใน นางลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ 2540 : 13) ศุภรัตน์ ศรีสุชาติ

(2547 : 11) ได้ให้ความหมายไว้ในทำนองเดียวกันว่า เพศศึกษา หมายถึงกระบวนการศึกษาช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจถึงเรื่องราวทางเพศในด้านกลไกการทำงาน การเปลี่ยนแปลง ความต้องการและผลสืบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงและความต้องการทางเพศทั้งสองในทุก ๆ ด้านเกี่ยวกับทางด้านกายวิภาค และสรีรวิทยาของร่างกาย สุขภาพจิต พัฒนาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ การอยู่ร่วมกัน และการเรียนรู้บทบาทระหว่างชายหญิง และด้านสังคมวิทยาเกี่ยวกับการปรับตัวให้เข้ากับบุคคล ตลอดจนการประพฤติตนตามกฎหมาย และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม เพื่อนำไปผสมผสานกับการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต นำความรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ในทำนองเดียวกัน ระวีวรรณ แสงฉาย (2538 : 6) กล่าวว่าสมาคมแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกา (American Medical Association – AMA) วันทนีส์ วาลิกะลิน อ้างถึงใน นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ (2540 : 3) กัญญา รักษาดี และพิมลพรรณ อ้างถึงใน นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ (2540 : 2) ได้ให้ความหมายของเพศศึกษาไว้ว่า หมายถึง การสอนเพื่อจะช่วยเหลือเสริมชีวิตครอบครัวให้มั่นคงถาวร เพื่อให้เด็กเข้าใจ และยอมรับนับถือตัวเองมากขึ้นเพื่อพัฒนาความสามารถในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เพื่อปลูกฝังความรับผิดชอบในการแสดงออกเกี่ยวกับเรื่องเพศศึกษาที่มีต่อสังคม และเพื่อยกมาตรฐานความสามารถของการที่จะเป็น บิดา มารดา ซึ่งรู้จักหน้าที่ที่ดีของตนในอนาคต โดยการสอนเพศศึกษานี้แก่เด็ก จะต้องไม่หมายถึงการสอนเรื่องเทคนิคเกี่ยวกับการร่วมเพศ หรือความผิดปกติทางเพศใด ๆ ทั้งสิ้นซึ่งสอดคล้องกับกูด (Good 1973 : 531) เสนอ อินทรสุขศรี (2540 : 1) ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ และคณะ (2523 : 3 – 4) นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ (2540 : 4) ณัฏชา ถาวร (2545 : 17) ได้ให้ความหมายของเพศศึกษาไว้ว่า เพศศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ความแตกต่างที่เกิดจากธรรมชาติและกำหนดของสังคมระหว่างเพศชายและเพศหญิงและมีความเกี่ยวข้องกับมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย ซึ่งสามารถศึกษาได้ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกโรงเรียนซึ่งไม่ใช่แค่เพียงการศึกษาเรื่องสรีระวิทยาเท่านั้น แต่ต้องศึกษาถึงสภาวะทางจิตใจ อารมณ์ และสังคมของมนุษย์ ความสัมพันธ์ระหว่างเพศเพื่อที่จะได้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นเพื่อที่จะให้เกิดการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่สร้างปัญหาในสังคม และในทำนองเดียวกัน รูบินและคิฟเคนดัล (Rubin and Kifkendal, 1964 : 18) ได้ให้คำจำกัดความของเพศศึกษาไว้ว่า เพศศึกษาไม่ใช่เพียงหน่วยการสอนเกี่ยวกับการสืบพันธุ์หรือสอนให้รู้ว่าจะเกิดปฏิสนธิและคลอดอย่างไรเท่านั้น แต่เพศศึกษามีเป้าหมายและขอบเขตที่กว้างขวางกว่านั้นกล่าวคือ เป็นโครงการการศึกษาที่ช่วยให้ผู้เรียนนำความรู้เกี่ยวกับเพศที่มีความหมายไปผสมผสานลงในการดำเนินชีวิตปัจจุบันและอนาคต ช่วยให้ผู้เรียนได้มีความเข้าใจพื้นฐานที่สำคัญทางเพศเมื่อเขามีอายุถึงวัยที่เป็นผู้ใหญ่เพียงพอ นอกจากนี้ ยังช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจถึงบรรทัดฐานในสังคมที่แตกต่างกัน อันจะเป็นการช่วยให้เขาได้ปรับตัวเข้ากับบุคคลเหล่านั้น

นั้นได้ดี รวมทั้งการปลูกฝังความสามารถในตัวผู้เรียนให้รู้จักตัดสินใจเกี่ยวกับการปฏิบัติทางด้านศีลธรรมจรรยา แต่การที่จะมุ่งหวังเอาไว้ว่าการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนจะช่วยลดอันตรายการเป็นโรคทางเพศ และลดอัตราการเกิดบุตรนอกสมรสได้ เพราะปัญหาสังคมดังกล่าวเป็นปัญหาที่ต้องร่วมมือกันระหว่างองค์กรต่างๆ ในสังคมและโรงเรียนก็เป็นส่วนหน่วยหนึ่งของสังคมในการแก้ปัญหาเรื่องเพศและ คิลแลนเดอร์ (Kilander, 1970 : 53) ได้ให้ความหมายของเพศศึกษาไว้ว่า “เป็นโครงการการศึกษาที่จัดขึ้นเพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้เตรียมพร้อมที่จะแก้ปัญหาของชีวิต ซึ่งมีเรื่องเพศเป็นส่วนประกอบ ปัญหาเหล่านี้มีมากมายนับตั้งแต่ปัญหาส่วนตัวของบุคคลจนถึงปัญหาที่มีความสลับซับซ้อนมากขึ้นเกี่ยวข้องกับร่างกาย สังคมจิตใจ และศีลธรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อความสำเร็จในชีวิตครอบครัวรวมทั้งสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว”

จากนักการศึกษาได้ให้ความหมาย เพศศึกษา สรุปได้ว่า เพศศึกษาหมายถึงโครงการศึกษากระบวนการที่ให้ความรู้ทั้งในระบบโรงเรียนและนอกโรงเรียนเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศทางด้านกายวิภาค สรีรวิทยา สุขภาพจิต สถานภาพ และบทบาททางเศรษฐกิจ สังคม ประเพณีและวัฒนธรรม เพื่อปรับตัวและวางแผนชีวิตและการตัดสินใจปฏิบัติต่อกันระหว่างเพศมีความรู้ความเข้าใจเรื่องเพศ การควบคุมพฤติกรรมทางเพศและแรงผลักดันทางเพศกระบวนการแก้ปัญหาของการสืบพันธุ์ อันมีผลทำให้เกิดความเป็นระเบียบในสังคม และชีวิตครอบครัว

2. จุดมุ่งหมายของการสอนเพศศึกษา ทั้งในโรงเรียนมัธยมศึกษา ต้องการให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ หรือมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ องค์การแพธ (PATH :2546) การสอนเพศศึกษาในโรงเรียนมีจุดมุ่งหมายดังนี้ คือ

1. เพื่อลดความเสี่ยงที่จะเกิดผลกระทบในทางลบอันเนื่องมาจากพฤติกรรมทางเพศ เช่น การตั้งครรภ์ที่ไม่ได้ตั้งใจ การติดเชื้อ HIV และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. เพื่อเสริมสร้างคุณภาพของความสัมพันธ์ทั้งระหว่างเพศ เพื่อน คู่รัก ครอบครัว บนพื้นฐานของการเคารพและให้เกียรติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
3. พัฒนาความสามารถในการคิด การตัดสินใจ การสื่อสาร ที่จะช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างรู้เท่าทันความต้องการของตนเอง สามารถหาทางออกกับแรงกดดัน สิ่งจูงใจทั้งจากเพื่อน สิ่งแวดล้อมได้อย่างผู้รู้คิด สามารถรับผิชอบและมีความสุขกับสิ่งที่ตนเองเลือก

จะเห็นได้ว่าจุดมุ่งหมายสำคัญของการสอนเรื่องเพศศึกษา ที่นักการศึกษาได้กล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เพศศึกษา เป็นการเสริมสร้างคุณภาพและคุณธรรมให้แก่ผู้เรียน โดยเน้นถึงการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุและการป้องกันไว้ก่อนเป็นการล่วงหน้า มากกว่าการที่จะต้องมาแก้ไขปัญหาในภายหลัง

3. **วัตถุประสงค์และความสำคัญของการสอนเพศศึกษา** นักการศึกษาได้ให้แนวคิดความสำคัญของการสอนเพศศึกษาสำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นไว้ดังนี้

นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ (2540 : 25 – 26) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับความสำคัญเรื่องเพศศึกษา ว่า การที่เด็กได้เรียนรู้ในเรื่องเพศศึกษาจะช่วยให้เด็กบรรลุผลในเรื่องต่อไปนี้

1. เข้าใจหรือสามารถแยกบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบระหว่างเพศได้ถูกต้อง
2. เข้าใจความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ แต่ละช่วงวัยหรือรู้พัฒนาการของบุคคลทั้งเพศหญิงและเพศชายในแต่ละช่วงวัย

3. รู้ว่าควรมีเพศสัมพันธ์เมื่อใดบ้างจึงจะไม่ใช่เป็นปัญหา
4. รู้ว่าควรเตรียมตัวอย่างไรบ้างหากมีคู่ครอง เช่น ความพร้อมทางวุฒิภาวะ อารมณ์ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม การปรับตัวในการใช้ชีวิตคู่ การเตรียมตัวในการวางแผนครอบครัว

5. รู้ว่าควรเตรียมตัวอย่างไรเมื่อมีคู่ครอง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ที่เหมาะสม การปรับตัวเข้าหากัน การแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบภายในครอบครัว รวมทั้งการแบ่งเบาภาระช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การวางแผนครอบครัว และการวางแผนชีวิตคู่ร่วมกัน

6. หลบเลี่ยงปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ผิดปกติ เช่น กามวิถิตาร หรือจิตเภทต่าง ๆ เป็นต้น

7. มีทัศนคติที่ถูกต้องในเรื่องเพศ เช่น ไม่เข้าใจว่าเรื่องเพศสัมพันธ์ระหว่างเป็นเรื่องสกปรก หยาดคาย หรือผิดศีลธรรม ไม่กีดกันเด็ก ๆ เรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เพราะบางที่ปกปิดยิ่งจะทำให้เด็กคิดว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องลับ ทำให้เด็กแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง หรือถามผู้อื่นที่ไม่มีความรู้เรื่องเพศก็ยิ่งจะกลายเป็นปัญหาแก่เด็กเหล่านั้นมากขึ้นได้

8. สร้างความสุขในครอบครัว

9. ลดปัญหาทางเพศและปัญหา

คิลเลนเดอร์ (Kilander 1970 : 72-74) กล่าวว่า การสอนเพศศึกษาควรมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อให้เข้าใจความหมาย และความสำคัญของการจัดการแต่งงาน การเป็นพ่อแม่ และชีวิตครอบครัว

2. เพื่อให้รู้จักควบคุมอารมณ์ การมีวินัยในตนเอง รู้จักนับถือบุคคลอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในสังคม เข้าใจหน้าที่ของพ่อแม่ และมีความรับผิดชอบในครอบครัว

3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจในเรื่องเพศของมนุษย์ว่าเป็นเรื่องธรรมชาติที่มนุษย์ทุกคนควรรู้ ไม่เห็นว่าเป็นเรื่องที่น่าละอายหรือเป็นเรื่องที่ผิด

4. ให้เรียนรู้พฤติกรรมทางเพศของมนุษย์ ไม่ได้เฉพาะที่เกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนตัวเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับสังคม ศีลธรรม และศาสนาอีกด้วย
5. เพื่อให้เรียนรู้โทษและอันตรายจากการประพฤติดังกล่าวของเพศชายและเด็กหญิง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน และการทำแท้ง
6. เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียน ได้เรียนรู้และทราบข้อเท็จจริงในเรื่องเพศจากบิดามารดา ครูผู้ให้คำปรึกษา และหมอสอนศาสนา
7. ให้เข้าใจถึงกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายและหญิง ตลอดจนการสืบพันธุ์
8. เพื่อให้ความซาบซึ้งในมารยาท ศีลธรรมจรรยา อันควรประพฤติของชายและหญิงในการพบปะกันในสังคม
9. เพื่อให้เข้าใจถึงปัญหาเรื่องเพศของแต่ละบุคคล เช่น การฝันเปียก การมีประจำเดือน และการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
10. ให้เข้าใจถึงเรื่องพันธุกรรมของมนุษย์ เช่น ลักษณะต่าง ๆ ที่พ่อแม่ถ่ายทอดไปยังบุตรหลาน
11. ให้เรียนรู้ถึงกฎหมาย ขนบธรรมเนียมประเพณีและศีลธรรมจรรยา ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ เช่น การแต่งงาน การหย่าร้าง และปัญหาโสเภณี
12. เข้าถึงธรรมชาติของการตั้งครรภ์ การคลอด การเลี้ยงดูเด็ก และการปฏิบัติตัวของมารดา ภายหลังคลอด
13. ให้เรียนรู้ถึงปัญหาการเพิ่มประชากร และการวางแผนครอบครัว
14. ให้เรียนรู้ถึงข้อเท็จจริง เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์รวมทั้งวิธีการป้องกันและการรักษา

รวีวรรณ แสงฉาย (2538 : 8 – 10 ; อ้างมาจาก Robin 1970 : 21 – 24) กล่าวว่าเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศและชีวิต เพื่อการพัฒนาการที่ดีของชีวิตมนุษย์ทุกคน เคอร์เคนดอล (Kirkendal , อ้างถึงในสุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์ 2542 : 75) ซึ่งเป็นศาสตราจารย์ที่สอนเกี่ยวกับชีวิตและครอบครัว (Family Life) ได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ บทบาทสำคัญของเพศศึกษา และการที่ปัญหาเรื่องเพศศึกษามีความสำคัญต่อชีวิตและสังคม

1. เพื่อให้เจ้าตัวมีความรู้และความเข้าใจ เกี่ยวกับความเจริญและสภาวะทางร่างกาย สติปัญญา จิตใจและอารมณ์ของตนโดยทั่ว ๆ ไป และมีสัมพันธ์กับเรื่องเพศและการอารมณ์

2. เพื่อขจัดความกลัวและความกังวล อันมีมูลฐานมาจากการเจริญเติบโตและ พัฒนาการทางเพศ และการปรับตัวทางเพศของผู้นั้น เพื่อสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสม ไม่มีความวิตกกังวล

3. เพื่อสร้างความเข้าใจและทัศนคติที่ถูกต้องและสมเหตุสมผลต่อเพศ และการแสดงออกทุกทางของเพศในตนเองและผู้อื่น เพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและทัศนคติที่ถูกต้องในเรื่องเพศ

4. เพื่อให้เจ้าตัวมองเห็นอย่างเข้าใจถึงแง่ถึงสัมพันธ์ภาพของตนเองกับคนเพศเดียวกันและเพศตรงกันข้าม และช่วยให้เข้าใจถึงหน้าที่ พันธะและความรับผิดชอบที่ตนต้องมียกกับตนเองและกับผู้อื่น ทำให้ปฏิบัติเกี่ยวกับตนเองและเพศตรงข้ามได้ถูกต้อง เหมาะสมในแง่ของสังคม

5. เพื่อให้มองเห็นว่ามนุษย์สัมพันธ์ที่ดี สมบูรณ์ สะอาด ทั้งในระหว่างเพศเดียวกัน และกับต่างเพศ มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการให้ความพึงพอใจ ความสุขสำราญ ความราบรื่น ความกระตือรือร้นไปทางดี ทั้งในชีวิตของแต่ละคนในชีวิตของทั้งครอบครัว

6. เพื่อสร้างความเข้าใจและความปรารถนาว่า สังคมจำเป็นต้องมีมาตรฐานทางศีลธรรม เพื่อเป็นหลักในการช่วยควบคุมในการตัดสินใจของเรา

7. ให้มีความรู้เพียงพอเกี่ยวกับการใช้เพศไปทางผิดและความวิปริตทางเพศ ทั้งนี้เพื่อให้เจ้าตัวรู้จักรักษาให้พ้นจากการถูกเอารัดเอาเปรียบ ข่มเหงและให้พ้นจากภัยอันตราย ความเสียหายต่อสุขภาพจิต เพื่อประโยชน์ในการป้องกันปัญหาทางเพศและลดปัญหาอาชญากรรมทางเพศ

8. เพื่อกระตุ้นให้เราสร้างสรรค์สังคมให้ปราศจากสิ่งเลวทรามหรือเป็นพิษเป็นภัย เช่น โสเภณี ลูกไม่มีพ่อ กฎหมายที่ล้าสมัยเกี่ยวกับเรื่องเพศ ความกลัวหรือทัศนคติอันไร้เหตุผล การเอารัดเอาเปรียบทางเพศ ระหว่างเพศ เป็นต้น

9. เพื่อให้เจ้าตัวมีความเข้าใจและความเคยชินจากการหัดการนึกคิด ทัศนคติอุดมคติ ที่จะช่วยให้เขาสามารถใช้เพศและกามารมณ์ของเขาอย่างถูกต้อง อย่างเป็นประโยชน์และมีผลในทางดี การเสริมสร้างในการดำรงชีวิตของเขาในหน้าที่ต่าง ๆ เช่น ในหน้าที่ของคู่ครอง เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตคู่ที่ดี เพื่อเป็นพื้นฐานครอบครัวที่มีความสุข เป็นพ่อแม่ที่ดีเข้าใจลูกและเป็นพลเมืองที่ดี

จากวัตถุประสงค์การเรียนรู้และจากความสำคัญของการสอนเพศศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สรุปได้ว่า การสอนเพศศึกษาเป็นการสอนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ การเจริญเติบโต พัฒนาการทางเพศทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และให้มีเจตคติที่ดีในเรื่องเพศศึกษาและเพศตรงข้าม ให้มีความตระหนักและการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางเพศอย่างมี

เหตุผล มีความรับผิดชอบต่องาน ครอบครัวและสังคม ตลอดจนสามารถที่จะป้องกันและแก้ไข ปัญหาทางเพศได้อย่างเหมาะสม และรู้จักที่จะสร้างเสริมชีวิตครอบครัวได้อย่างมีความสุข

4. ความรู้และขอบเขตเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย (2549 : 99) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น อายุระหว่าง 13 – 16 ปี สังคมที่มีคูรักมีเพศสัมพันธ์ เปลี่ยนคู่นอน ขยายบริการทางเพศแบบแอบแฝงป็นสนุกกำลัง ระบาดหนักในสังคมวัยรุ่นเด็กชายหญิง สถานศึกษาถือว่ามีความสำคัญในการให้ความรู้ความ เข้าใจแก่นักเรียนโดยเฉพาะนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรสถานศึกษา ขั้นพื้นฐานที่กำหนดไว้ในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 2

เพ็ญศรี พิชัยสนธิ (2539 : 69-71) กล่าวว่า พฤติกรรมทางเพศเป็นส่วนหนึ่งของ บุคลิกภาพทั้งหมด ของคนเรา เพศศึกษาจึงประกอบด้วยเรื่องราวต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านร่างกาย

1.1 ลักษณะของอวัยวะสืบพันธุ์ของทั้งสองเพศ การเจริญเติบโต และการทำ หน้าที่ของอวัยวะนั้น รวมทั้งการให้กำเนิดและความสามารถในการคุมกำเนิดและความสามารถในการ คุมกำเนิดของมนุษย์

1.2 การทำงานของระบบอื่น ๆ ในร่างกายที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศ เช่น ระบบฮอร์โมน ระบบประสาทและระบบสมอง

1.3 ความสัมพันธ์ระหว่างความนึกคิด และเจตคติของคนกับการแสดงออก ทางเพศ สมอง ขนบธรรมเนียมประเพณี ศีลธรรม เกี่ยวกับการกระทำอย่างไร

1.4 พัฒนาการทางเพศและเพศเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ

1.5 พันธุกรรม

2. ด้านสังคม

2.1 บทบาทหน้าที่ และความสามารถในครอบครัวของสมาชิกครอบครัว รวมทั้งเรื่องวิถีการอยู่ การเงิน มรดก ระเบียบวินัย และกฎหมายต่าง ๆ

2.2 อิทธิพลของเพศต่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่าง ๆ ในสังคม

2.3 การใช้เพศและจุดประสงค์ของเพศของเพศทั้งภายในและภายนอกการ สมรส

2.4 เพศและการเพิ่มประชากร

2.5 ความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง

2.6 ปัญหาทางเพศที่เกิดจากมาตรฐานของสังคมสิทธิมนุษยชน และนโยบาย การพัฒนา

2.7 สาเหตุและการรักษาความผิดปกติทางเพศ

3. ด้านอนามัย

3.1 สุขภาพทั่วไปทั้งกายและใจเกี่ยวกับเพศอย่างไร

3.2 พัฒนาการทางเพศ แรงขับทางเพศและพฤติกรรมบางอย่าง เช่น การสำเร็จ

ความใคร่ด้วยตนเอง การเล่นอวัยวะ และการอยากรู้ อยากเห็นทางเพศ

3.3 ความสะอาด

3.4 การปรับตัวอย่างไรกับการเป็นหนุ่มเป็นสาวเร็วหรือช้าเกินไป

3.5 การอดกลั้นทางเพศ การผ่อนคลายแรงขับทางเพศ

3.6 ความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

3.7 การส่งเสริมการแสดงออกทางเพศอย่างเหมาะสมตามวัย ความสัมพันธ์

ระหว่างคนในครอบครัวควรมีแบบฉบับอย่างไร

4. ด้านเจตคติและการปรับตัว

4.1 การวางตัวก่อนสมรส โดยเฉพาะกับคู่ที่ออกเที่ยวด้วยกันเสมอ ๆ หรือเป็น

คู่หมั้น

4.2 การสังสรรค์ระหว่างเด็กหนุ่มสาว

4.3 นิสัยและการปฏิบัติเกี่ยวกับเพศ

4.4 การสร้างเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสม

4.5 การเข้าใจในการแสดงออกและพฤติกรรมทางเพศที่เห็นในสังคม

4.6 การสร้างค่านิยมและระบบคุณค่าในเรื่องต่าง ๆ ที่สังคมยอมรับเพื่อเป็น

แนวทางและหลักในการดำรงชีวิตและการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ มิใช่แต่เรื่องเกี่ยวกับเพศเท่านั้น

5. เพศในการคบหาสมาคมและเกี่ยวข้องกัน

5.1 การศึกษาเพื่อได้เข้าใจ และยอมรับหน้าที่ตามเพศของตนตามสังคม ซึ่ง

กำลังมีการเปลี่ยนแปลง และพยายามหาทางวางตนและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ขอดนให้ได้ผลราบรื่น ให้ความยุติธรรมและความพึงพอใจแก่ตนเอง และชายหญิงที่สัมพันธ์ด้วย

5.2 การตระหนักถึงความแตกต่างในลักษณะการนึกคิด และพฤติกรรมทาง

เพศซึ่งมีอยู่ตามปกติในแต่ละคน

5.3 การตระหนักว่าแต่ละคนทั้งชายและหญิงต้องมีความรับผิดชอบต่อสังคม

5.4 ครอบครัวและเจตคติเรื่องเพศกับการอบรมภายในครอบครัว

6. การกำหนดค่านิยมในเรื่องเพศ ค่านิยมเป็นหลักในการดำรงชีวิตและตัดสินใจ

ในเรื่องต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่ความสุขสบายความสงบมาสู่ตนเองและผู้อื่น ขนบธรรมเนียมประเพณี

จะมีส่วนเกี่ยวข้องในเรื่องนี้อย่างมาก ค่านิยมในเรื่องเพศ เช่น คนโสดทั้งชายและหญิงต้องรักษาความบริสุทธิ์ หญิงต้องรักษาวงสวณตัว การแสดงออกทางเพศจะมีได้เมื่อสมรสแล้ว การกำหนดค่านิยมควรมีรากฐานจากหลักสำคัญของสังคมประชาธิปไตย ได้แก่ การเคารพในเกียรติ และศักดิ์ศรีของมนุษย์ทุกคนเท่าเทียมกัน ทุกคนมีสิทธิตัดสินใจเรื่องชีวิตของตน

รัชนี นพเกตุ (2542 : 178 -179) ได้เสนอเนื้อหาของคู่มือการสอนเพศศึกษาเด็กที่มีอายุ 13-15 ปี คืออยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ไว้ดังนี้ คือ เป็นสิ่งปกติที่มีความรู้สึกทางเพศมีความต้องการมีจินตนาการ เพศเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความสุข ขนาดขององคชาติและหน้าอกไม่ได้เป็นเครื่องยืนยันว่าจะเป็นคนนอนที่ดี คนทุกคนมักจะมีความรู้สึกทางเพศไม่ว่าจะรูปร่างเช่นไร เข้าใจความแตกต่างของพฤติกรรมทางเพศ ความรักความใคร่ไม่ใช่สิ่งเดียวกับเสน่ห์ดึงดูดทางเพศ และมีความเข้าใจผลตามมาของการร่วมเพศที่ไม่มีการป้องกัน การป้องกันการตั้งครรภ์ เด็กอย่างเข้าสู่วัยรุ่นยังไม่พร้อมในการร่วมเพศ การจีบ การเกี่ยวพาราตี การขอสร้างความสัมพันธ์ บทบาทของเพื่อน การเพิกการกำหนดขอบเขตของกลุ่ม ตระหนักในการหาประโยชน์ของผู้ที่เข้ามาสร้างความสัมพันธ์และสุขอนามัยของร่างกาย

นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ (2540 : 28 – 29) ได้เสนอเนื้อหาสาระในการสอนเพศศึกษาให้แก่เด็กอายุ 12 -15 ปี ซึ่งอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น คือการเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโตของร่างกาย การปลูกฝังความรับผิดชอบในเรื่องเพศในเด็กทั้งความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อเพศตรงข้าม/การให้เกียรติเพศตรงข้ามความคาดหวังทางสังคมต่อบทบาทของการเป็นผู้ชายผู้หญิง อิทธิพลค่านิยม ความเชื่อทางสังคม ค่านิยมที่ดี และค่านิยมบางอย่างที่ควรแก้ไข การหลีกเลี่ยงสิ่งชั่วร้ายทางกามารมณ์

สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541 : 197) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการสอนเพศศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นว่า เรื่องที่ควรสอนได้แก่ การเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจในวัยรุ่น สรีรวิทยาของอวัยวะเพศและต่อมเพศ การสืบพันธุ์ของมนุษย์ สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและเพศหญิง ความเข้าใจในเพศตรงข้าม ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ การปรับตัวเข้ากับเพื่อนต่างเพศ การแต่งงานและชีวิตครอบครัว และความเชื่อ ความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ

เทิดศักดิ์ เดชคง (2543 : 75) ได้เสนอเนื้อหาการสอนเรื่องเพศศึกษาว่า น่าจะมีประเด็นสำคัญ ดังนี้

1. ร่างกายและสรีระวิทยาของเพศชายและเพศหญิง
2. บทบาททางเพศและการคบค้าสมาคม ทั้งการวางตัว การให้เกียรติฝ่ายหญิง มารยาททางสังคม ประเพณีเกี่ยวกับการคบเพื่อนต่างเพศ เรื่องนี้เป็นการปลูกฝังค่านิยมและ

พฤติกรรมทางเพศในทางที่เหมาะสม ซึ่งรวมทั้งการมีทักษะในการคบหา คือคบกับเพื่อนต่างเพศได้ (ทั้งในแบบเพื่อนและแฟน) รู้จักยับยั้งชั่งใจโดยรอบของสังคมเป็นตัวควบคุม

3. อารมณ์และความต้องการทางเพศ เรียนรู้ทั้งความต้องการต่าง ๆ อันเป็นธรรมชาติและวิธีที่จะจัดการอย่างถูกต้อง

4. ปัญหาทางเพศสัมพันธ์ เช่น โรคติดต่อ การตั้งครรภ์ที่เกิดได้อย่างไร ป้องกันได้อย่างไร ในเด็กเล็กอาจต้องมีเรื่องการล่วงละเมิดทางเพศ โดยให้เด็กรู้จัก “บริเวณส่วนตัวที่ต้องระมัดระวัง รวมทั้งบุคคลที่สามารถเป็นที่ปรึกษาเมื่อเกิดปัญหานั้น

5. อนาคตของตนเอง ได้แก่การเลือกคู่ครอง การแก้ไขความขัดแย้งในชีวิตสมรส เพศศึกษาที่เด็กควรจะได้รับ การเรียนรู้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของเด็กในอนาคตโดยที่ไม่สร้างปัญหาภาระให้แก่สังคม เนื้อหาที่เด็กควรจะได้รับ การเรียนรู้ไม่ว่าจากในระบบโรงเรียน หรือนอกระบบโรงเรียน ควรจะมีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องบทบาทหญิงชาย ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ ความสัมพันธ์เชิงอำนาจระหว่างหญิงชาย – มาตรฐานสองชั้นในสังคม ความพึงพอใจทางเพศของ หญิงและชาย ทักษะติดต่อเพศตรงข้าม การควบคุมเรื่องเพศ (ความรัก ความใคร่ คุณค่าของผู้หญิง ความอาย ระบบศีลธรรม) การวางตัวต่อเพศตรงข้าม การต่อรองทางเพศ การสื่อสารทางเพศ และ พฤติกรรมทางเพศ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2548 :5 - 6) ได้ให้แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา สำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (ม.1 – ม.3) ได้กำหนดขอบข่ายเนื้อหาเพศศึกษาไว้ 6 หน่วยการเรียนรู้ คือ หน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศ เน้นสาระเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเมื่อเข้าสู่วัยหนุ่มสาว พัฒนาการทางเพศ การสืบพันธุ์ ภาพลักษณ์ต่อร่างกาย (body image) ตัวตนทางเพศ และรสนิยมทางเพศ (Sexual identity and orientation) หน่วยที่ 2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีเนื้อหาในมิติของครอบครัว เพื่อน การคบเพื่อนต่างเพศ ความรัก การใช้ชีวิตคู่ การแต่งงาน การเป็นพ่อแม่ หน่วยที่ 3 ทักษะส่วนบุคคลที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตเพราะความรู้และข้อมูลที่ได้รับเกี่ยวกับเพศนั้นไม่เพียงพอที่จะช่วยให้เยาวชนสามารถรับมือกับเหตุการณ์และแรงกดดันต่าง ๆ ที่ประสบในชีวิตจริง หน่วยที่ 4 พฤติกรรมทางเพศ มีเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศที่พัฒนาไปตามช่วงชีวิต การเรียนรู้อารมณ์ทางเพศ การจัดการอารมณ์เพศ การช่วยตนเอง จินตนาการทางเพศ การแสดงออกทางเพศ การละเว้นการมีเพศสัมพันธ์ การตอบสนองทางเพศ หน่วยที่ 5 สุขภาพทางเพศ เป็นสาระเกี่ยวกับการหลีกเลี่ยงผลกระทบที่ไม่พึงประสงค์จากความสัมพันธ์ทางเพศ ในสาระที่เกี่ยวกับเพศศึกษาเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย วิธีการคุมกำเนิด การป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และเอดส์ การล่วงละเมิดทางเพศ ความรุนแรงทางเพศ และ

อนามัยเจริญพันธุ์ หน่วยที่ 6 สังคมและวัฒนธรรมเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับวิธีการเรียนรู้และการแสดงออกในเรื่องเพศของบุคคลที่ได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทางสังคมและวัฒนธรรมในประเด็นของเพศศึกษาจึงเป็นการเปิดโลกทัศน์ให้เข้าใจบทบาททางเพศ เรื่องเพศในบริบทของสังคม วัฒนธรรม กฎหมาย ศิลปะ และสื่อต่าง ๆ

จากแนวคิดของนักการศึกษา จึงสรุปเนื้อหาเรื่องเพศศึกษาสำหรับเด็กอายุระหว่าง 12- 16 ปี ซึ่งกำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น ควรจะสอนเนื้อหาเรื่องในเรื่อง การพัฒนาการเพศศึกษาและการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สุขอนามัยเกี่ยวกับอวัยวะเพศ การคบเพื่อนต่างเพศ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การตั้งครรภ์ การติดโรคทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ให้นักเรียนซึ่งอยู่ในระยะวัยรุ่น ให้เข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ปัญหาในเรื่องเพศสัมพันธ์ แรงกดดันทางเพศ การลดความกดดันทางเพศ การปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมรอบตัว การสร้างคุณค่าและเสน่ห์ในตัวเองการปรับตัวให้เข้ากับครอบครัว เพื่อน และการดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5. การสอนเพศศึกษา ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2544 หมวด 4 แนวการจัดการ ศึกษา มาตรา 22 การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ ดังนั้นการที่ครูผู้สอนมีความรู้เกี่ยวกับการสอนสุขศึกษาจะทำให้ครูสามารถครูสามารถจัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจและความถนัดของผู้เรียนได้

6. หลักการสอนเพศศึกษา กรมวิชาการ (2545 : 5) มาตรา 30 ให้สถานศึกษาพัฒนากระบวนการเรียน การสอนที่มีประสิทธิภาพรวมทั้งการส่งเสริมให้ผู้สอนสามารถวิจัยเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนในแต่ละระดับการศึกษา เนื่องจากกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา มุ่งเน้นเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพเป็นสำคัญ ดังนั้นการจัดกระบวนการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนจึงควรให้ความสำคัญกับเรื่องของทักษะกระบวนการ โดยผสมผสานเข้ากับเรื่องของความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยม สัมฤทธิ์ผลของหลักสูตรจะเห็นได้จากผลที่เกิดขึ้นกับตัวผู้เรียนคือ สามารถปฏิบัติได้ หรือเป็นพฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ คงทน ในการดำเนินชีวิตประจำวันด้วยการคิดเป็นและมีคุณธรรม จริยธรรม ตลอดจนค่านิยมที่ดีที่สะท้อนออกมาให้เห็นถึงการมีสุขภาพและบุคลิกภาพที่ดี มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ชุมชน และสังคม

กระทรวงศึกษาธิการ (ม.ป.ป. : 2) ได้เสนอแนวการสอนเพศศึกษาว่า การสอนเพศศึกษาในยุคปัจจุบัน ผู้สอนควรตระหนักถึงเรื่องต่อไปนี้

1. เรื่องเพศศึกษาเป็นความต้องการทางธรรมชาติและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์โดยทั่วไปและเป็นความต้องการที่มีอยู่ตลอดชีวิต
2. มนุษย์แต่ละคนมีคุณค่าและศักดิ์ศรีจึงไม่ควรถูกแบ่งแยกกีดกันด้วยเพศ เชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม หรือรสนิยมทางเพศ ควรเคารพความแตกต่างหลากหลายของกันและกัน
3. การบังคับให้ผู้อื่นคิด เชื่อ หรือปฏิบัติ โดยขัดกับความต้องการของบุคคลนั้น ๆ ถือเป็นเรื่องที่ขัดต่อกิจกรรมในการจัดการเรียนรู้เรื่องเพศ
4. บุคคลต้องรับผิดชอบต่อการกระทำและผลการกระทำของตน รู้จักแนวทางป้องกัน การระมัดระวังพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหาทางเพศ
5. ผู้สอนควรสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้เรียน และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเปิดเผยหรือพูดคุยเกี่ยวกับความคับข้องใจในการดำเนินชีวิตรวมทั้งเรื่องเพศ โดยไม่ถูกตัดสินคุณค่าจากผู้สอน
6. ในประเด็นเรื่องการป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์และการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ผู้สอนควรเสนอทางเลือกแก่ผู้เรียนมากกว่า “การไม่มีเพศสัมพันธ์เท่านั้น”

จากหลักการสอนเพศศึกษา จึงสรุปได้ว่าการสอนเรื่องเพศศึกษาเป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ที่เน้นทักษะกระบวนการพัฒนาการทางด้านร่างกายที่เน้นความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และค่านิยม พฤติกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ สม่ำเสมอ และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

7. แนวคิดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2548: 1) กล่าวว่า แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาสำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษา เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ในเชิงกายวิภาค พฤติกรรมทางเพศ และปัญหาทางเพศ เพื่อให้ผู้เรียนมี “ความรู้จริง” ในเรื่องเพศ ตามหลักจิตวิทยาถือว่ามนุษย์ทุกคนมีความต้องการทางเพศเป็นแรงจูงใจชนิดหนึ่งเหมือนกับความต้องการอาหาร ดังนั้นความต้องการความรัก ความมั่นใจในชีวิต ตลอดจนความเชื่อ เจตคติ ศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี ฯลฯ จึงเข้ามามีบทบาท เพื่อตอบสนองแรงจูงใจทางเพศค่อนข้างมาก และหากตอบสนองในทางที่ไม่เหมาะสมจะก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การมีค่านิยมทางเพศที่ไม่เหมาะสม และที่เป็นปัญหาระดับชาติคือ การแพร่ระบาดของโรคเอดส์ จึงจำเป็นต้องปลูกฝังให้ผู้เรียนทุกคนต้องมีความรู้ในเรื่องเพศที่ถูกต้องและมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมทางเพศของตน

องค์การแพธ (PATH :2546) การจัดกระบวนการเรียนรู้เป็นกระบวนการพัฒนาผู้เรียน เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ ทางด้านจิตใจ ร่างกาย สติปัญญา และสังคม โดยอาจใช้ยุทธศาสตร์ได้หลายอย่าง เช่น

1. การตั้งคำถาม (Questioning) และการถามตนเอง (Self Questioning)
2. การใช้แผนที่ความคิด (Mind Mapping)
3. การเรียนรู้แบบปรึกษาหารือ (Negotiated Learning)
4. การบันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)
5. การตั้งปัญหา (Problem – Based Learning)
6. การประเมินตนเองตามสภาพจริง (Authentic Self – Assessment)
7. การลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง (Learning by Doing)
8. การสืบค้น (Inquiry Learning)

เพศศึกษา เป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับเพศ (Sexuality) ที่ครอบคลุมพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ การทำงานของสรีระและการดูแลสุขภาพอนามัย ทักษะคิด ค่านิยม สัมพันธภาพ พฤติกรรมทางเพศ มิติสังคม และวัฒนธรรม ที่มีผลต่อวิถีชีวิตทางเพศเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ความคิด ทักษะคิด อารมณ์ และทักษะที่จะเป็นสำหรับบุคคลที่จะช่วยให้สามารถเลือกดำเนินชีวิตทางเพศอย่างเป็นสุขและปลอดภัยสามารถพัฒนาและดำรงความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีความรับผิดชอบและสมดุล

8. รูปแบบการจัดการเรียนรู้เพศศึกษา รูปแบบในการจัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ที่นำมาเสนอนี้สามารถนำมาประยุกต์ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งเน้นให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วม ได้สัมผัสกับแนวคิด เหตุการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ได้คิดได้แสดงออกอย่างสร้างสรรค์ รวมถึงการให้โอกาส เพื่อนำสิ่งที่เรียนไปประสานกับสิ่งที่เคยรู้มาก่อน เน้นการกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็น รวมทั้งสามารถบูรณาการความรู้ไปสู่การปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

กรมวิชาการ (2545 : 129-132) ได้เสนอรูปแบบที่นำไปประยุกต์ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้มีการศึกษาค้นคว้า สำรวจ อภิปราย และประสานสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกของกลุ่ม

1. วิธีสอนการคิดและร่วมกันแสดงความคิดเห็น (Think.Pair and Share) คือผู้เรียนทำงานเป็นกลุ่มเพื่อช่วยพัฒนาความคิดเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง
2. วิธีสอนโต้แย้ง (Debate) คือผู้เรียนศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับหัวข้อใดหัวข้อหนึ่ง และร่วมงานเป็นทีม และนำเสนอแนวคิดแก่เพื่อนร่วมชั้น

3. วิธีสอนการระดมสมอง (Brainstorming) ผู้เรียนให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับหัวข้อที่เรียน โดยทุกแนวความคิดจะถูกยอมรับ ความคิดเห็นได้ถูกจัดกลุ่ม จัดลำดับความสำคัญและให้เหตุผลประกอบความสำคัญนั้น ๆ และผู้เรียนสามารถต่อเติมแนวคิดที่คนอื่นให้ไว้ได้
4. วิธีสอนการคาดคะเน สังเกต และอธิบาย (Predict, Observe, Explain) ผู้สอนเสนอสถานการณ์แก่ผู้เรียน และให้ผู้เรียนลองทายว่าอะไรจะเกิดขึ้นในกรณีที่ถ้ามีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น
5. วิธีสอนการโยงใยความสัมพันธ์ (Webbing) ผู้เรียนช่วยกันเขียนคำ หรือ พยางค์ที่จะมีความสัมพันธ์โยงใยความสัมพันธ์
6. วิธีสอนการสร้างแนวคิดหลัก (Concept Mapping) ผู้เรียนช่วยกันสร้างกลุ่มของแนวคิดหลักที่สัมพันธ์กับหัวข้อการเรียนการสอนและจัดลำดับของแนวคิดหลัก
7. วิธีสอนการเขียนแผนภูมิแสดงขั้นตอน (Flowchart) ผู้เรียนเขียนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นขั้นตอน หรืออาจจะเป็นการกระทำ บทบาท หรือการตัดสินใจที่เป็นลำดับขั้นตอน
8. วิธีสอนการเขียนแผนภูมิแสดงการวิเคราะห์ (Venn Diagram) ผู้เรียนวิเคราะห์ความเหมือนและความแตกต่างที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับหัวข้อการเรียนการสอนหนึ่งๆ
9. วิธีสอนการเขียนอย่างอิสระ (Free Writing) คือผู้เรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับข้อการเรียนในลักษณะเขียนเรียงความการเขียนเป็นคำถาม
10. วิธีสอนการเรียนรู้เน้นความร่วมมือ (Cooperating Learning) คือผู้เรียนร่วมมือเป็นกลุ่มเล็ก เพื่อร่วมทำงาน โครงการที่กำหนดให้
11. วิธีสอนการเรียนรู้จากกันและกัน (Jigsawing) คือผู้เรียนทำงานเป็นทีม แต่ละคนแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ตนเองมีประสบการณ์
12. วิธีสอนการสนทนาแลกเปลี่ยน (Dialogue Journal) คือผู้เรียนอภิปรายกับผู้สอนโดยใช้ลักษณะของการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้สอน และจะเปิดโอกาสของการได้รับข้อมูลป้อนกลับโดยการผ่านสื่อการเรียน ปัจจุบันอาจจะใช้ E – mail เป็นสื่อกลางได้
13. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ (Interviews) ผู้เรียนรวบรวมข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์และเสนอรายงานต่อชั้น
14. วิธีการสอนแบบการแสดงนิทรรศการขนาดเล็ก (Mini – Museum) ผู้เรียนแสดงนิทรรศการเกี่ยวกับสุขภาพหรือหัวข้อที่ศึกษา
15. วิธีการสอนแบบการคิดรูปแบบ (Models) ผู้เรียนสร้างสิ่งที่เป็นตัวแทนของแนวคิดอาจจะทำได้ทั้งนามธรรมและรูปธรรม

16. วิธีการสอนแบบวงจรการเรียนรู้ (The Learning Cycle) ผู้เรียนร่วมในการศึกษาค้นคว้าเรื่องใดเรื่องหนึ่งและสร้างสิ่งที่มีความหมายที่ได้จากการศึกษานั้น พร้อมทั้งเสนอแนะการแก้ปัญหาในส่วนที่จะเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของผู้เรียน

17. วิธีสอนแบบการเขียนแผนภูมิต้นไม้ (Consequence Diagram/Decision Trees) ผู้เรียนเขียนแผนภูมิเพื่ออธิบายแนวทางการแก้ปัญหาที่จะเป็นไปได้หลาย ๆ แนวทาง

18. วิธีสอนการทำงาน – อภิปรายร่วมกันในหัวข้อที่สนใจ (Concerns) ผู้เรียนร่วมกันทำงานเป็นกลุ่มเพื่ออภิปรายหัวข้อที่สนใจ และเสนอผลการอภิปรายต่อเพื่อนร่วมชั้น

19. วิธีสอนการแก้ปัญหา (Problem Solving) ผู้เรียนศึกษาปัญหาและใช้ความประยุต์ในการแก้ปัญหา

20. วิธีสอนการสะท้อนความคิด (Reflective Thinking) ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ได้เรียนรู้หลังจากจบกิจกรรมการเรียนรู้โดยการเขียนบทความ หรือตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นการแสดงความรู้สึก/ความคิดเห็น

จากแนวคิดของนักการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการสอนเพศศึกษาที่กล่าวมาข้างต้น กิจกรรมการเรียนรู้ส่วนใหญ่ นักเรียนจะเป็นผู้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง โดยมีครูทำหน้าที่เป็นเพียงผู้จัดกิจกรรมและให้คำแนะนำมากกว่าเป็นผู้บอกเนื้อหาให้นักเรียนจดจำ ครูจำเป็นต้องจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับเนื้อหา ใบความรู้ ใบงาน เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ที่แท้จริง และชี้แนะนักเรียนในบางโอกาสเพื่อให้ นักเรียนได้ใช้ความคิดและความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มที่ แต่อย่างไรก็ตามวิธีการสอนเพศศึกษาที่เหมาะสมกับผู้เรียนมีอยู่หลากหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับ การนำมาประยุกต์ใช้ของครูผู้สอนและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของครูผู้สอนเอง

9. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2548) ได้ให้แนวทางการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพศศึกษา ซึ่งแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ

1. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ในห้องเรียน โดยฝ่ายกิจกรรมการเรียนรู้
2. การจัดประสบการณ์ผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งอาจเป็นปัจจัยการเรียนรู้

ของนักเรียนด้านสภาพแวดล้อม

10. คุณสมบัติของครูผู้สอนเพศศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2548) กล่าวว่า ครูผู้สอนมีความสำคัญยิ่งต่อผลสัมฤทธิ์ของการสอนเพศศึกษา ดังนั้นครูผู้สอนควรใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสม มีคุณสมบัติและควรคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

1. มีทัศนคติที่ดีต่อการสอนเพศศึกษา คือเชื่อว่าเรื่องเพศเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิต มิใช่เรื่องสกปรกควรปกปิดและการสอนเพศศึกษาแก่เด็กเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาศักยภาพเด็ก
2. มีความแม่นยำในเนื้อหาที่จำเป็น เช่น เนื้อหาต่าง ๆ ด้านพัฒนาการทางเพศ
3. มีความชัดเจนเรื่องความเชื่อที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสังคมไทยและไม่นำความเชื่อหรือค่านิยมของตนไปตัดสินผู้เรียน
4. ใช้ทักษะการสอนที่เหมาะสมและเข้าใจจิตวิทยาการเรียนรู้ของเด็กแต่ละวัยใช้ภาษาเหมาะสม
5. บุคลิกเป็นกันเองใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นที่แตกต่าง
6. สอนด้วยท่าทีปกติธรรมดา ไม่แสดงท่าทีต่อไปนี้
 - เรื่องเพศเป็นเรื่องน่ากลัว ร้ายแรง บาป
 - เรื่องเพศเป็นเรื่องลามกเลวทราม
 - เรื่องเพศเป็นเรื่องลับลมคมใน
 - เรื่องเพศเป็นเรื่องเล่น ๆ ขบขัน
 - ท่าทีหัวเสีย ดุหมิ่น เยาะเย้ย เงินอาย

ดังนั้นครูผู้สอนเพศศึกษาจึงเป็นบุคคลสำคัญยิ่งที่จะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาเพศและปัญหาสังคม และสามารถนำความรู้ไปใช้ในการดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

11. การใช้สื่อการเรียนการสอน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข (2548) กล่าวว่า สื่อการเรียนการสอนเพศศึกษาที่ใช้ มีหลากหลายรูปแบบ ซึ่งควรมีลักษณะดังนี้

1. ไม่ใช่ของจริงหรือร่างกายของเด็ก หรือของผู้สอนมาอธิบายประกอบหรือสาธิต
2. ใช้ภาพถ่ายเส้นหรือหุ่นจำลองที่สื่อได้ชัดเจน แต่ไม่ล่อแหลมต่อการสร้างจินตนาการทางเพศ
3. การใช้สื่อเคลื่อนไหว เช่น ภาพยนตร์ วีดิทัศน์ ให้ใช้ภาพยนตร์หรือวีดิทัศน์ที่จัดทำขึ้นโดยเฉพาะสำหรับการสอนเพศศึกษา หรือถ้าไม่ได้สร้างขึ้นเฉพาะก็ควรเลือกใช้อย่างระมัดระวัง
4. สามารถใช้หนังสือที่ให้ความรู้เรื่องเพศศึกษาให้เด็กอ่านประกอบได้ เช่น หนังสือภาพหรือหนังสืออื่น ๆ แต่ควรตรวจสอบให้เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน

5. การใช้สื่อ Internet เช่น Website เกี่ยวกับเพศศึกษาโดยตรง เช่น www.Smussay.com เป็นต้น

12. การประเมินผลการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน การวัดผลการเรียน ในด้านความรู้ หรือแนวคิด ความรู้สึกหรือทัศนคติ และการปฏิบัติหรือความประพฤติเกี่ยวกับเรื่องเพศตาม จุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรม ที่ครูได้ตั้งขึ้นสำหรับการสอนในแต่ละบทเรียนเพื่อประเมินผลพฤติกรรม ของนักเรียน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการปรับปรุงการเรียนการสอนเพศศึกษาโดยตรง การ ประเมินผลการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนอาจจะทำได้หลายวิธีด้วยกัน ครูผู้สอนสามารถเลือกได้ ตามความเหมาะสมกับกิจกรรมการเรียนรู้และเหมาะสมกับผู้เรียน สุชาติ โสมประยูร และวรรณิ โสมประยูร (2541 : 221-222) ได้ให้เกณฑ์การประเมินผลพฤติกรรมทางเพศ ของผู้เรียน หลังจาก การสอนเพศศึกษาให้แก่ผู้เรียนแล้วโดยใช้วิธีการสังเกตในการประเมินดังนี้

1. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในห้องเรียนโดยทั่วไปดีขึ้นหรือไม่
2. การแสดงออกหรือความประพฤติทางเพศที่สังเกตได้อย่างไร
3. มีพฤติกรรมทางเพศอะไรบ้างที่เปลี่ยนแปลงไป
4. นักเรียนสามารถเลือกอ่านหนังสือหรือวารสารหรือเอกสารเกี่ยวกับเรื่องเพศ ได้เหมาะสมขึ้นหรือไม่
5. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ หรือการเลือกประเภทของกิจกรรมสันทนาการ การเปลี่ยนแปลงอย่างไร
6. ยังมีการพูดจาหยาบโผนเกี่ยวกับเรื่องเพศตามบริเวณห้องน้ำหรือในห้องส้วม อยู่อีกหรือไม่
7. ปฏิกริยาในการอภิปรายปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศที่นักเรียนได้แสดงออกมาเป็น อย่างไร
8. นักเรียนมีส่วนร่วมโดยทั่วไปในกิจกรรมการเรียนเกี่ยวกับเรื่องเพศดีขึ้น หรือไม่
9. นักเรียนมีการสำรวจในการพูดจา การแต่งตัว และความประพฤติอื่น ๆ เป็น อย่างไร
10. การรู้จักควบคุมตัวเองหรือการมีวินัยในตนเองของนักเรียนดีขึ้นหรือไม่
11. มีประมวลคำเกี่ยวกับเรื่องเพศเพิ่มขึ้น และใช้ถ้อยคำเหล่านั้นได้ถูกต้อง หรือไม่
12. มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นดีขึ้นหรือไม่
13. ยังมีนักเรียนนำหนังสือไปหรือหนังสือลามกมาอ่านในห้องเรียนอีกหรือไม่

14. ยังมีการเขียนข้อความหรือรูปภาพที่ลามกตามฝาผนังในห้องน้ำอยู่อีกหรือไม่
 15. การให้ความยอมรับนับถือหรือความร่วมมือกับเพื่อนต่างเพศเป็นอย่างไรบ้าง
- การประเมินผลการเรียนรู้เพศศึกษา เป็นการประเมินผลเรียนทางด้านความรู้ ความคิดและพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนด้วยการสังเกตและแบบทดสอบหลังจากได้เรียนรู้เรื่องเพศศึกษา

ชุดการเรียนรู้

นวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษาที่นำมาเสริมสร้างคุณภาพของการศึกษานั้นคือ การใช้สื่อการเรียนในรูปแบบของชุดการเรียนรู้ ชุดการเรียนรู้เป็นนวัตกรรมทางการศึกษาอย่างหนึ่งที่มีระบบการผลิตและมีการนำสื่อการเรียนการสอนหลาย ๆ อย่างมาสัมพันธ์กัน หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สื่อประสมมาช่วยในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคนให้บรรลุจุดหมายหมาย ชุดการเรียนรู้จะช่วยให้ครูมีความสะดวกสบาย และมีความมั่นใจในการสอนมากขึ้น นักเรียนจะเกิดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1. ความหมายของชุดการเรียนรู้

ชุดการสอน หรือ ชุดการเรียนรู้ มาจากคำว่า Instructional Package หรือ Learning Package จัดเป็นสื่อการสอนชนิดหนึ่งซึ่งเป็นชุดของสื่อประสม (Multi – media) ที่จัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียนรู้ตามหัวข้อเนื้อหาและประสบการณ์ของแต่ละหน่วยที่ต้องการจะให้ผู้เรียนได้รับ โดยจัดเอาไว้เป็นชุด ๆ บรรจุอยู่ในซอง กล่องหรือกระเป๋า ซึ่งแล้วแต่ผู้สร้างจะจัดทำขึ้น ในการสร้างชุดการสอนจะใช้วิธีระบบเป็นหลักสำคัญด้วย จึงทำให้มั่นใจได้ว่าชุดการสอนจะสามารถช่วยให้ผู้เรียนได้รับความรู้อย่างมีประสิทธิภาพและยังช่วยให้ผู้สอนเกิดความมั่นใจพร้อมที่จะสอนอีกด้วย ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2550) ซึ่งมีนักการศึกษาได้ให้ความหมายเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ไว้หลายท่านดังนี้

กัลยา ต๊ะมะครุฑ (2543 : 18) จรัสโณม ชมภูยั้ง (2543 : 20) ภัลลภ อินทมาตร (2543 : 25) เชิญ สามารถ (2544 : 11) วันเพ็ญ มีคำแสน (2544 : 32) อภิชาติ บังคมเนตร (2544 : 38) สุทธิรักษ์ อ่อนจำปา (2547 : 17) เอมอร จันทรสาวพัคตร์ (2547 : 41) ให้ความหมายที่สอดคล้องกันว่า ชุดประสบการณ์ที่สมบูรณ์ มีระบบสื่อประสมที่สอดคล้องกับเนื้อหาวิชาและวัตถุประสงค์ เพื่อช่วยให้การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ในทำนองเดียวกัน อัมพัน คณะนาม (2544 : 32) จันทสิน แก่นจันทร์ (2544 : 21) เสาวะลิ ผิวหุม (2546 : 40) ได้ให้ความหมายของชุดการสอน (Instructional Package) คือสื่อหลายอย่างประกอบกันจัดเข้าไว้ด้วยกัน

เป็นชุด เรียกว่าสื่อประสม มีองค์ประกอบพื้นฐานของการเรียน จุดประสงค์กิจกรรมการเรียนการสอน และการประเมินผล โดยระบุจุดประสงค์การประเมินผล ก่อนการเรียน คำแนะนำให้ปฏิบัติ และมีการประเมินผลหลังเรียนและในทำนองเดียวกัน ศุภรัตน์ ศรีสุชาติ (2547 : 37) กล่าวว่าชุดการสอน หมายถึง ถึงโปรแกรมทางการสอนทุกอย่างที่จัดไว้โดยเฉพาะวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในชุดการสอน อุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียนรู้ คู่มือ เนื้อหา แบบทดสอบ เป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้ มีการกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนการสอนไว้อย่างครบถ้วน ครูเป็นผู้จัดให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและฝึกฝนตนเอง โดยครูเป็นผู้คอยแนะนำ ซึ่งสอดคล้องกับ กุหลาบ หงษ์ทอง (2547 : 17) กล่าวว่าชุดการเรียนรู้ หมายถึง หน่วยการเรียนรู้สำเร็จรูปที่ผู้เรียนสามารถเรียนได้ด้วยตนเอง โดยศึกษาคำชี้แจงและทำกิจกรรมตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในชุดนั้น ทำให้ผู้เรียนมีความรู้ และบรรลุวัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ด้านนักการศึกษาต่างประเทศ ลอเรน และ กอร์ดอน (Lawrence and Gordon 1973 : 1) กล่าวว่าชุดการเรียนรู้เป็นบทเรียนที่มีระเบียบแบบแผนอาจมีวิธีการศึกษาหาความรู้ได้หลาย ๆ อย่างคือ รวมกิจกรรมการเรียนการสอนหลาย ๆ อย่างไว้ด้วยกัน เพื่อให้ผู้เรียนได้เลือกเรียนตามความสนใจ ชุดการเรียนรู้นี้เหมาะสำหรับการเรียนหลาย ๆ อย่างของผู้ใหญ่และเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 9 ปี ขึ้นไป

กู๊ด (Good 1973 : 306) กล่าวว่าชุดการเรียนรู้คือโปรแกรมทางการเรียนการสอนทุกอย่างที่จัดไว้โดยเฉพาะมีวัสดุที่ใช้ในการเรียนการสอน อุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียน คู่มือครู เนื้อหา แบบทดสอบข้อมูลที่เชื่อถือได้ มีการกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนไว้อย่างครบถ้วนชุดการเรียนรู้นี้ครูเป็นผู้จัดให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและฝึกฝนด้วยตนเอง โดยครูเป็นผู้คอยแนะนำเท่านั้น

อเรนดและคณะ (Arendes and other 1973 : 61) กล่าวว่าชุดการเรียนรู้ว่าหมายถึงชุดของกิจกรรมการเรียนที่จัดเรียงลำดับความยากง่าย เพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้บรรลุผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

เคปเฟอร์ (Kapfer 1972 : 3 – 10) ได้สรุปความหมายของชุดการเรียนรู้ไว้ว่าชุดการเรียนรู้เป็นแบบของสื่อสารระหว่างครูและนักเรียนซึ่งประกอบด้วยคำแนะนำที่ให้นักเรียนได้กระทำกิจกรรมการเรียนจนบรรลุพฤติกรรมที่เป็นผลของการเรียนรู้ และเนื้อหานั้นจะต้องตรงและชัดเจนที่จะสื่อความหมายให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมตามจุดมุ่งหมายของการเรียน

จากความหมายของชุดการเรียนรู้ตามที่นักการศึกษากล่าวมาสรุปได้ว่า ชุดการเรียนรู้หมายถึง หน่วยการเรียนรู้สำเร็จรูป มีระบบของสื่อประสมที่สอดคล้องกับเนื้อหาวิชาและวัตถุประสงค์เพื่อช่วยในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพและทำให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้

2. หลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการผลิตชุดการเรียนรู้

การประยุกต์ทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคลความพยายามที่จะเปลี่ยนแนวการเรียนการสอนจากการยึดครูเป็นหลักมาเป็นจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนเรียนเอง เปลี่ยนจากการใช้สื่อเพื่อช่วยผู้เรียนเรียนโดยยึดทฤษฎีกระบวนการกลุ่ม มาใช้ในการจัดระบบการผลิตสื่อในรูปของชุดการเรียนรู้ยึดหลักจิตวิทยาการเรียนมาใช้ บุญเกื้อ คอรวาเวช (2550) ซึ่งมีนักการศึกษาได้ให้แนวคิดหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการผลิตชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้

ไชยยศ เรืองสุวรรณ (อ้างถึงใน กัลยา ต๊ะมะครุฑ 2542 : 21 -22) ได้สรุปเกี่ยวกับหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการผลิตชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้

1. ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล ชุดการเรียนรู้ที่เป็นสื่อและกิจกรรมการเรียน จัดทำขึ้นเพื่อสนองความสามารถ ความสนใจ และความต้องการของผู้เรียนเป็นสำคัญ จึงมีการนำทฤษฎีที่ว่าด้วยความแตกต่างระหว่างบุคคล มาใช้เป็นทฤษฎีพื้นฐานในการจัดทำและการใช้ชุดการเรียนรู้

2. หลักการเกี่ยวกับสื่อประสม ชุดการเรียนรู้เป็นสื่อประสม ซึ่งหมายถึง ในชุดการเรียนรู้มีการใช้สื่อหลาย ๆ อย่างที่ส่งเสริมซึ่งกันและกันอย่างมีระบบมาใช้เป็นแนวทางการเรียนรู้และกิจกรรมการเรียน ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม

3. ทฤษฎีการเรียนรู้ ชุดการเรียนรู้เป็นสื่อการเรียนรู้ที่มุ่งให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการเรียนอย่างแท้จริง และได้รับข้อมูลกลับอย่างฉับพลัน อีกทั้งได้รับประสบการณ์แห่งความสำเร็จหรือการเสริมแรง มีการเรียนเป็นขั้น ๆ ตามความสามารถของผู้เรียน โดยอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้เป็นพื้นฐานในการจัดทำ

4. หลักการวิเคราะห์ระบบ ชุดการเรียนรู้จัดทำโดยอาศัยวิเคราะห์ระบบมีการทดลองสอน ปรับปรุงแก้ไขจนเป็นที่เชื่อถือได้ จึงนำออกใช้และเผยแพร่ กิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ได้อาศัยวิธีการวิเคราะห์ระบบเป็นหลัก ทั้งนี้เพื่อความมีประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้และเพื่อให้กิจกรรมการสอนนั้นดำเนินไปได้อย่างสัมพันธ์กับทุกขั้นตอน

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2550) ได้ให้แนวคิดพื้นฐานที่นำไปสู่การสร้างชุดการเรียนรู้ นั้น จะประกอบด้วยแนวคิด 5 ประการดังนี้

1. การประยุกต์ทฤษฎีความแตกต่างระหว่างบุคคล การเรียนการสอนจะต้องคำนึงถึงความต้องการ ความถนัดและความสนใจ โดยมีครูคอยแนะนำช่วยเหลือตามความเหมาะสม

2. ความพยายามที่จะเปลี่ยนแนวการเรียนการสอนไปจากเดิม จากการยึดครูผู้สอนเป็นหลักมาเป็นจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนเรียนเอง โดยการใช้แหล่งความรู้จากสื่อหรือวิธีการต่าง ๆ การนำสื่อการสอนมาใช้จะต้องจัดให้ตรงกับเนื้อหาและประสบการณ์ตามหน่วยการ

สอนของวิชาต่าง ๆ การเรียนในลักษณะนี้ผู้เรียนจะเรียนจากครูเพียง 1 ใน 4 ส่วน ส่วนที่เหลือผู้เรียนจะเรียนจากสื่อด้วยตนเอง

3. การใช้สื่อการสอนได้เปลี่ยนแปลงและขยายตัวออกไป โดยปัจจุบันการใช้สื่อได้คลุมไปถึงการใช้วัสดุสิ้นเปลือง เครื่องมือต่าง ๆ รวมทั้งกระบวนการและกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดจนการปรับเปลี่ยนรูปแบบการใช้สื่อจากการใช้สื่อเพื่อช่วยครูสอนมาเป็นเพื่อช่วยผู้เรียนเรียน

4. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับผู้เรียน และผู้เรียนกับสภาพแวดล้อม โดยในการจัดกระบวนการเรียนรู้ มีการนำเอากระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มาใช้ ในการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนประกอบกิจกรรมร่วมกัน ทฤษฎีกระบวนการกลุ่ม จึงเป็นแนวคิดทางพฤติกรรมศาสตร์ซึ่งนำมาสู่การจัดกระบวนการผลิตสื่อออกมาในรูปของ “ชุดการสอน”

5. การจัดสภาพสิ่งแวดล้อมการเรียนรู้ ได้ยึดหลักจิตวิทยาการเรียนรู้มาใช้ โดยจัดสภาพการณ์ออกมาเป็นการสอนแบบโปรแกรม หมายถึง ระบบการเรียนการสอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีโอกาสร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีทางทราบว่า การตัดสินใจหรือการทำงานของตนเองถูกหรือผิดอย่างไร มีการเสริมแรงบวกที่ทำให้ผู้เรียนภาคภูมิใจที่ได้ทำถูกหรือผิดถูก และค่อยเรียนรู้ไปทีละขั้นตอนตามความสามารถและความสนใจ การจัดสภาพการณ์ที่จะเอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ตามนัยดังกล่าวข้างต้น จุดมีเครื่องมือช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมายปลายทาง โดยการจัดสอนแบบโปรแกรมและใช้ชุดการสอนเป็นเครื่องมือสำคัญ

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอสรุปแนวคิดทฤษฎีในการสร้างชุดการเรียนรู้ได้ว่า การสร้างชุดการเรียนรู้ จะต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล จัดทำขึ้นเพื่อตอบสนองความสามารถและความสนใจของผู้เรียนเป็นสำคัญ ประกอบด้วยสื่อการเรียนการสอนที่หลากหลาย ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง โดยมีครูเป็นผู้แนะนำ ช่วยเหลือส่งเสริม ปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับผู้เรียนและผู้เรียนกับผู้เรียน และสร้างแรงจูงใจในทางบวกให้กับผู้เรียนให้ผู้เรียนกระทำพฤติกรรมนั้นซ้ำอีกจนเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างถ่องแท้

3. ประเภทของชุดการเรียนรู้

สำหรับประเภทของชุดการเรียนรู้ จะประกอบไปด้วย คู่มือการใช้สื่อการสอน สื่อการสอน และการมอบหมายงานหลังจากการเรียนรู้ ซึ่งจะอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สอนและผู้เรียนในกระบวนการเรียนการสอน ชุดการสอนเมื่อพิจารณาจากรูปแบบของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแล้ว นักวิชาการหลายท่านได้แบ่งประเภทของชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2550) และ บุญเกื้อ ครวหาเวช (2550) ได้แบ่งชุดการเรียนการสอน ตามความเหมาะสมกับผู้ใช่ เป็น 4 ด้วยกันคือ

1. ชุดการสอนประกอบคำบรรยาย เป็นชุดการสอนสำหรับผู้สอนใช้สอนผู้เรียนเป็นกลุ่มใหญ่ หรือเป็นการสอนที่ต้องการปูพื้นฐานให้ผู้เรียนส่วนใหญ่รู้และเข้าใจในเวลาเดียวกัน มุ่งในการขยายเนื้อหาสาระให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ชุดการสอนแบบนี้จะช่วยให้ผู้สอนลดการพูดให้น้อยลง และใช้สื่อการสอนที่มีพร้อมอยู่ในชุดการสอน สื่อที่ใช้อาจได้แก่ รูปภาพ แผนภูมิ สไลด์ วีดิโอ เทป บันทึกเสียง หรือกิจกรรมที่กำหนดไว้เป็นต้น ข้อสำคัญก็คือสื่อที่จะนำมาใช้จะต้องให้ผู้เรียนได้เห็นอย่างชัดเจนทุกคน

2. ชุดการสอนแบบกลุ่มกิจกรรม เป็นชุดการสอนสำหรับผู้เรียนร่วมมือกันเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ประมาณ 5 – 7 คน โดยใช้สื่อการสอนที่บรรจุไว้ในชุดการสอนแต่ละชุด มุ่งที่จะฝึกทักษะในเนื้อหาวิชาที่เรียน และให้ผู้เรียนมีโอกาสร่วมกัน ชุดการสอนชนิดนี้มักจะใช้ในการสอนแบบกลุ่ม

3. ชุดการสอนแบบรายบุคคลหรือชุดการสอนตามเอกัตภาพ เป็นชุดการสอนสำหรับเรียนด้วยตนเองเป็นรายบุคคล คือ ผู้เรียนจะต้องศึกษาหาความรู้ตามความสามารถ และความสนใจของตน อาจจะเรียนที่โรงเรียนหรือที่บ้านก็ได้ ส่วนมากมักจะมุ่งให้ผู้เรียนได้ทำความเข้าใจเนื้อหาวิชาที่เรียนเพิ่มเติม ผู้เรียนสามารถประเมินผลการเรียนด้วยตนเอง

ภัลลภ อินทราตรี (2543 : 34) วสันต์ อดิศักดิ์ (2524 : 51, อ้างถึงใน กุหลาบหงส์ทอง 2546 : 17-18) ได้จำแนกชุดการเรียนรู้สอน ตามลักษณะของการใช้งานไว้เป็น 4 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. ชุดการสอนประกอบการบรรยายของครู ชุดการสอนประเภทนี้บทบาทหลักจะอยู่ที่ผู้สอน ในการที่จะดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนตามที่กำหนดไว้ในชุดการสอน

2. ชุดการสอนรายบุคคล สำหรับผู้เรียนจะเรียนด้วยตนเองโดยจะรับชุดการสอนไปเรียนด้วยตนเอง โดยใช้เวลาตามความสามารถของตนเอง

3. ชุดการสอนแบบกิจกรรมกลุ่ม หรือแบบศูนย์การเรียน ชุดการสอนแบบนี้ผู้เรียนจะเรียนเป็นกลุ่มเล็ก ๆ ประมาณ 4 – 6 คน โดยผู้เรียนจะช่วยกันศึกษาเนื้อหาทำกิจกรรมต่าง ๆ จากสื่อที่เตรียมไว้ในชุดการสอน ผู้สอนจะเป็นเพียงผู้ช่วยเหลือให้คำแนะนำเมื่อมีปัญหาในการเรียน

4. ชุดการสอนทางไกล ชุดการสอนแบบนี้เป็นผู้เรียนจะเรียนด้วยตนเอง แต่มีข้อแตกต่างกับชุดการสอนรายบุคคล ในส่วนที่ชุดการสอนรายบุคคลผู้สอนจะเป็นผู้เก็บรวบรวมไว้ที่ผู้สอน ผู้เรียนจะมาพบผู้สอนเพื่อขอศึกษาเนื้อหาจากชุดการสอนที่ผู้เรียนเตรียมไว้ ขณะที่ชุดการสอนทางไกลผู้เรียนจะเก็บรวบรวมชุดการสอนไว้กับตนเอง ตัวอย่างชุดการสอน

ทางไกลที่เห็นได้ชัดเจนที่สุดก็คือ ชุดการสอนทางไกลของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช หรือ ชุดการสอนทางไกลของกรมการศึกษานอกโรงเรียน

จากประเภทของชุดการเรียนรู้ ที่กล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าประเภทของชุดการเรียนรู้มีการจัดแบ่งประเภทตามลักษณะของการใช้เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่จะใช้ ซึ่งโดยทั่วไปชุดการเรียนรู้แต่ละประเภทยังมีบทบาทของครูผู้สอน และผู้เรียนที่แตกต่างกันออกไป

4. องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้

ชุดการเรียนรู้มีหลายประเภท การผลิตชุดการเรียนรู้ จึงขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ของการนำไปใช้ แต่องค์ประกอบพื้นฐานจะมีลักษณะคล้ายคลึงกันคือประกอบด้วยสื่อประสมในรูปแบบของสิ่งพิมพ์ วัสดุ อุปกรณ์และวิธีการตั้งแต่สองอย่างขึ้นไป เป็นสื่อประสมที่ได้จากระบบการผลิตและการนำสื่อการสอนที่สอดคล้องกับวิชา หน่วย หัวเรื่อง และวัตถุประสงค์ เพื่อช่วยในการเปลี่ยนพฤติกรรมของนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ชุดการสอนอาจจัดอยู่ในช่องหรือกล่องแล้วแต่ความเหมาะสมกับการใช้งาน ซึ่งนักการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดการเรียนรู้ไว้ดังนี้

ฮุสตันและคณะ (Houston and others, 1972 : 10 – 15,อ้างถึงใน รัชณี สมบุตร 2536: 65-66) ได้ระบุว่าชุดการเรียนรู้ต้องประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 คำชี้แจง (Prospectus) อธิบายถึงความสำคัญของจุดประสงค์ขอบข่ายของชุดการเรียนการสอน สิ่งที่ผู้เรียนต้องมีความรู้ก่อนเรียนและขอบข่ายของกระบวนการทั้งหมดในชุดการเรียนการสอน

ส่วนที่ 2 จุดมุ่งหมาย (Objective) คือข้อความที่แจ่มชัด ไม่กำกวม ที่กำหนดว่าผู้เรียนจะประสบความสำเร็จอะไรหลังจากเรียนแล้ว

ส่วนที่ 3 การประเมินผลเบื้องต้น (Pre – Assessment) มีวัตถุประสงค์สองประการคือ เพื่อให้ทราบว่าผู้เรียนอยู่ในระดับใดในการเรียนจากชุดการเรียนการสอนนั้นและเพื่อดูว่าเขาสัมฤทธิ์ผลตามความมุ่งหมายเพียงใด การประเมินเบื้องต้นนี้อาจอยู่ในรูปของการทดสอบแบบข้อเขียน ปากเปล่า การทำงาน ปฏิบัติตอบสนองหรือคำถามง่าย ๆ เพื่อให้รู้ถึงความต้องการและความสนใจ

ส่วนที่ 4 การกำหนดกิจกรรม (Enabling Activities) คือ การกำหนดแนวทางและวิธีเพื่อไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้โดยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นด้วย

ส่วนที่ 5 การประเมินขั้นสุดท้าย (Post - Assessment) เป็นข้อทดสอบเพื่อวัดผลหลังจากการเรียน

เจมส์ (James 1979 : 283-286 , อ้างถึงในหทัยกาญจน์ เปรมใจสุข 2545 : 24) กล่าวว่าในชุดการเรียนรู้จะประกอบด้วยส่วนสำคัญต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. หลักการและเหตุผล
2. รายละเอียดของเนื้อหา
3. วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม
4. กิจกรรมการเรียนรู้ที่เป็นทางเลือก
5. กิจกรรมทางเลือกที่ถูกต้อง
6. เครื่องมือประเมินผลก่อนเรียน เครื่องมือประเมินผลตนเอง และเครื่องมือประเมินผลหลังเรียน
7. คู่มือครู

กรองกาญจน์ อรุณรัตน์ (2536 : 195 – 201) ได้กล่าวว่า ภายในชุดการสอนจะประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ดังนี้คือ

1. หลักการและเหตุผล (Rationale) จะอธิบายถึงจุดมุ่งหมายของชุดการสอนและความสำคัญของกระบวนการที่นักเรียนศึกษา โดยจะเป็นการดำเนินการในเรื่องของความต่อเนื่องระหว่างประสบการณ์ในการเรียนที่มีมาก่อนกับกระบวนการทำงานสำหรับประสบการณ์ต่อมาของนักเรียนในหลักการและเหตุผลควรจะบอกให้ผู้เรียนได้ทราบว่า อะไรคือสิ่งที่นักเรียนกำลังจะเรียนต่อไปและทำไมเขาจึงควรจะเรียน

2. รายละเอียดของเนื้อหา (Content Description) รายละเอียดของเนื้อหาวิชาจะชี้ให้เห็นถึงระดับและความซับซ้อนของเนื้อหาวิชาและบอกให้ทราบถึงความคิดรวบยอด ทักษะหรือคุณค่า ที่ผู้เรียนพึงจะสามารถแสดงออกมาภายหลังจากที่เรียนจากชุดการสอนจบแล้ว นอกจากนี้ในรายละเอียดของเนื้อหาวิชายังรวมไปถึงขอบข่ายที่สำคัญ ๆ ของเนื้อหาวิชาซึ่งจะถูกกำหนดขึ้นโดยมีเนื้อหาย่อย ๆ เติมนตามขอบข่ายสำคัญของเนื้อหาวิชานี้ด้วย ซึ่งตามปกติแล้วชุดการสอนส่วนใหญ่จะถูกออกแบบขึ้นสำหรับความคิดรวบยอดเพียงหนึ่งความคิดรวบยอด หรือความคิดรวบยอดเล็ก ๆ หลาย ๆ ความคิดรวบยอด

3. วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (Behavioral Objective) วัตถุประสงค์ในชุดการสอนจะต้องกำหนดออกมาในรูปของวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ซึ่งจะต้องระบุว่าการให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมอะไรขึ้น โดยจะต้องเป็นพฤติกรรมที่สามารถวัดและสังเกตเห็นได้ ซึ่งกำหนดวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมนี้จะช่วยครูผู้สอนในการเลือกใช้และการผลิตสื่อการสอน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ตลอดจนการประเมินผลการเรียนการสอนและตัวนักเรียนด้วย นอกจากนี้ยังจะทำให้ นักเรียนทราบหลังจากที่เรียนจบแล้วเขาจะเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางใด

4. กิจกรรมการเรียนรู้ที่เป็นทางเลือก (Alternative Learning Activities) กิจกรรมการเรียนรู้ที่จัดให้กับผู้เรียนควรจะต้องสอดคล้องกับลักษณะของนักเรียนแต่ละคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมการเรียนรู้ในชุดการเรียนนั้นจะต้องเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมที่สุดกับรูปแบบการเรียนรู้ (Learning Style) ของผู้เรียน นอกจากนี้กิจกรรมทางเลือกที่จัดขึ้นนั้นควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เลือกวิธีการที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้เพื่อที่นักเรียนได้บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

5. ทางเลือกที่ผู้เรียนขอหรือกิจกรรมทางด้านทัศนคติ (Optional Quest หรือ Attitudinal Activities) โดยเฉพาะในชุดการเรียนจะประกอบด้วยทางเลือกที่นักเรียนขอหรือกิจกรรมทางด้านทัศนคติ ทั้งนี้เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถที่จะศึกษาได้ลึกและละเอียดภายใต้ขอบเขตโครงสร้างของกิจกรรมการเรียนรู้ นอกจากนี้กิจกรรมทางเลือกจะช่วยให้ประสบการณ์การเรียนรู้ภายในชุดมีลักษณะพัฒนาและสร้างสรรค์ได้ดีเท่า ๆ กับแบบฝึกหัดการเรียนรู้ที่เน้นพฤติกรรมการแสดงออก

6. เครื่องมือการประเมินผลก่อนเรียน การประเมินผลตนเอง และการประเมินผลหลังเรียน (Pre – Evaluation, Self Evaluation, Post – Evaluation Instruments)

- แบบทดสอบก่อนเรียน (Pretest) ใช้ทดสอบเพื่อที่จะดูว่ามีวัสดุ เนื้อหา หรือ วัตถุประสงค์ ข้อใด ที่นักเรียนเขาทราบมาก่อนแล้ว และมีเนื้อหาใดที่นักเรียนเขายังไม่ทราบ

- แบบทดสอบตนเอง (Self – test) ใช้ประเมินนักเรียนในระหว่างที่นักเรียนกำลังทำกิจกรรมการเรียนรู้

- แบบทดสอบหลังเรียน (Posttest) เพื่อวัดว่านักเรียนมีความสามารถเฉพาะตามที่วัตถุประสงค์ของชุดกำหนดไว้หรือไม่

7. คู่มือครู (Teachers Guide) พัฒนาขึ้นมาตามชุดการสอนทั้งนี้เพื่อที่จะใช้ข้อมูลเพิ่มเติม โดยเป็นข้อมูลที่สัมพันธ์กับเนื้อหาและข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ชุด ภายในคู่มือครูของชุดการสอนโดยมากมักจะประกอบด้วยส่วนสำคัญต่าง ๆ ดังนี้

7.1 คำนำ

7.2 วัตถุประสงค์

7.3 พื้นฐานความรู้เดิม

7.4 เนื้อหา

7.5 ส่วนประกอบของชุด

7.6 คำชี้แจงสำหรับครูในการใช้ชุดการสอน

7.7 สิ่งที่ครูหรือนักเรียนต้องเตรียม

7.8 บทบาทครูและนักเรียน

7.9 การจัดชั้นเรียน

7.10 แผนการสอน

7.11 เนื้อหาสาระ

7.12 แบบฝึกปฏิบัติ

7.13 แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน(พร้อมคำตอบ)

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2550) กล่าวว่าชุดการสอนจะประกอบด้วย

1. คู่มือครู เป็นคู่มือและแผนการสอนสำหรับผู้สอนหรือผู้เรียน ตามแต่ชนิดของชุดการสอน ภายในคู่มือจะชี้แจงถึงวิธีการใช้ชุดการสอน อาจจะเป็นเล่มหรือแผ่นพับก็ได้

2. บัตรคำสั่งหรือคำแนะนำ จะเป็นส่วนที่บอกให้ผู้เรียนดำเนินการเรียนหรือประกอบกิจกรรมแต่ละอย่างตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ มักอยู่ในรูปของกระดาษแข็งขนาด 6 x 8 นิ้ว บัตรคำสั่งจะมีอยู่ในชุดการสอนแบบกลุ่มและรายบุคคล ซึ่งจะประกอบด้วย

2.1 คำอธิบายในเรื่องที่จะศึกษา

2.2 คำสั่งให้ผู้เรียนดำเนินการกิจกรรม

2.3 การสรุปบทเรียน

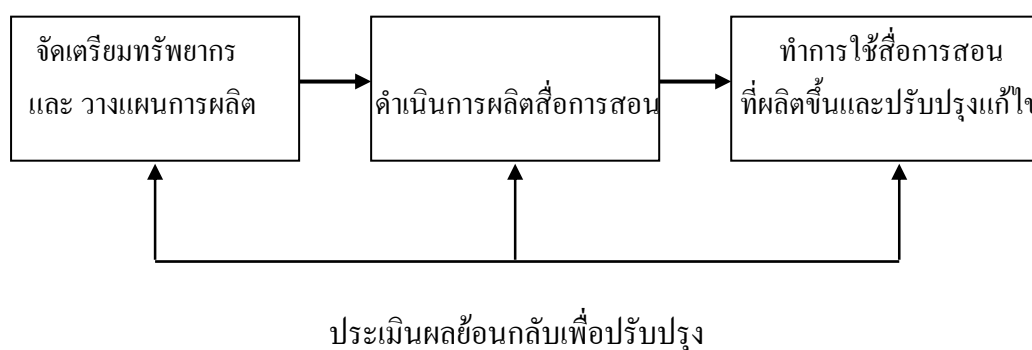
3. เนื้อหาสาระและสื่อ จะบรรจุไว้ในรูปของสื่อการสอนต่าง ๆ อาจประกอบด้วยบทเรียนโปรแกรม สไลด์ เทปบันทึกเสียง วีดิโอ แผ่นภาพโปสเตอร์ วัสดุกราฟิก หุ่นจำลอง ของตัวอย่าง รูปภาพ เป็นต้น ผู้เรียนจะศึกษาจากสื่อการสอนต่าง ๆ ที่บรรจุอยู่ในชุดการสอนตามบัตรคำสั่งที่กำหนดไว้ให้

4. แบบประเมินผล ผู้เรียนจะทำการประเมินผลความรู้ด้วยตนเองก่อนและหลังเรียน แบบประเมินผลที่อยู่ในชุดการสอนอาจจะเป็นแบบฝึกหัดให้เติมคำในช่องว่าง เลือกคำตอบที่ถูก จับคู่ คูณผลจากการทดลอง หรือให้ทำกิจกรรม เป็นต้น

อนุพงษ์ ยาวุฒิ (2545 : 9 – 10) กล่าวว่าในการผลิตชุดการเรียนการสอนนั้น ได้นำแนวทางของวิธีระบบมาใช้ในการจัดระบบการผลิตชุดการเรียนการสอน ซึ่งการจัดระบบการผลิตชุดการเรียนการสอน ก็มีลักษณะเช่นเดียวกันกับการจัดระบบการสอน หรือระบบงานต่าง ๆ กล่าวคือจะมีการดำเนินการที่เป็นองค์ประกอบของระบบอยู่ 4 องค์ประกอบคือ

1. การจัดเตรียมทรัพยากรและวางแผนการผลิต
2. การดำเนินการผลิต
3. การใช้สื่อการสอน
4. การประเมินผลย้อนกลับเพื่อปรับปรุง

และเมื่อนำแบบจำลองระบบพื้นฐานมาใช้เป็นแนวทางในการจัดระบบการผลิตชุดการเรียนการสอนแล้วก็จะได้เป็น 4 องค์ประกอบเช่นเดียวกันคือ



แผนภาพที่ 2 แสดงองค์ประกอบของระบบการผลิตชุดการเรียนการสอน

จากข้อความที่นักการศึกษาได้กล่าวไว้ข้างต้นนั้น ผู้วิจัยได้สังเคราะห์องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้ ได้ดังนี้ คือ

1. ชื่อหน่วย/เนื้อหา
2. คำนำ
3. วัตถุประสงค์
4. คู่มือครู ประกอบด้วย

4.1 แผนการเรียนรู้ ประกอบด้วย ใบความรู้ สารสำคัญ จุดประสงค์ เนื้อหา กิจกรรม สื่อ การวัดผลประเมินผล บันทึกผลหลังการเรียนรู้

4.2 ใบความรู้สำหรับครู และแบบสังเกตพฤติกรรมด้านทักษะการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง

5. คู่มือนักเรียน ประกอบด้วย ใบงาน และแบบประเมินตนเองก่อนเรียนและหลังเรียนสื่อประกอบการเรียนรู้ ได้แก่ หนังสืออ่านประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้

5. ขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้

ในการสร้างชุดการเรียนรู้ได้มีนักวิชาการและนักการศึกษาได้เสนอขั้นตอนไว้ดังนี้ บุญเกื้อ ครวหาเวช (2550) กล่าวว่า การผลิตชุดการสอนแบ่งขั้นตอนออกเป็น 10 ขั้นตอนด้วยกันคือ

1. การกำหนดหมวดหมู่เนื้อหาและประสบการณ์ โดยอาจจะกำหนดเป็นหมวดวิชาหรือการบูรณาการกับเนื้อหาวิชาอื่น

2. กำหนดหน่วยการสอน แบ่งเนื้อหาวิชาออกเป็นหน่วยการสอนสำหรับการสอนแต่ละครั้งซึ่งอาจจะเป็นหน่วยการสอนละ 60 นาที 120 นาที หรือ 180 นาที โดยขึ้นอยู่กับเนื้อหาวิชาหรือระดับชั้น

3. กำหนดหัวเรื่อง แบ่งเนื้อหาของหน่วยการสอนแต่ละครั้งเป็นเนื้อหาย่อย ๆ หรือที่เรียกว่าหัวเรื่อง โดยพิจารณาเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนรู้ในเนื้อหานั้น ๆ ประกอบกัน

4. กำหนดมโนทัศน์และหลักการ การกำหนดจะกำหนดมาจากหัวเรื่องโดยพิจารณาว่าในหัวเรื่องนั้นมีสาระสำคัญหรือหลักเกณฑ์อะไร ที่ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้หรือเกิดขึ้นหลังจากการเรียนรู้

5. กำหนดวัตถุประสงค์ การเขียนจุดประสงค์ก็เพื่อที่จะทราบได้ว่าผู้เรียนควรจะต้องมีพฤติกรรมอย่างไรหลังจากเรียนในเรื่องนั้น ๆ แล้ว

6. กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้จะต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมซึ่งจะเป็นแนวทางในการผลิตสื่อการสอน

7. กำหนดการประเมินผล การกำหนดแบบประเมินผลจะพิจารณาจากจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยการประเมินว่าผู้เรียนสามารถบรรลุจุดประสงค์ของการสอนที่วางไว้หรือไม่

8. เลือกและผลิตสื่อการสอน ในขั้นนี้จะพิจารณาว่าในลักษณะของเนื้อหาและลักษณะผู้เรียน สื่อชนิดใดหรือกิจกรรมการเรียนรู้แบบใดจึงจะสอดคล้องและทำให้ผู้เรียนบรรลุจุดประสงค์ของการเรียนได้มากที่สุด

9. การหาประสิทธิภาพชุดการสอน เมื่อสร้างชุดการสอนเสร็จแล้วมีความจำเป็นที่จะต้องนำชุดการสอนไปทดลองใช้ เพื่อดูว่าชุดการสอนดังกล่าวสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามจุดประสงค์เพียงไร เมื่อพบว่าไม่ชอบพอหรือจะต้องนำไปปรับปรุงแก้ไขจนทำให้การเรียนบรรลุจุดประสงค์ที่วางไว้

10. การใช้ชุดการสอน ชุดการสอนที่ได้ปรับปรุงแล้ว จึงสามารถนำไปใช้ในห้องเรียนปกติได้ โดยชุดการสอนทั่วไปจะมีขั้นตอนต่าง ๆ ในการใช้ดังนี้คือ

- ผู้เรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อพิจารณาความรู้พื้นฐานก่อนเรียนเนื้อหานั้น ๆ

- ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

- ชี้นำประกอบกิจกรรมการเรียนรู้(ขั้นสอน) ผู้สอนบรรยายหรือแบ่งกลุ่มประกอบกิจกรรมการเรียนรู้

- ชี้นำสรุปบทเรียน เพื่อสรุปความคิดรวบยอดและหลักการที่สำคัญ

- ผู้เรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน เพื่อพิจารณาว่าผู้เรียนบรรลุจุดประสงค์ของการสอนมากน้อยเพียงไร

หทัยกาญจน์ เปรมใจสุข (2545 : 25) ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ว่า การสร้างชุดการสอนให้มีประสิทธิภาพนั้นจะต้องนำเอาวิธีการ (System Approach) มาเป็นส่วนช่วยในการออกแบบการสร้างชุดการสอน ซึ่งวิธีการที่นักการศึกษาได้ออกแบบมาใช้นั้นมีหลายระบบด้วยกัน และอาศัยหลักการออกแบบระบบการสอนของ ดิกก์ และแคร์รี่ (Dick and Carey) เป็นแนวในการออกแบบชุดการสอนให้มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับผู้เรียน

จากขั้นตอนในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ที่นักการศึกษาได้กล่าวมาแล้วนั้นผู้วิจัยได้สังเคราะห์เป็นขั้นตอนในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ดังต่อไปนี้ คือ

- ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานและความต้องการในการพัฒนาชุดการเรียนรู้
- ขั้นตอนที่ 2 พัฒนาชุดการเรียนรู้
- ขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้
- ขั้นตอนที่ 4 ประเมินและปรับปรุงชุดการเรียนรู้

6. การใช้ชุดการเรียนรู้

การใช้ชุดการเรียนรู้เป็นกิจกรรมกลุ่มในห้องเรียนแบบศูนย์การเรียนนั้น แต่ละศูนย์อาจใช้เวลาประมาณ 15 – 20 นาที โดยแบ่งเวลาในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

1. ผู้เรียนอ่านบัตรคำสั่ง (1 นาที)
2. อ่านบัตรสรุปเนื้อหาและบัตรเนื้อหา (3 – 4 นาที)
3. ประกอบกิจกรรม เช่น เกมส์ สาธิต ฯลฯ (4 – 6 นาที)
4. ร่วมกันอภิปรายและตอบคำถาม (2 – 4 นาที)
5. ตอบคำถามในแบบฝึกปฏิบัติหรือกระดานคำตอบ (2 – 3 นาที)
6. ตรวจคำตอบจากแผ่นเฉลยที่ครูเตรียมไว้ โดยเปลี่ยนกันตรวจและให้คะแนน (2 นาที)

7. ประโยชน์ของชุดการเรียนรู้

ชุดการเรียนรู้เป็นชุดที่ช่วยเพิ่มพูนความรู้ให้แก่นักเรียน ซึ่งเรียงตามลำดับขั้นตอนในคำแนะนำแต่ละชุด ทำให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์โดยตรงตามความต้องการความสามารถของผู้เรียนดังที่นักการศึกษาได้กล่าวไว้ดังนี้

กัลยา ต๊ะมะกรูฐ (2545 : 24) ได้กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของชุดการสอนไว้ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้สอนถ่ายทอดเนื้อหาและประสบการณ์ที่สลับซับซ้อน และมีลักษณะเป็นนามธรรมสูง เช่น อวัยวะในร่างกาย การทำงานของเครื่องกล ซึ่งผู้สอนไม่สามารถถ่ายทอดด้วยการบรรยายได้ดี

2. ทำให้การเรียนการสอนเกิดประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะชุดการสอนผลิตขึ้นจากกลุ่มบุคคลที่มีความรู้ ความชำนาญหลายด้าน และมีการทดลองใช้จนแน่ใจแล้วว่าได้ผลดี จึงได้นำออกมาใช้

3. ชุดการสอนจะลดภาระของผู้สอน ซึ่งเมื่อมีชุดการสอนสำเร็จรูปแล้ว ผู้สอนจะเน้นการสอนตามคำแนะนำที่บอกไว้ ตามลำดับขั้น แต่ละขั้น แต่ละขั้นจะมีอุปกรณ์กิจกรรมตลอดจนข้อแนะนำไว้ให้พร้อม ผู้สอนไม่ต้องทำใหม่อีก สามารถใช้ได้ทันที

4. ผู้เรียนจะได้ความรู้ในแนวเดียวกันกับการสอนปกติ เมื่อมีผู้สอนหลายคนทำการสอนในวิชาเดียวกัน ก็อาจเกิดความแตกต่างในด้านประสิทธิภาพของการสอน การมีชุดการสอนจะช่วยแก้ปัญหาเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี

5. ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียนต่อสิ่งที่กำลังศึกษา เพราะมีสื่อที่เร้าความสนใจ

6. ประหยัดเวลา แรงงาน และค่าใช้จ่าย ครูไม่ต้องเตรียมการสอนมากนัก ไม่ต้องจัดทำใหม่ ใช้สะดวกได้นานหลายปี

7. แก้ปัญหาการขาดแคลนครู

8. ใช้ได้ทุกระดับการศึกษา

บุญเกื้อ ควรหาเวช (2550) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของชุดการสอนไว้ดังนี้คือ

1. ส่งเสริมการเรียนแบบรายบุคคล ผู้เรียนได้ตามความสามารถ ความสนใจ ตามเวลาและโอกาสที่เหมาะสม

2. ช่วยขจัดปัญหาการขาดแคลนครู เพราะชุดการสอนช่วยให้ผู้เรียนเรียนได้ด้วยตนเอง

3. ช่วยในการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพราะผู้เรียนสามารถนำชุดการสอนไปใช้ได้ทุกสถานที่และทุกเวลา

4. ช่วยลดภาระและช่วยสร้างความพร้อมและความมั่นใจให้แก่ครู เพราะสามารถนำไปใช้ได้ทันที

5. เป็นประโยชน์ในการสอนแบบศูนย์การเรียน

6. ช่วยให้ผู้วัดผลผู้เรียนได้ตรงตามความมุ่งหมาย

7. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น ฝึกการตัดสินใจ แสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และมีความรับผิดชอบ

8. ช่วยให้ผู้เรียนจำนวนมากได้รับความรู้แนวเดียวกันอย่างมีประสิทธิภาพ

9. ช่วยฝึกให้ผู้เรียนรู้จักเคารพนับถือความเห็นของผู้อื่น

จากประโยชน์ของชุดการเรียนรู้ที่นักการศึกษาได้กล่าวมานั้นสรุปได้ว่า ชุดการเรียนรู้เป็นการร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ช่วยเสริมประสบการณ์ซึ่งกันและกันตามลำดับขั้น ให้ผู้เรียนได้รับความรู้ตามต้องการ ตามความถนัดและตามความสามารถของแต่ละบุคคล ช่วยพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นคนที่มีเหตุผลสนองต่อความแตกต่างระหว่างบุคคล ส่วนประโยชน์ที่ได้รับจากชุดการเรียนรู้ในครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งหวังให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมการสืบเสาะหาความรู้เป็นกลุ่ม จากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ในชุมชน และรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นกลุ่ม

8. ข้อดีของชุดการเรียนรู้

1. ช่วยสร้างความพร้อมและความมั่นใจให้แก่ผู้สอนเพราะได้เตรียมเนื้อหา กิจกรรม แบบทดสอบและสื่อการสอนไว้ในชุดการสอนโดยสมบูรณ์

2. ทำให้การเรียนการสอนเป็นไปในแนวทางเดียวกัน

3. ช่วยให้การเรียนเป็นอิสระจากอารมณ์และความสามารถในการสอนของผู้สอน

4. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มแสดงความคิดเห็นและรับผิดชอบต่อตนเอง

9. การหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้

เมื่อสร้างชุดการเรียนรู้เสร็จสิ้นแล้ว สิ่งที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในขั้นตอนต่อไป คือการนำชุดการเรียนรู้ไปทดสอบหาประสิทธิภาพ เพื่อเป็นการยืนยันว่าชุดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพในการจัดการเรียนการสอน ผู้สร้างต้องกำหนดเกณฑ์ขึ้น

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และคณะ (2540 : 101 – 102) ได้กำหนดเกณฑ์โดยยึดหลักการที่ว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการเพื่อช่วยให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนบรรลุผล ดังนั้นการกำหนดเกณฑ์ต้องคำนึงถึงกระบวนการและผลลัพธ์ โดยกำหนดตัวเลขเป็นร้อยละของคะแนนเฉลี่ย มีค่าเป็น E_1/E_2 โดยมีการหาค่าทางสถิติที่ใช้สูตร ดังนี้

สูตรที่ 1

$$E_1 = \frac{\left[\frac{\Sigma x}{N} \right]}{B} \times 100$$

E_1 หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเป็นร้อยละ

Σx หมายถึง คะแนนรวมของแบบฝึกหัดหรืองานที่ทำได้

B หมายถึง คะแนนเต็มของแบบฝึกหัดทุกแบบฝึกหัดรวมกัน

N หมายถึง จำนวนผู้เรียน

สูตรที่ 2

$$E_2 = \frac{\left[\frac{\Sigma F}{N} \right]}{C} \times 100$$

E_2 หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์เป็นร้อยละ

ΣF หมายถึง คะแนนรวมของการสอบหลังเรียน

C หมายถึง คะแนนเต็มของการสอบหลังเรียน

N หมายถึง จำนวนนักเรียน

การกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองนิยมตั้งไว้ 90/90 สำหรับเนื้อหาที่เป็นความรู้ ความจำ และไม่ต่ำกว่า 80/80 สำหรับเนื้อหาที่เป็นทักษะ หรือเจตคติ เพราะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไม่สามารถเปลี่ยนและวัดได้ทันทีที่เรียนเสร็จ

90 หรือ 80 ตัวแรก หมายถึง จำนวนร้อยละของคะแนนเฉลี่ยของข้อสอบจากแบบฝึกหัดระหว่างเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของผู้เรียนทั้งหมด

90 หรือ 80 ตัวหลัง หมายถึง จำนวนร้อยละของคะแนนเฉลี่ยของข้อสอบจากแบบทดสอบหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของผู้เรียนทั้งหมด

การทดสอบหาประสิทธิภาพอาศัยการทดลองโดยใช้สูตรดังกล่าวข้างต้นมาดำเนินการซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. แบบหนึ่งต่อหนึ่ง (1 : 1) นำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองไปทดลองกับผู้เรียน 1 – 2 คน ซึ่งมีระดับความรู้ต่างกัน นำมาคำนวณหาค่าประสิทธิภาพ แล้วปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น
2. แบบกลุ่ม (1:10) นำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้เรียน 6 – 10 คน ที่มีความรู้ละกัน นำผลมาคำนวณหาค่าประสิทธิภาพ เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น
3. แบบภาคสนาม (1 : 100) นำชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้เรียน 30 – 100 คน นำมาคำนวณหาค่าประสิทธิภาพ เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น หากการทดลองภาคสนามให้ค่า E_1 และ E_2 ไม่ถึงเกณฑ์ที่ตั้งไว้ จะต้องปรับปรุงชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง และทำการหาประสิทธิภาพซ้ำอีก

ในกรณีที่ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไม่ถึงเกณฑ์ที่ตั้งไว้ เนื่องจากตัวแปรที่ควบคุมไม่ได้ เช่น สภาพห้องเรียน ความพร้อมของผู้เรียน บทบาท และ ความชำนาญในการใช้ชุดการเรียนรู้ของผู้สอน อาจอนุโลมให้มีระดับความผิดพลาดต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ประมาณ 2.5 – 5 เปอร์เซ็นต์

เกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นนั้น กำหนดไว้ 3 ระดับ คือ

- 1) สูงกว่าเกณฑ์เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้สูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้มีค่าเกิน 2.5%
- 2) เท่ากับเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้เท่ากับหรือสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ แต่ไม่เกิน 2.5%
- 3) ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ต่ำกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้แต่ไม่ต่ำกว่า 2.5% ถือว่ายังมีประสิทธิภาพที่ยอมรับได้

การหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนดได้อย่างถูกต้อง จะก่อให้เกิดประโยชน์และมีคุณค่าต่อการนำชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไปใช้

ในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ 80/80 ในการหาประสิทธิภาพโดยมีขั้นตอนดังนี้

1. นำชุดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไข ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จนเหมาะสมแล้วไปทดลองใช้เป็นรายบุคคล กับนักเรียน 3 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีผลการเรียนเก่ง ปานกลาง และอ่อน ตามลำดับ นำผลที่ได้มาหาค่าประสิทธิภาพให้ได้ตามเกณฑ์ 60/60 เพื่อหาข้อบกพร่องของชุดการเรียนรู้แล้วนำไปแก้ไขปรับปรุง
2. นำชุดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขจากข้อ 1 ไปทดลองใช้กับนักเรียนกลุ่มย่อย (Group testing) จำนวน 9 คน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีผลการเรียนเก่ง ปานกลาง และอ่อน เท่าๆ

กัน เพื่อหาค่าประสิทธิภาพให้ได้ตามเกณฑ์ 70/70 นำข้อบกพร่องที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข แล้วจึงนำไปทดลองภาคสนาม (Field Tryout)

3. ขั้นตอนทดลองภาคสนาม(Field Tryout) นำชุดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแล้วไปใช้ทดลอง กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวนมากว่า 30 คน เพื่อหาค่าประสิทธิภาพให้ได้ตามเกณฑ์ 80/80 แล้วปรับปรุงแก้ไขจนได้ชุดการเรียนรู้ที่สมบูรณ์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ในประเทศ

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ผู้วิจัยได้รวบรวมและนำเสนอ ดังนี้

พรพิมล บุญนิมิตร (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาการสร้างชุดการเรียนรู้ เรื่อง กฎหมายแพ่งสำหรับเยาวชน ในรายวิชา ส 043 กฎหมายน่ารู้ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดราชาธิวาส กรุงเทพมหานคร จำนวน 6 หน่วย คือ หน่วยที่ 1 เรื่องความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับกฎหมาย หน่วยที่ 2 เรื่องบุคคลและสภาพบุคคล หน่วยที่ 3 เรื่องนิติกรรมและความสามารถของผู้เยาว์ หน่วยที่ 4 เรื่องการหมั้นและการสมรส หน่วยที่ 5 เรื่องบิดามารดากับบุตร และหน่วยที่ 6 เรื่อง มรดกและพินัยกรรม โดยมีลำดับขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้ ดังนี้ (1) สำรวจปัญหาของนักเรียนด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ศึกษาหลักสูตร คู่มือครู (2) ดำเนินการสร้างชุดการเรียนรู้ (3) นำชุดการเรียนรู้ไปหาประสิทธิภาพ (4) วิเคราะห์ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ 80/80 ทั้ง 6 ชุดการเรียนรู้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังจากเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ สูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วิภา หงส์ทอง (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการสอน มินิคอร์ส เรื่อง การสืบเชื้อสายเบื้องต้น สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีลำดับขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้ 1) ศึกษาหลักสูตร แบบเรียน คู่มือครู และแผนพัฒนาการศึกษา 2) สร้างชุดการสอน 3) ทดสอบใช้และหาประสิทธิภาพ 4) ประเมินผล ผลการวิจัยพบว่า ชุดการสอนมินิคอร์ส เรื่องการสืบเชื้อสายเบื้องต้น สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีประสิทธิภาพ 83.33/86.66 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน 80/80

ภัลลภ อินทมาตร (2543 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาชุดการสอนวิชา วิทยาศาสตร์ เรื่อง การขนส่งและการสื่อสาร โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ ดังนี้ 1) สำรวจข้อมูลพื้นฐาน 2) พัฒนาชุดการสอน 3) ทดลองใช้ 4) ประเมินผลและปรับปรุงชุดการสอน สถิติที่ใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เครื่องมือที่ใช้ (1) ชุดการสอนวิชา

วิทยาศาสตร์ เรื่องการขนส่งและการสื่อสาร (2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ระหว่างเรียนและแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (3) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการสอนหลังได้รับการเรียนด้วยชุดการสอน ผลการวิจัยพบว่า 1) ประสิทธิภาพของชุดการสอนวิชาวิทยาศาสตร์ ที่สร้างขึ้นมีค่าเท่ากับ 83.66/81.49 2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการสอนแตกต่างกันอย่างมีนัยสัมพันธทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนด้วยชุดการสอนมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนด้วยชุดการสอน 3) นักเรียนเห็นด้วยอย่างมากต่อการเรียนโดยชุดการสอน

หทัยรัตน์ อันดี (2544 : บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดการเรียนรู้เพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับนักเรียนประถมศึกษา โดยลำดับขั้นตอนการวิจัยดังนี้ 1) ศึกษาความต้องการพื้นฐาน 2) สร้างและหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินและปรับปรุงชุดการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่าชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ ตั้งไว้ 80/80 ทั้ง 5 ชุด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จากชุดการเรียนรู้สูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนมีความคิดเห็นที่ดีต่อชุดการเรียนรู้ และมีทักษะในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง สามารถค้นคว้าหาคำตอบและนำมาพัฒนาเป็นผลงานได้

ศิริชัย จิรจิรัชย์ (2545 : บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดการเรียนรู้วิชาวิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่อง อาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยมีขั้นตอนการพัฒนา 4 ขั้นตอน คือ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) พัฒนาและหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ชุดการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 81.41/82.68 นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ นักเรียนมีคะแนนสูงกว่าก่อนใช้ นักเรียนมีความคิดเห็นต่อชุดการเรียนรู้อยู่ในระดับปานกลางและนักเรียนมีความสามารถในการออกแบบทดลองเพื่อทดสอบสารอาหารอยู่ในระดับดี

สัทธา สืบดา (2545 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาชุดการสอน เรื่อง โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ ดังนี้ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การพัฒนาชุดการสอน 3) การทดสอบใช้ชุดการสอน 4) การประเมินผลและปรับปรุงชุดการสอน สถิติที่ใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน $t - test$ Dependent เครื่องมือที่ใช้ (1) ชุดการสอนเรื่องโจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น (2) แบบสอบถามความต้องการ (3) แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนการสอน (4) แบบสัมภาษณ์ความต้องการ (5) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียน (6) ประเด็นสนทนากลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียน ครู และผู้เกี่ยวข้องต้องการให้มีการพัฒนาชุดการสอนโดยนักเรียนได้ลง

มือปฏิบัติจริง เรียนรู้จากเรื่องที่ใกล้ตัวไปสู่ไกลตัว และจากแหล่งเรียนรู้ในชุมชน 1) ชุดการสอนที่สร้างขึ้นประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คู่มือครู คู่มือนักเรียน สื่อการเรียนการสอน ซึ่งชุดการสอนมีค่าประสิทธิภาพ 80.17/80.81 2) ผู้วิจัยและผู้สอนร่วมกันในการจัดการเรียนการสอน โดยศึกษาแหล่งเรียนรู้จากชุมชน 3) คะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการใช้ชุดการสอนมีค่าสูงกว่าก่อนใช้ และมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักเรียนเห็นด้วยต่อชุดการสอนในระดับมาก

วิภาดา ตระกูลโต (2545 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การสร้างชุดการสอนแบบศูนย์การเรียนรู้ วิชาภาษาอังกฤษ เรื่องสรรพนาม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลพระนครศรีอยุธยา โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียน ดังนี้ 1) กำหนดหมวดหมู่เนื้อหาและประสบการณ์ 2) กำหนดหน่วยการสอน 3) กำหนดหัวเรื่อง 4) กำหนดมโนทัศน์และหลักมโนทัศน์ 5) กำหนดวัตถุประสงค์ 6) กำหนดกิจกรรมการเรียนการสอน 7) กำหนดแบบประเมิน 8) เลือกลักษณะสื่อ 9) หาประสิทธิภาพชุดการสอน 10) การใช้ชุดการสอน สถิติที่ใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย $t - test$ Dependent เครื่องมือที่ใช้ (1) ชุดการสอนแบบศูนย์การเรียนรู้ (2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียน ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพของชุดการสอนแบบศูนย์การเรียนรู้ เรื่อง สรรพนาม คือ 85.93/83.86 ผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนหลังการเรียนด้วยชุดการสอนสูงกว่าก่อนเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กุหลาบ หงส์ทอง (2546 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมีขั้นตอน ดังนี้ 1) ศึกษาความต้องการและข้อมูลพื้นฐาน 2) พัฒนาและหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 โรงเรียนบ่อสุพรรณ จำนวน 40 คน แผนการทดลอง คือ One Group Pretest – Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ 1) แบบสัมภาษณ์ 2) แบบสอบถาม 3) แบบสนทนากลุ่ม 4) ชุดการเรียนรู้ 5) แบบประเมินชุดการเรียนรู้ 6) แบบทดสอบก่อนและหลังใช้ชุดการเรียนรู้การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าสถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า $t - test$ แบบ Dependent และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชนก่อนและหลังการใช้ชุดการเรียนรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ศุภรัตน์ ศรีสุชาติ (2547 : บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการสร้างชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ โดยมีขั้นตอน 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การสร้างและหาประสิทธิภาพของชุดการสอน 3) การทดลองใช้ชุดการสอน 4) การประเมินและปรับปรุงแก้ไขการสอน สถิติที่ใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน

มาตรฐาน เครื่องมือที่ใช้ 1) แผนการสอน 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3) ชุดการสอน 4) แบบสอบถามความพึงพอใจ ต่อการเรียนรู้ด้วยชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพ ของชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา วิชาสุขศึกษา คือ 87.14/85.45 ผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนหลังจากการเรียนรู้ด้วยชุดการสอนสูงกว่าก่อนเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ต่างประเทศ

งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ ได้มีผู้ทำการวิจัยไว้ ดังนี้

กิลส์ (Giles 1975: Abstract, อ้างถึงในภัลลภ อินทรมมาตร 2543 : 58) ได้ทำการวิจัยเชิงคุณค่าของชุดการเรียนรู้ แบบศูนย์การเรียนในระดับประถมศึกษา พบว่าชุดการเรียนรู้แบบศูนย์การเรียน ช่วยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ จากกิจกรรมและสื่อการเรียนการสอน ต่าง ๆ ที่ครูจัดไว้ให้ เป็นการสนองความต้องการของนักเรียน ทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์เพิ่มมากขึ้น ส่วนการสอนตามปกติได้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนเป็นไปตามแผนการสอนที่กำหนดไว้ ครูผู้สอนมีบทบาทเป็นผู้บรรยาย อธิบาย ควบคุมให้เป็นไปตามแผนการสอนโดยไม่คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล นักเรียนไม่มีอิสระต่อการทำกิจกรรม ทำให้นักเรียนไม่มีความกระตือรือร้น และไม่มีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งที่เรียนในบทหนึ่ง ๆ

ดราเฮม (Draheim 1981 : Abstract) ได้พัฒนาชุดการสอนสำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงของภาวะไฮเปอร์แอคทีฟภายในโรงเรียน มีขั้นตอนการสร้างและพัฒนาดังนี้ 1) ศึกษาและรวบรวมข้อมูล 2) วางแผน 3) พัฒนารูปแบบขั้นต้นของชุดการสอน 4) ทดสอบขั้นต้นในภาคสนาม 5) ทดสอบภาคสนาม 6) ปรับปรุงผลงานการปฏิบัติงาน 7) ทดสอบภาคสนามด้านการปฏิบัติงาน 8) ปรับปรุงชุดการสอนครั้งสุดท้าย ทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ชุดการสอนมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ อยู่ระดับร้อยละ 70 คะแนนผลการเรียนรู้ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมและนักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อชุดการสอน คิดเป็นร้อยละ 97

แอนเดอร์สัน (Anderson 1982 : Abstract) ได้สร้างชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อหาประสิทธิภาพที่พึงไว้ และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน วิชาสังคมศึกษา ในระดับประถมศึกษา โดยใช้ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองกับการสอนแบบบรรยาย ผลการวิจัยพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ จากกลุ่มที่สอนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ การวางแผนการสอนและวิธีสอน แต่ไม่มีความแตกต่างกันด้านทัศนคติที่มีต่อวิชาสังคมศึกษา และผู้เรียนโดยมากชอบชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ชอร์ตเตอร์ (Shorter 1982 , อ้างถึงใน กุหลาบ หงษ์ทอง 2546 : 40) ได้สร้างชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อแนะนำประสบการณ์ ด้านวิชาชีพเกษตรกรรม เรื่อง การใช้จ่ายของนักเรียน และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้ชุดการเรียนรู้กับการสอนปกติ ผลการวิจัยพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ระหว่างกลุ่มทดลองที่เรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้กับการสอนตามปกติ

ฮิลล์ (Hill 1987 : Abstract) ได้ทำการศึกษาชุดการเรียนรู้รายบุคคลสำหรับนักศึกษาพยาบาล ทำการทดลองกับนักศึกษาพยาบาล 59 คน มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลการเรียนรู้ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลที่เรียนตามแบบแผนการพยาบาลกับนักศึกษาที่เรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้รายบุคคล ผลการวิจัยพบว่า ผลการเรียนรู้ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($p = .0009$)

วิลสัน (Wilson 1989 : 416) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการวิเคราะห์ชุดการสอนของครูเพื่อแก้ปัญหาในการเรียนของเด็กที่เรียนช้าทางด้านคณิตศาสตร์เกี่ยวกับการบวก การลบ ผลการวิจัยพบว่า ครูผู้สอนยอมรับว่าการใช้ชุดการสอนมีผลดีกว่าการสอนปกติ ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้ครูสามารถแก้ปัญหาการสอนที่อยู่ในหลักสูตรคณิตศาสตร์สำหรับเด็กที่เรียนช้า

จอห์น เอรอส (John A. Ross 1995 : 125 – 140, อ้างถึงในเสาวภาคย์ เศรษฐศักดิ์ศิริ 2548 : 65) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลย้อนกลับของนักเรียนที่เรียนแบบร่วมมือแบบแบ่งกลุ่มผลสัมฤทธิ์กับการเรียนแบบปกติในวิชาคณิตศาสตร์ โดยกลุ่มทดลองเป็นนักเรียนระดับ 7 จำนวน 18 คน ที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบแบ่งกลุ่มผลสัมฤทธิ์ในวิชาคณิตศาสตร์ ทำการทดลองเป็นเวลา 4 เดือน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่เรียนแบบร่วมมือแบบแบ่งกลุ่มผลสัมฤทธิ์ มีผลย้อนกลับในด้านการให้ความช่วยเหลือกันในกลุ่ม เกิดทักษะกระบวนการคิดเพื่อแก้ปัญหาในตนเองและเพื่อแก้ปัญหาให้ตนเองและเพื่อนเพิ่มขึ้น และส่งเสริมให้นักเรียนประสบความสำเร็จในตนเองอีกด้วย

ฮุลเลย์ (Hulley 1998 : Abstract, อ้างถึงใน หทัยรัตน์ อันดี 2544 : 64) ศึกษาเรื่องการสร้างชุดการเรียนรู้การสอนโดยการบูรณาการวิชาวิทยาศาสตร์ และวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนเกรด 5 ผลการศึกษาพบว่า ชุดการเรียนรู้มีเนื้อหาทางวิทยาศาสตร์ 3 เรื่อง ได้แก่ 1) วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 2) วิทยาศาสตร์กายภาพ 3) ประวัติศาสตร์และธรรมชาติของวิทยาศาสตร์ ซึ่งเนื้อหาของแต่ละเรื่อง นำมาจากหลักสูตรวิทยาศาสตร์ของหลักสูตรแม่บทแห่งชาติ ชุดการเรียนรู้ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ สื่อการเรียนการสอนที่สร้างขึ้น และการประเมินผล ครูสามารถใช้ชุดการเรียนการสอนจากการศึกษาคู่มือครู ผลการใช้ชุดการเรียนรู้ พบว่า ช่วยให้ครูสามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนได้อย่างกว้างขวาง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ด้วยชุดการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนมีผลการเรียนรู้สูงขึ้น นักเรียนมีความกระตือรือร้นให้ความสนใจในการเรียน และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศศึกษาในประเทศ

จุฬารัตน์ ห้าวหาญ (2539 : บทคัดย่อ) ศึกษาพฤติกรรมทางเพศและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์ของนักเรียนวัยรุ่นชายในในเขตเทศบาลเมืองสุรินทร์ จำนวน 434 คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 67.1 มีความรู้เรื่องเพศศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง

จรรยา ดวงแก้ว (2539 : บทคัดย่อ) ศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย กรุงเทพมหานคร จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 400 คน ผลการศึกษาพบว่า ในด้านความรู้เรื่องเพศศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 35.0 มีความรู้เรื่องเพศศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง

อรอุมา จันทรวิรุจ (2544 : บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสมุทรปราการ ผลการศึกษาพบว่า ค่าใช้จ่ายที่ได้รับในการเรียน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 คือนักเรียนที่ได้รับค่าใช้จ่ายในการเรียนสูง มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเพิ่มมากขึ้น โดยพบว่า นักเรียนที่ได้รับค่าใช้จ่ายในการเรียนมากกว่า 50 บาทต่อวัน มีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมากกว่านักเรียนที่ได้รับค่าใช้จ่ายในการเรียนระหว่าง 41 -50 บาทต่อวัน และน้อยกว่าหรือเท่ากับ 40 บาทต่อวัน

ยิ่งลักษณ์ วุฒิกุล (2544 : บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ ของนักเรียนชายที่เข้าศึกษาวิชาทหาร ในจังหวัดราชบุรี จำนวน 291 คน พบว่า ด้านความรู้เรื่องเพศศึกษาของกลุ่มตัวอย่างกับพฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศศึกษาต่างประเทศ

ดอว์กินส์ (Dawkins 1971 : 22, อ้างถึงใน ฌีญันท์ วิชัยรัมย์ 2545 : 36) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “เพศศึกษาในประเทศอังกฤษ” พบว่าเด็กส่วนใหญ่ ไม่ได้มีความรู้เรื่องเพศศึกษาอย่างถูกต้อง และเพียงพอกจากพ่อแม่และครู เด็กจึงแสวงหาความรู้เรื่องเพศจากแหล่งอื่น เช่น จากเพื่อน หนังสือ

ผู้ใหญ่ที่คุยกัน และสื่อมวลชนอื่น ๆ ด้วยวิธีดังกล่าวเด็กจึงได้รับความรู้ไม่ถูกต้อง เกิดเจตคติที่ผิด ๆ และด้วยเหตุที่พ่อแม่มักลำบากใจที่จะพูดในเรื่องเพศกับลูก ๆ ของตน ฉะนั้นการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนจึงน่าจะทำได้ง่ายกว่า ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่มีความเห็นว่าสมควรจะให้โรงเรียนเป็นแหล่งสอนเพศศึกษา เพราะพ่อแม่ไม่มีความพร้อมที่จะตอบปัญหาเรื่องเพศได้ แต่ทั้งนี้นักเรียนก็เห็นพ้องกันว่า ครูจะต้องเป็นผู้มีความรู้ดีและมีความพร้อมที่จะสอนเพศศึกษาด้วย

โลว์อิง (Lowing 1972 : 6685 A, อ้างถึงใน ฉินันท์ วิชยรัมย์ (2545 : 36) ทำการวิจัยเรื่อง “ความต้องการและความสนใจ เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนเกรด 9 “ ที่รัฐอินเดียนา สหรัฐอเมริกา ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง สนใจปัญหาเรื่องเพศในสังคม การศึกษาเรื่องเพศ สนใจเรื่องกามโรคมากที่สุด สนใจเรื่องการมีด้นน้อยที่สุด นอกจากนี้นักเรียนส่วนใหญ่ต้องการให้มีการสอนเพศศึกษาในโรงเรียนด้วย

ฮิล (Hill 1975 : Abstract) ได้ทำการวิจัย “พื้นฐานการศึกษา เรื่องเพศของนักศึกษา มหาวิทยาลัยหลุยเซียนา” ในสหรัฐอเมริกา จากนักศึกษาปีการศึกษา 1974 จำนวน 1,148 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาต้องการศึกษาเรื่องเพศเพื่อช่วยแก้ปัญหาเรื่องเพศของเขา และไม่ต้องต้องการการสอนเพศศึกษาจากทางบ้านมากนัก แต่ผู้หญิงได้รับความรู้เรื่องเพศศึกษาจากทางบ้านมากกว่าผู้ชาย ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเพศที่เกิดขึ้น นักศึกษาคิดว่ามีสาเหตุเกิดจากการสอนเพศศึกษาแต่เป็นผลจากความรู้ต่าง ๆ เกี่ยวกับเรื่องเพศที่นักศึกษาได้จากกลุ่มเพื่อน ๆ ในชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำหรับเรื่องแหล่งที่จะให้การสอน นักศึกษาเห็นว่าแหล่งแรกคือบ้าน แหล่งต่อมาคือโรงเรียน โบสถ์ แต่อย่างไรก็ตามนักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าควรสอนในโรงเรียนมากกว่าที่บ้าน

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเพศศึกษา ทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่า การเรียนเรื่องเพศศึกษาก่อให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการมีเพศสัมพันธ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทัศนคติ ของวัยรุ่นชาย วัยรุ่นหญิง โดยมีความต้องการให้มีการเรียนการสอนและการแก้ปัญหา เพื่อทำให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียน

สรุป

การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ด้านหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 (ม.1-ม.3) แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้และเพศศึกษา การเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ นั้น ผู้เรียนจะต้องลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง โดยครูเป็นผู้คอยให้คำแนะนำ ปรึกษา ในเรื่องที่นักเรียนต้องการให้ความช่วยเหลือ อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น

ฝึกทักษะในด้านของการตัดสินใจ การศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง ทำให้การเรียนการสอนมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ที่ได้เสนอมานั้น พบว่ามีขั้นตอนการสร้างชุดการเรียนรู้ ดังนี้ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ วิเคราะห์หลักสูตร แนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างชุดการเรียนรู้ 2) พัฒนาชุดการเรียนรู้ โดยนำชุดการเรียนรู้ ฉบับร่างมาตรวจสอบหาประสิทธิภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ เพื่อหาค่าความสอดคล้องจากค่า IOC นำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข แล้วหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ แบบรายบุคคลและแบบกลุ่มย่อย และนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ นำชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไปทดลองกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง โดยหาค่าประสิทธิภาพแบบภาคสนาม 4) ประเมินผล และปรับปรุงชุดการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลเป็นค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า $t - test$ จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ส่วนใหญ่พบว่า การนำชุดการเรียนรู้ มาใช้ในกิจกรรมการเรียนรู้ สามารถทำให้นักเรียนมีผลการเรียนรู้สูงขึ้น กล่าวคือ ผลการเรียนรู้หลังใช้ชุดการเรียนรู้มีคะแนนสูงกว่าก่อนการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า การนำชุดการเรียนรู้มาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จะทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้เร็วและมีความรู้ความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ขึ้น เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาสื่อการเรียนการสอนเพศศึกษา ซึ่งองค์ประกอบของชุดการเรียนรู้สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) คำนำ 2) วัตถุประสงค์ 3) คู่มือสำหรับครูประกอบด้วย คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของครูผู้สอน ขั้นตอนการใช้ชุดการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ แบบประเมินพฤติกรรมการทำงาน กลุ่มและแบบประเมินผลงานนักเรียน 4) คู่มือสำหรับนักเรียน ประกอบด้วย ใบงาน ใบความรู้ สื่อการเรียนรู้ แบบทดสอบและแนวเฉลยโดยมีขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนรู้ดังนี้ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ 2) พัฒนาชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินผลและปรับปรุงชุดการเรียนรู้

บทที่ 3

วิธีการดำเนินงานวิจัย

การวิจัย เรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ตำบลสองพี่น้องอำเภอสองพี่น้อง จังหวัด สุพรรณบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนในรายวิชาสุขศึกษา เรื่องเพศศึกษา เป็นหน่วยวิเคราะห์ (Unit of Analysis) ซึ่งมีรายละเอียดและขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การวิจัย (Research) : การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนา (Development) : การพัฒนาและการหาประสิทธิภาพของชุด การเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 3 การวิจัย (Research) : การทดลองใช้ชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 4 การพัฒนา(Development) การประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

วัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนการดำเนินการ

1. วิเคราะห์หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุข ศึกษและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 (ม.1 – ม.3) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่อง เพศศึกษา สาระที่ 2 ชีวิตครอบครัวในการนำมาสร้างชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างชุดการเรียนรู้และเพศศึกษาทั้งในประเทศและ ต่างประเทศ

3. ศึกษาความต้องการของนักเรียนในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา โดย ใช้แบบสอบถามความต้องการในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ สอบถามนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน

4. ศึกษาความคิดเห็นเพื่อการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา จากครูผู้สอนวิชา สุขศึกษา อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 5 คน และผู้เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหาสาระและ กิจกรรมของหาของชุดการเรียนรู้ จำนวน 2 คน และผู้ปกครอง เพื่อให้ทราบความคิดเห็นในด้าน เนื้อหาสาระ และกิจกรรมของชุดการเรียนรู้ เพื่อการพัฒนาชุดการเรียนรู้เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ข้อมูลพื้นฐานความต้องการในการใช้ชุดการเรียนรู้มีดังนี้

1. แบบสอบถามความต้องการของนักเรียนในการพัฒนาชุดการเรียนรู้สำหรับไป สอบถามนักเรียนจำนวน 36 คน

1.1 ลักษณะของแบบสอบถามมีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 สอบถามด้านสภาพและข้อมูลทั่วไป ของนักเรียนเกี่ยวกับ เพศ อายุ ประสบการณ์ในการเรียนเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ โดยใช้แบบสอบถามแบบตรวจสอบรายการ(Check List) จำนวน 4 ข้อ

ตอนที่ 2 สอบถามความต้องการในการเรียนรู้เกี่ยวกับรูปแบบ และเนื้อหาของ ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา จำนวน 5 ข้อ ดังนี้ (1) นักเรียนมีความต้องการให้ชุดการเรียนรู้มี องค์ประกอบอะไรบ้าง (2) นักเรียนคิดว่า เรื่อง เพศศึกษา ที่ควรเรียนรู้มีเนื้อหาเรื่องใดบ้าง (3) นักเรียนมีความต้องการให้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นอย่างไร (4) นักเรียน ต้องการให้ในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมอย่างไร (5) นักเรียนต้องการเรียนรู้ ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา โดยใช้สื่อการเรียนรู้ในลักษณะอย่างไร (6) นักเรียนคิดว่าการ เรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา นักเรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์อะไรได้บ้าง (7) นักเรียนมีความต้องการให้มีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้อย่างไรบ้าง

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการ และข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่ เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เป็นแบบสอบถามชนิดปลายเปิด (Open Ended From) จำนวน 1 ข้อ

1.2 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถาม มีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 2 นำข้อมูลที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มาสร้างเป็นแบบสอบถามโดย กำหนดเป็นประเด็นคำถามแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ขั้นตอนที่ 3 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหาวิชาสุขศึกษา ด้านภาษา และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำผลที่ได้จากการตรวจสอบ มาปรับปรุงแก้ไข ได้แก่ ปรับปรุงข้อคำถาม นำแบบสอบถามมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index

of Item Objective Congruence : IOC)ซึ่งผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านพิจารณาลงความคิดเห็นและให้คะแนนความคิดเห็นของแบบประเมินตามเกณฑ์ดังนี้

ให้คะแนนเท่ากับ + 1 หมายถึง แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง

ให้คะแนนเท่ากับ 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง

ให้คะแนนเท่ากับ - 1 หมายถึง แน่ใจว่าไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้อง

สูตร การหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาหรือค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องของความคิดเห็น

$\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

และพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องจากคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป จึงถือว่าแบบสอบถามนั้นมีความเที่ยงตรงในเนื้อหาได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามเท่ากับ 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 33 ภาคผนวก ค หน้า 177)

ขั้นตอนที่ 4 นำแบบสอบถามที่ได้จากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปใช้สอบถามกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน

1.3 การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความต้องการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา จำนวน 1 ฉบับ มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ (%) และวิเคราะห์ความคิดเห็นโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และนำเสนอแบบพรรณนาความ

2. แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structure Interview) สัมภาษณ์ข้อมูลพื้นฐานด้านเนื้อหาสาระและรูปแบบของการจัดกิจกรรมสำหรับพัฒนาชุดการเรียนรู้ จากครูผู้สอนสุขศึกษา จำนวน 5 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ 1 คน ผู้ปกครองจากหลากหลายอาชีพ เช่น ครู แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข 4 คน รวมทั้งหมด 10 คน

2.1 ลักษณะของแบบสัมภาษณ์มีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบสัมภาษณ์เกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ตำแหน่งงาน และประสบการณ์ ในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ 5 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ด้านเนื้อหาสาระ และรูปแบบของการจัดกิจกรรม จำนวน 6 ข้อ คือ (1) ท่านคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง

เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรมีองค์ประกอบอะไรบ้าง (2) ท่านคิดว่าในชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรมีเนื้อหาเรื่องใดบ้าง (3) ท่านคิดว่ารูปแบบ/ลักษณะการจัดกิจกรรมของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา รูปแบบใดที่เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรเป็นอย่างไร (4) ท่านคิดว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีวิธีการจัดกิจกรรมอย่างไร (5) ท่านคิดว่าในชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรใช้สื่อการเรียนในลักษณะอย่างไร (6) ท่านคิดว่าจากการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา นักเรียนจะสามารถนำไปใช้ประโยชน์อะไรได้บ้าง (7) ท่านคิดว่าการวัดผลประเมินผลในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรมีลักษณะอย่างไร

ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์ข้อเสนอแนะอื่น ๆ เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา จำนวน 1 ข้อ

2.2 ขั้นตอนการสร้างแบบสัมภาษณ์ มีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 2 สร้างแบบสัมภาษณ์ตามขั้นตอนที่ 1 โดยนำมากำหนดเป็นประเด็นสัมภาษณ์

ขั้นตอนที่ 3 นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นไปให้ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหาวิชาสุขศึกษา ด้านภาษา และด้านการวัดและประเมินผลจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำแบบสัมภาษณ์ที่ได้จากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไข นำแบบสัมภาษณ์มาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 34 ภาคผนวก ก หน้า 177)

ขั้นตอนที่ 4 นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ตรวจสอบไปสัมภาษณ์ครูผู้สอนสุขศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และผู้ปกครอง

2.3 การสัมภาษณ์ มีรายละเอียด ดังนี้

1. ขอนหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร ถึงผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และครูผู้สอนสุขศึกษา เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยกำหนดวัน เวลา สถานที่ในการสัมภาษณ์ และจัดส่งประเด็นในการสัมภาษณ์ให้ทราบล่วงหน้า

3. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์โดยการแนะนำตัว และขออนุญาตผู้ให้สัมภาษณ์ทำการบันทึกเสียง และบันทึกภาพ พร้อมทั้งบอกถึงวัตถุประสงค์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลและสัมภาษณ์ตามแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้น

4. จัดเตรียมข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

2.4 วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้การเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มาวิเคราะห์สถานภาพ และข้อมูลทั่วไป โดยใช้ค่าร้อยละ (%) และวิเคราะห์ความต้องการโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำมาเสนอแบบพรรณนาความ

จากที่ได้กล่าวมาผู้วิจัยได้สรุปวิธีดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 1 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 สรุปวิธีดำเนินการวิจัยขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/การวิเคราะห์ข้อมูล
1. เพื่อวิเคราะห์หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 (ม.1-ม.3)	วิเคราะห์หลักสูตร	หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา	การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ
2. เพื่อศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้และเพศศึกษา	ศึกษาเอกสาร	เอกสารและวิจัย	การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ
3. เพื่อศึกษาความต้องการในการพัฒนาชุดการเรียนรู้	สอบถามความต้องการ	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 34 คน	1. แบบสอบถาม 2. ค่าสถิติที่ใช้เป็นร้อยละ (%) 3. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)
4. เพื่อศึกษาความคิดเห็นเพื่อพัฒนาชุด	สัมภาษณ์ความคิดเห็น	1. ครูผู้สอนสุขศึกษา 3 คน	1. แบบสอบถาม 2. ค่าสถิติที่ใช้เป็น

ตารางที่ 5 (ต่อ)

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/การวิเคราะห์ข้อมูล
การเรียนรู้และ เพศศึกษาจากครู ผู้สอน ผู้เชี่ยวชาญและ ผู้ปกครอง		2. ผู้เชี่ยวชาญด้าน ชุดการเรียนรู้ จำนวน 2 คน 3. ผู้ปกครอง 5 คน	ร้อยละ (%) 3. การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนา (Development) : การพัฒนาและการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิธีดำเนินการ มีขั้นตอนดังนี้

1. นำข้อมูลที่ได้จากการสังเคราะห์ในขั้นตอนที่ 1 มาเป็นแนวทางในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง

2. ดำเนินการสร้างชุดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยในชุดการเรียนรู้มีองค์ประกอบ ดังนี้ 1) คำนำ 2) วัตถุประสงค์ 3) คู่มือสำหรับครู ประกอบด้วย คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้บทบาทของครูผู้สอน ขั้นตอนการใช้ชุดการเรียนรู้ และประเมินพฤติกรรมกาปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม 4) คู่มือสำหรับนักเรียน ประกอบด้วยใบงาน ใบความรู้ สื่อการเรียนรู้ แบบฝึกหัด แบบทดสอบ แนวเฉลย ชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย 5 ชุดการเรียนรู้ คือชุดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่องพัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง ชุดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ชุดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ชุดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่องการคบเพื่อนและการผูกมิตร ชุดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่องการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

3. นำชุดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างเสร็จแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาวิชาสุขศึกษา ด้านวิธีการสอนเรื่องเพศศึกษา และด้านชุดการเรียนรู้ จำนวน 3 คน เพื่อขอคำแนะนำในส่วนที่บกพร่อง และข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ได้แก่ปรับปรุงจำนวนชุดการเรียนรู้จาก 4 ชุด คือ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงชุดการเรียนรู้ที่ 2 การคบเพื่อนและการผูกมิตร ชุดการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ชุดการเรียนรู้ที่ 4 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง มาเป็น 5 ชุดการเรียนรู้ คือ ชุดการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

ชุดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ชุดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ชุดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่องการคบเพื่อนและการผูกมิตร ชุดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่องการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

4. นำชุดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ที่ได้รับการปรับปรุงแล้วมาประเมินชุดการเรียนรู้แบบร่าง จากอาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์ จำนวน 3 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาสาระด้านรูปแบบของกิจกรรม ด้านชุดการเรียนรู้ และด้านการวัดและประเมินผล เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือ (IOC) ซึ่งผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านพิจารณาลงความเห็น และให้คะแนนตามเกณฑ์ ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2540 : 117)

ให้คะแนนเท่ากับ + 1 เมื่อแน่ใจว่าชุดการเรียนรู้/แผนการจัดการเรียนรู้นั้นมีความสอดคล้อง

ให้คะแนนเท่ากับ 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าชุดการเรียนรู้/แผนการจัดการเรียนรู้นั้นมีความสอดคล้องหรือไม่

ให้คะแนนเท่ากับ - 1 เมื่อไม่แน่ใจว่าชุดการเรียนรู้/แผนการจัดการเรียนรู้นั้นไม่มีความสอดคล้อง

และพิจารณาความสอดคล้องจากค่าเฉลี่ยความคิดเห็นตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป จึงถือว่าชุดการเรียนรู้มีความเที่ยงตรงในเนื้อหา ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของชุดการเรียนรู้ 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 35 ภาคผนวก ก หน้า 178)

5. นำชุดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขด้านภาษาด้านเนื้อหาและด้านกิจกรรมตามคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้งเพื่อความสมบูรณ์ของชุดการเรียนรู้ก่อนจะนำไปหาประสิทธิภาพ

6. นำชุดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ที่ได้รับการประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ไปปรับปรุงแก้ไขแล้วนำมาหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้เท่ากับ 80/80 โดยทดลองใช้เพื่อหาประสิทธิภาพกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง และมีพื้นฐานความรู้ความสามารถ และสภาพแวดล้อมใกล้เคียงกันกับกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) มีขั้นตอนดังนี้

6.1 แบบรายบุคคล (Individual Tryout) จำนวน 3 คน เลือกแบบเจาะจงโดยเลือกจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

โดยเลือกนักเรียนเก่ง 1 คน ปานกลาง 1 คนและอ่อน 1 คน รวม 3 คน เพื่อศึกษาความเหมาะสมของเนื้อหา ความยากง่ายของภาษา คำนวณหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ได้ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 64.00/63.33 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 60/60 ตามที่กำหนดไว้ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขด้านเนื้อหาสาระและภาษาไทยให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

6.2 แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout) นำชุดการเรียนรู้ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) โดยเลือกนักเรียนที่มีผลการเรียนรู้ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาที่แตกต่างกัน คือ เก่ง 3 คน ปานกลาง 3 คน และอ่อน 3 คน รวม 9 คน เพื่อดูความเหมาะสมของเนื้อหาและความยากง่ายของภาษาคำนวณหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ได้ค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 75.78/74.44 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 70/70 แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขด้านเนื้อหาสาระและภาษาให้มีความเข้าใจง่ายขึ้นก่อนที่จะนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง โดยมีการคำนวณค่าสถิติ ดังนี้

80 ตัวแรก หมายถึง การหาประสิทธิภาพของกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยประเมินจากคะแนนที่ได้จากทุก ๆ ชุด และการทำแบบฝึกหัดหลังเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของนักเรียนทั้งหมด คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 80 สถิติการวิเคราะห์ข้อมูล (ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และคณะ 2540 : 101 – 102)

สูตรที่ 1

$$E_1 = \left\{ \frac{\sum X}{N} \right\} \times 100$$

เมื่อ	E_1	หมายถึง	ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้
	$\sum X$	หมายถึง	คะแนนรวมของแบบฝึกหัดหรืองานที่ทำได้ระหว่างเรียน
	A	หมายถึง	คะแนนเต็มของแบบฝึกหัดท้ายหน่วยการเรียนรู้ทุกแบบฝึกหัดรวมกัน
	N	หมายถึง	จำนวนนักเรียน

สูตรที่ 2

$$E_2 = \left\{ \frac{\sum F}{N} \right\} \times 100$$

E_2 หมายถึง ค่าเฉลี่ยเป็นร้อยละของคะแนนที่นักเรียนทุกคน ทำแบบทดสอบหลังเรียน
ได้ถูกต้องร้อยละ 80 ของคำตอบทั้งหมด

ΣF หมายถึง คะแนนรวมของการสอบหลังเรียนของนักเรียนทุกคน

B หมายถึง คะแนนเต็มของการการสอบหลังเรียน

N หมายถึง จำนวนนักเรียน

นำผลที่ได้จากการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้มาแก้ไข กำหนดเกณฑ์
ประสิทธิภาพ E_1/E_2 ไว้ที่ 80/80 และในกรณีที่ประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไม่ถึง
เกณฑ์ที่กำหนดไว้ เนื่องจากมีตัวแปรที่ควบคุมไม่ได้เช่น สภาพความพร้อมของผู้เรียน สภาพความ
พร้อมของผู้เรียน สภาพของห้องเรียน เป็นต้น อาจยอมรับให้เกิดความพลาดได้ ร้อยละ 2.5 ผู้วิจัย
กำหนดเกณฑ์การยอมรับไว้ 3 ระดับคือ

1. สูงกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้สูงกว่าเกณฑ์การที่ตั้งไว้
มีค่าเป็น 2.50 ขึ้นไป
2. ตามเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้สูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้มีค่า
เป็น 2.50 ขึ้นไป
3. ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ต่ำกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้
ต่ำกว่า 2.5% ถือว่ายังมีประสิทธิภาพที่ยอมรับได้

ขั้นตอนการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้
เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดังนี้

1. ศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหาสาระการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา จากหลักสูตรการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
2. ศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง มาตรฐานการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา ช่วงชั้นที่ 3 ชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1 ในเรื่อง เพศศึกษา จากหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระ
การเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สำหรับเป็นแนวทางในการกำหนดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และ
กำหนดชั่วโมง เพื่อความเหมาะสม และสอดคล้องกับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช
2544
3. กำหนดสาระการเรียนรู้เพื่อนำมาสร้างเป็นแผนการจัดการเรียนรู้ โดยแบ่งเนื้อหา
ในเรื่อง เพศศึกษา เป็น 5 หน่วยย่อย ดังนี้ 1) พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง 2) อนามัย
เจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง 3) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรค

เอดส์ 4) การคบเพื่อนและการผูกมิตร 5) การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

4. สร้างแผนการจัดการเรียนรู้ทั้งหมด 5 แผน ดังนี้ แผนการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง จำนวน 2 ชั่วโมง แผนการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง จำนวน 2 ชั่วโมง แผนการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ จำนวน 2 ชั่วโมง แผนการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร จำนวน 2 ชั่วโมง แผนการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ จำนวน 2 ชั่วโมง ซึ่งแต่ละแผนการเรียนรู้จะมีรายละเอียดดังนี้ หัวข้อเรื่อง สารสำคัญ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง สารการเรียนรู้ กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม และแบบประเมินผลงานนักเรียน

5. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมทางด้านเนื้อหา ภาษา และกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

6. นำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ได้รับการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไข ผลการปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดการเรียนรู้ ดังนี้คือ 1) ปรับปรุงสาระสำคัญในแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 2 3 4 และ 5 ให้มีความเหมาะสม ครบคลุมและสอดคล้องกับเนื้อหาสาระ 2) ปรับปรุงกระบวนการจัดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ในแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 2 3 4 และ 5 ให้มีลำดับขั้นตอนที่ต่อเนื่องในการปฏิบัติกิจกรรม 3) ปรับปรุงภาษาให้มีความเหมาะสมและชัดเจนมากขึ้น

7. นำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) ของแผนการจัดการเรียนรู้ได้ค่า ดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 36 ภาคผนวก ก หน้า 180)

ผู้วิจัยสรุปวิธีการดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 2 ดังตารางที่ 6 ดังนี้

ตารางที่ 6 สรุปวิธีการดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 2 การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/การวิเคราะห์ข้อมูล
1. เพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้เรื่องการพัฒนาชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ฉบับร่าง	พัฒนาชุดการเรียนรู้ที่ประกอบด้วย 1. คำนำ 2. วัตถุประสงค์ 3. คู่มือครู - คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ - บทบาทของครูผู้สอน - แบบประเมินพฤติกรรม พฤติกรรม พฤติกรรม 4. คู่มือสำหรับนักเรียน - ใบความรู้ - ใบงาน - สื่อการเรียนรู้ - แบบทดสอบ - แนวเฉลย	1. ชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง 2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	1. ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 2. แผนการจัดการเรียนรู้ /หาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2
2. เพื่อหาคุณภาพของชุดการเรียนรู้ และปรับปรุงแก้ไข	ประเมินชุดการเรียนรู้ฉบับร่างและปรับปรุงแก้ไข	1. อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์จำนวน 3 คน	1. แบบประเมินชุดการเรียนรู้

ตารางที่ 6 (ต่อ)

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/การวิเคราะห์ข้อมูล
		2. ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน	2. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) 3. หาค่าดัชนีความสอดคล้องของชุดการเรียนรู้ (IOC)
3. เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง	การหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง Individual Tryout หาค่า E_1/E_2 ใช้เกณฑ์ 60/60 และปรับปรุงแก้ไข	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง มีผลการเรียนรู้ เก่ง ปานกลาง อ่อนระดับละ 1 คน รวมจำนวน 3 คน	1. ชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง 2. ค่าเฉลี่ยร้อยละ ($\bar{x}$) ของ E_1/E_2
4. เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง	การหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ฉบับร่างแบบ Small Group Tryout หาค่า E_1/E_2 ใช้เกณฑ์ 70/70	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง มีผลการเรียนรู้ เก่ง ปานกลาง อ่อนระดับละ 1 คน รวมจำนวน 9 คน	1. ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ฉบับร่าง 2. ค่าเฉลี่ยร้อยละ ($\bar{x}$) ของ E_1/E_2
5. เพื่อปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ฉบับร่างก่อนนำไปใช้ทดลองจริง	ปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้	ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา	1. ชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง 2. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ขั้นตอนที่ 3 การวิจัย (Research) : การทดลองใช้ชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์เพื่อทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้กำหนดแบบแผนการวิจัยในครั้งนี้แบบ Pre Experimental Design แบบ One Group Pretest – Posttest Design (มาเรียม นิลพันธุ์ 2547 : 144) ดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงแผนการวิจัยแบบ One Group Pretest – Posttest Design

การทดสอบก่อนทดลอง	การจัดกระทำ	การทดสอบหลังการทดลอง
T1	X	T2

T1 แทน การทดสอบก่อนการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้

X แทน การเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้

T2 แทน การทดสอบหลังการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้

ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 และ 1/2 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 72 คน จาก 2 ห้องเรียนที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 36 คน ที่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี สาเหตุที่เลือกนักเรียนกลุ่มนี้ เนื่องจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 และ 1/2 มีระดับผลการเรียนในปีที่ผ่านมาทั้งเก่ง ปานกลาง และอ่อน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันในการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองใช้ตามระยะเวลาที่กำหนดดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ตารางกำหนดระยะเวลาในการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้

วัน เดือน ปี	ชุดการเรียนรู้ที่	เรื่อง	เวลา (ชั่วโมง)	ผู้ดำเนินการ
14 พฤศจิกายน 2550	-	แนะนำชุดการเรียนรู้ ทดสอบก่อนเรียน (Pretest)	1	ผู้วิจัย
21 พฤศจิกายน 2550	1	พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	2	ผู้วิจัย
28 พฤศจิกายน 2550	2	การคบเพื่อนและการผูกมิตร	2	ผู้วิจัย

ตารางที่ 8 (ต่อ)

วัน เดือน ปี	ชุดการเรียนรู้ที่	เรื่อง	เวลา (ชั่วโมง)	ผู้ดำเนินการ
12 ธันวาคม 2550	3	อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	2	ผู้วิจัย
19 ธันวาคม 2550	4	พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	2	ผู้วิจัย
26 ธันวาคม 2550	5	ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	2	ผู้วิจัย
2 มกราคม 2551	-	ทดสอบหลังเรียน(Posttest) ประเมินความคิดเห็นของนักเรียน	1	ผู้วิจัย

ขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยนำชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นไปทดลองกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน โดยดำเนินการทดลองเป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลา 10 ชั่วโมง ดังนี้

1. ก่อนใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษานั้นครูผู้สอนมีการสอนเนื้อหาเกี่ยวกับการใช้ชุดการเรียนรู้ให้กับนักเรียน ในหน่วยการเรียนรู้อื่น
2. ครูศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ให้เข้าใจโดยละเอียด
3. ครูจัดเตรียมชุดการเรียนรู้ วัสดุอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในการจัดกิจกรรมให้ครบถ้วน
4. ทำการทดสอบก่อนการเรียน (Pretest) กับนักเรียนใช้เวลา 60 นาที
5. ดำเนินการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีขั้นตอน ดังนี้

5.1 ขั้นเตรียมผู้เรียน

5.1.1 แจกจุดประสงค์การเรียนรู้ของบทเรียน

5.1.2 ชี้แจงบทบาทหน้าที่และวัตถุประสงค์ของการทำงานกลุ่ม

5.2 ขั้นการสอนเนื้อหาสาระ

5.2.1 ทบทวนความรู้เดิม

5.2.2 ทำความเข้าใจให้อ่องแท้

5.2.3 อธิบายเนื้อหาใหม่และยกตัวอย่างให้เข้าใจชัดเจน

5.2.4 ตรวจสอบความเข้าใจ

5.3 กิจกรรมกลุ่มย่อย

5.3.1 ครูจัดนักเรียนเข้ากลุ่มย่อยตามแบบความสามารถด้านผลการเรียนรู้ กลุ่มละ 4-6 คน ประกอบด้วยนักเรียนที่มีความสามารถเก่ง ปานกลาง และอ่อน

5.3.2 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมในชุดการเรียนรู้โดยให้วิธีการเรียนรู้เน้นความร่วมมือและการแก้ปัญหา ระดมความคิด สันทนาแลกเปลี่ยน สรุปและนำเสนอผลงาน

5.4 ขั้นหลังการทดลอง เป็นขั้นที่ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมในขั้นตอนต่อไป

5.4.1 ให้นักเรียน ทำแบบทดสอบผลการเรียนรู้สุขศึกษา หลังเรียน (Posttest) เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้แบบทดสอบฉบับเดียวกับแบบทดสอบผลการเรียนรู้ก่อนการเรียน (Pretest)

5.4.2 ให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ทำแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเรียนด้วยวิธีการสอนแบบกลุ่ม จากขั้นตอนดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยได้สรุปขั้นตอนที่ 3 ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 สรุปวิธีการดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้

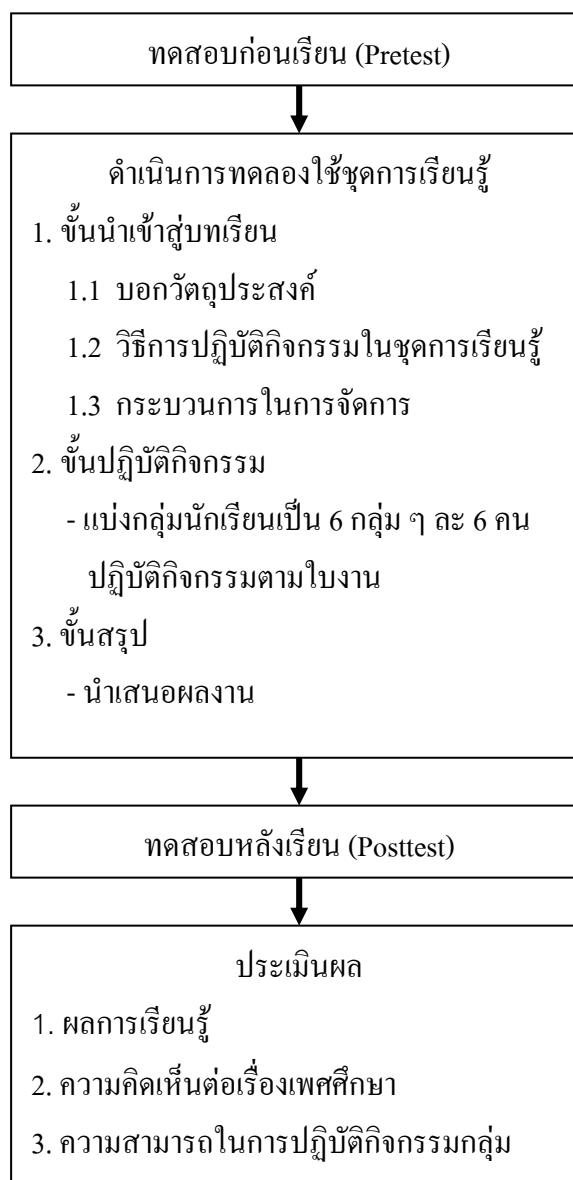
วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/สถิติ
เพื่อทดลองใช้ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาสำหรับ	1. ศึกษารายละเอียดชุดการเรียนรู้ให้เข้าใจ 2. จัดเตรียมชุดการเรียนรู้	นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล 1	1. ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	และวัสดุอุปกรณ์ 3. ทำแบบทดสอบก่อนเรียน 4. ดำเนินการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ การเตรียมผู้เรียน	ตลาดบางลี่ พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง	ปีที่ 1 2. ค่าเฉลี่ยร้อยละ ($\bar{x}$) ของค่า E_1/E_2 3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ตารางที่ 9 (ต่อ)

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/สถิติ
	4.1 ^{ขั้น}นำ ผู้วิจัยแนะนำการใช้ชุดการเรียนรู้ บอกวัตถุประสงค์และบทบาทของนักเรียนในการปฏิบัติกิจกรรมตามใบงาน 4.2 ^{ขั้น}ปฏิบัติกิจกรรม แบ่งนักเรียนกลุ่มละ 6 คน แต่ละกลุ่มปฏิบัติกิจกรรมตามใบงาน 4.3 ^{ขั้น}สรุป ให้นักเรียนอภิปรายกลุ่มแลกเปลี่ยน และแสดงความคิดเห็นร่วมกันและสรุปความรู้ที่ได้รับ 5. ทำแบบทดสอบหลังเรียน 6. หาค่าประสิทธิภาพแบบภาคสนาม (Field Tryout)		4. สื่อวัสดุอุปกรณ์ตามแผนการจัดการเรียนรู้ 5. แผนการจัดการเรียนรู้ 6. แบบทดสอบก่อนและหลังเรียนการใช้ชุดการเรียนรู้

ในการดำเนินการทดลองดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยได้สรุปเป็นแผนภูมิในการดำเนินการตามขั้นตอนการใช้ชุดการเรียนรู้ ดังแผนภาพที่ 3





แผนภาพที่ 3 ขั้นตอนการใช้ชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 4 การพัฒนา (Development) การประเมินผลและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์เพื่อนำผลการประเมินก้านความรู้ความเข้าใจ ความคิดเห็นและการปฏิบัติงานของนักเรียน มาพิจารณาปรับปรุงรายละเอียดของชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ทดสอบผลการเรียนรู้ เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่แบบทดสอบผลการเรียนรู้อก่อนการเรียนและหลังเรียน ซึ่งเป็นข้อสอบ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 20

ข้อ เป็นข้อสอบแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก วัดพฤติกรรมการเรียนรู้ ด้านความรู้ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ วิเคราะห์ นักเรียนต้องเลือกตอบคำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียว โดย มีเกณฑ์การให้ คะแนน ดังนี้ คือ ถ้าตอบถูกต้องให้ ข้อละ 1 คะแนน ตอบผิดไม่ตอบให้ข้อละ 0 คะแนน และแบบทดสอบอัตร้อย จำนวน 2 ข้อ ข้อละ 5 คะแนน

การสร้างและใช้แบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ทางแบบปรนัย มีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1.1 การสร้างแบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ ให้ครอบคลุมผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง ดังตารางที่ 10 วิเคราะห์ข้อสอบดังนี้

ตารางที่ 10 ตารางวิเคราะห์ข้อสอบสาระการเรียนรู้สุขศึกษา เรื่องเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระการเรียนรู้ มาตรฐาน การเรียนรู้	หน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	พฤติกรรมที่ต้องการวัด					
			ความรู้ความจำ	ความเข้าใจ	การนำไปใช้ในการวิเคราะห์	การวิเคราะห์	รวม	ประเภทของข้อสอบ
สาระที่ 2 ชีวิตและ ครอบครัว	พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	1.สามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงร่างกายและจิตใจ อารมณ์สังคมกับการพัฒนา การทางเพศ 2. สามารถอธิบายวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจสังคม และพัฒนาการทางเพศ	1	1	1	1	4	ปรนัย 4 ข้อ
	อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	1.สามารถอธิบายความหมายและองค์ประกอบอนามัยเจริญพันธุ์ 2.รู้วิธีการและสามารถปฏิบัติตนเองเพื่อดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศได้อย่างเหมาะสม	1	1	2	-	4	ปรนัย 4 ข้อ

ตารางที่ 10 (ต่อ)

สาระการ เรียนรู้ มาตรฐาน การเรียนรู้	หน่วยการ เรียนรู้	ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	พฤติกรรมที่ต้องการวัด					
			ความรู้ความ จำ	ความเข้าใจ	การนำไป ใช้	การวิเคราะห์	รวม	ประเภทของข้อสอบ
	พฤติกรรม เสี่ยงทางเพศ ต่อโรคติดต่อ ทาง เพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์	1.สามารถอธิบาย พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการ เกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ 2.สามารถวิเคราะห์และ ผลกระทบจากโรคทาง เพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ 3.สามารถป้องกันและ หลีกเลี่ยง พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติด โรคเพศสัมพันธ์และโรค เอดส์	1	1	1	1	4	ปรนัย 4 ข้อ *อัตนัย 1 ข้อ
	การคบเพื่อน และการผูก มิตร	1.สามารถอธิบาย ความสำคัญของเพื่อนและ การเลือกคบเพื่อนที่ดี 2. สามารถอธิบายทักษะ และวิธีในการผูกมิตร	1	1	1	1	4	ปรนัย 4 ข้อ *อัตนัย 1 ข้อ

ตารางที่ 10 (ต่อ)

สาระการ เรียนรู้ มาตรฐาน การเรียนรู้	หน่วยการ เรียนรู้	ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง	พฤติกรรมที่ต้องการวัด					
			ความรู้ความจำ	ความเข้าใจ	การนำไปใช้	การวิเคราะห์	รวม	ประเภทของข้อสอบ
	การป้องกัน ตนเองและ ทักษะการ เตือนเพื่อน เมื่ออยู่ใน สถานการณ์ เสี่ยงต่อการมี เพศสัมพันธ์	1. สามารถอธิบายวิธีการ ป้องกันตนเองเมื่ออยู่ใน สถานการณ์เสี่ยงได้ 2. สามารถอธิบายและ วิธีการกล่าวคำปฏิเสธได้ เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยง ต่อการมีเพศสัมพันธ์ 3. สามารถบอกวิธีการใช้ ทักษะเตือนเพื่อนได้ เหมาะสม	1	1	2		4	ปรนัย 4 ข้อ
รวม			5	5	7	3	20	ปรนัย 20 ข้อ *อัตนัย 2 ข้อ

1.2 นำแบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ทางการเรียนที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยพิจารณาความสอดคล้องรายข้อของแบบทดสอบกับผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง แล้วนำความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง ซึ่งแบบทดสอบก่อนและหลังเรียนมีดัชนีค่าความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.00 โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มากกว่าหรือเท่ากับ 0.50 แสดงว่า ข้อสอบมีความเที่ยงตรง ถ้าข้อสอบที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) น้อยกว่า 0.50 จะต้องนำไปปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้ได้ข้อสอบจำนวน 20 ข้อ

1.3 นำแบบทดสอบที่ได้จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Analysis) จากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปทดลองกับนักเรียน (Tryout) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

1.4 นำกระดาษคำตอบมาตรวจให้คะแนนแบบทดสอบทั้ง 2 ฉบับ โดยให้คะแนน 1 คะแนน ในข้อที่ตอบถูก และให้ 0 คะแนนในข้อที่ตอบผิด แล้วนำคะแนนที่นักเรียนแต่ละคนสอบได้มาวิเคราะห์รายข้อเพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (r) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป และหาค่าความยากง่าย (p) อยู่ระหว่าง 0.20 – 0.80 คัดเลือกแบบทดสอบก่อนเรียน และหลังเรียนตามเกณฑ์ดังกล่าวจำนวน 20 ข้อ จำนวน 2 ฉบับ (รายละเอียดดังตารางที่ 40 ภาคผนวก ค หน้า 182)

1.5 นำแบบทดสอบที่คัดเลือกจำนวน 20 ข้อ มาหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ทางการเรียน แล้วนำไปทดลองกับนักเรียน (Tryout) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) (ถ้วน สายยศ และอังคณา สายยศ 2538 : 193-195) ได้ค่าความเชื่อมั่น (r_{tt}) ของแบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ทั้ง 2 ฉบับ มีค่าความเชื่อมั่น (r_{tt}) เท่ากับ 0.81 (รายละเอียดดังตารางที่ 42 ภาคผนวก ค หน้า 183)

1.6 นำแบบทดสอบที่หาค่าความเชื่อมั่นแล้วไปทดสอบวัดผลการเรียนรู้ก่อนและหลังเรียนกลุ่มทดลอง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล ตรวจให้คะแนนแบบทดสอบนำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีทางสถิติ เพื่อตรวจสอบสมมุติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูลทดสอบวัดผลการเรียนรู้ โดยเปรียบเทียบผลการเรียนรู้จากการทดสอบก่อนทำการสอน (Pretest) และหลังดำเนินการสอนเสร็จสิ้นแล้ว (Posttest) หาค่าแบบไม่อิสระ (t – test dependent)

รายละเอียดการสร้างข้อมูลทดสอบอัตนัย วัดความรู้ความเข้าใจและการนำไปใช้ จำนวน 2 ข้อ มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาการสร้างแบบทดสอบอัตนัย ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง และคู่มือการประเมินผล

ขั้นตอนที่ 2 สร้างแบบทดสอบ จำนวน 2 ข้อให้ครอบคลุมเนื้อหาผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

ขั้นตอนที่ 3 นำแบบทดสอบวัดผลการเรียนรู้ที่สร้างเสร็จแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อเสนอแนะแล้วนำผลมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่ 4 นำแบบทดสอบที่สร้างเสร็จแล้วให้อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่ 5 นำแบบทดสอบที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α – Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.81 (รายละเอียด 42 ภาคผนวก ก หน้า 182)

ขั้นตอนที่ 6 นำแบบทดสอบไปทดสอบวัดผลการเรียนรู้ก่อนเรียนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เพื่อใช้ในการวิจัยกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน

การประเมินผลแบบทดสอบแบบอัตนัย เรื่องเพศศึกษา มีเกณฑ์การประเมินโดยให้คะแนนเป็นรายชื่อ มีรายละเอียดดังนี้

ข้อคำถามที่ 1 นักเรียนมีวิธีการปฏิบัติอย่างไรเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และจะปฏิบัติตนเช่นไรเพื่อให้พ้นจากสถานการณ์นั้น (5 คะแนน)

ข้อคำถามที่ 2 “การคบเพื่อนมีข้อดีและข้อเสียต่อนักเรียนอย่างไร” (5 คะแนน)
กำหนดเกณฑ์โดยให้คะแนนออกเป็น 5 ระดับ ดังตารางที่ 10

ตารางที่ 11 คะแนนแบบทดสอบแบบอัตนัย

รายการประเมิน	ระดับคะแนน
- สามารถอธิบายได้อย่างถูกต้อง อย่างน้อย 1 ข้อ	1
- สามารถอธิบายได้อย่างถูกต้อง อย่างน้อย 2 ข้อ	2
- สามารถอธิบายได้อย่างถูกต้อง อย่างน้อย 3 ข้อ	3
- สามารถอธิบายได้อย่างถูกต้อง อย่างน้อย 4 ข้อ	4
- สามารถอธิบายได้อย่างถูกต้อง อย่างน้อย 5 ข้อ	5

2. ศึกษาความคิดเห็นของนักเรียน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้เกี่ยวกับความต้องการในการเรียนรู้เกี่ยวกับรูปแบบและเนื้อหาการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา

ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้ มีรายละเอียด ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในการสร้างแบบสอบถาม
2. ระบุวัตถุประสงค์การสร้างแบบสอบถาม ในการศึกษาระดับความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้
3. กำหนดเนื้อหาให้ครอบคลุมกับวัตถุประสงค์ที่จะทำการประเมิน
4. ร่างแบบสอบถามโดยมีประเภทของคำถามทั้งคำถามปลายเปิดและคำถามปลายปิดโครงสร้างของแบบสอบถามมี 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้ในด้านเนื้อหา กิจกรรม สื่อ และการประเมินผล จำนวน 10 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

5. สร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้ จำนวน 1 ฉบับ แบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ได้แก่ เพศ อายุ และอาชีพของผู้ปกครอง เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา เป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดช่วงความคิดเห็นของนักเรียนเป็น 3 ระดับ ได้แก่ มาก ปานกลาง น้อย มีคะแนน 3 2 1 ตามลำดับ จำนวน 10 ข้อ สอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็น 4 ด้าน คือ ด้านเนื้อหา ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ ด้านสื่อ/อุปกรณ์การเรียนและด้านการวัดและประเมินผล

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open Ended From) จำนวน 1 ข้อ เขียนแบบพรรณนาความ

6. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วไปให้ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหา ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษา และผู้เชี่ยวชาญด้านการประเมิน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และนำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความคิดเห็น เท่า 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 37 ภาคผนวก ค หน้า 181)

7. นำแบบสอบถามไปสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน ซึ่งกำลังเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 หลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ มีรายละเอียด ดังนี้

- 1) หาค่าความถี่ และค่าร้อยละ (%) ของข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 1
- 2) หาค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบน (S.D.) ในแบบสอบถามตอนที่ 2 โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เห็นด้วยมาก	ให้คะแนน	3	คะแนน
เห็นด้วยปานกลาง	ให้คะแนน	2	คะแนน
เห็นด้วยน้อย	ให้คะแนน	1	คะแนน

แปลความหมายของระดับคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็น 3 ระดับ ดังนี้

2.51 - 3.00	เห็นด้วยมาก
1.50 - 2.05	เห็นด้วยปานกลาง
1.00 - 1.49	เห็นด้วยน้อย

- 3) วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ในแบบสอบถามความคิดเห็นในตอนที่ 3

3. แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม โดยใช้หลักและแนวคิดของจอห์นสันและจอห์นสัน (อ้างถึงในกุหลาบ หงส์ทอง 2546 : 57) ประเมินในด้านการให้ความช่วยเหลือเพื่อในกลุ่ม การแสดงความคิดเห็น การถามและตอบการรับผิดชอบต่องานกลุ่ม การให้กำลังใจเพื่อน และการยอมรับฟังความคิดเห็นของสมาชิกในกลุ่มประเมินโดยครูและหัวหน้ากลุ่มนักเรียน ทำการประเมินทุกชั่วโมงที่มีการเรียนการสอน ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ โดยกำหนดเกณฑ์ ดังนี้

ปฏิบัติสม่ำเสมอ(ทุกครั้งที่เกิด)	ค่าคะแนน 3
ปฏิบัติบางครั้ง (2 – 3) ครั้ง	ค่าคะแนน 2
ปฏิบัติน้อย (น้อยกว่า 2 ครั้ง)	ค่าคะแนน 1
ไม่เคยปฏิบัติ	ค่าคะแนน 0

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มจำนวน 10 ข้อสร้างตามลำดับ ดังนี้

3.1 ศึกษาเทคนิคและวิธีการสร้างจากเอกสารและหนังสือที่เกี่ยวข้องกับความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

3.2 ศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

3.3 นำแบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ตรวจสอบพิจารณาด้านความครอบคลุมของพฤติกรรม โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) (มาเรียม นิลพันธุ์ 2547 : 177) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม เท่ากับ 1.00

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าพฤติกรรมนั้นสอดคล้องกับหลักการทำงานกลุ่ม
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าพฤติกรรมนั้นสอดคล้องกับหลักการทำงานกลุ่ม
- 1 เมื่อแน่ใจว่าพฤติกรรมนั้นไม่สอดคล้องกับหลักการทำงานกลุ่ม

3.4 นำแบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มที่ปรับปรุงแล้วไปใช้สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน ซึ่งกำลังเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ขณะใช้ชุดการเรียนรู้ ทุกกิจกรรมกลุ่ม แล้วนำผลมาวิเคราะห์เนื้อหา

4. แบบประเมินผลงานนักเรียน โดยการให้นักเรียนจัดทำผลงานกลุ่ม 1 ชิ้นงาน ได้แก่ หนังสือเล่มเล็ก เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง และผลงานรายบุคคล 1 ชิ้นงาน ได้แก่ แผ่นพับเรื่อง โรคเอดส์ โดยการประเมินตามสภาพจริง (Authentic Assessment)

เครื่องมือ แบบประเมินผลงานนักเรียน โดยประเมิน ความถูกต้องของเนื้อหา ความคิดสร้างสรรค์ วิธีการนำเสนอ การยอมรับผลงาน และการนำไปใช้ประโยชน์ โดยเป็นแบบประเมินแบบสำรวจรายการ (Check Lists) ซึ่งแต่ละด้านมีคะแนนเต็ม 4 คะแนน คือ ดีมาก = 4 ดี = 3 พอใช้ = 2 และปรับปรุง = 1

ขั้นตอนการสร้างแบบประเมินผลงานนักเรียน

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาวิธีการสร้างแบบประเมินผลงานนักเรียน จากเอกสาร ตำรา งานวิจัย และเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการประเมินตามสภาพจริง (Authentic Assessment)

ขั้นตอนที่ 2 นำข้อมูลที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มาวิเคราะห์เพื่อกำหนดโครงสร้างขอบเขตของการประเมินผลงานของนักเรียนตามสภาพจริง และดำเนินการสร้างเครื่องมือ

ขั้นตอนที่ 3 นำแบบประเมินผลงานนักเรียนที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ 3 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ และนำไปปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำให้ดีขึ้น(รายละเอียดดังตารางที่ 39 ภาคผนวก ค หน้า 182)

ขั้นตอนที่ 4 นำแบบประเมินผลงานนักเรียนไปใช้ประเมินผลงานนักเรียน ได้แก่ ผลงานกลุ่ม 1 ชิ้นงาน ได้แก่ หนังสือเล่มเล็ก เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง และผลงานรายบุคคล 1 ชิ้นงาน ได้แก่ แผ่นพับเรื่อง โรคเอดส์ โดยประเมินความถูกต้องของเนื้อหา ความคิดสร้างสรรค์ วิธีการนำเสนอ การยอมรับผลงานและการนำไปใช้ประโยชน์ ซึ่งแต่ละด้านมีคะแนนเต็ม 4 คะแนน คือ ดีมาก = 4 ดี = 3 พอใช้ = 2 และปรับปรุง = 1 รวม 20 คะแนน และกำหนดเกณฑ์ตัดสินระดับคุณภาพดังนี้ คะแนนรวม 16 – 20 ดีมาก คะแนน 11 – 15 = ดี คะแนนรวม 6 – 10 = พอใช้ คะแนนรวม 1 – 5 ปรับปรุง เกณฑ์การประเมินผลงานนักเรียนดังตารางที่ 12

ตารางที่ 12 เกณฑ์การประเมินผลงานนักเรียน

เกณฑ์ รายการ ประเมิน	ดีมาก (4 คะแนน)	ดี (3 คะแนน)	พอใช้ (2 คะแนน)	ปรับปรุง (1 คะแนน)
ความ ถูกต้องของ เนื้อหา	เนื้อหาถูกต้อง ครอบคลุม สาระสำคัญมี รายละเอียด ลำดับ หัวข้อต่อเนื่องไม่ วกวน ใช้ภาษา ถูกต้อง ชัดเจนเข้าใจ ง่าย	เนื้อหาถูกต้อง ครอบคลุม สาระสำคัญส่วน ใหญ่ลำดับหัวข้อ ต่อเนื่องไม่วกวน ใช้ภาษาถูกต้อง ชัดเจน	เนื้อหาผิดพลาด บางส่วนไม่ ครอบคลุม สาระสำคัญลำดับ หัวข้อไม่ต่อเนื่อง วกวนใช้ภาษาไม่ ถูกต้องบางส่วน	เนื้อหาผิดมาก ไม่ครอบคลุม สาระสำคัญ ลำดับหัวข้อ ไม่ต่อเนื่อง วกวนใช้ภาษา ผิดมาก
ค ว า ม คิ ด สร้างสรรค์	คิดแปลงรูปแบบจาก เดิมส่วนใหญ่ ลักษณะงาน	คิดแปลงรูปแบบ บางส่วน ลักษณะ งาน	ทำตามแบบหรือ ตัวอย่าง แตกต่าง จากคน	ทำตามแบบ หรือตัวอย่าง ผลงานเรียบ
	แตกต่างจากคนอื่น ใช้ทักษะวิธีการที่ หลากหลาย มี ลักษณะเด่นสวยงาม และดึงดูดความ สนใจ	แตกต่างจาก คนอื่น ใช้ทักษะ วิ ธี ก า ร ที่ ห ล า ก ห ล า ย ส ว ย ง า ม แ ลະ น ่า ส น ไ จ	อื่นเล็กน้อยใช้ ทักษะวิธีการ 1 – 2 อย่าง สวยงาม	ง่ายไม่น่าสนใจ
วิ ธี ก า ร นำเสนอ	รูปแบบ วิธีการ นำเสนอ น่าสนใจ แตกต่างกับคนอื่น	รูปแบบ วิธีการ นำเสนอ น่าสนใจ แตกต่างกับคนอื่น บางส่วน	รูปแบบ วิธีการ นำเสนอ ไม่ แตกต่างกับคน อื่น	รูปแบบ วิธีการ นำเสนอ ไม่ น่าสนใจและไม่ แตกต่างกับคน อื่น

ตารางที่ 12 (ต่อ)

เกณฑ์ รายการ ประเมิน	ดีมาก (4 คะแนน)	ดี (3 คะแนน)	พอใช้ (2 คะแนน)	ปรับปรุง (1 คะแนน)
การยอมรับ ผลงาน	ผลงานเป็นที่ยอมรับ ของคนส่วนใหญ่ ได้รับความชื่นชม โดยทั่วไป	ผลงานเป็นที่ ยอมรับของคน ส่วนใหญ่ได้รับความ ชื่นชมโดย ทั่วไป แต่มี จุดบกพร่อง เล็กน้อย	ผลงานเป็นที่ ยอมรับของคน บางส่วน มี จุดบกพร่อง เล็กน้อยต้อง แก้ไข	ผลงานไม่เป็นที่ ยอมรับของคน อื่น มีข้อผิดพลาด มากต้อง ปรับปรุงแก้ไข ผลงาน
การ นำไปใช้ ประโยชน์	ผลงานสื่อ ความหมายชัดเจน มีประโยชน์ เหมาะสมที่จะนำไป เผยแพร่เป็นอย่างยิ่ง	ผลงานสื่อความ มี ประโยชน์ เหมาะสมที่จะ นำไปเผยแพร่	ผลงานสื่อ ความหมายได้ บางส่วนนำไป เผยแพร่ได้แต่ไม่ ดีเท่าที่ควร	ผลงานไม่สื่อ ความหมายไม่ สามารถนำไป เผยแพร่

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบประเมินผลงาน

นำข้อมูลที่ได้จากแบบประเมินผลงานนักเรียนมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

5. การปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ให้สมบูรณ์

ประมวลข้อมูลจากการประเมินชุดการเรียนรู้แล้วนำมาวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ในขั้นประเมินชุดการเรียนรู้และประเมินความคิดเห็นผู้วิจัยได้สรุปทำเป็นตารางลำดับขั้นตอนดำเนินการ ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 13 สรุปวิธีการดำเนินการในการประเมินผลและการปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กลุ่มเป้าหมาย	เครื่องมือ/การวิเคราะห์ข้อมูล
เพื่อเปรียบเทียบผล การเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษาก่อนและ หลังการใช้ชุดการ เรียนรู้	ทดสอบก่อน และหลังเรียน ด้วยชุดการ เรียนรู้	นักเรียนชั้นมัธยม ศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 36 คน	1. แบบทดสอบวัดผลการ เรียนรู้ 2 ฉบับ 2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ยร้อยละ ($\bar{x}$) ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และ t – test Dependent
เพื่อศึกษาความ คิดเห็นของนักเรียน ที่มีต่อชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา	สอบถามความ คิดเห็นของ นักเรียนที่มีต่อ ชุดการเรียนรู้	นักเรียนชั้น มัธยมศึกษา ปีที่ 1/1 จำนวน 36 คน	1. แบบสอบถามความคิดเห็น 2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.) 3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)
เพื่อประเมินผลงาน นักเรียน	ประเมินผล งาน	นักเรียนชั้น มัธยมศึกษา ปีที่ 1/1 จำนวน 36 คน	1. แบบประเมิน 2. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)
ปรับปรุงแก้ไขชุด การเรียนรู้	การปรับปรุง แก้ไขชุดการ เรียนรู้	ชุดการเรียนรู้	การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

บทที่ 4

วิเคราะห์ข้อมูล

การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีรายละเอียดตามขั้นตอนการดำเนินการวิจัยตามลำดับดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน
2. ผลการพัฒนาชุดการเรียนรู้
3. ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้
4. ผลการประเมินและปรับปรุงชุดการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน สำหรับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำแนกออกเป็น 1) ผลการวิเคราะห์หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา 2) ผลการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ 3) ผลการศึกษาความต้องการในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ของนักเรียน 4) ผลการศึกษาความคิดเห็นเพื่อการพัฒนาชุดการเรียนรู้ จากครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา 3 คน ผู้เชี่ยวชาญ 2 คน และ ผู้ปกครอง 5 คน ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและสรุปผลดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 มีจุดมุ่งหมายที่มุ่งพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เป็นคนดี มีปัญญา มีความสุขและมีความเป็นไทย มีศักยภาพในการศึกษาต่อและ ประกอบอาชีพ จึงกำหนดจุดหมาย ซึ่งถือเป็นมาตรฐานการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามที่กำหนดไว้ ทั้งนี้หลักสูตรได้กำหนดให้สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นสาระการเรียนรู้ที่สถานศึกษาต้องใช้เป็นหลักในการจัดการเรียนการสอนเพื่อสร้างพื้นฐานความคิดและเป็นกลยุทธ์ในการแก้ปัญหาและวิกฤติของชาติ และจากการศึกษา ความสำคัญธรรมชาติและลักษณะเฉพาะ พบวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา พบว่า มุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนด้านปัญญา พัฒนาระบบการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การตัดสินใจและการแก้ปัญหาโดยการให้ผู้เรียนเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง เข้าใจธรรมชาติและชีวิต

รู้จักและเข้าใจตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น รักการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา รวมทั้งมีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมที่ดี เพื่อให้สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสม ทั้งในด้านการป้องกัน การส่งเสริมและการดำรงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีอย่างถาวรทั้งของตนเอง ครอบครัวและชุมชน ดังนั้นในการจัดการเรียนการสอนสุขศึกษาและพลศึกษา จะเป็นการมุ่งเน้นการเรียนรู้ทางปัญญาเพื่อวางรากฐานด้านสุขภาพให้เข้มแข็งเป็นการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพตั้งแต่เริ่มแรก ให้สามารถเผชิญสถานการณ์ที่คุกคามสุขภาพได้ตลอดไป อันจะนำไปสู่การพัฒนาสุขภาพที่ยั่งยืนตรงตามเป้าหมาย สอดคล้องกับแนวคิดตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราชที่ว่า “สุขภาพเป็นพื้นฐานของชุมชน” (กรมวิชาการ 2546 : 1) เป้าหมายสำคัญของกลุ่มสาระการเรียนรู้ คือ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนตามสาระการเรียนรู้กลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา และพลศึกษาในด้านความรู้ ด้านทักษะ/กระบวนการ ด้านคุณธรรมและค่านิยม คือ 1) พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Skill) มุ่งให้ผู้เรียนรู้เข้าใจ คิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ ประเมินค่าและตัดสินใจ แก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสมนำไปปรับใช้ในชีวิตได้อย่างแท้จริง 2) พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านทักษะ/กระบวนการ (Practical/ Psychomotor Skill) มุ่งให้ผู้เรียนได้ฝึกทักษะปฏิบัติตน มีสุนนิสัยที่ดีทั้งส่วนตน ครอบครัว ชุมชนและสังคม 3) พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม (Affective Value Skill) มุ่งให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของตนเอง ตระหนักในความสำคัญเรื่องสุขภาพ รับผิดชอบในการดูแลสุขภาพของตนเอง (กรมวิชาการ 2545 : 128) ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ต้องให้เหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะของผู้เรียน ให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมจัดการเรียนรู้ของตนเอง พัฒนาและขยายความคิดของตนเองจากความรู้ที่ได้เรียน ซึ่งการจัดการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาให้มีประสิทธิภาพ มียุทธศาสตร์การจัดกระบวนการเรียนการสอนที่เอื้อต่อการพัฒนาทุกด้านเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ทางด้านจิตใจ ร่างกาย สติปัญญา สังคมและจิตวิญญาณ จึงได้กำหนดกรอบการใช้ยุทธศาสตร์กระบวนการเรียนการสอนไว้ 3 ประการ คือ 1) ยุทธศาสตร์กระบวนการคิด 2) ยุทธศาสตร์กระบวนการปฏิบัติ 3) ยุทธศาสตร์กระบวนการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยม (กรมวิชาการ 2545 : 133)

ผลการศึกษาข้อมูลดังกล่าวมา จะเห็นว่าในยุคของการปฏิรูปการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญนั้น ได้มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้พบและศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง ทำให้ต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ครูเป็นผู้ให้ความรู้เพียงผู้เดียวมาเป็นผู้เรียนมีความสำคัญในการศึกษาหาความรู้และปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยเรียนรู้ในสิ่งที่นักเรียนสนใจและต้องการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อให้สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ จากข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยได้นำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ผลการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการเรียนรู้ จากแนวคิด ทฤษฎีในการสร้างชุดการเรียนรู้ พบว่าชุดการเรียนรู้เป็นหน่วยการเรียนรู้สำเร็จรูปที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง โคนศึกษาคำชี้แจงและทำกิจกรรมตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ทำให้ผู้เรียนมีความรู้ และบรรลุจุดประสงค์ของชุดการเรียนรู้ได้ด้วยตนเองจากชุดการเรียนรู้มีมากมายหลายประเภทตามวัตถุประสงค์ของการนำไปใช้ กับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน แต่องค์ประกอบพื้นฐานของชุดการเรียนรู้จะมีลักษณะคล้ายกันคือประกอบด้วยคู่มือครู คู่มือนักเรียน เนื้อหาสาระ กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อนวัตกรรม การวัดและประเมินผลเป็นไปอย่างหลากหลาย

การสร้างชุดการเรียนรู้ มีลำดับขั้นตอนที่สำคัญคือ 1) สำรวจความต้องการพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ 2) การพัฒนาและหาค่าประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 3) ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ 4) ประเมินและปรับปรุงแก้ไขการใช้ชุดการเรียนรู้ และนอกจากนี้ยังพบว่าชุดการเรียนรู้ช่วยเพิ่มพูนความรู้ให้กับผู้เรียน ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับความรู้ตามความถนัด ความสามารถของแต่ละบุคคล ช่วยพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นคนที่มีเหตุผล สนองตอบต่อความต้องการของแต่ละบุคคล

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนการสอน โดยใช้ชุดการเรียนรู้ คือผลงานของ ศิริชัย จิรจิรังชัย (2545 : บทคัดย่อ) ศึกษาการพัฒนาชุดการเรียนรู้วิชาวิทยาศาสตร์ 203 เรื่องอาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กุหลาบ หงส์ทอง (2546 : บทคัดย่อ) ศึกษาการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 น้ำผึ้ง บุญวิชัย (2547 : บทคัดย่อ) ศึกษา การพัฒนาชุดการเรียนรู้ โดยใช้แผนผังโน้ตส์ เรื่อง หน่วยของชีวิตและชีวิตพืช สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สุภรัตน์ ศรีสุชาติ (2547 : บทคัดย่อ) ศึกษาการพัฒนาชุดการเรียนรู้แบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 สมพิศ กอบจิตติ (2548 : บทคัดย่อ) ศึกษา การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง กฎหมายน่ารู้ในชีวิตประจำวัน โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่เรียนด้วยชุดการเรียนรู้สูงกว่านักเรียนที่เรียนด้วยวิธีปกติ เนื่องจากชุดการเรียนรู้ จะช่วยเพิ่มพูนประสิทธิภาพกระบวนการเรียนรู้ ช่วยให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม มีความสนใจในเรื่องที่เรียนและเรียนรู้ได้เร็วมากขึ้น

ผลจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นว่าชุดการเรียนรู้ ช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี จึงสมควรอย่างยิ่งที่จะมีการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดทักษะในการเรียนรู้ รู้จักแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง อีกทั้งยังเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

3. ผลการศึกษาความคิดเห็นของนักเรียน ผู้วิจัยได้ศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากนักเรียนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) ตำบลสองพี่น้อง อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 36 คน ได้รับแบบสอบถามคืนทั้งสิ้น 36 ฉบับ ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่สมบูรณ์ทั้งสิ้นและได้นำมาวิเคราะห์ นำเสนอข้อมูลการวิเคราะห์โดยใช้ตารางประกอบการบรรยาย มีรายละเอียด 3 ตอนดังนี้ ตอนที่ 1) สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2) ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ ตอนที่ 3) ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ผลการวิเคราะห์สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 36 คน เมื่อแยกพิจารณาตามเพศ อายุ ประสบการณ์ในการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้ และมีความรู้ความเข้าใจเพศศึกษา ผู้วิจัยใช้การหาค่าสถิติ ร้อยละ ดังรายละเอียดในตารางที่ 14

ตารางที่ 14 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
1) ชาย	19	52.78
2) หญิง	17	47.22
รวม	36	100
2. อายุ		
1) 12 ปี	2	5.56
2) 13 ปี	28	77.78
3) 14 ปี	6	16.66
รวม	36	100
3. ประสบการณ์ในการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้		
1) ไม่เคยเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้	36	100
2) เคยเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้	-	
รวม	36	100

ตารางที่ 14 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเพศศึกษา		
1) ไม่มี	25	69.44
2) มี	11	30.56
รวม	36	100

จากตารางที่ 14 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้สูงสุดเป็นเพศชาย จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 52.78 รองลงมาเป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 47.05 ด้านอายุ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุด อายุ 13 ปี จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 77.78 รองลงมา อายุ 14 ปี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 16.66 และต่ำสุดคืออายุ 12 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.56 ด้านประสบการณ์ในการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้พบว่า ไม่เคยเรียนรู้โดยชุดการเรียนรู้ จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ด้านการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเพศศึกษาพบว่าไม่มีความรู้เรื่องเพศศึกษา สูงสุดจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 69.44 รองลงมามีความรู้เรื่องเพศศึกษา จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 30.56

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าสถิติร้อยละ ดังรายละเอียดดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ของนักเรียน

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. ด้านองค์ประกอบของชุดการเรียนรู้รูป		
1) คู่มือนักเรียน(ใบงาน แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน)	25	69.45
2) ชื่อหน่วย/เนื้อหา	23	63.89
3) วัตถุประสงค์	21	58.34
4) คำนำ	10	27.78
5) คู่มือครู(แผนการจัดการเรียนรู้,ใบความรู้สำหรับครู)	8	22.23
6) อื่น ๆ สื่อการเรียนรู้	33	91.67

จากตาราง 15 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบด้านสื่อการเรียนรู้สูงสุด จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 91.67 รองลงมามีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบด้านคู่มือนักเรียน (ใบงาน แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน) จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 63.86 และมีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบด้านชื่อหน่วย/เนื้อหา จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 58.34 และมีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบด้านวัตถุประสงค์ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 27.78 ให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบด้านคำนำ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 27.78 ให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีองค์ประกอบ ด้านคู่มือครู (แผนการจัดการเรียนรู้ ใบความรู้ สำหรับครู) ต่ำสุด จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 22.23

ตารางที่ 16 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับเนื้อหาในยุทธการเรียนรู้

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
2. ด้านเนื้อหาในยุทธการเรียนรู้		
1) พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	25	69.45
2) อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	23	63.89
3) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	29	80.55
4) การคบเพื่อนและการผูกมิตร	20	55.55
5) การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์	20	55.55

จากตาราง 16 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ยุทธการเรียนรู้ที่มีเนื้อหาเรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ สูงสุด จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 80.55 รองลงมามีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีเนื้อหาเรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 69.45 และรองลงมามีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีเนื้อหาเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 63.89 และพบว่ามีความคิดเห็นให้มียุทธการเรียนรู้ที่มีเนื้อหาเรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตรและการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ต่อการมีเพศสัมพันธ์ ต่ำสุดเท่ากัน จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 55.55

ตารางที่ 17 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ/ลักษณะในชุดการเรียนรู้

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. ด้านรูปแบบ/ลักษณะในชุดการเรียนรู้		
1) ภาพประกอบสี	18	50.00
2) ข้อความสี	8	22.23
3) แผนภูมิ,แผนผัง	9	25.00
4) กรณีสื่ออย่าง	29	80.55
5) ข่าว,สถานการณ์ตัวอย่างเรื่องเพศ	26	72.22
6) อื่น ๆ	2	5.56

จากตารางที่ 17 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นกรณีสื่ออย่าง สูงสุด จำนวน 29 คน คิดเป็นร้อยละ 80.55 รองลงมานักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นข่าว,สถานการณ์ตัวอย่างเรื่องเพศจำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 72.22 และนักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นภาพประกอบสี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นแผนภูมิ,แผนผัง จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 25.00 และมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะเป็นข้อความสี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 22.23 และนักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้มีรูปแบบ/ลักษณะอื่น ๆ คือ วิดีทัศน์ CD ต่ำสุด จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.56

ตารางที่ 18 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับวิธีการจัดกิจกรรมในชุดการเรียนรู้

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5. ด้านกิจกรรมในชุดการเรียนรู้		
1) เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง	12	33.34
2) เป็นกิจกรรมที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างแท้จริง	21	58.33
3) เป็นกิจกรรมที่เรียนรู้จากตัวอย่างข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง	23	63.88

ตารางที่ 18 (ต่อ)

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ	15	41.67
5) เป็นกิจกรรมที่สามารถเรียนรู้ได้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม	15	41.67
6) จัดลำดับขั้นตอนของกิจกรรมที่ชัดเจน เช่น ขึ้นเวที ความสนใจ ขึ้นสอน ขึ้นสรุป ขึ้นวัดผลและประเมินผล	18	50.00
7) อื่น ๆ	-	-

จากตารางที่ 18 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมที่เรียนรู้จากตัวอย่างข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง สูงสุด จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 63.88 รองลงมาพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมที่เรียนรู้จากกิจกรรมที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างแท้จริง จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 58.33 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมที่เรียนรู้จากการจัดลำดับขั้นตอนของกิจกรรมที่ชัดเจน เช่น ขึ้นเวที ความสนใจ ขึ้นสอน ขึ้นสรุป ขึ้นวัดผลและประเมินผล จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมที่เรียนรู้จากกิจกรรมที่ส่งเสริมการแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระและกิจกรรมที่สามารถเรียนรู้ได้ทั้งรายบุคคลและรายกลุ่มเท่ากัน จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 41.67 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวิธีการจัดกิจกรรมที่เรียนรู้จากกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ต่ำสุด จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 33.34

ตารางที่ 19 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้สื่อในชุดการเรียนรู้

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
6. ด้านการใช้สื่อในชุดการเรียนรู้		
1) รูปภาพ	25	69.44
2) วีดิทัศน์ /CD	23	63.89
3) ใบความรู้	17	47.23

ตารางที่ 19 (ต่อ)

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4) ไปงาน	23	63.89
5) หุ่นจำลอง	14	38.89
6) ข่าวสาร จากสิ่งตีพิมพ์	21	58.34
7) แบบฝึกหัด	10	27.78
8) อื่น ๆ	-	-

จากตารางที่ 19 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มีรูปภาพ สูงสุด จำนวน 25 คิดเป็นร้อยละ 69.44 รองลงมาพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มีการใช้ วิดีทัศน์ /CDและไปงาน เท่ากัน จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 63.89 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มี ข่าวสาร จากสิ่งตีพิมพ์ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 58.34 และนักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มีใบความรู้ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 47.23 นักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มีหุ่นจำลอง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 38.89 และพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการใช้สื่อที่มีแบบฝึกหัดต่ำสุด 10 คน คิดเป็นร้อยละ 27.78

ตารางที่ 20 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการนำไปใช้ประโยชน์

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
7. ด้านการใช้ประโยชน์		
1) ปฏิบัติกับตนเองได้อย่างเหมาะสม	25	69.45
2) นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	24	66.67
3) มีความรู้ความเข้าใจ เรื่อง เพศศึกษามากขึ้น	27	75.00
4) มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา	15	41.67
5) แก้ไขสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงเรื่องเพศได้เหมาะสม	27	75.00
6) อื่น ๆ	-	-

จากตารางที่ 20 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการนำไปใช้ประโยชน์ด้านความรู้ความเข้าใจ เรื่อง เพศศึกษามากขึ้นและแก้ไขสถานการณ์ที่มีความ

เสียงเรื่องเพศได้เหมาะสม สูงสุดเท่ากัน จำนวน 27 คิดเป็นร้อยละ 75.00 รองลงมาพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการนำไปใช้ประโยชน์ด้านการนำไปปฏิบัติกับตนเองได้อย่างเหมาะสม จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 69.45 และพบว่าด้านการใช้ประโยชน์นักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการนำไปใช้ประโยชน์ด้านการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 66.67 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีการนำไปใช้ประโยชน์ด้านการมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ต่ำสุด จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 41.67

ตารางที่ 21 ผลการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการวัดผลและประเมินผล

ความคิดเห็น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
8. ด้านการวัดผลและประเมินผล		
1) สังเกตการณ์ตอบคำถามระหว่างเรียน	12	33.34
2) การทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียนหลังใช้ชุดการเรียนรู้	16	44.45
3) การประเมินผลก่อนเรียนและหลังเรียน	19	52.78
4) สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	14	38.89
5) การทำแบบทดสอบ	27	75.00
6) จัดทำชิ้นงาน/โครงงาน/นิทรรศการ	20	55.55

จากตารางที่ 21 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นให้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา มีวัดผลและประเมินผลด้านการทำแบบทดสอบสูงสุด จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 75.00 รองลงมาด้วยการจัดทำชิ้นงาน/โครงงาน/นิทรรศการ จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 55.55 และรองลงมาพบว่าด้านการประเมินผลก่อนเรียนและหลังเรียน จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 52.78 ด้านการวัดผลด้วยการทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียนหลังใช้ชุดการเรียนรู้ จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 44.45 และด้านการวัดผลและประเมินผลด้วยการสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 38.89 ด้านการวัดผลและประเมินผลด้วยการสังเกตการณ์ตอบคำถามระหว่างเรียน ต่ำสุด จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 33.34

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ โดยมีรายละเอียดดังนี้

นักเรียนจำนวน 28 คนได้เสนอแนะการจัดกิจกรรมโดยการเรียนรู้เป็นกลุ่ม โดยให้มีเนื้อหา เรื่องเพศศึกษาที่ไม่ยากและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ควรมีภาพประกอบและมี

สีสันสวยงาม นอกจากนี้ควรนำเสนอความรู้เป็นภาพยนตร์หรือเป็น CD ROM มากกว่าการบรรยาย เพื่อให้ไม่น่าเบื่อหน่ายขณะเรียน

4. ผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นและความต้องการของเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ความคิดเห็นและความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ของครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา จำนวน 5 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ จำนวน 1 คน และผู้ปกครอง จำนวน 4 คน เกี่ยวกับรูปแบบ ขอบข่ายเนื้อหา สื่อ การวัดและการประเมินผล การนำชุดการเรียนรู้ไปใช้ โดยวิเคราะห์ข้อมูลจาก 1) สภาพและข้อมูลทั่วไป 2) ความคิดเห็นและความต้องการในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ วิชาสุขศึกษา พ 31101 เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 3) ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

การวิเคราะห์ข้อมูลข้อมูลจากการสัมภาษณ์

ตอนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ ได้แก่ ครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และเนื้อหา ผู้ปกครอง โดยแยกตามเพศ อายุ วุฒิการศึกษาสูงสุด ตำแหน่งหน้าที่ในปัจจุบันประสบการณ์ในการทำงาน และประสบการณ์เกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ค่าสถิติร้อยละ รายละเอียดดังตารางที่ 22

ตารางที่ 22 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
1) ชาย	6	60.00
2) หญิง	4	40.00
รวม	10	100
2. อายุ		
1) 35 – 45 ปี	3	30.00
2) 46 -55 ปี	7	70.00
รวม	10	100
3. วุฒิทางการศึกษา		
1) ปริญญาตรี	6	60.00
2) ปริญญาโท	4	40.00
รวม	10	100

ตารางที่ 22 สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. ตำแหน่งการทำงาน		
1) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข	1	10.00
2) พยาบาลวิชาชีพ	4	40.00
3) ครูผู้สอน	5	50.00
รวม	10	100
5. ประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ (การอบรม สัมมนา การจัดทำ การประเมินชุดการเรียนรู้)		
1) มี	5	50.00
2) ไม่มี	5	50.00
รวม	10	100

จากตารางที่ 22 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์ครั้งนี้พบว่าสูงสุดเป็นเพศชาย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 รองลงมาเป็นเพศหญิง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 40 ด้านอายุ ผู้ให้สัมภาษณ์สูงสุด อายุ 46 – 55 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 70.00 รองลงมาอายุ 35 – 45 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.00 ด้านวุฒิทางการศึกษาพบว่าวุฒิปริญญาตรีสูงสุด จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมาวุฒิปริญญาโท จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 ด้านตำแหน่งการทำงานพบว่า เป็นครูผู้สอนสูงสุด จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาเป็นพยาบาลวิชาชีพ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00 ด้านประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้(อบรม สัมมนา การจัดทำ การประเมินชุดการเรียนรู้) พบว่ามีประสบการณ์และไม่มีประสบการณ์เท่ากัน คือ มีจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 50

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากการสัมภาษณ์ ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา เจ้าหน้าที่สาธารณสุข พยาบาล ผู้ปกครอง ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และเนื้อหา วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ผลการวิเคราะห์ความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาศึกษา เจ้าหน้าที่สาธารณสุข พยาบาล ผู้ปกครอง ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และเนื้อหา มีดังต่อไปนี้

ด้านองค์ประกอบของชุดการเรียนรู้ การวิเคราะห์องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้ วิชาสุขศึกษา ควรมียุทธศาสตร์ประกอบดังนี้

1. ชื่อหน่วย/เนื้อหา
2. คำนำ
3. วัตถุประสงค์
4. คู่มือครู (แผนการจัดการเรียนรู้, ใบความรู้สำหรับครู)
5. คู่มือนักเรียน (ใบงาน ใบความรู้สำหรับนักเรียน แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน สื่อการเรียนรู้ พร้อมเฉลย)
6. สื่อการเรียนการสอน

ด้านเนื้อหาในชุดการเรียนรู้ การวิเคราะห์เนื้อหาในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควร มีเนื้อหาสาระตามลำดับดังนี้

1. พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง
2. อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง
3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
4. การคบเพื่อนและการผูกมิตร
5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

ผู้ให้สัมภาษณ์ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียงลำดับเนื้อหาว่าควรนำเรื่อง เพศศึกษาที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนและจำเป็นต้องเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียน โดยนำเรื่องที่ มีเนื้อหาที่ง่ายมาให้นักเรียนได้เรียนรู้ก่อนเพื่อเป็นการสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้

ด้านรูปแบบ/ลักษณะการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของชุดการเรียนรู้ จากการ วิเคราะห์ควมมีรูปแบบและลักษณะดังนี้

1. ใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายชัดเจน
2. มีเนื้อหาที่ให้ความรู้อย่างครบถ้วนครอบคลุม
3. มีภาพประกอบ สี สันสวยงามน่าเรียนรู้
4. มีความหลากหลายในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
5. ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการเรียนรู้แบบกลุ่ม 4 – 6 คน
6. มีกิจกรรมให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นจากกรณีศึกษา หรือสถานการณ์ต่าง ๆ
7. ครูมีบทบาทคอยให้คำแนะนำและช่วยเหลือผู้เรียน

8. มีแหล่งข้อมูลสำหรับการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม

ด้านสื่อการเรียนการสอนในชุดการเรียนรู้ การวิเคราะห์สื่อการเรียนการสอนพบว่า ควรประกอบด้วย

1. วิดีทัศน์
2. คู่มือครู
3. คู่มือนักเรียน
4. ใบความรู้
5. ใบงาน
6. รูปภาพ
7. แบบฝึกประกอบการเรียนรู้ แบบทดสอบ มีเฉลยให้ตรวจสอบ
8. คอมพิวเตอร์ช่วยสอน

ด้านประโยชน์จากการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา การวิเคราะห์พบว่า ประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียนมีดังนี้

1. นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจในเรื่อง เพศศึกษา ได้ถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้
3. นักเรียนสามารถแนะนำและเลือกปฏิบัติวิธีที่ถูกต้องและเหมาะสมกับตนเอง
4. รู้วิธีการป้องกันแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ เช่น สุขอนามัยวัยรุ่น

ด้านการวัดผลและการประเมินผลชุดการเรียนรู้ การวิเคราะห์การวัดผลและประเมินผลพบว่า

1. ควรวัดให้ครอบคลุมพฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย ทักษะพิสัย
2. ควรใช้เครื่องมือที่หลากหลาย เช่น แบบสังเกต แบบตรวจสอบชิ้นงาน ใบงาน

แบบฝึกหัด และแบบทดสอบ

3. ควรประเมินด้านความคิดเห็นการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและอื่น ๆ การวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา ผู้เชี่ยวชาญ ผู้ปกครอง มีข้อเสนอแนะคือ

1. ด้านเนื้อหาเป็นเนื้อหาที่นักเรียนสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ เช่น การคบเพื่อนและการผูกมิตร อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

2. ชุดการเรียนรู้ควรมีสื่อที่หลากหลาย ที่ทำให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองและต้องเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ถ้าเป็นใบความรู้ควรมีรูปภาพประกอบ

3. ด้านสื่อการเรียนรู้ควรใช้สื่อที่ช่วยให้เกิดความเข้าใจได้ง่าย และใช้วัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่าย เช่น ข่าวสารในหนังสือพิมพ์ ที่มีข่าวสารที่เป็นประโยชน์ เรื่องโรคเอดส์ ภัยหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนำมาเป็นกรณีศึกษา

4. กิจกรรมการเรียนการสอน ควรให้นักเรียนได้ใช้สื่อทุกอย่างในชุดการเรียนรู้อย่าทั่วถึง โดยครูต้องคอยดูแลและให้คำแนะนำการใช้อุปกรณ์ที่นักเรียนไม่คุ้นเคย

ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ซึ่งได้จากการศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน ครูผู้สอน ผู้เชี่ยวชาญ ผู้ปกครอง ในทุกขั้นตอนผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลและนำแนวทางมาสังเคราะห์ และพัฒนาเป็นชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ขึ้นใหม่เพื่อให้เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนและผู้เกี่ยวข้อง ทั้งในด้านรูปแบบ เนื้อหา การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดผลประเมินผล ตามแนวทางการปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544

ขั้นตอนที่ 2 ผลการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้

จากการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในขั้นตอนที่ หนึ่ง ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ โดยมีขั้นตอน 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1) การพัฒนาชุดการเรียนรู้ 2) การประเมินและตรวจสอบชุดการเรียนรู้ 3) การหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ 5) การปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. การพัฒนาชุดการเรียนรู้จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนศึกษาความคิดเห็นและข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ทั้ง 3 ท่าน เพื่อขอคำแนะนำในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยชุดการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นใหม่มีองค์ประกอบดังนี้

1) คู่มือสำหรับนักเรียน ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คำชี้แจงสำหรับนักเรียน บทบาทนักเรียน ขั้นตอนในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ ใบความรู้ ใบงาน แบบฝึกหัด แนวการตอบใบงาน /แบบฝึกหัด และแบบทดสอบ

2) คู่มือครู ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ การออกแบบแผนการจัดการเรียนรู้ คำชี้แจงประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ ใบความรู้สำหรับครู แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน แบบประเมินผลงานนักเรียน

รายละเอียดของชุดการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

คู่มือสำหรับนักเรียน เป็นส่วนที่ให้นักเรียนได้รู้วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ในแต่ละเรื่อง บทบาทของนักเรียนที่ต้องเป็นผู้ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองด้วยการประกอบกิจกรรมกลุ่ม โดยมีส่วนประกอบดังนี้

1. คำนำ ชุดการเรียนรู้วิชาสุขศึกษา เรื่อง เพศศึกษาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อเป็นสื่อการเรียนการสอน ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้นักเรียนได้ใช้ศึกษาในห้องเรียน นอกห้องเรียน หรือค้นคว้าเพิ่มเติม

ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษา มีจำนวน 5 ชุด ดังนี้

ชุดการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง จำนวน 2 ชั่วโมง

ชุดการเรียนรู้ที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง จำนวน 2 ชั่วโมง

ชุดการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อ

ทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ จำนวน 2 ชั่วโมง

ชุดการเรียนรู้ที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร จำนวน 2 ชั่วโมง

ชุดการเรียนรู้ที่ 5 การป้องกันตนเองและทักษะ

การเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์

เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ จำนวน 2 ชั่วโมง

2. วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้ การจัดทำชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1) เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เรื่องเพศศึกษา

2) เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ดี เกี่ยวกับ เรื่องเพศศึกษา

3) เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีการปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมเกี่ยวกับ เรื่องเพศศึกษา

4) เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเอง

3. คำชี้แจง กล่าวถึงรายละเอียดของใบงาน และการปฏิบัติตนตามที่กิจกรรมในใบงานระบุไว้ เพื่อให้นักเรียนสามารถทำกิจกรรมได้ถูกต้อง และบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ตั้งไว้

3.1 ใบงานสำหรับนักเรียน เป็นส่วนที่จัดทำกิจกรรม ให้นักเรียนได้ศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งมีทั้งใบงานที่ทำเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล ซึ่งกิจกรรมในใบงานนั้นแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์และเนื้อหาของแต่ละเรื่องดังต่อไปนี้

(1) ใบงานสำหรับนักเรียน เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง โดยมีวัตถุประสงค์ ของใบงานนี้ต้องการให้นักเรียนศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น

(2) ใบงานสำหรับนักเรียน เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร โดยมีวัตถุประสงค์ ของใบงานนี้ต้องการให้นักเรียนศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ความสำคัญ วิธีการคบเพื่อน วิธีการผูกมิตร และมีทักษะสามารถเตือนเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

(3) ใบงานสำหรับนักเรียน เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์ของใบงานนี้ต้องการให้นักเรียนศึกษาเกี่ยวกับเรื่องความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์และเข้าใจเรื่อง สิว กลิ่นตัว ประจำเดือน ฝันเปียก และสามารถดูแลอนามัยทางเพศของตนเองได้

(4) ใบงานสำหรับนักเรียน เรื่อง พฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ โดยมีวัตถุประสงค์ ของใบงานนี้ต้องการให้นักเรียนศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ พฤติกรรมเสี่ยง ปัญหาและผลกระทบต่อการเกิดโรคเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ พร้อมทั้งป้องกันและหลีกเลี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

3.2 แบบประเมินตนเอง เป็นแบบประเมินวัดความรู้ ความเข้าใจ ของนักเรียน หลังจากเรียนด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จสิ้นในแต่ละเรื่อง โดยเป็นแบบปรนัยแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก

คู่มือสำหรับครูชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ชุดนี้มีเนื้อหาสำหรับนักเรียนทั้งหมด 5 เรื่อง ในแต่ละเรื่องจะมีคู่มือสำหรับครู เพื่อให้ครูทราบบทบาทหน้าที่ของตนในการใช้ชุดการเรียนรู้ ซึ่งจะได้แนะนำการเรียนการสอนให้กับนักเรียนได้ถูกต้อง เมื่อครูได้ศึกษารายละเอียดต่าง ๆ ของคู่มือสำหรับครูอย่างละเอียดจะส่งผลให้การเรียนการสอนนั้นเกิดประสิทธิภาพสูงสุด คู่มือสำหรับครูประกอบด้วย

2.1 ส่วนประกอบของชุดการเรียนรู้ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ทั้งหมด 5 แผน คือ 1)แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง 2) แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง 3) แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ 4) แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร 5) แผนการจัดการเรียนรู้เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ แต่ละเรื่องจะกล่าวถึงเนื้อหาที่ครูควรรู้และเพิ่มเติมสำหรับแนะนำนักเรียน

2.2 คำชี้แจงการใช้ชุดการเรียนรู้ ได้แก่

(1) ศึกษาคู่มือและอ่านคำชี้แจงเกี่ยวกับรายละเอียดของชุดการเรียนรู้ในแต่ละเรื่องให้เข้าใจ

(2) ก่อนดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในแต่ละเรื่อง ควรศึกษาแผนการเรียนรู้นั้นก่อน เพื่อเตรียมความพร้อมด้านสื่อการเรียนการสอนและแหล่งการเรียนรู้

(3) ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนการศึกษาค้นคว้าการเรียนรู้ เรื่องแรกและทดสอบหลังศึกษาค้นคว้าการเรียนรู้เรื่องสุดท้าย

(4) ดำเนินกิจกรรมตามชุดการเรียนรู้แต่ละเรื่องตามลำดับขั้นตอนที่กำหนด

2. ผลการประเมินและตรวจสอบชุดการเรียนรู้ฉบับร่าง ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ฉบับร่าง เพื่อนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษา 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) แล้วนำผลการตรวจสอบที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ แล้วจึงนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของชุดการเรียนรู้ แล้วจึงนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ อีก 3 ท่าน (รายละเอียดดังภาคผนวก ก หน้า 151) ตรวจสอบและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของชุดการเรียนรู้ ด้านเนื้อหา ด้านภาษา และด้านการวัดผลประเมินผล นำผลการตรวจสอบมาหาค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหา (IOC) ผลการประเมินพบว่า องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.67 ถึง 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 33 ภาคผนวก ก หน้า 177)

ผู้วิจัยได้นำผลการจัดการเรียนรู้ เพศศึกษา ให้อาจารย์ที่ปรึกษา 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) นำผลที่ได้จากการตรวจสอบมาปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบ ประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของแผนการจัดการเรียนรู้ และนำผลที่ได้จากการตรวจสอบมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ซึ่งได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง เท่ากับ 1.00 (รายละเอียดดังตารางที่ 36 ภาคผนวก ก หน้า 180)

ผลการประเมินชุดการเรียนรู้ ของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญ ได้ให้ข้อเสนอแนะ ในการปรับปรุงชุดการเรียนรู้ให้ถูกต้องสมบูรณ์ดังนี้

1. ควรระมัดระวังเรื่องการพิมพ์ผิด การฉีกคำ การแบ่งวรรคตอน
2. การใช้ภาษาและการเรียบเรียงถ้อยคำ ควรจัดเรียงให้เหมาะสมสละสลวยเข้าใจง่าย
3. ควรปรับปรุงการใช้คำในภาษาไทยแต่ละประโยคไม่เหมือนกัน เช่น นักเรียน ผู้เรียน ครู อาจารย์ ควรใช้คำเดียวตลอด
4. กิจกรรมต่าง ๆ ที่นักเรียนทำ ใบงาน ควรมีใบเฉลยไว้ด้วยเพื่อสะดวกสำหรับครูผู้สอนแทน ตลอดจนครูผู้สอนในวิชาเดียวกัน
5. ข้อสอบในชุดการเรียนรู้ควรปรับปรุงภาษา รูปแบบข้อสอบให้สวยงาม
6. ควรตรวจเฉลยในแบบฝึกหัดบางชุดการเรียนรู้
7. ควรปรับปรุงรูปภาพให้มีขนาดที่เหมาะสม

8. ควรให้นักเรียนได้ศึกษาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหรือจากข่าวสารในหนังสือพิมพ์ โดยให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมจริง

9. ควรปรับคำชี้แจงในแบบทดสอบก่อน – หลังเรียน และแบบทดสอบหลังเรียนของแต่ละชุดการเรียนรู้ให้ชัดเจน

ผลการประเมินชุดการเรียนรู้ ของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญได้ให้ข้อเสนอแนะ ในการปรับปรุงชุดการเรียนรู้ให้ถูกต้องและสมบูรณ์ ดังต่อไปนี้คือ

1. ปรับปรุงการพิมพ์ คำ การฉีกคำ การแบ่งวรรคตอนให้ถูกต้อง
2. ปรับปรุงการใช้ภาษาและการเรียบเรียงถ้อยคำ จัดเรียงให้เหมาะสมเข้าใจง่าย
3. ปรับปรุงการใช้คำในภาษาไทยแต่ละประโยคให้เหมือนกันทั้งชุดการเรียนรู้
4. ได้จัดทำใบเฉลยแนวการตอบใบงาน ทุกใบในชุดการเรียนรู้
5. ปรับปรุงข้อสอบในชุดการเรียนรู้ ด้านภาษา รูปแบบข้อสอบให้สวยงาม
6. ได้ตรวจเฉลยในแบบฝึกหัดทุกชุดการเรียนรู้
7. ปรับปรุงรูปภาพให้มีขนาดที่เหมาะสม
8. ได้จัดทำใบงานให้นักเรียนได้ศึกษาจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงหรือจากข่าวสารในหนังสือพิมพ์
9. ปรับปรุงปรับคำชี้แจงในแบบทดสอบก่อน – หลังเรียน และแบบทดสอบหลังเรียนของแต่ละชุดการเรียนรู้ให้ชัดเจน

3. การหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ ผู้วิจัยได้นำชุดการเรียนรู้ ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปหาค่าประสิทธิภาพดังนี้

ผลการหาประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบเดี่ยว (Individual Tryout) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่มีผลการเรียนเก่ง ปานกลาง อ่อน อย่างละ 1 คน รวมจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาและความยากง่ายของกิจกรรมนำมาหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบรายบุคคล (Individual Tryout) โดยได้ค่าประสิทธิภาพ 64.00/66.66 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน 60/60 ที่ตั้งไว้ รายละเอียดดังตารางที่ 23

ตารางที่ 23 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบรายบุคคล

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50 คะแนน	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
1	7	8	6	7	8	36	23
2	6	6	7	7	6	32	19
3	6	5	5	6	6	28	18
รวม						Σx 96	Σy 60

$$\Sigma x = 96$$

$$\Sigma y = 60$$

$$E_1 = 64.00$$

$$E_2 = 66.66$$

จากการสังเกตในขณะทดสอบหาค่าประสิทธิภาพแบบเดี่ยวนั้น พบข้อควรปรับปรุงแก้ไขเกี่ยวกับความเหมาะสมของภาษาที่ใช้เพราะนักเรียนบางคนไม่เข้าใจ คำชี้แจงในใบงานจึงไม่สามารถทำใบงานตามที่ระบุไว้ได้

ผลการปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ครั้งที่ 1 จากผลการทดสอบหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบเดี่ยว (Individual Tryout) แล้วนั้น ผู้วิจัยได้นำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้ชุดการเรียนรู้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น โดยปรับปรุงเกี่ยวกับภาษาที่ใช้ให้ง่ายและชัดเจนมากขึ้น

ผลการหาประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout) ผู้วิจัยได้นำชุดการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว มาทดลองใช้เพื่อหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบกลุ่ม (Small Group Tryout) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่มีผลการเรียน เก่ง ปานกลาง อ่อน อย่างละ 3 คน รวมจำนวน 9 คน โดยได้ค่าประสิทธิภาพ 75.78/77.77 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้คือ 70/70 รายละเอียดดังตารางที่ 24

ตารางที่ 24 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50 คะแนน	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
1	8	7	8	7	9	39	29
2	8	10	8	8	7	41	28
3	6	9	9	10	9	43	27
4	7	7	8	8	7	37	22
5	7	7	7	7	9	37	23
6	8	8	7	7	10	40	24
7	6	7	6	7	8	34	18
8	6	7	8	7	7	35	19
9	6	6	8	8	7	35	20
รวม						Σ_x 341	Σ_y 210

$$\Sigma_x = 341 \qquad \Sigma_y = 210$$

$$E_1 = 75.78 \qquad E_2 = 77.77$$

จากการสังเกตในการทดสอบใช้ชุดการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้ พบว่า นักเรียนสามารถทำกิจกรรมในใบงานได้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ มีความเข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจกรรมในใบงานแต่ละชุดการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดีเกือบทุกคน มีนักเรียนบางคนที่ทำใบงานได้ไม่สำเร็จตามเวลาที่กำหนดเนื่องจากผู้เรียนมีความแตกต่างกันในด้านการเรียนรู้ที่ช้ากว่าเพื่อน ๆ ในกลุ่ม

ผลการปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ครั้งที่ 2 ผู้วิจัยได้นำผลจากการตรวจสอบของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้เชี่ยวชาญ และจากการทดสอบหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 ทั้ง 2 ขั้นตอน มาปรับปรุงแก้ไขอีกครั้งเพื่อให้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสมบูรณ์และเหมาะสมก่อนนำไปทดลองใช้จริง รายละเอียดของส่วนที่ปรับปรุงแก้ไขทั้งหมดมีดังต่อไปนี้

1. ปรับปรุงภาษาที่ใช้ให้ง่ายและเหมาะสม
2. ปรับปรุงใบความรู้ให้มีเนื้อหาชัดเจนถูกต้องเป็นปัจจุบันให้มากขึ้น

3. ปรับปรุงเรื่องการพิมพ์คำผิด ไม่ให้มีการฉีกคำ เพื่อให้ภาษาสละสลวยและถูกต้อง
4. ปรับปรุงภาพประกอบ ให้มีสีสันสวยงามน่าสนใจมากขึ้น
5. ปรับปรุงรูปเล่มของชุดการเรียนรู้ โดยแยกเล่มคู่มือครูและคู่มือสำหรับนักเรียน

ผลการหาประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบภาคสนาม (Field Tryout) ผู้วิจัยได้นำชุดการเรียนรู้ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้ว มาทดลองใช้เพื่อหาค่าประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบภาคสนาม (Field Tryout) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 36 คน โดยได้ค่าประสิทธิภาพ 83.61/82.13 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่กำหนดไว้คือ 80/80 สำหรับผลการหาประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบภาคสนามครั้งที่ 1 (Field Tryout) ของชุดการเรียนรู้แต่ละชุดมี (รายละเอียดดังตารางที่ 45 ภาคผนวก ก หน้า 186) ซึ่งสรุปผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบภาคสนามกับนักเรียน 36 คน ดังตารางที่ 25

ตารางที่ 25 สรุปผลการหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบภาคสนามกับนักเรียน 36 คน

คะแนน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50 คะแนน	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
คะแนนเต็ม	360	360	360	360	360	1,800	1080
คะแนนที่ได้	261	271	269	273	258	1,505	887
ร้อยละ	72.50	75.28	74.72	75.83	71.67	83.61	82.13
$\bar{x}$	7.25	7.53	7.47	7.58	7.17	42	25
S.D.	1.27	0.94	1.21	1.20	1.23	3.61	3.12
ลำดับที่	4	2	3	1	5	-	-

$$\Sigma x = 1,505 \qquad \Sigma y = 887$$

$$E_1 = 83.61 \qquad E_2 = 82.13$$

จากตารางที่ 25 การหาประสิทธิภาพ E_1/E_2 แบบภาคสนาม (Field Tryout) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 36 คน ได้ค่าประสิทธิภาพ 83.61/83.13 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัย และ

นักเรียนสามารถทำคะแนนจากแบบทดสอบหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้แต่ละชุด คิดเป็นร้อยละเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ชุดการเรียนรู้ที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร ร้อยละ 75.83 รองลงมาคือชุดการเรียนรู้ที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ร้อยละ 75.28 และรองลงมาคือชุดการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ร้อยละ 74.72 รองลงมาคือชุดการเรียนรู้ที่ 1 การพัฒนาทางเพศและการเปลี่ยนแปลง ร้อยละ 72.50 และชุดการเรียนรู้ที่ 5 การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 71.67 จากการสังเกตในการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ในชั้นตอนนี้ พบว่านักเรียนสามารถทำกิจกรรมในใบงานได้ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ มีความเข้าใจในวัตถุประสงค์ของกิจกรรมในใบแต่ละชุดการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดีมีนักเรียนบางคนเท่านั้นที่ทำกิจกรรมตามใบงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนด

ขั้นตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้

ผู้วิจัยนำชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) จำนวน 36 คน ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 โดยเริ่มทดลองใช้ตั้งแต่วันที่ 14 พฤศจิกายน 2550 – 2 มกราคม 2551รวมเวลาในการดำเนินการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ทั้งหมด 10 ชั่วโมง ขั้นตอนในการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้มีรายละเอียดดังนี้

1. การทดลองก่อนเรียนรู้ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดสอบจากข้อสอบ วัดผลการเรียนรู้ก่อนเรียน เกี่ยวกับเพศศึกษา ด้วยแบบทดสอบปรนัย ชนิด 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ และอัตนัย 2 ข้อ
2. ดำเนินการใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงมีสาระสำคัญ ให้นักเรียนเรียนรู้เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ ของวัยรุ่น โดยให้เรียนรู้จากชุดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม 6 คน จากการสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความสนใจในการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้นในการดู วี ซี ดี เรื่อง วัยเปลี่ยน มีความรับผิดชอบในการเรียนสามารถปฏิบัติตามกิจกรรมตามใบงานเป็นอย่างดี ขณะเดียวกันนักเรียนมีความสนุกสนานกับการเรียนรู้ เนื่องจากใบความรู้ ใบงาน มีเนื้อหาและเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงเกี่ยวกับตนเอง นักเรียนมีการพูดคุยปรึกษากันและแสดงความคิดเห็นกันในกลุ่มขณะเรียนรู้ แบ่งงานกันทำตามความสามารถ ความถนัด มีความร่วมมือร่วมใจกันทำงานอย่างตั้งใจ แต่ละกลุ่มสามารถนำความรู้ความสามารถที่หลากหลายของสมาชิกมาผสมผสานในการสร้างผลงานของกลุ่มได้เป็นอย่างดี

3. ดำเนินการใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เกี่ยวกับอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเองมีสาระสำคัญให้นักเรียนเรียนรู้เกี่ยวกับอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง โดยให้นักเรียนเรียนรู้จากชุดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม 6 คน จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตั้งใจในการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมตามใบงานเป็นอย่างดี นักเรียนมีการพูดคุยปรึกษากันและแสดงความคิดเห็นในขณะเรียนรู้ นักเรียนมีความตั้งใจและความพยายามในการจัดทำผลงานหนังสือเล่มเล็กเกี่ยวกับอนามัยเจริญพันธุ์ของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี

4. ดำเนินการใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ มีสาระสำคัญให้นักเรียนเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ โดยให้นักเรียนเรียนรู้จากชุดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม 6 คน จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตั้งใจในการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมตามใบงานเป็นอย่างดี นักเรียนมีการพูดคุยปรึกษากันและแสดงความคิดเห็นในขณะเรียนรู้ นักเรียนมีความตั้งใจศึกษาหาความรู้จากเอกสารใบความรู้ ใบงาน ตั้งใจและร่วมมือกันปฏิบัติกิจกรรมและศึกษากรณีศึกษา และนำเสนอแนวคิดในรูปของแผ่นพับเรื่องโรคเอดส์ มีเนื้อหาครอบคลุมและมีรูปแบบสวยงาม ตามกำหนดไว้เป็นอย่างดี

5. ดำเนินการใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เกี่ยวกับการคบเพื่อนและการผูกมิตร มีสาระสำคัญให้นักเรียนเรียนรู้เกี่ยวกับ ความสำคัญและการคบเพื่อน ประเภทของเพื่อน วิธีการผูกมิตรการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและการเลือกคบเพื่อนที่ดี โดยให้นักเรียนเรียนรู้จากชุดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม 6 คน จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตั้งใจในการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมตามใบงานเป็นอย่างดี นักเรียนมีการพูดคุยปรึกษากันและแสดงความคิดเห็นในขณะเรียนรู้ และสามารถนำเสนอแนวคิดวิธีการคบเพื่อนได้เป็นอย่างดี

6. ดำเนินการใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เกี่ยวกับการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ โดยให้นักเรียนเรียนรู้จากชุดการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม 6 คน จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตั้งใจในการเรียนรู้ มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบในการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมตามเหตุการณ์และเรื่องราวตามใบงานเป็นอย่างดี นักเรียนมีการพูดคุยปรึกษากันและแสดงความคิดเห็นในขณะเรียนรู้และสามารถนำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ใน

สถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้เป็นอย่างดี และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
ได้ผลการประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม ดังตารางที่ 26

ตารางที่ 26 คะแนนพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเรียนด้วย
ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา

ข้อ ที่	พฤติกรรม	แผนการจัดการเรียนรู้					ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ	ลำดับที่
		1.พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	2.อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	3.พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	4. การคบเพื่อนและการคุมกำเนิด	5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อน เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์			
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน (20 คะแนน)	19	17	16	18	15	17	85.00	1
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่ (20 คะแนน)	18	15	16	16	16	16.2	81.00	4
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน (20 คะแนน)	15	16	17	16	18	16.4	82.00	3
4.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา (20 คะแนน)	14	17	19	14	15	15.8	79.00	5
5.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม (20 คะแนน)	15	18	16	17	18	16.5	84.00	2
6.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์สถานที่เรียบร้อยหลังเลิกปฏิบัติงาน (20 คะแนน)	14	13	16	16	14	14.6	73.00	6

(หมายเหตุ 4 คะแนน x 5 ชุด = 20 คะแนน)

จากตารางที่ 26 ผลการบันทึกหลังการสอนด้านพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนมีการปรึกษากันก่อนทำงาน มากที่สุด (ร้อยละ 85.00) รองลงมา ได้แก่ นักเรียนมีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม (ร้อยละ 84.00) มีการปฏิบัติตามขั้นตอน (ร้อยละ 82.00) มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่ (ร้อยละ 81.00) ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา (ร้อยละ 79.00) และน้อยที่สุด คือ จัดเก็บอุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน (ร้อยละ 73.00) ตามลำดับ

ตารางที่ 27 คะแนนพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา

ข้อที่	พฤติกรรม	แผนการจัดการเรียนรู้					ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ	ลำดับที่
		1.พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	2. อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	4. การคบเพื่อนและการคุมกำเนิด	5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์			
1.	ผลงานมีความถูกต้องของเนื้อหา (20 คะแนน)	16	17	18	16	19	17.2	86.00	2
2.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (20 คะแนน)	19	18	16	18	19	18	90.00	1
3.	ผลงานมีวิธีการนำเสนอที่ดี (20 คะแนน)	15	13	12	16	14	14	70.00	5
4.	ผลงานได้รับการยอมรับ (20 คะแนน)	16	18	19	15	17	17	85.00	3

(หมายเหตุ 4 คะแนน x 5 ชุด = 20 คะแนน)

ตารางที่ 27 คะแนนพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังเรียนด้วย
ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา

ข้อ ที่	พฤติกรรม	แผนการจัดการเรียนรู้					ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ	ลำดับที่
		1.พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	2.อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	3.พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์	4. การคบเพื่อนและการผูกมิตร	5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อน เมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์			
5.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ (20 คะแนน)	13	16	17	16	15	15.4	77.00	4

จากตารางที่ 27 ผลการบันทึกหลังการสอนด้านพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียนสามารถจัดทำผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มากที่สุด (ร้อยละ 90.00) รองลงมาได้แก่ นักเรียนสามารถปฏิบัติผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง (ร้อยละ 86.00) ผลงานได้รับการยอมรับ (ร้อยละ 85.00) ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ (ร้อยละ 77.00) และน้อยที่สุด คือ ผลงานมีวิธีการนำเสนอที่ดี (ร้อยละ 70.00) ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการประเมินและการปรับปรุงชุดการเรียนรู้

ผู้วิจัยได้ทำการประเมินและปรับปรุงแก้ไขการใช้ชุดการเรียนรู้ โดยการประเมินผลนั้น ดำเนินการ 2 ระยะ ดังต่อไปนี้ คือ 1) การประเมินหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ โดยการทดสอบความรู้ความเข้าใจหลังจากการใช้ชุดการเรียนรู้ การสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน และการประเมินผลงานนักเรียน 2) การปรับปรุงชุดการเรียนรู้ให้มีความสมบูรณ์ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผลการประเมินผลหลังใช้ชุดการเรียนรู้

(1) การทดสอบก่อนการใช้ชุดการเรียนรู้ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับ เรื่องเพศศึกษา จากข้อสอบแบบปรนัย ชนิด 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ และข้อสอบอัตนัย จำนวน 2 ข้อ เมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่ามีคะแนนเฉลี่ย ($\bar{x} = 17.42$ S.D = 2.67) (รายละเอียดดังตารางที่ 46 ภาคผนวก ก หน้า 188)

(2) การทดสอบหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเมื่อเรียนครบทั้ง 5 ชุด โดยใช้แบบทดสอบด้านความรู้ความเข้าใจหลังเรียน แบบปรนัย ชนิด 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ และข้อสอบแบบอัตนัย จำนวน 2 ข้อ (รายละเอียดดังภาคผนวก ข หน้า 173) พบว่านักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียน 24.06 คิดเป็นร้อยละ 82.12 และผู้วิจัยได้นำมาทดสอบค่าสถิติ t-test แบบ dependent เพื่อเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ สรุปผลการวิเคราะห์ ดังตารางที่ 28

ตารางที่ 28 ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยผลการเรียนรู้ของนักเรียนก่อนและหลังเรียนด้วย

ชุดการเรียนรู้

การทดสอบ	N	คะแนนเต็ม	$\bar{x}$	S.D.	t - test	Sig
ก่อนเรียน	36 คน	30	17.42	2.677	20.48	.000
หลังเรียน	36 คน	30	24.06	2.898		

จากตารางที่ 28 พบว่าคะแนนผลการเรียนรู้ของนักเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ก่อนและหลังเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งยอมรับสมมติฐานการวิจัยที่กำหนดไว้ โดยคะแนนผลการเรียนรู้ของนักเรียนหลังเรียนด้วย ชุดการเรียนรู้ ($\bar{x} = 24.06$ S.D = 2.90) สูงกว่า ก่อนเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ ($\bar{x} 17.42$ S.D = 2.68)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการเรียนรู้โดยใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 5 ชุด มีผลการเรียนรู้ของแต่ละชุดมีรายละเอียดดังตารางที่ 29

ตารางที่ 29 ผลการเรียนรู้ของนักเรียนก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้จำแนกเป็นราย
ชุดการเรียนรู้

ชุดการเรียนรู้	คะแนนเต็ม 30 คะแนน	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$ %	ลำดับที่
1. พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง	4	4.63	0.63	74.60	4
2. อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง	4	5.08	0.69	81.57	1
3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์	9	4.15	0.58	73.93	5
4. การคบเพื่อนและการผูกมิตร	9	4.70	0.56	75.71	3
5. การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	4	4.80	0.48	77.75	2

จากตาราง 29 พบว่าหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาที่นักเรียนทำคะแนนได้สูงสุด ได้แก่ ชุดการเรียนรู้เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ($\bar{x} = 5.08$ S.D = 0.69) รองลงมาพบว่าการป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ($\bar{x} = 4.80$ S.D = 0.48) การคบเพื่อนและการผูกมิตร ($\bar{x} = 4.70$ S.D = 0.56) และพัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง ($\bar{x} = 4.63$ S.D = 0.63) และสาระการเรียนรู้ที่นักเรียนทำคะแนนได้น้อยที่สุด คือ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ ($\bar{x} = 4.15$ S.D = 0.58) ตามลำดับ

ผลการสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนจากชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 36 คน โดยวิเคราะห์ข้อมูลจาก 1) ข้อมูลทั่วไป 2) ความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียน เรื่อง เพศศึกษา จากชุดการเรียนรู้ 3) ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยจำแนกตามเพศ อายุ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติร้อยละ รายละเอียดตามตารางที่ 30

ตารางที่ 30 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามความคิดเห็น

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
1) ชาย	19	52.78
2) หญิง	17	47.22
รวม	36	100
2. อายุ		
1) 12 ปี	2	5.56
2) 13 ปี	28	77.78
3) 14 ปี	6	16.66
รวม	36	100

จากตารางที่ 30 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้สูงสุดเป็นเพศชาย จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 52.78 รองลงมาเป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 47.05 ด้านอายุ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามสูงสุด อายุ 13 ปี จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 77.78 รองลงมา อายุ 14 ปี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 16.66 และต่ำสุดคืออายุ 12 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 5.56

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของนักเรียนหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) รายละเอียดดังตารางที่ 31

ตารางที่ 31 ความคิดเห็นของนักเรียนหลังเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้

ข้อ ที่	ความคิดเห็น	$\bar{x}$	S.D.	ความ หมาย	ลำดับที่
1	ด้านเนื้อหา การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิด ความสนใจเนื้อหาและกระตือรือร้นในการ เรียน	2.69 2.64	0.46 0.49	- เห็นด้วย มาก	1 3
2	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียน เข้าใจเนื้อหาและเกิดการเรียนรู้ได้รวดเร็วและ ดีขึ้น	2.74	0.44	เห็นด้วย มาก	1

ตารางที่ 31 (ต่อ)

ข้อ ที่	ความคิดเห็น	$\bar{x}$	S.D.	ความ หมาย	ลำดับที่
3	ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้ มีความสุขสนุกในการเรียน	2.65	0.26	-	2
		2.61	0.05	เห็นด้วย มาก	4
4	กิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึก ให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการเรียนรู้ และมีระเบียบวินัยในตนเอง	2.69	0.47	เห็นด้วย มาก	2
5	ด้านประโยชน์ การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้นักเรียน ได้รับประสบการณ์ตรงและสามารถนำไปใช้ ในชีวิตประจำวันได้	2.41	0.48	-	4
		2.28	0.46	เห็นด้วย ปานกลาง	9
6	ชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทำให้นักเรียนมีทักษะในการแสวงหาความรู้ ด้วยตนเอง	2.54	0.51	เห็นด้วย มาก	6
7	ด้านสื่อ/อุปกรณ์ สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยให้ นักเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น	2.47	0.49	-	3
		2.59	0.50	เห็นด้วย มาก	5
8	สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยสร้าง บรรยากาศในการเรียนให้เป็นที่น่าพึงพอใจ ของนักเรียน	2.36	0.49	เห็นด้วย ปานกลาง	8
9	ด้านการวัดและประเมินผล การวัดและประเมินผลในชุดการเรียนรู้โดยการ ใช้แบบประเมินพฤติกรรมและแบบประเมินผล งานนักเรียนเป็นที่พึงพอใจของนักเรียน	2.36	0.47	-	5
		2.46	0.51	เห็นด้วย ปานกลาง	7
10.	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้มีการวัดและ ประเมินผลครบคลุมทุกด้าน	2.26	0.44	เห็นด้วย ปานกลาง	10
	รวม	2.52	0.48	เห็นด้วย มาก	-

จากตารางที่ 31 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนด้วยชุดการเรียนรู้พบว่า โดยภาพรวม นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก ($\bar{x} = 2.52$, S.D. = 0.48) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจด้านเนื้อหาเป็นลำดับหนึ่ง ($\bar{x} = 2.69$, S.D. = 0.46) รองลงมามีความพึงพอใจด้านกิจกรรมการเรียนรู้เป็นลำดับที่สอง ($\bar{x} = 2.65$, S.D. = 0.26) นักเรียนมีความพึงพอใจด้าน ด้านสื่อ/อุปกรณ์เป็นลำดับที่สาม ($\bar{x} = 2.47$, S.D. = 0.49) นักเรียนมีความพึงพอใจด้านประโยชน์เป็นลำดับที่สี่ ($\bar{x} = 2.41$, S.D. = 0.48) และนักเรียนมีความพึงพอใจด้านการวัดและประเมินผลเป็นลำดับที่ห้า ($\bar{x} = 2.36$, S.D. = 0.47)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาและเกิดการเรียนรู้ได้รวดเร็วและดีขึ้นเป็นลำดับหนึ่ง ($\bar{x} = 2.74$, S.D. = 0.44) ส่วนกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการเรียนรู้และมีระเบียบวินัยในตนเองเป็นลำดับที่สอง ($\bar{x} = 2.69$, S.D. = 0.47) การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิดความสนใจเนื้อหาและกระตือรือร้นในการเรียนเป็นลำดับที่สาม ($\bar{x} = 2.64$, S.D. = 0.49) กิจกรรมในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้มีความสุขสนุกสนานในการเรียนเป็นลำดับที่สี่ ($\bar{x} = 2.61$, S.D. = 0.05) สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้นเป็นลำดับที่ห้า ($\bar{x} = 2.59$, S.D. = 0.50) ชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้นักเรียนมีทักษะในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเองเป็นลำดับที่หก ($\bar{x} = 2.54$, S.D. = 0.51) การวัดและประเมินผลในชุดการเรียนรู้โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมและแบบประเมินผลงานนักเรียนเป็นที่พึงพอใจของนักเรียนเป็นลำดับที่เจ็ด ($\bar{x} = 2.46$, S.D. = 0.51) สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยสร้างบรรยากาศในการเรียนให้เป็นที่น่าพึงพอใจของนักเรียนเป็นลำดับที่แปด ($\bar{x} = 2.36$, S.D. = 0.49) การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นลำดับที่เก้า ($\bar{x} = 2.28$, S.D. = 0.46) และลำดับสุดท้ายคือการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้มีการวัดและประเมินผลครอบคลุมทุกด้าน ($\bar{x} = 2.26$, S.D. = 0.44)

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

นักเรียนจำนวน 26 คน มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่าควรมีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ต่อไป เพราะทำให้สนุก ไม่น่าเบื่อ และเสนอแนะให้มีกิจกรรมการสืบค้นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตเพิ่มเติมในขณะเรียน

นักเรียนจำนวน 8 คน มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่าการจัดกิจกรรมและสถานการณ์จำลองเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตจริงของช่วยให้เข้าใจและสร้างความตระหนักในพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศให้มากขึ้น

ผลการประเมินผลงานของนักเรียน ผู้วิจัยได้นำผลงานนักเรียนที่ได้จัดทำขึ้นจากกิจกรรมเพิ่มเติมหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้จำนวน 2 ชิ้นงาน แบ่งเป็นผลงานกลุ่ม จำนวน 1 ชิ้น โดยแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ๆ ละ 6 คน จำนวน 6 กลุ่ม จัดทำหนังสือเล่มเล็กเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง และผลงานรายบุคคล 1 ชิ้นงาน ได้แก่ แผ่นพับเรื่อง โรคเอดส์ เน้นให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ ความถูกต้องของเนื้อหา ความคิดสร้างสรรค์ วิธีการนำเสนอ การยอมรับผลงาน และการนำไปใช้ โดยวิเคราะห์ข้อมูล ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ผลการประเมินโดยรวม รายละเอียดดังตารางที่ 32

ตารางที่ 32 ผลการประเมินผลงานนักเรียนการจัดทำหนังสือเล่มเล็ก เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

กลุ่มที่	ความถูกต้องของเนื้อหา (4 คะแนน)	ความคิดสร้างสรรค์ (4 คะแนน)	วิธีการนำเสนอ (4 คะแนน)	การยอมรับผลงาน (4 คะแนน)	การนำไปใช้/ ประโยชน์ (4 คะแนน)	รวม 20 คะแนน	ระดับคุณภาพ
1	3	3	1	2	2	11	พอใช้
2	3	2	1	2	2	10	พอใช้
3	3	3	2	4	2	14	ดี
4	4	4	2	3	3	16	ดีมาก
5	3	4	2	3	3	15	ดี
6	3	4	1	2	2	12	ดี
รวม	19	20	9	16	11	78	-
$\bar{X}$	3.16	3.33	1.50	2.66	1.83	13.00	-
S.D.	0.41	0.82	0.55	0.82	0.52	2.37	-
ลำดับที่	2	1	5	3	4	-	-

จากตารางที่ 32 ผลการประเมินผลงานนักเรียนในการจัดทำหนังสือเล่มเล็ก เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเองโดยภาพรวมนักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับดี ($\bar{x} = 13.00$, S.D. = 2.37) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าผลงานนักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์

เป็นลำดับหนึ่ง ($\bar{x} = 3.33$, .S.D. = 0.82) รองลงผลงานนักเรียนด้านความถูกต้องของเนื้อหา เป็นลำดับที่สอง ($\bar{x} = 3.16$, .S.D. = 0.41) ผลงานนักเรียนด้านการยอมรับผลงานเป็นลำดับที่สาม ($\bar{x} = 2.66$, .S.D. = 0.82) ผลงานนักเรียนด้านการนำไปใช้ประโยชน์เป็นลำดับที่สี่ ($\bar{x} = 1.83$, .S.D. = 0.52) และลำดับสุดท้าย คือผลงานนักเรียนด้านวิธีการนำเสนอผลงาน ($\bar{x} = 1.50$, .S.D. = 0.55)

ผลการประเมินผลงานนักเรียนแยกเป็นรายชิ้นงาน

จากการประเมินผลงานนักเรียน จำนวน 2 ชิ้นงาน ซึ่งเป็นผลงานกลุ่ม 1 ชิ้น ได้แก่ หนังสือเล่มเล็ก เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง และผลงานรายบุคคล จำนวน 1 ชิ้น ได้แก่ แผ่นพับ เรื่องโรคเอดส์ ผลการประเมินมีรายละเอียดดังนี้

1. ผลงานกลุ่มการจัดทำหนังสือเล่มเล็กเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ซึ่งให้นักเรียนจัดทำเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 1 เล่ม รวมผลงานทั้งหมด 6 เล่ม พบว่าผลการประเมินคุณภาพโดยรวมอยู่ในระดับดี คือมีค่าคะแนน ($\bar{x} = 13.00$ S.D. = 2.37) เมื่อพิจารณาเป็นรายกลุ่มพบว่า มีคุณภาพอยู่ในระดับดีมาก 1 กลุ่ม คิดเป็นร้อยละ 14.28 ระดับดี 3 กลุ่ม คิดเป็นร้อยละ 42.85 และพอใช้ 2 กลุ่ม คิดเป็นร้อยละ 28.57 และเมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ที่ใช้ประเมินพบว่า เกณฑ์ความคิดสร้างสรรค์ในการจัดทำผลงานมีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ ($\bar{x} = 3.33$ S.D. = 0.82) รองลงมาคือความถูกต้องของเนื้อหา ($\bar{x} = 3.16$ S.D. = 0.41) และการยอมรับผลงาน ($\bar{x} = 2.66$ S.D. = 0.82) การนำไปใช้ประโยชน์ ($\bar{x} = 1.82$ S.D. = 0.52) ส่วนวิธีการนำเสนอผลงานมีน้อยที่สุด ($\bar{x} = 1.50$ S.D. = 0.55) ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ต้องปรับปรุง (รายละเอียดการประเมินตาม ตารางที่ 38 ภาคผนวก ค หน้า 172) และจากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่มีความตั้งใจในการจัดทำผลงาน สามารถนำความรู้ความเข้าใจจากการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้มารวบรวมวิเคราะห์ และสรุปสาระสำคัญของเรื่อง และจัดทำหนังสือเล่มเล็ก ได้ครอบคลุมเนื้อหา มีความคิดสร้างสรรค์แตกต่างกันไปตามความสามารถของแต่ละบุคคล มีการใช้คอมพิวเตอร์ในการจัดทำผลงาน ศึกษาหาความรู้ด้วยการสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต ในด้านการเสนอผลงานนักเรียนมีผลการประเมินอยู่ในระดับพอใช้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนมีความสามารถเฉพาะด้านไม่หลากหลาย โดยเฉพาะการพูดสื่อสารนำเสนอผลงานจึงทำให้ผลการประเมินต่ำกว่าด้านอื่น ๆ

2. ผลงานรายบุคคลการจัดทำแผ่นพับ เรื่อง โรคเอดส์ โดยนักเรียนจัดทำเป็นรายบุคคล คนละ 1 แผ่น ผลการประเมินโดยรวมพบว่า มีคุณภาพอยู่ในระดับดี คือมีคะแนน เฉลี่ย ($\bar{x} = 13.94$ S.D. = 69.72) เมื่อพิจารณาเป็นแผ่นพบว่า มีคุณภาพอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 6 แผ่น คิดเป็นร้อยละ 16.66 ระดับดี 30 แผ่น คิดเป็นร้อยละ 83.33 และเมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ที่ใช้ประเมินพบว่าเกณฑ์ความคิดสร้างสรรค์ มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ ($\bar{x} = 3.31$ S.D. = 82.64) รองลงมาคือความถูกต้องของเนื้อหา ($\bar{x} = 3.28$ S.D. = 81.94) และการยอมรับผลงานเป็นอันดับที่

สาม ($\bar{x}=2.86$ S.D. = 71.53) ส่วนการนำไปใช้ประโยชน์ ($\bar{x}=2.50$ S.D. =62.50) การนำเสนอผลงานต่ำสุด ($\bar{x}=2.00$ S.D. =50.00) จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนมีความตั้งใจในการทำผลงาน โดยแต่ละคนได้จัดทำตามความรู้ความสามารถของตนเอง ซึ่งบางคนได้ใช้ความสามารถในด้านการวาดภาพ การประดิษฐ์มาจัดทำผลงานแผ่นพับให้สวยงามและหลากหลาย เนื้อหาครอบคลุมและมีความคิดสร้างสรรค์ทำให้ผลงานอยู่ในเกณฑ์ที่ดี (รายละเอียดผลการประเมินดังตารางที่ 39 ภาคผนวก ก หน้า 173)

จากการประเมินผลงานของนักเรียนทั้ง 2 ชิ้นงาน คือ หนังสือเล่มเล็กเรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง และ แผ่นพับ เรื่อง โรคเอดส์ แสดงให้เห็นว่านักเรียนสามารถนำความรู้ความเข้าใจและทักษะต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ปรับปรุงและพัฒนาเป็นผลงานได้เป็นอย่างดี

การปรับปรุงชุดการเรียนรู้ให้มีความสมบูรณ์

หลังจากผู้วิจัยได้ทำการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาแล้วได้พบข้อควรปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงชุดการเรียนรู้ให้มีความเหมาะสมในการนำไปใช้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนในครั้งต่อไป ซึ่งมีข้อควรปรับปรุงดังต่อไปนี้

1. ปรับปรุงเนื้อหาในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3,5 ให้นักเรียนเข้าใจมากยิ่งขึ้น
2. ปรับปรุงข้อคำถามใบแบบทดสอบท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 2,3
3. ปรับปรุงและกิจกรรมเพิ่มเติมท้ายหน่วยการเรียนรู้ที่ 2,3 เพื่อเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดและความสามารถของตนเองให้มากขึ้น
4. ปรับปรุงระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมด้วยชุดการเรียนรู้ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ให้เหมาะสมกับเนื้อหามากยิ่งขึ้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ซึ่งประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน คือ (1) การวิจัย (Research) เป็นการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ (2) การพัฒนา (Development) เป็นการสร้างและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ (3) การวิจัย (Research) เป็นการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ (4) การพัฒนา (Development) เป็นการประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ (2) เพื่อพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ (3) เพื่อทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ (4) เพื่อประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 36 คน แบบแผนการวิจัย ใช้การทดลองแบบ Pre Experimental Design แบบกลุ่มเดียวสอบก่อนและหลัง One Group Pretest Posttest Design เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในการวิจัย ประกอบด้วย (1) เครื่องมือที่ใช้ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ (2) แบบประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องของชุดการเรียนรู้ (3) ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (4) เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ได้แก่ แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน แบบประเมินผลงานนักเรียน การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยศึกษาความคิดเห็นและข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ แล้วนำมาพัฒนาเป็นชุดการเรียนรู้ โดยมีเนื้อหาให้นักเรียนเรียนรู้ 5 เรื่อง คือ เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งแต่ละชุดมีองค์ประกอบ คือ คู่มือครู ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ การออกแบบการเรียนรู้ คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของครู แผนการจัดการเรียนรู้ ใบความรู้ แบบสังเกตพฤติกรรม และแบบประเมินผลงานนักเรียน คู่มือนักเรียน ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของนักเรียน ใบความรู้ ใบงาน แนวการตอบใบงาน แบบทดสอบ เฉลย

แบบทดสอบ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่า t – test แบบ Dependent และการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอแบบพรรณนาความ

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอตามขั้นตอนการวิจัยและการพัฒนา (Research and Development) ซึ่งประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน คือ (1) การวิจัย (Research) เป็นการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ (2) การพัฒนา (Development) เป็นการสร้างและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ (3) การวิจัย (Research) เป็นการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ (4) การพัฒนา (Development) เป็นการประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียนและผู้เกี่ยวข้องเห็นว่ารูปแบบของชุดการเรียนรู้ ควรใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายชัดเจน มีการ์ตูน รูปภาพ ประกอบ รูปเล่มกะทัดรัด สีต้นสวยงามและมีเนื้อหาที่ให้ความรู้ ด้านเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา ควรเป็นเรื่องที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน และเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวนักเรียน เป็นเหตุการณ์หรือเรื่องที่เกิดขึ้นจริงซึ่งสัมพันธ์กับเนื้อหาเรื่องเพศศึกษา ได้แก่ พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง การคบเพื่อน การผูกมิตร อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ควรจัดการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเน้นให้นักเรียนเรียนรู้และแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง โดยมีครูเป็นผู้คอยให้คำแนะนำปรึกษาและช่วยเหลือ ควรมีการจัดกิจกรรมแบบกลุ่มใหญ่ 4 – 6 คน เรียนรู้จากกรณีศึกษา มีการวัดผลประเมินผล ครอบคลุมด้านความรู้ ทักษะกระบวนการ และเจตคติ โดยใช้เครื่องมือที่หลากหลาย เช่น การตรวจผลงาน แบบทดสอบ แบบฝึกหัด และแบบสังเกตพฤติกรรม

2. ผลการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่าชุดการเรียนรู้ประกอบด้วย คู่มือครู (ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ การออกแบบแผนการจัดการเรียนรู้ คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของครู แผนการจัดการเรียนรู้ ใบความรู้ แบบสังเกตพฤติกรรม และแบบประเมินผลงานนักเรียน) คู่มือ นักเรียน (ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คำชี้แจงในการใช้แบบทดสอบ) โดยชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นนี้ประกอบด้วย 4 ชุด ได้แก่ 1) พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง 2) การคบเพื่อน และการผูกมิตร 3) อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง 4) พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ชุดการเรียนรู้มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยมีค่า

ดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.67 – 1.00 ค่าประสิทธิภาพแบบเดี่ยว (Individual Tryout) เท่ากับ 64.00/66.66 ค่าประสิทธิภาพแบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout) เท่ากับ 75.78/77.77 และชุดการเรียนรู้มีค่าประสิทธิภาพแบบภาคสนาม (Filed Tryout) เท่ากับ 83.61/82.13 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 1 ที่กำหนดไว้

3. ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้นำชุดการเรียนรู้ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 36 คน ซึ่งใช้ชุดการเรียนรู้ 10 ชั่วโมง ผลการทดลองใช้พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ให้ความสนใจและกระตือรือร้นในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ มีทักษะการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง มีความสุขและสนุกกับการเรียน มีความรับผิดชอบในการเรียนรู้ ชุดการเรียนรู้ที่นำมาทดลองใช้ได้นำกรณีศึกษาและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงมาประกอบการเรียนรู้

4. ผลการประเมินผลการเรียนรู้และพฤติกรรมการทำงานกลุ่มของนักเรียนพบว่า เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนมีผลการเรียนรู้ก่อนและหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการใช้ชุดการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ที่กำหนดไว้ และผู้วิจัยได้ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม พบว่านักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง เพศศึกษา และสามารถนำความรู้ ข้อมูลที่ได้รับมาเรียบเรียงจัดทำเป็นผลงานตามที่ได้รับมอบหมาย ปฏิบัติกิจกรรมการทำงานกลุ่ม โดยมีการปรึกษากันก่อนทำงาน แบ่งหน้าที่และปฏิบัติตามขั้นตอน พร้อมทั้งมีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม ทำให้งานเสร็จตรงตามเวลาและจัดเก็บวัสดุอุปกรณ์สถานที่เรียบร้อยหลังเลิกปฏิบัติงาน ทำให้นักเรียนมีความสุขสนุกกับการได้ร่วมกันทำกิจกรรม โดยผลการประเมินตามสภาพจริงจาก ใบงาน หนังสือเล่มเล็ก แผ่นพับ พบว่านักเรียนมีการวางแผนในการร่วมกันทำงาน และสามารถนำเสนอผลงานและปรับปรุงผลงานให้ได้ตามวัตถุประสงค์ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมการเรียนการสอนในชุดการเรียนรู้ ส่วนใหญ่เน้นการให้นักเรียนได้ฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเอง ด้วยการคิดวิเคราะห์ ในทุกกิจกรรมจนนักเรียนเกิดความชำนาญ ทำให้สามารถทำกิจกรรมตามใบงานอย่างครบถ้วนและสมบูรณ์ตรงตามวัตถุประสงค์ และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ ด้านผลการประเมินผลงานนักเรียนพบว่าเกณฑ์การประเมินที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือความคิดสร้างสรรค์ รองลงมาคือ ความถูกต้องของเนื้อหา การยอมรับผลงาน การนำไปใช้ และคะแนนต่ำที่สุดคือวิธีการนำเสนอผลงาน ด้านความคิดเห็นพบว่านักเรียนมีความคิดเห็นต่อการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ในระดับเห็นด้วยมาก โดยนักเรียนคิดว่า การเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนมีความสุขสนุกในการเรียน ช่วยฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการ

เรียนรู้และมีระเบียบวินัยในตนเองและช่วยให้นักเรียนเกิดความสนใจและกระตือรือร้นต่อการเรียน ผลการปรับปรุงและแก้ไขชุดการเรียนรู้ มีการปรับปรุงคำชี้แจงในกิจกรรมเพิ่มเติมหลังการเรียนรู้ของชุดการเรียนรู้ที่ 1 และชุดที่ 2 ปรับปรุงแก้ไขข้อคำถามในใบงาน และแบบทดสอบให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น ปรับภาพให้มีความเหมาะสม

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยสามารถนำไปสู่การอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากการศึกษาเอกสารด้านการศึกษา นโยบายการศึกษา ได้แก่ หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 และการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ศึกษาความต้องการและความคิดเห็นในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ของนักเรียนและผู้เกี่ยวข้องในการสร้างและพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา จะต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ความต้องการ และความสนใจของนักเรียนเป็นสำคัญ โดยจัดทำขึ้นเพื่อตอบสนองความสามารถของนักเรียน เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างแท้จริง และปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง โดยมีครูเป็นผู้คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนแต่ละคนมีระดับสติปัญญา ความสามารถในการเรียนรู้แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ (ชัยยงค์ พรหมวงศ์ : 2550) ที่กล่าวว่า การสร้างชุดการเรียนรู้ เป็นการนำเอาหลักจิตวิทยามาใช้ในการจัดกิจกรรมที่คำนึงถึงความต้องการของนักเรียนเป็นสำคัญ เพราะนักเรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกันในด้านความสามารถ สติปัญญา จึงควรเปิดโอกาสและให้อิสระในการเรียนรู้ตามระดับสติปัญญาของนักเรียน โดยมีครูเป็นผู้คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือตามความเหมาะสม และยังสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 มาตรา 24 ที่ว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้จะต้องจัดให้สอดคล้องกับความสนใจ และความถนัดของนักเรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้นักเรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง และตัวอย่างข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง สอดคล้องกับแนวคิดของ น้ำผึ้ง บุญวิชัย (2547: บทคัดย่อ) ที่กล่าวไว้ว่า การพัฒนาชุดการเรียนรู้ส่งเสริมให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติจริงเปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าหาความรู้ได้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภรัตน์ ศรีสุชาติ (2547: 78 -82) ได้พัฒนาชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา วิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และงานวิจัยของศิริชัย จิรจิรังชัย (2545:63-67) ได้พัฒนาชุดการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่องอาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จากงานวิจัยดังกล่าว พบว่า ในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ จะต้องมี

การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการสร้างและพัฒนาชุดการเรียนรู้ให้มีความต้องการตามความถนัด และความสามารถของนักเรียน

ผลการศึกษาความคิดเห็นและความต้องการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา จากบุคคลที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ครูผู้สอน ผู้ปกครองและนักเรียน โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) พบว่า มีความต้องการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ทั้งนี้เพราะเพศเป็นเรื่องที่ใกล้ชิดที่นักเรียนจำเป็นต้องรู้ ที่สำคัญเนื้อหาที่จัดขึ้นเน้นที่ความต้องการของผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้เป็นผู้ฝึกปฏิบัติจริง จากกรณีศึกษา ที่แตกต่างจากเดิมที่เรียนโดยครูเป็นผู้บรรยาย เพื่อเป็นการพัฒนาให้นักเรียนมีการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของหทัยรัตน์ อันติ (2542 : 143) ศึกษาชุดการเรียนรู้เพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา กล่าวว่า ในการจัดการเรียนการสอนควรเปิดโอกาสให้นักเรียนเป็นผู้จัดการให้เด็กคิด เด็กทำ ให้เรียนรู้โดยการทำจริง ปฏิบัติจริง นำสิ่งที่ได้มาวิเคราะห์วิจารณ์และหาข้อสรุปได้ด้วยตนเอง ซึ่งกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่สามารถพัฒนาให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง นั้น การใช้ชุดการเรียนรู้มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพที่สุด

2. ผลการพัฒนาและหาประสิทธิภาพชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 83.61.94/82.13 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ในการสร้างชุดการเรียนรู้ได้จัดทำอย่างมีระบบขั้นตอน ศึกษาทฤษฎีและการสร้างชุดการเรียนรู้ และได้รับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างชุดการเรียนรู้ จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาชุดการเรียนรู้และจากสัมภาษณ์ครูผู้สอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เจ้าหน้าที่สาธารณสุข พยาบาล ผู้ปกครอง และการตอบแบบสอบถามของนักเรียนพบว่าชุดการเรียนรู้ที่ต้องการควรประกอบด้วย คู่มือครู คู่มือนักเรียน คำนำ วัตถุประสงค์ คำชี้แจงการใช้ชุดการเรียนรู้ บทบาทของนักเรียน ใบความรู้ ใบงาน แนวการตอบใบงาน และแบบทดสอบสื่อประกอบการเรียนรู้ เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ CD และหนังสือพิมพ์ ทั้งนี้เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนมีคุณภาพและมีความเหมาะสมกับนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของกุหลาบ หงษ์ทอง (2546:บทคัดย่อ) กล่าวว่า ชุดการเรียนรู้ประกอบด้วย คำนำ วัตถุประสงค์ คู่มือครู คู่มือนักเรียน หนังสืออ่านเพิ่มเติม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของจรรยา ศรีสุตติ (2545 : 182) ศึกษาการพัฒนาชุดการสอน เรื่องวิทยาศาสตร์เพื่อการสร้างสรรค์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ชุดการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้น มีองค์ประกอบ ดังนี้คือ คู่มือการใช้ชุดการสอน สื่อการเรียนการสอน เครื่องมือวัดผลประเมินผล และชุดการสอนที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพแบบรายบุคคล (Individual Tryout) 65.30/64.94 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 60/60 ที่กำหนดไว้ ค่าประสิทธิภาพแบบรายกลุ่ม

ย่อย (Small Group Tryout) 75.29/72.43 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 70/70 ที่กำหนดไว้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของศิริชัย จิรจิรัชชัย (2545:185) ศึกษาการพัฒนาชุดการเรียนรู้ วิชาวิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่อง อาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการหาประสิทธิภาพ แบบรายบุคคล (Individual Tryout) 60.41/64.50 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 60/60 ที่กำหนดไว้ ประสิทธิภาพ แบบรายกลุ่มย่อย (Small Group Tryout) 71.11/73.19 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 70/70 ที่กำหนดไว้ สำหรับ งานวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำชุดการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นมาหาประสิทธิภาพ ผลการวิจัย พบว่า ประสิทธิภาพแบบรายบุคคล (Individual Tryout) 64.00/66.66 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 60/60 ที่ได้กำหนดไว้ ประสิทธิภาพแบบรายกลุ่มย่อย (Small Group Tryout) 75.78/77.77 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 70/70 ที่ กำหนดไว้ และประสิทธิภาพแบบภาคสนาม (Filed Tryout) 83.61/82.12 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ 80/80 ที่ ได้กำหนดไว้ เนื่องจากนักเรียนมีความสนใจและได้ปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง ผ่านการตรวจสอบ จากอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะอย่างมี ขั้นตอนจึงทำให้ชุดการเรียนรู้ที่น่าสนใจและกระตุ้นให้นักเรียนอยากเรียนรู้และส่งเสริมให้นักเรียน ได้เป็นผู้ปฏิบัติกิจกรรม การเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของกุหลาบ หงส์ทอง (2546:167) และ สมพิศ กอบจิตติ (2548: 91) กล่าวว่าข้อดีของชุดการเรียนรู้ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ได้เร็ว ได้รับความสนใจทำให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นและได้ปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง ได้เรียนตามความสามารถและความสนใจของนักเรียนและสอดคล้องกับหลักทฤษฎีของ เพียเจต์ (Piaget,อ้างถึงในกุหลาบ หงส์ทอง 2546:90) ที่กล่าวว่า “ให้เด็กเป็นผู้แสวงหาความรู้ ค้นคว้าด้วย ตนเอง เปิดโอกาสให้เด็กเป็นกระตือรือร้นที่สุด”

3. ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจในการปฏิบัติกิจกรรมตามวัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้ ในแต่ละเรื่องได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้นักเรียนยังสามารถศึกษาค้นคว้าหาความรู้เรื่อง เพศศึกษา ที่เกี่ยวข้องกับตนเองด้วยความสนใจ มีความกระตือรือร้นและสนใจการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม สนุก กับที่ได้ศึกษาหาความรู้จากเหตุการณ์ ข่าวสารและกรณีศึกษา พร้อมทั้งได้ศึกษาหลังจากการทดลอง ใช้ชุดการเรียนรู้เสร็จสิ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 ทำให้นักเรียนได้ศึกษาหาความรู้ และศึกษาหาความรู้จากเหตุการณ์จากข่าวสาร และกรณีศึกษา ทำให้นักเรียนสนใจ กระตือรือร้นที่จะไปหาความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และ นำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริชัย จิรจิรัชชัย (2545 : ง) ผลการ ทดลองใช้ชุดการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่องอาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า ผู้เรียนส่วนใหญ่มีความสนใจ และกระตือรือร้นต่อการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม ตั้งใจปฏิบัติกิจกรรม กล้าซักถาม กล้าแสดงออก ร่วมกันแก้ปัญหา และร่วมมือกันในการทำกิจกรรมกลุ่มเป็นอย่างดี การ

ประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ยังสอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2542 ก : ไม่ปรากฏเลขหน้า) กล่าวว่าจัดการเรียนการสอนในยุคปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้พัฒนาเต็มศักยภาพ เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างหลากหลาย สนุกสนานและท้าทาย มีความมั่นใจ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนจากการเรียนการสอนแบบเดิมที่ครูเป็นผู้สอน ให้นักเรียนท่องจำ และเรียนอย่างเฉื่อยชา ไม่สามารถทำให้ผู้เรียนมีลักษณะที่เหมาะสมที่จะอยู่ในสังคมได้ จำเป็นต้องปรับแนวคิดวิธีการในการจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข สร้างสรรค์สังคมให้เจริญก้าวหน้าและคงสันติสุขได้

4. การประเมินและปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ พบว่านักเรียนมีความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังใช้ชุดการเรียนรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังการใช้ชุดการเรียนรู้ นักเรียนมีคะแนนสูงกว่าก่อนใช้ชุดการเรียนรู้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าชุดการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้เร็ว มีเนื้อหาที่ใกล้ตัวและเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของนักเรียน ความรู้ที่ได้นั้นมาจากการหาความรู้ด้วยตนเองจากชุดการเรียนรู้ และได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนอย่างมีความสุข สนุกกับการเรียน ทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์และประสบการณ์ตรง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อัมพร เต็มดี (2545 : บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง การอนุรักษ์แหล่งท่องเที่ยวในชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา อำเภอสวนผึ้ง จังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการอนุรักษ์แหล่งท่องเที่ยวในชุมชนก่อนและหลังเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้มีคะแนนสูงกว่าก่อนเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สัทธา สืบดา (2545 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการพัฒนาชุดการสอน เรื่อง ภัยพิบัติทางธรณีวิทยา โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจก่อนเรียนและหลังใช้ชุดการสอน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังใช้ชุดการสอนมีคะแนนสูงกว่าก่อนใช้ชุดการสอน นักเรียนมีความคิดเห็นต่อชุดการสอนอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า การเรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้มีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่จัดให้ผู้เรียนได้ศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง ผู้เรียนจึงมีความรู้สึกเป็นอิสระในการเรียนรู้ สามารถปฏิบัติกิจกรรมตามขั้นตอนตามความสามารถของตนเองจนบรรลุจุดประสงค์การเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนมีความสุขต่อการเรียนรู้ และในขณะเดียวกันการเรียนรู้เรื่องใกล้ตัวผู้เรียนช่วยให้เกิดการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น เพราะมีความสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้เรียนซึ่งสอดคล้องกับปรัชญา พิพัฒน์นิยม (อ้างถึงใน สมพิศ กอบจิตติ 2548 : 165) กล่าวว่าการศึกษาจะต้องพัฒนาผู้เรียนทุกด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา โดยจัดให้ผู้เรียนเรียนตามความสนใจ ความถนัดและคุณลักษณะของผู้เรียน สิ่งที่ยื่นควรเป็นประโยชน์สัมพันธ์สอดคล้องกับ

ชีวิตประจำวันและสังคมของผู้เรียนให้มากที่สุด บทบาทของครูในปรัชญานี้คือ เตรียม และแนะนำ ให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียน สนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้เข้าใจและเห็นจริงด้วยตนเอง ผู้เรียนจะ เกิดการเรียนรู้ได้ดีเมื่อได้ประสบการณ์ตรงและการทำงานร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับหลักการ ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ ของวัฒนาพร ระบุว่า (2541 : 11) ว่าการจัดประสบการณ์การ เรียนรู้แก่ผู้เรียนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เพื่อให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมการเรียน การสอนอย่างทั่วถึงและมากที่สุด การที่ผู้เรียนเป็นผู้กระทำ จะช่วยให้เกิดความพร้อมและ กระตือรือร้นที่จะเรียนอย่างมีชีวิตชีวา ยึดการค้นพบด้วยตนเองเป็นวิธีการสำคัญ เพราะทำให้ ผู้เรียนจดจำได้ดี และจากการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้เป็นราย ชุดพบว่า ชุดการเรียนรู้ชุดที่2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง มีค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่า ชุดการเรียนรู้ดังกล่าวจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยให้นักเรียนเรียนรู้จากการปฏิบัติ กิจกรรมจริง และเนื้อหาเป็นเรื่องเกี่ยวกับตนเอง และสื่อการเรียนรู้เป็นวิดิทัศน์ที่น่าสนใจเกี่ยวกับ อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ทำให้นักเรียนเกิดความสนใจ กระตือรือร้นที่จะเรียนรู้ มีทักษะและพฤติกรรม เจตคติที่ดีและเกิดการ เรียนรู้ที่ดีซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของกุหลาบ หงส์ทอง (2546:92) ที่กล่าวว่า การเรียนที่นักเรียน ต้องปฏิบัติเป็นประจำในชีวิตประจำวัน ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น และพบว่าผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนในเรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ต่ำที่สุดนั้น เป็นเพราะว่าเป็นเนื้อหาที่อาจยากเกินไปและเป็นเรื่องละเอียดอ่อนนักเรียนต้องคิดวิเคราะห์ทำให้ ยากแก่การเข้าใจ อีกทั้งระยะเวลาในการเรียนรู้น้อยเกินไปไม่เหมาะสมกับเนื้อหาที่มีมาก จึงทำให้ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าชุดการเรียนรู้เรื่องอื่น ๆ ในทำนองเดียวกันนักเรียนมีความคิดเห็นว่าการ เรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษามีประโยชน์ ช่วยให้กิจกรรมการเรียนการสอน การเรียนการสอน ที่มีประสิทธิภาพ เนื่องจากนักเรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นการเรียนที่ สร้างความรักความสามัคคีให้กับผู้เรียนด้วยการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม และสามารถนำเสนอที่ได้ ศึกษาหาความรู้ร่วมกันนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ เพราะเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับตนเองและ เกี่ยวข้องกับบุคคลรอบตัว ทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ และมีเจตคติที่ดี กับเรื่องเพศศึกษา มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับกรมวิชาการ (2544 : 14) ที่ว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ให้ความสำคัญ เป็นประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เรียน ผู้บริหารสถานศึกษา ครู ผู้ปกครอง พ่อแม่และผู้เกี่ยวข้องต้องช่วยกัน คิดสร้างสรรค์ จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเอง ค้นพบความรู้ด้วย ตนเอง เพื่อให้ผู้เรียนได้ใช้สติปัญญา ด้านการคิดวิเคราะห์ สร้างสรรค์ ตัดสินใจแก้ปัญหาและ สังเคราะห์เป็นสาระความรู้ที่มีความหมายต่อตนเอง รวมทั้งเกิดทักษะในการเรียนรู้ที่หลากหลายวิธี เช่นการค้นคว้า อภิปราย ลงมือปฏิบัติจริง ทั้งคนเดียวและเป็นกลุ่ม ก่อให้เกิดการเรียนรู้ การร่วมมือ

ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จากการศึกษาพฤติกรรมการเรียนการสอนด้วยการให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง ด้วยแบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่มและการประเมินผลงานนักเรียนที่ปฏิบัติตามสภาพจริง

ผลการประเมินผลงานนักเรียน จากการประเมินผลตามสภาพจริงจากการประเมินผลงานนักเรียนจำนวน 2 ชั้น ซึ่งเป็นผลงานกลุ่ม 1 ชั้น ได้แก่ การจัดทำหนังสือเล่มเล็ก เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ มีผลการประเมินอยู่ในระดับดี ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเป็นผลงานกลุ่ม ซึ่งในการเรียนรู้ในระบบกลุ่มมีการร่วมมือกันของสมาชิกภายในกลุ่มที่มีความรู้ความสามารถ ความถนัด และทักษะที่แตกต่างกัน เมื่อนำลักษณะเด่นของแต่ละคนมารวมกันจึงทำให้เกิดผลงานที่มีประสิทธิภาพ ส่วนผลงานรายบุคคล คนละ 1 ชั้น ได้แก่ แผ่นพับเรื่องโรคเอดส์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับดี โดยเกณฑ์การประเมินด้านความคิดสร้างสรรค์มีค่าคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเป็นการนำเอาความรู้ความเข้าใจความสามารถจากการเรียนรู้มาประยุกต์ใช้ เช่น นำคอมพิวเตอร์มาใช้ในการจัดทำผลงาน ไม่มีกระบวนการที่ซับซ้อน เป็นเพียงความรู้ความสามารถมานำเสนอในผลงาน ซึ่งนักเรียนมีประสบการณ์และทักษะอยู่แล้ว ส่วนเกณฑ์การประเมินที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือวิธีการนำเสนอผลงาน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนยังขาดความรู้ความเข้าใจในการนำเสนอผลงาน จึงขาดประสบการณ์และทักษะในการนำเสนอ ทั้งนี้การวัดผลประเมินผลตามสภาพจริงเป็นแนวทางการประเมินที่สอดคล้องและสนับสนุนการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ที่ว่า การวัดและประเมินผลต้องใช้วิธีการที่หลากหลาย เน้นการปฏิบัติให้สอดคล้องและเหมาะสมกับสาระการเรียนรู้ กระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน และสามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องควบคู่ไปในกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยประเมินความประพฤติ พฤติกรรม การเรียน การร่วมกิจกรรม และผลงานจากโครงการหรือแฟ้มสะสมผลงาน (กรมวิชาการ 2545 ค : 24) ซึ่งตรงกับการวัดและประเมินผลของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ที่กล่าวว่า การเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ ทักษะกระบวนการ คุณธรรมและค่านิยมที่ดีงาม มุ่งให้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ แสวงหาความรู้ มีการทำโครงการ/โครงการ มีการทำงานกลุ่ม และจัดทำแฟ้มสะสมงาน ดังนั้นการวัดประเมินผลการเรียนรู้จะเน้นผลการประเมินจากสภาพจริง อันเป็นการประเมินผลการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการค้นหาความสามารถที่แท้จริงของผู้เรียน อันเป็นแนวทางที่พัฒนาผู้เรียนได้เต็มศักยภาพ (กรมวิชาการ 2544 : 48)

ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ ทั้งนี้การหาความรู้ด้วยตนเองแทนการให้ความรู้โดยการบรรยายของครู

แต่ในขณะเดียวกันนักเรียนได้ปฏิบัติกิจกรรมตามขั้นตอนที่ครูวางแผนไว้ ทำให้นักเรียนรู้สึกกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลาในขณะที่เรียนทำให้ไม่รู้สึกเบื่อหน่ายต่อการเรียน ประกอบกับชุดการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ได้นำวีดิทัศน์ CD และเหตุการณ์และข่าวสารที่เกิดขึ้นจริงมาใช้ประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทำให้ได้รับความรู้ที่หลากหลาย นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงจากการเรียนรู้ มีประสบการณ์และเทคนิควิธีการที่แตกต่างไปจากการสอนของครูทำให้นักเรียนสนุกมีความสุขกับการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของหทัยรัตน์ อันติ (2544 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาชุดการเรียนรู้เพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา พบว่านักเรียนชอบเรียนจากการเรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ มีความสุขจากการทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายให้ค้นคว้าหาความรู้จากสถานที่จริงและบุคคลภายนอกมีอิสระเสรีในการคิด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริชัย จิรจิรังชัย (2545:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ วิชาวิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่อง อาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้พบว่า นักเรียนคิดว่าชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเข้าใจบทเรียนเร็วขึ้นและดีขึ้น ทำให้นักเรียนสนใจกระตือรือร้นต่อการเรียน และการใช้ชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการเรียนรู้และมีวินัยในตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อเรื่องเพศ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมการเรียนการสอนมีการสอดแทรกปลูกฝัง คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมและเจตคติที่ดีต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ฝึกให้นักเรียนวิเคราะห์ปัญหา ผลดี ผลเสีย ของพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ และการคบเพื่อนอย่างครอบคลุม

ผลการปรับปรุงแก้ไขชุดการเรียนรู้ ได้ปรับปรุงการใช้ภาษา ในคำชี้แจงและคำตั้งให้ง่ายต่อความเข้าใจ ปรับปรุงรูปภาพประกอบให้สอดคล้องระหว่างภาพกับเนื้อหา และใช้ภาพประกอบที่มีสีสันสวยงาม เพื่อสร้างความสนใจผู้เรียน ทั้งนี้เพื่อให้ชุดการเรียนรู้มีประสิทธิภาพและที่สำคัญคือทำให้นักเรียนได้รับประโยชน์และนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันจากการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มากที่สุด

ข้อเสนอแนะ

จากการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำชุดการเรียนรู้ไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งมีแนวคิดและข้อเสนอแนะดังนี้ต่อไปนี้คือ ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย และข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป มีรายละเอียดดังนี้

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

จากข้อค้นพบของการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการนำชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปใช้ดังต่อไปนี้

1. จากผลการวิจัย พบว่า ชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 ที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ และมีผลการเรียนรู้ของนักเรียน หลังการใช้ชุดการเรียนรู้มีคะแนนสูงกว่าก่อนเรียนโดยใช้ชุดการเรียนรู้ ดังนั้นครูผู้สอนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ควรนำชุดการเรียนรู้ไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพราะเป็นนวัตกรรมที่สามารถช่วยพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

2. จากผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีผลการเรียนรู้ เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ต่ำสุด ดังนั้นจึงควรมีการพัฒนาปรับปรุงแก้ไข กิจกรรมการเรียนรู้ ระยะเวลา สื่อ และการวัดผลประเมินผล เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ ให้สอดคล้องเหมาะสมกับผู้เรียนก่อนนำไปใช้ และควรควรให้คำแนะนำช่วยเหลือดูแลนักเรียนในขณะที่เรียนรู้อย่างใกล้ชิด

3. จากผลการวิจัย พบว่า ผลงานนักเรียนในเรื่องการนำเสนอผลงาน มีผลการประเมินต่ำที่สุด ดังนั้น ครูจึงควรให้ความรู้กับนักเรียนเกี่ยวกับเทคนิควิธีการนำเสนอผลงาน หรือการใช้ข้อมูลจากการเรียนรู้ในการนำเสนอผลงาน และทำความเข้าใจเกี่ยวกับเกณฑ์การประเมินผลงานให้นักเรียนทราบก่อนที่นักเรียนจะลงมือทำผลงาน เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจที่ตรงกัน

4. จากผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นต่อการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ที่น้อยที่สุด คือ ชุดการเรียนรู้เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ดังนั้นครูผู้สอนควรเพิ่มกิจกรรมที่จัดไว้ในชุดการเรียนรู้ที่นอกจากจะเน้นให้นักเรียนได้มีการฝึกปฏิบัติจริงแล้ว ควรให้นักเรียนได้ศึกษาหาความรู้จากแหล่งการเรียนรู้นอกโรงเรียน เช่น โรงพยาบาล สถานือนามัย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เป็นต้น ซึ่งจะทำให้ให้นักเรียนมีอิสระในการเรียนรู้

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

การพัฒนาชุดการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นแนวทางหนึ่งในการสนับสนุนการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญตามแนวการปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้ ดังนั้นในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมและทำการวิจัยในประเด็นต่อไปนี้

1. ควรมีการวิจัยเพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษาเรื่องอื่น ๆ เช่น พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง โดยนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

เช่น เชิญบุคลากรของโรงพยาบาล สถานีอนามัย กองอนามัยและสิ่งแวดล้อมมาให้ความรู้กับนักเรียนโดยตรง

2. ควรมีการวิจัยเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่จัดการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้กับการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น การจัดการเรียนรู้โดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) การจัดการเรียนรู้โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น หรือการจัดการเรียนรู้โดยใช้แหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น

3. ควรศึกษาวิจัยเพื่อสร้างสื่อการเรียนรู้ประเภทอื่น ๆ ด้วย เช่น บทเรียนสำเร็จรูป มัลติมีเดีย แบบเรียนคอมพิวเตอร์ หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ เป็นต้น เพื่อนำมาใช้ประกอบในชุดการเรียนรู้เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของนักเรียนให้มีผลการเรียนรู้ที่สูงขึ้น

4. ควรปรับเปลี่ยนเวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละชุดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับเนื้อหา เช่น ชุดการเรียนรู้ เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ จากเดิม 2 ชั่วโมง เป็น 3 ชั่วโมง

บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. กรมวิชาการ. การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. 2544.
- _____. สารและมาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์, 2545.
- _____. การสอนแบบสรรค์สร้างความรู้. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2546.
- _____. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. รายงานการสังเคราะห์รูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้ของครูต้นแบบ (ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ บริษัท ฮาซัน พรินต์ติ้ง จำกัด, 2547.
- กัลยา ต๊ะมะครุฑ. “การพัฒนาชุดการสอนนาฏศิลป์เบื้องต้น สำหรับครูสอนในโรงเรียนประถมศึกษา.” วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2542.
- กิดานันท์ มลิทอง. เทคโนโลยีทางการศึกษาร่วมสมัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- กุหลาบ หงส์ทอง. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชุมชน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2547.
- จันทสิน แก่นจันทร์. “การพัฒนาชุดการสอนที่มีประสิทธิภาพ วิชาคณิตศาสตร์ เรื่องบทประยุกต์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2546.
- จรัสโสม ชมพูมิ่ง. “การพัฒนาชุดการสอนภาษาไทย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 สำหรับนักเรียนชาวเขาเผ่ากระเหรี่ยง.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2546.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. ชุดการสอน [ออนไลน์] เข้าถึงเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2550 เข้าถึงได้จาก <http://www.nrru.ac.th/preelearning/rungrot/page10007.asp>
- _____. “กระบวนการสันนิเวทยาการและระบบสื่อการสอน.” ใน เอกสารการสอนชุดวิชาเทคโนโลยีและการสื่อสารการศึกษาหน่วยที่ 11 สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2533.

เจริญ สามารถ. “การพัฒนาชุดการสอนคณิตศาสตร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา.” วิทยานิพนธ์
ปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศิลปากร, 2544.

ณัชชา ถาวร. “การเปรียบเทียบการเรียนรู้เรื่องเพศของเด็กผ่านการสร้างสัญลักษณ์ทางเพศ
ในหนังสือการ์ตูนญี่ปุ่นกับแบบเรียนเพศศึกษา.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชา
สาขาวิชาวิจัยและสถิติการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545.

ณัฐนันท์ วิชัยรัมย์. “การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ของ
นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์.”
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2545.

นงลักษณ์ เอมประดิษฐ์ และคณะ. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเพศศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2546.

น้ำผึ้ง บุญวิชัย. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้โดยใช้แผนผังมโนทัศน์ เรื่องหน่วยของชีวิตและชีวิตพืช
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชา
หลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2547.

บุญเกื้อ ควรหาเวช. นวัตกรรมการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : เจริญวิทย์การพิมพ์, 2530.

_____. นวัตกรรมการศึกษา. กรุงเทพฯ : หจก.เอสอาร์ พรินติ้ง, 2543

_____. นวัตกรรมการศึกษา [ออนไลน์]. เข้าถึงเมื่อวันที่ 20 ตุลาคม 2550 เข้าถึงได้จาก
<http://senarak.tripod.com/package2.htm>

บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. การทดสอบแบบอิงเกณฑ์ : แนวคิดและวิธีการ. กรุงเทพฯ : โอเดียน
สโตร์, 2527.

พรพิมล บุญนิมิตร. “การสร้างชุดการสอน เรื่อง กฎหมายแพ่งน่ารู้สำหรับเยาวชน ใน รายวิชา
ส 043 กฎหมายน่ารู้ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.” วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต สาขาศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช,
2541.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

ภัลลภ อินทมาตร์. “การพัฒนาชุดการสอนรายวิชาวิทยาศาสตร์ ว 306 เรื่อง การขนส่งและการ
สื่อสาร.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2543.

- มยุรี ศรีมงคล. “ปัจจัยเกี่ยวกับการไม่ศึกษาต่อของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนบ้านแควมะกอก อำเภอฮอด จังหวัดเชียงใหม่.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาวิจัยและสถิติการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2541.
- มาเรียม นิลพันธุ์. **วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์**. นครปฐม : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2547.
- วัฒนาพร ระงับทุกข์. **แผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง**. กรุงเทพฯ. บริษัทแอล ที เพรส จำกัด, 2542.
- วริน ภูลิ้ม. “การสร้างชุดการสอนโดยเน้นกระบวนการแบบวัฏจักรการเรียนรู้ (4 MAT) เรื่องลักษณะทั่วไปของทวีปเอเชีย สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาสังคมศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.
- วันเพ็ญ มีคำแสน. “การพัฒนาชุดการสอนสื่อประสม เรื่องทวีปเอเชีย : ดินแดนแห่งความแตกต่าง.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2544.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. **พัฒนาหลักสูตรและการสอน – มิติใหม่**. พิมพ์ครั้งที่ 3 .กรุงเทพฯ : ธเนศวรการพิมพ์, 2525.
- ศุภรัตน์ ศรีสุชาติ. “การพัฒนาชุดการสอนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา วิชาสุขศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาหลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.
- ศิริชัย จิรจิรังชัย. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้วิชาวิทยาศาสตร์ ว 203 เรื่อง อาหาร สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2545.
- สุจิตตรา จรจิตร. “พฤติกรรมกรรมการอ่านและปัจจัยที่มีผลต่อการอ่านของนักศึกษาภาคใต้.” วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท สาขาวิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, 2541.
- สุชาติและวรรณิ โสมประยูร. **เพศศึกษา**. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2541.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. **แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (2540–2544)**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สำนักเลขาธิการสำนักนายกรัฐมนตรี, 2540.
- สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542**. กรุงเทพฯ : กระทรวงศึกษาธิการ, 2542.

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. **จุดประกายปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้**. ม.ป.ท., 2542.

สุทธิรักษ์ อ่อนจำปา. “การพัฒนาแผนการสอนและชุดการสอนที่มีประสิทธิภาพ เรื่องพุทธธรรม เพื่อชีวิตและสังคม วิชาพุทธศาสนา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5.”
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.

สัทธา สืบคา. “การพัฒนาชุดการสอนเรื่องจิตวิทยาพัฒนาการ โดยใช้ข้อมูลท้องถิ่น สำหรับ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตร
และการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2545.

สุวิทย์ มูลคำ. **กลยุทธ์การสอนคิดเชิงมโนทัศน์**. กรุงเทพฯ : บริษัทดวงกมลสมัย จำกัด, 2547.

สมพิศ กอบจิตติ. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง กฎหมายน่ารู้ในชีวิตประจำวัน โดยใช้ข้อมูล
ท้องถิ่นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต
สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2548.

เสาวะลี ผิวหนู. “การพัฒนาชุดการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรื่องสารเคมี สำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยี
ทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2547.

หทัยกาญจน์ เปรมใจสุข. “ผลการใช้ชุดการสอนอ่านเพื่อความเข้าใจด้วยการสอนโครงสร้างระดับ
ยอดสำหรับนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1.” ปริญญานิพนธ์
มหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545

หทัยรัตน์ อันดี. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้เพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นสำหรับนักเรียน
ประถมศึกษา.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2543.

องค์การแพธ (PATH). “**โครงการก้าวอย่างเข้าใจ คู่มือการจัดระบบการเรียนรู้ “เพศศึกษา”**
กรุงเทพฯ : องค์กรการพิมพ์, 2548.

อนุพงษ์ ขาวทมิ. “การสร้างชุดการสอนเรื่องนิเวศที่ควบคุมด้วยระบบรีเลย์.” ปริญญานิพนธ์
มหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545.

อภิชาติ บังคมเนตร. “การพัฒนาชุดการสอนการอ่านคำที่มีตัวสะกด สำหรับนักเรียนประถมศึกษา
ปีที่ 1.” ปริญญานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาการประถมศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่,
2540.

อัมพร เต็มดี. “การพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องการอนุรักษ์แหล่งท่องเที่ยวในชุมชน สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษา.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2545.

เอมอร จันทรเสวพัทธ์. “การพัฒนาแผนและชุดการสอนเรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
รายวิชาพระพุทธศาสนา ส 0112 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.” วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต
สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2547.

อำพัน คณะนาม. “การพัฒนาชุดการสอนเสริมความสามารถในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาการวิจัย
การศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2544.

Anderson, R.M. “Self Instruction a Method of Preparing Elementary School Social Studies
Teacher Trainees to Apply an Inductive Teaching Model.” **Dissertation Abstracts
International** 42,11 (May 1982) : 4795 – A.

Draheim, Barbara Jagod. Development of An Instructional Package for the Identification of At
Risk Hyperactivity In The School Setting [Online]. Accessed on 23 August 2003.
Available from <http://edtech.kku.ac.th/>

Giles, Margaret Hannah. “Learning Centers : Designs for Learning and Living.” **Dissertation
Abstracts International** 36,6 (December 1975) : 3383-A.

Good, C.V., ed. Dictionary of Education. New York : Mc Graw-Hill, 1973.

Kapter, M.B. Learning Packages in America Education. New Jersey : Educational Technology
Duplication, 1972.

Short, George Spencer. “Effect of a Supervised Occupation Experience Instructional Packet on
Vocational Agriculture.” **Dissertation Abstracts International** 42, 1 (May 1982) :
4692-A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ

1. นายดำรง สุวรรณศรี ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ
โรงเรียนบางลี่วิทยา อำเภอสองพี่น้อง
จังหวัด สุพรรณบุรี
2. นายวรกร หงส์โต ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ
โรงเรียนบางลี่วิทยา อำเภอสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี
3. นายสุธรรม เข้มสวัสดิ์ นักวิชาการสาธารณสุข ว .7
โรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราช องค์ที่ 17
อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบสอบถามความต้องการ
- แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ
- แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียน
- แบบทดสอบก่อนและหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา

**แบบสอบถามความคิดเห็น
(นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1)**

เรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ ขอบข่ายเนื้อหา สื่อการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผล การนำไปใช้ ของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อนำข้อมูลที่ได้ใช้ประกอบในการสร้างชุดการเรียนรู้ ผู้วิจัยจึงขอความอนุเคราะห์ให้นักเรียนตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง โดยแบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 4 ข้อ

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ จำนวน 5 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม จำนวน 1 ข้อ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถามทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในครั้งนี้

นางบังอร อาจิษฐ์

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

2. นักเรียนคิดว่าเรื่อง เพศศึกษา ที่ควรเรียนรู้มีเรื่องใดบ้าง
 - ☐ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและพัฒนาการทางเพศ
 - ☐ สุขอนามัยเจริญพันธุ์ของวัยรุ่น
 - ☐ พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคเพศสัมพันธ์
 - ☐ การป้องกันตนเองเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
 - ☐ ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
 - ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
3. นักเรียนคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีสื่อการเรียนรู้อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ☐ พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง
 - ☐ อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง
 - ☐ พฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
 - ☐ การคบเพื่อนและการผูกมิตร
 - ☐ ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
 - ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
4. นักเรียนคิดว่าควรนำชุดการเรียนรู้ไปใช้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ในลักษณะใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - ☐ เรียนรู้ด้วยตนเอง
 - ☐ เรียนรู้แบบกิจกรรมกลุ่ม
 - ☐ เรียนรู้จากผู้รู้ในชุมชน
 - ☐ เรียนรู้จากข่าวสารเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง
 - ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....
5. นักเรียนคิดว่าควรมีการวัดผลประเมินผลการเรียนรู้จากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้การเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา โดยวิธีใดบ้าง
 - ☐ ตรวจผลงาน
 - ☐ สัมภาษณ์
 - ☐ สังเกตการณ์ตอบคำถาม การร่วมอภิปรายซักถาม
 - ☐ สังเกตการณ์ทำงานกลุ่ม
 - ☐ การทำแบบฝึกหัด
 - ☐ การทำแบบทดสอบ
 - ☐ การจัดนิทรรศการ
 - ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

[illegible]

**แบบประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง
ของแบบสอบถาม**

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาว่าแบบสอบถามชุดนี้ มีความเหมาะสมและสอดคล้อง ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่องอเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หรือไม่ ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเขียนผลการพิจารณาโดยเขียนเครื่องหมาย /ลงในช่องคะแนนความคิดเห็นของแบบประเมินในแต่ละข้อ และให้ข้อเสนอเพิ่มเติมตามความคิดเห็นของท่าน

- + 1 หมายถึง แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง
 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง
 - 1 หมายถึง แน่ใจว่าไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้อง

ประเด็นการสอบถาม	คะแนน ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
	+1	0	- 1	
1. ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม				
2. นักเรียนคิดว่ารูปแบบของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีลักษณะอย่างไร				
3. นักเรียนคิดว่า เพศศึกษา ที่ควรเรียนรู้มีเรื่องใดบ้าง				
4. นักเรียนคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีสื่อการเรียนอะไรบ้าง				
5. นักเรียนคิดว่าควรนำชุดการเรียนรู้ไปใช้จัดกิจกรรมการเรียนในลักษณะใด				
6. นักเรียนคิดว่าควรมีการวัดผลประเมินผลการเรียนรู้จากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้การเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา โดยวิธีใดบ้าง				

แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็น

เรื่อง ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
(สำหรับผู้เชี่ยวชาญ ครูผู้สอนวิชาสุขศึกษา และผู้ปกครอง)

คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้เป็นแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ ขอบข่ายเนื้อหา สื่อการเรียนรู้ การวัดและการประเมินผล การนำไปใช้ ของชุดการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อนำข้อมูลที่ได้ใช้ประกอบในการพัฒนาชุดการเรียนรู้ ผู้วิจัยจึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดตอบตามความเป็นจริง โดยแบบสัมภาษณ์ฉบับนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน จำนวน 12 ข้อ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ จำนวน 6 ข้อ

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุดการเรียนรู้ จำนวน 6 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นอื่น ๆ จำนวน 1 ข้อ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในครั้งนี้

นางบังอร อาจิชัย

นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร



แบบสัมภาษณ์

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

1. เพศ.....
2. อายุ.....ปี
3. วุฒิการศึกษาสูงสุด.....
4. ตำแหน่งหน้าที่ปัจจุบัน.....
5. ประสบการณ์เกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ (การอบรม สัมมนา การจัดทำ
การประเมินชุดการเรียนรู้เรียนรู้.....

.....

.....

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาปีที่ 1

1. ท่านคิดว่ารูปแบบ/ลักษณะของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา รูปแบบใดที่เหมาะสมกับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

.....

.....

.....

2. ท่านคิดว่ารูปแบบของการจัดกิจกรรมในชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ที่เหมาะสมกับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

.....

.....

.....

3. ท่านคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีองค์ประกอบอะไรบ้าง

.....

.....

.....

4. ท่านคิดว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ในชุดการเรียนรู้ควรจะดำเนินการอย่างไร

.....

.....

.....

5. ท่านคิดว่าในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบใด

.....

.....

.....

6. ท่านคิดว่าการวัดผลประเมินผลในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

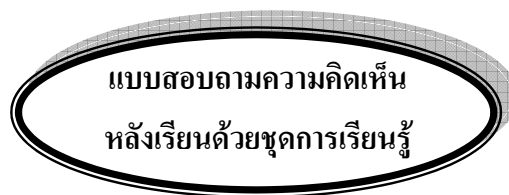
.....

**แบบประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง
ของแบบสัมภาษณ์**

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาว่าแบบสัมภาษณ์ชุดนี้ มีความเหมาะสมและสอดคล้อง ครอบคลุม เนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1 หรือไม่ ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเขียนผลการพิจารณา โดยเขียน เครื่องหมาย / ลงในช่องคะแนนความคิดเห็นของแบบประเมินในแต่ละข้อ และให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ตามความคิดเห็นของท่าน

- + 1 หมายถึง แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง
0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่ามีความเหมาะสมและสอดคล้อง
- 1 หมายถึง แน่ใจว่าไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้อง

ประเด็นการสอบถาม	คะแนน ความคิดเห็น			ข้อเสนอแนะ
	+1	0	- 1	
1. ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้รับการสัมภาษณ์				
2. ท่านคิดว่ารูปแบบ/ลักษณะของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา รูปแบบใดที่เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1				
3. ท่านคิดว่ารูปแบบของการจัดกิจกรรมในชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ที่เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1				
4. ท่านคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีองค์ประกอบอะไรบ้าง				
5. ท่านคิดว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ในชุดการเรียนรู้ควรจะดำเนินการอย่างไร				
6. ท่านคิดว่าในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบใด				
7. ท่านคิดว่าการวัดผลประเมินผลในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีลักษณะอย่างไร				



ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลทั่วไป

1. เพศ.....
2. อายุ.....

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของนักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

ข้อ	รายการ	ระดับความคิดเห็น		
		3	2	1
1	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิดความสนใจและกระตือรือร้นต่อการเรียน			
2	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้มีความสุขสนุกสนานในการเรียน			
3	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ได้รวดเร็วและดีขึ้น			
4	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนมีความรับผิดชอบในการเรียนรู้และมีระเบียบวินัยในตนเอง			
5	ชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้นักเรียนมีทักษะในการศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง			
6	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น			
7	การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้			
8	ชุดการเรียนรู้ช่วยสร้างบรรยากาศในการเรียนให้เป็นที่น่าพึงพอใจของนักเรียน			
9	สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น			
10.	ชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น			

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

.....

แบบทดสอบก่อนเรียน



แบบทดสอบฉบับนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย X ลงใน
กระดาษที่กำหนดให้

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนอธิบายคำตอบลงในกระดาษคำตอบที่กำหนดให้

1. การควบคุมพฤติกรรม และไม่ทำตามใจตนเองนั้น จัดเป็นพัฒนาการทางใด

ก. จิตใจ	ข. สังคม
ค. อารมณ์	ง.สติปัญญา
2. แหล่งสร้างตัวอสุจิ คือบริเวณใด

ก. องคชาติ	ข. ลูกอัณฑะ
ค. ต่อมลูกหมาก	ง. ต่อมสร้างน้ำเลี้ยงอสุจิ
3. ลักษณะการปล่อยไข่ออกมาจากรังไข่ทั้งสองข้างของผู้หญิง เป็นอย่างไร

ก. ปล่อยออกมาเดือนละใบสลับกัน	ข. ปล่อยออกมาสัปดาห์ละใบสลับกัน
ค. ปล่อยออกมาพร้อมกันทั้งสองข้าง ข้างละใบต่อสัปดาห์	ง. ปล่อยออกมาพร้อมกันทั้งสองข้าง ข้างละใบต่อเดือน
4. สิ่งที่ควบคุมการเจริญเติบโตและพัฒนาทางเพศ คืออะไร

ก. ต่อมไร้ท่อ	ข. สฮอร์โมนเพศ
ค. รังไข่และลูกอัณฑะ	ง. สารเคมีที่หลั่งออกมาจากสมอง
5. การปฏิบัติตนข้อใดที่เหมาะสมที่สุดกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ สังคมและ
พัฒนาการทางเพศ

ก. ปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลง	ข. หากิจกรรมทำเพื่อไม่ให้มีเวลาว่าง
ค. อ่านหนังสือประเภทที่ประเทืองปัญญา	ง. ระมัดระวังพยายามอย่าคิดให้เกิดอารมณ์ทางเพศ

6. ความหมายของคำว่า “อนามัยเจริญพันธุ์” ข้อใดสมบูรณ์มากที่สุด
 - ก. การพัฒนาการทางเพศอย่างสมบูรณ์
 - ข. การมีความสุขทางเพศทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
 - ค. ความมีศักยภาพในการให้กำเนิดและความมีอิสระในการให้กำเนิดบุตร
 - ง. ภาวะความสมบูรณ์ที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์และการดูแลอนามัยทางเพศของตนเอง
7. สิวเกิดจากอะไร
 - ก. ผิวหนัง
 - ข. ความสกปรก
 - ค. เลือดและน้ำเหลือง
 - ง. ต่อมไขมันใต้ผิวหนัง
8. เมื่อมีสิวก่เกิดขึ้นตามใบหน้าควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ปลอ่ยให้หายเอง
 - ข. ขัดหน้าด้วยสมุนไพร
 - ค. รับประทานยาแก้แอกเสบ
 - ง. ใช้มือที่สะอาดแคะสิว
9. ถ้ามีสิวขึ้นตามใบหน้ามากจนเกินไป และเกิดการอักเสบจนรู้สึกเจ็บปวด ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ไปพบแพทย์ที่รักษาโรคทั่วไป
 - ข. ไปพบแพทย์ที่รักษาโรคผิวหนัง
 - ค. ไปพบเภสักรผู้ที่เชี่ยวชาญเรื่องยา
 - ง. ปลอ่ยไว้ให้หายเอง แต่ต้องล้างหน้าด้วยสบู่บ่อย ๆ
10. ถ้าเป็นคนมีกลิ่นตัวพอสมควร ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ใช้ลูกกลิ้งระงับกลิ่นกาย
 - ข. ทำความสะอาดด้วยสบู่ก็พอ
 - ค. ใช้แป้งหอมทาบริเวณรักแร้หลังอาบน้ำ
 - ง. ควรไปปรึกษาแพทย์เพื่อรับการรักษา
11. ข้อควรปฏิบัติคนระหว่างมีประจำเดือน ข้อใดสำคัญที่สุด
 - ก. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
 - ข. รักษาความสะอาดช่องคลอดให้ดี
 - ค. ออกกำลังกายได้บ้างพอสมควร อย่าหักโหม
 - ง. ควรรับประทานยาแก้ปวดไว้ก่อน ไม่ว่าจะปวดท้องหรือไม่ก็ตาม

12. สิ่งที่มีอิทธิพลมากที่สุดที่ทำให้มีพัฒนาการทางเพศเกิดขึ้น คืออะไร
 - ก. สอรัโมนเพศ
 - ข. สภาพแวดล้อม
 - ค. การอบรมเลี้ยงดู
 - ง. การเจริญเติบโตทางร่างกาย
13. ข้อเสียของการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง คืออะไร
 - ก. ทำให้สติปัญญาเสื่อม
 - ข. อาจทำให้เป็นหมันได้
 - ค. อาจทำให้สมองพิการได้
 - ง. ทำให้หมกมุ่นเรื่องกามได้
14. สาเหตุที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ชายหรือหญิงมีพฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนเพศเดียวกัน คืออะไร
 - ก. การถูกกดขี่ทางเพศ
 - ข. ความผิดปกติของสอรัโมนเพศ
 - ค. การอบรมเลี้ยงดูจากบุคคลในครอบครัว
 - ง. การเลียนแบบบุคคลในฝันของตนเองที่เคยมีแฟนเพศเดียวกัน
15. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นข้อใดเป็นปัญหาสังคมมากที่สุด
 - ก. การเที่ยวกลางคืน
 - ข. การมีแฟนตั้งแต่อายุยังน้อย
 - ค. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
 - ง. การใช้ยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศกับเพศตรงข้าม
16. การคบเพื่อนมีความสำคัญหรือไม่ อย่างไร
 - ก. สำคัญ เพราะคนต้องมีเพื่อน
 - ข. สำคัญ เพราะจะทำให้อยู่สังคมได้ดี
 - ค. ไม่สำคัญ เพราะคนเราอยู่คนเดียวได้
 - ง. ไม่สำคัญ เพราะการมีเพื่อนมากก็มีเรื่องมาก
17. เพื่อนแบบใดดีที่สุด
 - ก. เพื่อนกิน
 - ข. เพื่อนเที่ยว
 - ค. เพื่อนสนิท
 - ง. เพื่อนแนะนำประโยชน์

18. Romantic Friendship คือเพื่อนแบบใด

- ก. แบบคู่รัก
- ข. แบบเพื่อนกิน
- ค. แบบเพื่อนเที่ยว
- ง. แบบเพื่อนต่างเพศ

19. ข้อใดจัดเป็นกัลยาณมิตรที่ชัดเจนที่สุด

- ก. เพื่อนที่รักกัน
- ข. เพื่อนที่ไปด้วยกัน
- ค. เพื่อนที่ช่วยเหลือกัน
- ง. เพื่อนที่เรียนอยู่ห้องเดียวกัน

20. การรู้จักให้อภัย ไม่โกรธ จัดเข้าในหลักธรรมข้อใด

- ก. ทาน
- ข. ปิยวาจา
- ค. อตถจริยา
- ง. สมนัตตตา

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน

ข้อ	คำตอบ
1	ก
2	ข
3	ก
4	ข
5	ก
6	ง
7	ง
8	ก
9	ข
10	ก
11	ข
12	ก
13	ง
14	ข
15	ค
16	ข
17	ง
18	ก
19	ค
20	ก

เฉลยคำตอบแบบทดสอบตอนที่ 2

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ในกระดาษคำตอบ

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ป้องกันได้หรือไม่ นักเรียนมีวิธีการป้องกันได้อย่างไร

ตอบ โรคเอดส์สามารถป้องกันได้ โดยมีวิธีการป้องกันได้ดังนี้

1. ไม่สำส่อนทางเพศหรือคู่นอนมากกว่า 1 คน
2. ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ใช่คู่นอนของตนเอง
3. ไม่ใช้ของร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะเข็มฉีดยา
4. ดูแลรักษาสุขอนามัยทางเพศอย่างสม่ำเสมอ
5. หมั่นออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน
6. ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

2. การคบเพื่อนมีข้อดีและข้อเสียต่อนักเรียนอย่างไร

ตอบ

ข้อดี

1. ให้ความช่วยเหลือ
2. ไว้พุดคุย
3. ปรึกษาปัญหาต่าง ๆ
4. เป็นเพื่อนปลอบใจยามมีความทุกข์
5. ให้ความรักและคลายความเหงา
6. ให้กำลังใจ

ข้อเสีย

1. ชักชวนไปทำสิ่งไม่ดี
2. ชอบมั่วสุม
3. ทำให้เสียชื่อเสียง
4. ขาดการยับยั้งชั่งใจในการกระทำ
5. ชอบขย่งส่งเสริมในทางที่ไม่ดี
6. เกิดความคลั่งคะนองกระทำในสิ่งที่ไม่ดี

แบบทดสอบหลังเรียน



คำชี้แจง

แบบทดสอบฉบับนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย X ลงใน
กระดาษที่กำหนดให้

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนอธิบายคำตอบลงในกระดาษคำตอบที่กำหนดให้

1. แหล่งสร้างตัวอสุจิ คือบริเวณใด

- ก. อองคชาติ
- ข. ลูกอัณฑะ
- ค. ต่อมลูกหมาก
- ง. ต่อมสร้างน้ำเลี้ยงอสุจิ

2. ลักษณะการปล่อยไข่ออกมาจากรังไข่ทั้งสองข้างของผู้หญิง เป็นอย่างไร

- ก. ปล่อยออกมาเดือนละใบสลับกัน
- ข. ปล่อยออกมาสัปดาห์ละใบสลับกัน
- ค. ปล่อยออกมาพร้อมกันทั้งสองข้างข้างละใบต่อสัปดาห์
- ง. ปล่อยออกมาพร้อมกันทั้งสองข้างข้างละใบต่อเดือน

3. การควบคุมพฤติกรรม และไม่ทำตามใจตนเองนั้น จัดเป็นพัฒนาการทางใด

- ก. จิตใจ
- ข. สังคม
- ค. อารมณ์
- ง. สติปัญญา

4. ความหมายของคำว่า “อนามัยเจริญพันธุ์” ข้อใดสมบูรณ์มากที่สุด

- ก. การพัฒนาการทางเพศอย่างสมบูรณ์
- ข. การมีความสุขทางเพศทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
- ค. ความมีศักยภาพในการให้กำเนิดและความมีอิสระในการให้กำเนิดบุตร
- ง. ภาวะความสมบูรณ์ที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์และการดูแลสุขภาพอนามัยทางเพศของตนเอง

5. สิ่งที่คุณควรเจริญเติบโตและพัฒนาทางเพศ คืออะไร
 - ก. ต่อมไร้ท่อ
 - ข. สอรัโมนเพศ
 - ค. รังไข่และลูกอัณฑะ
 - ง. สารเคมีที่หลั่งออกมาจากสมอง
6. สิวเกิดจากอะไร
 - ก. ผิวหนัง
 - ข. ความสกปรก
 - ค. เลือดและน้ำเหลือง
 - ง. ต่อมไขมันใต้ผิวหนัง
7. เมื่อมีสิวก่เกิดขึ้นตามใบหน้าควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ปลดปล่อยให้หายเอง
 - ข. ขัดหน้าด้วยสบู่นาไฟร
 - ค. รับประทานยาแก้แสบ
 - ง. ใช้มือที่สะอาดแตะสิว
8. ถ้ามีสิวก่ขึ้นตามใบหน้ามากจนเกินไป และเกิดการอักเสบจนรู้สึกเจ็บปวด ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ไปพบแพทย์ที่รักษาโรคทั่วไป
 - ข. ไปพบแพทย์ที่รักษาโรคผิวหนัง
 - ค. ไปพบเภสัชกรผู้ที่เชี่ยวชาญเรื่องยา
 - ง. ปลดปล่อยไว้ให้หายเอง แต่ต้องล้างหน้าด้วยสบู่บ่อย ๆ
9. ถ้าเป็นคนมีกลิ่นตัวพอสมควร ควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. ใช้ลูกกลิ้งระงับกลิ่นกาย
 - ข. ทำความสะอาดด้วยสบู่ก็พอ
 - ค. ใช้แป้งหอมทาบริเวณรักแร้หลังอาบน้ำ
 - ง. ควรไปปรึกษาแพทย์เพื่อรับการรักษา
10. การปฏิบัติตนข้อใดที่เหมาะสมที่สุดกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ
 - ก. ปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลง
 - ข. หากิจกรรมทำเพื่อไม่ให้มีเวลาว่าง
 - ค. อ่านหนังสือประเภทที่ประเทืองปัญญา
 - ง. ระมัดระวังพยายามอย่าคิดให้เกิดอารมณ์ทางเพศ

11. สิ่งที่มีอิทธิพลมากที่สุดที่ทำให้มีพัฒนาการทางเพศเกิดขึ้น คืออะไร
 - ก. สอร์โมนเพศ
 - ข. สภาพแวดล้อม
 - ค. การอบรมเลี้ยงดู
 - ง. การเจริญเติบโตทางร่างกาย
12. ข้อเสียของการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง คืออะไร
 - ก. ทำให้สติปัญญาเสื่อม
 - ข. อาจทำให้เป็นหมันได้
 - ค. อาจทำให้สมองพิการได้
 - ง. ทำให้หมกมุ่นเรื่องกามได้
13. ข้อควรปฏิบัติคนระหว่างมีประจำเดือน ข้อใดสำคัญที่สุด
 - ก. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
 - ข. รักษาความสะอาดช่องคลอดให้ดี
 - ค. ออกกำลังกายได้บ้างพอสมควร อย่าหักโหม
 - ง. ควรรับประทานยาแก้ปวดไว้ก่อน ไม่ว่าจะปวดท้องหรือไม่ก็ตาม
14. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นข้อใดเป็นปัญหาสังคมมากที่สุด
 - ก. การเที่ยวกลางคืน
 - ข. การมีแฟนตั้งแต่อายุยังน้อย
 - ค. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
 - ง. การใช้ยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศกับเพศตรงข้าม
15. การรู้จักให้อภัย ไม่โกรธ จัดเข้าในหลักธรรมข้อใด
 - ก. ทาน
 - ข. ปิยวาจา
 - ค. อตถจริยา
 - ง. สมานัตตตา
16. การคบเพื่อนมีความสำคัญหรือไม่ อย่างไร
 - ก. สำคัญ เพราะคนต้องมีเพื่อน
 - ข. สำคัญ เพราะจะทำให้อยู่สังคมได้ดี
 - ค. ไม่สำคัญ เพราะคนเราอยู่คนเดียวได้
 - ง. ไม่สำคัญ เพราะการมีเพื่อนมากก็มีเรื่องมาก

17. ข้อใดจัดเป็นกัลยาณมิตรที่ชัดเจนที่สุด

- ก. เพื่อนที่รักกัน
- ข. เพื่อนที่ไปด้วยกัน
- ค. เพื่อนที่ช่วยเหลือกัน
- ง. เพื่อนที่เรียนอยู่ห้องเดียวกัน

18. Romantic Friendship คือเพื่อนแบบใด

- ก. แบบคู่รัก
- ข. แบบเพื่อนกิน
- ค. แบบเพื่อนเที่ยว
- ง. แบบเพื่อนต่างเพศ

19. สาเหตุที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ชายหรือหญิงมีพฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนเพศเดียวกัน คืออะไร

- ก. การถูกกดขี่ทางเพศ
- ข. ความผิดปกติของฮอร์โมนเพศ
- ค. การอบรมเลี้ยงดูจากบุคคลในครอบครัว
- ง. การเลียนแบบบุคคลในฝันของตนเองที่เคยมีแฟนเพศเดียวกัน

20. เพื่อนแบบใดดีที่สุด

- ก. เพื่อนกิน
- ข. เพื่อนเที่ยว
- ค. เพื่อนสนิท
- ง. เพื่อนแนะนำประโยชน์

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ในกระดาษคำตอบ

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ป้องกันได้หรือไม่ นักเรียนมีวิธีการป้องกันได้อย่างไร

[illegible]

2. การคบเพื่อนมีข้อดีและข้อเสียต่อนักเรียนอย่างไร

[illegible]

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

ข้อ	คำตอบ
1	ก
2	ข
3	ก
4	ข
5	ก
6	ง
7	ง
8	ก
9	ข
10	ก
11	ข
12	ก
13	ง
14	ข
15	ค
16	ข
17	ง
18	ก
19	ค
20	ก

เฉลยคำตอบแบบทดสอบตอนที่ 2

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ในกระดาษคำตอบ

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ป้องกันได้หรือไม่ นักเรียนมีวิธีการป้องกันได้อย่างไร

ตอบ โรคเอดส์สามารถป้องกันได้ โดยมีวิธีการป้องกันได้ดังนี้

1. ไม่สำส่อนทางเพศหรือคู่นอนมากกว่า 1 คน
2. ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ใช่คู่นอนของตนเอง
3. ไม่ใช้ของร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะเข็มฉีดยา
4. ดูแลรักษาสุขอนามัยทางเพศอย่างสม่ำเสมอ
5. หมั่นออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน
6. ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

2. การคบเพื่อนมีข้อดีและข้อเสียต่อนักเรียนอย่างไร

ตอบ

ข้อดี

1. ให้ความช่วยเหลือ
2. ไว้พุดคุย
3. ปรึกษาปัญหาต่าง ๆ
4. เป็นเพื่อนปลอบใจยามมีความทุกข์
5. ให้ความรักและคลายความเหงา
6. ให้กำลังใจ

ข้อเสีย

1. ชักชวนไปทำสิ่งไม่ดี
2. ขอบมั่วสุม
3. ทำให้เสียชื่อเสียง
4. ขาดการยับยั้งชั่งใจในการกระทำ
5. ชอบขย่งส่งเสริมในทางที่ไม่ดี
6. เกิดความคึกคะนองกระทำในสิ่งที่ไม่ดี

ภาคผนวก ค
การวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ 33 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความสอดคล้องความคิดเห็นในการ
พัฒนาชุดการเรียนรู้ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิด เห็นของเชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของ ผู้ตอบแบบสอบถาม	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
2. นักเรียนคิดว่ารูปแบบของชุดการ เรียนรู้เรื่องเพศศึกษา ควรมีลักษณะ อย่างไร	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
3. นักเรียนคิดว่า เพศศึกษา ที่ควรเรียนรู้มี เรื่องใดบ้าง	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
4. นักเรียนคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษาควรมีสื่อการเรียนอะไรบ้าง	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
5. นักเรียนคิดว่าควรนำชุดการเรียนรู้ ไปใช้จัดกิจกรรมการเรียนในลักษณะ ใด	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
6. นักเรียนคิดว่าควรมีการวัดผล ประเมินผลการเรียนรู้จากการจัด กิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้ การเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษาโดยวิธี ใดบ้าง	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางที่ 34 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสัมภาษณ์ ครูผู้สอนสุขศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้าน
เนื้อหาเพศศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านชุดการเรียนรู้ และผู้ปกครอง

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. ข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้รับการ สัมภาษณ์	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 34 (ต่อ)

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
2. ท่านคิดว่ารูปแบบ/ลักษณะของชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา รูปแบบใดที่เหมาะสมกับนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
3. ท่านคิดว่ารูปแบบของการจัดกิจกรรมในชุดการ เรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ที่เหมาะสมกับนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
4. ท่านคิดว่าชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมี องค์ประกอบอะไรบ้าง	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
5. ท่านคิดว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ในชุดการเรียนรู้ควรดำเนินการอย่างไร	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
6. ท่านคิดว่าในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรใช้ รูปแบบการเรียนรู้แบบใด	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
7. ท่านคิดว่าการวัดผลประเมินผลในชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา ควรมีลักษณะอย่างไร	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 35 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินชุดการเรียนรู้

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ			ดัชนีความ สอดคล้อง IOC	ความหมาย
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
1. ความเหมาะสมและสอดคล้องของกลุ่มมือครู					
1.1 ความเหมาะสมและสอดคล้องของคำนำ	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
1.2 ความเหมาะสมและสอดคล้องของ วัตถุประสงค์	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
1.3 ความเหมาะสมของการออกแบบ แผนการจัดการเรียนรู้	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 35 (ต่อ)

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ			ดัชนีความ สอดคล้อง IOC	ความหมาย
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
1.4 ความเหมาะสมและสอดคล้องของ แผนการจัดการเรียนรู้	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
1.5 ความเหมาะสมและสอดคล้องของใบ ความรู้สำหรับครู	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
1.6 ความเหมาะสมและสอดคล้องของ - แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม - แบบประเมินผลงานนักเรียน	+1	0	+1	0.66	มีความ สอดคล้อง
2.2 ความเหมาะสมและสอดคล้องของ วัตถุประสงค์	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2.3 ความเหมาะสมและสอดคล้องของคำ ชี้แจง	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2.4 ความเหมาะสมและสอดคล้องของใบ ความรู้สำหรับนักเรียน	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2.5 ความเหมาะสมและสอดคล้องของใบ งานสำหรับนักเรียน	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2.6 ความเหมาะสมและสอดคล้องของสื่อ ประกอบการสอน	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2.7 ความเหมาะสมและสอดคล้องด้าน เนื้อหาสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	+1	+1	0	0.80	มีความ สอดคล้อง
2.8 ความเหมาะสมและสอดคล้องของ แบบทดสอบหลังเรียน	+1	+1	+1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 36 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินแผนการจัดการเรียนรู้

ประเด็นการสอบถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง 1.1 สอดคล้องกับเนื้อหา 1.2 มีความชัดเจนนำไปวัดพฤติกรรมได้	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2. สารการเรียนรู้ 2.1 ตรงตามหลักสูตร 2.2 สอดคล้องกับผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง 2.3 ใ้ความรู้สอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ 2.4 ใ้งานสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ 2.5 ความเหมาะสมกับเวลา	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
3. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 3.1 กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้อง กับผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง 3.2 ใ้งานสอดคล้องกับผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง 3.3 ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมเหมาะสม	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
4. สื่อการเรียนรู้ 4.1 เหมาะสมกับสาระการเรียนรู้ 4.2 มีความสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้ 4.3 มีความเหมาะสมกับผู้เรียน 4.4 รูปแบบน่าสนใจ	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
5. การวัดผลประเมินผล 5.1 วิธีการวัดผลประเมินผลสอดคล้องกับผลการ เรียนรู้ที่คาดหวัง 5.2 เครื่องมือวัดผลประเมินผลสอดคล้องกับผลการ เรียนรู้ที่คาดหวัง 5.3 เครื่องมือวัดผลมีความชัดเจนทำให้นักเรียน บรรลุวัตถุประสงค์	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 37 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินแบบสอบถามความคิดเห็นของ
นักเรียนหลังเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

ข้อคำถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิด ความสนใจและกระตือรือร้นต่อการเรียน	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
2. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้มีความสุขสนุก ในการเรียน	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
3. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเกิดการ เรียนรู้ได้รวดเร็วและดีขึ้น	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
4. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียน มีความรับผิดชอบในการเรียนรู้และมีระเบียบวินัย ในตนเอง	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
5. ชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้นักเรียน มีทักษะในการศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
6. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนเกิด ความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
7. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ทำให้นักเรียนได้รับ ประสบการณ์ตรงและสามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
8. ชุดการเรียนรู้ช่วยสร้างบรรยากาศในการเรียนให้ เป็นที่น่าพึงพอใจของนักเรียน	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
9. สื่อและอุปกรณ์ในชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียน เข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง
10. ชุดการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนเรียนรู้การทำงาน ร่วมกับผู้อื่น	1	1	1	1.00	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 38 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินแบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ข้อคำถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. มีการปรึกษากันก่อนทำงาน	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
2. มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
3. มีการปฏิบัติตามขั้นตอน	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
4. ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
5. มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
6. จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางที่ 39 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่ได้จากการประเมินผลงานนักเรียน

ข้อคำถาม	คะแนนความคิด ของผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	1	2	3		
1. ผลงานมีความถูกต้องของเนื้อหา	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
2. ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
3. ผลงานมีวิธีการนำเสนอที่ดี	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
4. ผลงานได้รับการยอมรับ	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง
5. ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้	1	1	1	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางที่ 40 ผลการวิเคราะห์ค่าความยากง่าย (p) และค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบทดสอบก่อนเรียน

ข้อที่	ค่า p	ค่า r	IOC	ข้อที่	ค่า p	ค่า r	IOC
1	0.50	0.42	1	11	0.58	0.50	1
2	0.47	0.33	1	12	0.47	0.42	1
3	0.53	0.50	1	13	0.64	0.33	1
4	0.61	0.50	1	14	0.39	0.33	1
5	0.36	0.42	1	15	0.44	0.33	1

ตารางที่ 40 (ต่อ)

ข้อที่	ค่า p	ค่า r	IOC	ข้อที่	ค่า p	ค่า r	IOC
5	0.36	0.42	1	15	0.44	0.33	1
6	0.58	0.50	1	16	0.53	0.42	1
7	0.50	0.33	1	17	0.78	0.42	1
8	0.56	0.42	1	18	0.31	0.33	1
9	0.72	0.33	1	19	0.50	0.58	1
10	0.42	0.25	1	20	0.31	0.67	1

ตารางที่ 41 ผลการวิเคราะห์ค่าความยากง่าย (p) และค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบทดสอบ

หลังเรียน

ข้อที่	ค่า p	ค่า r	ข้อที่	ค่า p	ค่า r
1	0.87	0.27	11	0.43	0.42
2	0.73	0.50	12	0.73	0.33
3	0.50	0.42	13	0.47	0.25
4	0.30	0.33	14	0.53	0.33
5	0.40	0.33	15	0.61	0.33
6	0.63	0.33	16	0.36	0.42
7	0.43	0.42	17	0.58	0.42
8	0.50	0.42	18	0.50	0.33
9	0.40	0.33	19	0.56	0.58
10	0.60	0.47	20	0.72	0.67

ตารางที่ 42 ผลการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

เลขที่	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	18	26	324	676	468
2	15	20	225	400	300
3	16	21	256	441	336
4	13	23	169	529	299
5	19	25	361	625	475

ตารางที่ 42 (ต่อ)

เลขที่	X	Y	X^2	Y^2	XY
6	21	28	441	784	588
7	12	19	144	361	228
8	19	28	361	784	532
9	19	25	361	625	475
10	22	29	484	841	638
11	19	21	361	441	399
12	18	24	324	576	432
13	20	27	400	729	540
14	18	23	324	529	414
15	17	25	289	625	425
16	16	22	256	484	352
17	21	26	441	676	546
18	16	23	256	529	368
19	17	22	289	484	374
20	20	28	400	784	560
21	13	21	169	441	273
22	21	27	441	729	567
23	15	22	225	484	330
24	12	21	144	441	252
25	20	26	400	676	520
26	15	18	225	324	270
27	17	21	289	441	357
28	19	23	361	529	437
29	20	27	400	729	540
30	18	25	324	625	450
รวม	$\Sigma X = 526$	$\Sigma Y = 716$	$\Sigma X^2 = 9,444$	$\Sigma Y^2 = 17,342$	$\Sigma XY = 12,745$

จากตารางที่ 42 นำมาคำนวณหาความเชื่อมั่น โดยสูตร หาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α – Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach)

$$\begin{aligned}
 r_{tt} &= \frac{N\Sigma XY - \Sigma X\Sigma Y}{\sqrt{[N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}} \\
 &= \frac{30(12,745) - (526)(716)}{\sqrt{(30(9,444) - (526)^2)(30(17,342) - (716)^2)}} \\
 &= \frac{382,350 - 376,616}{\sqrt{(283,320 - 276,676)(520,260 - 512,656)}} \\
 &= \frac{5,734}{\sqrt{(6,644)(7,604)}} \\
 &= \frac{5,734}{\sqrt{50,520,976}} \\
 &= \frac{5,734}{7,107.81}
 \end{aligned}$$

$$r_{tt} = 0.81$$

ตารางที่ 43 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบรายบุคคล (Individual Tryout)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1 10 คะแนน	ชุดที่ 2 10 คะแนน	ชุดที่ 3 10 คะแนน	ชุดที่ 4 10 คะแนน	ชุดที่ 5 10 คะแนน		
1	7	8	6	7	8	36	23
2	6	6	7	7	6	32	19
3	6	5	5	6	6	28	18
รวม						$\Sigma X = 96$	$\Sigma Y = 60$

$$E_1 = 64.00 \quad E_2 = 66.66$$

ตารางที่ 44 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อย (Small Group Tryout)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
1	8	7	8	7	9	39	29
2	8	10	8	8	7	41	28
3	6	9	9	10	9	43	27
4	7	7	8	8	7	37	22
5	7	7	7	7	9	37	23
6	8	8	7	7	10	40	24
7	6	7	6	7	8	34	18
8	6	7	8	7	7	35	19
9	6	6	8	8	7	35	20
รวม						$\Sigma X = 341$	$\Sigma Y = 210$

$$E_1 = 75.78 \quad E_2 = 77.77$$

ตารางที่ 45 ค่าประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้แบบภาคสนาม (Field Tryout)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
1	8	8	8	9	8	41	26
2	6	8	7	7	8	36	20
3	7	8	7	7	8	37	21
4	8	8	6	7	7	36	23
5	7	9	6	8	8	38	25
6	6	8	6	6	9	39	28
7	6	8	7	6	5	37	19

ตารางที่ 45 (ต่อ)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1 10 คะแนน	ชุดที่ 2 10 คะแนน	ชุดที่ 3 10 คะแนน	ชุดที่ 4 10 คะแนน	ชุดที่ 5 10 คะแนน		
8	10	9	9	10	10	48	28
9	8	9	8	10	7	42	25
10	10	10	10	9	9	48	29
11	10	8	9	8	9	44	23
12	7	8	6	8	8	37	28
13	8	7	8	9	8	40	27
14	8	7	9	9	8	41	26
15	9	9	8	9	9	44	29
16	8	9	8	8	9	41	27
17	7	7	8	8	8	47	29
18	9	7	10	8	8	42	23
19	8	7	10	9	7	41	22
20	9	7	8	6	6	46	28
21	8	8	8	10	7	41	21
22	6	8	9	8	9	45	27
23	9	8	7	8	6	38	22
24	8	8	8	7	9	40	21
25	10	8	9	8	10	45	26
26	8	7	9	8	8	40	18
27	9	8	7	8	8	40	21
28	10	8	8	9	9	44	23
29	6	5	7	7	7	47	27
30	5	6	7	6	9	43	25
31	7	8	8	8	7	38	22
32	6	7	8	8	8	38	24

ตารางที่ 45 (ต่อ)

นักเรียน	คะแนนแบบทดสอบ					รวม 50	คะแนน ทดสอบ หลังเรียน 30 คะแนน
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	ชุดที่ 5		
	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน	10 คะแนน		
33	6	8	9	9	7	45	23
34	7	8	7	6	8	44	25
35	10	9	9	10	9	47	29
36	9	9	9	9	9	45	27
รวม	261	271	269	273	258	1,505	887
ร้อยละ	72.50	75.28	74.72	75.83	71.67	83.61	82.13
$\bar{X}$	7.25	7.53	7.47	7.58	7.17	41.00	25
S.D.	1.27	0.94	1.21	1.20	1.23	3.61	3.12

$$E_1 = 83.61 \quad E_2 = 82.13$$

ตารางที่ 46 ผลคะแนนการทดสอบก่อน-หลังการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้

กลุ่มที่	ความถูกต้อง ของเนื้อหา 4 คะแนน	ความคิด สร้างสรรค์ 4 คะแนน	วิธีการ นำเสนอ 4 คะแนน	การยอมรับ ผลงาน 4 คะแนน	การนำไปใช้ ประโยชน์ 4 คะแนน	รวม 30 คะแนน	ระดับ คุณภาพ
1	3	2	2	3	3	25	
2	3	3	2	4	3	28	
3	4	3	2	3	3	24	
4	3	2	3	2	4	27	
5	2	2	2	3	2	23	
6	3	3	2	2	3	29	
รวม	18	15	13	17	18	156	
$\bar{X}$	3.00	2.50	2.16	2.83	3.00	26.00	
S.D.	0.63	0.55	0.41	0.75	0.63	2.37	
ลำดับที่	1	4	5	3	1	-	

ตารางที่ 47 ผลคะแนนการทดสอบความรู้ความเข้าใจก่อน-หลังการใช้ชุดการเรียนรู้

เลขที่	คะแนน ก่อน เรียน	คะแนน หลัง เรียน	D	D ²	เลขที่	คะแนน ก่อน เรียน	คะแนน หลัง เรียน	D	D ²
1	18	26	8	64	21	13	21	8	64
2	15	20	5	25	22	21	27	6	36
3	16	21	5	25	23	15	22	7	49
4	13	23	10	100	24	12	21	9	81
5	19	25	6	36	25	20	26	6	36
6	21	28	7	49	26	15	18	3	9
7	12	19	7	49	27	17	21	4	16
8	19	28	9	81	28	19	23	4	16
9	19	25	6	36	29	20	27	7	49
10	22	29	7	49	30	18	25	7	49
11	19	21	2	4	31	14	22	8	64
12	18	24	6	36	32	15	24	9	81
13	20	27	7	49	33	16	23	7	49
14	18	23	5	25	34	19	25	6	36
15	17	25	8	64	35	17	29	12	144
16	16	22	4	16	36	20	27	7	49
17	21	26	5	25	รวม	627	866	237	1,699
18	16	23	7	49	$\bar{X}$	17.42	24.06	-	-
19	17	22	5	25	S.D.	2.68	2.90	-	-
20	20	28	8	64	$\bar{X} \%$	58.06	80.19	-	-

จากตารางที่ 47

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

$$t = \frac{237}{\sqrt{\frac{(36 \times 1,699) - (237)^2}{36 - 1}}}$$

$$t = \frac{237}{\sqrt{\frac{61,164 - 56,169}{35}}}$$

$$t = \frac{237}{\sqrt{\frac{4,995}{35}}}$$

$$t = \frac{237}{11.94}$$

$$t = 19.84$$

ตารางที่ 48 ผลการประเมินหนังสือเล่มเล็กก่อนมัธยมศึกษาพื้นฐานและการดูแลตนเอง

กลุ่มที่	ความ ถูกต้องของ เนื้อหา (4 คะแนน)	ความคิด สร้างสรรค์ (4 คะแนน)	วิธีการ นำเสนอ (4 คะแนน)	การยอมรับ ผลงาน (4 คะแนน)	การ นำไปใช้/ ประโยชน์ (4 คะแนน)	รวม 20 คะแนน	ระดับ คุณภาพ
1	3	3	1	2	2	11	พอใช้
2	3	2	1	2	2	10	พอใช้
3	3	3	2	4	2	14	ดี
4	4	4	2	3	3	16	ดีมาก
5	3	4	2	3	3	15	ดี
6	3	4	1	2	2	12	ดี
รวม	19	20	9	16	11	78	-
$\bar{X}$	3.16	3.33	1.50	2.66	1.83	13.00	-
S.D.	0.41	0.82	0.55	0.82	0.52	2.37	-
ลำดับที่	2	1	5	3	4	-	-

ตารางที่ 49 ผลการประเมินผ่านพบโรคเอดส์

คนที่	ความถูกต้องของ เนื้อหา 4 คะแนน	ความคิด สร้างสรรค์ 4 คะแนน	วิธีการ นำเสนอ 4 คะแนน	การยอมรับ ผลงาน 4 คะแนน	การนำไปใช้ ประโยชน์ 4 คะแนน	รวม 20 คะแนน	ระดับคุณภาพ
1	3	3	2	3	3	14	ดี
2	3	3	2	3	2	13	ดี
3	3	3	2	3	3	14	ดี
4	4	3	2	3	2	14	ดี
5	4	4	2	2	3	15	ดีมาก
6	3	4	2	3	2	14	ดี
7	3	3	2	3	3	14	ดี
8	3	3	2	3	2	13	ดี
9	3	3	2	3	3	14	ดี
10	4	3	2	3	2	14	ดี
11	4	4	2	2	3	15	ดีมาก
12	3	4	2	3	2	14	ดี
13	3	3	2	3	3	14	ดี
14	3	3	2	3	2	13	ดี
15	3	3	2	3	3	14	ดี
16	4	3	2	3	2	14	ดี
17	4	4	2	2	3	15	ดีมาก
18	3	4	2	3	2	14	ดี
19	3	3	2	3	3	14	ดี
20	3	3	2	3	2	13	ดี
21	3	3	2	3	3	14	ดี
22	4	3	2	3	2	14	ดี
23	4	4	2	2	3	15	ดีมาก
24	3	4	2	3	2	14	ดี
25	3	4	2	3	2	14	ดี
26	3	3	2	3	2	13	ดี
27	3	3	2	3	3	14	ดี
28	3	3	2	3	3	14	ดี

ตารางที่ 49 (ต่อ)

คนที่	ความถูกต้องของ เนื้อหา 4 คะแนน	ความคิด สร้างสรรค์ 4 คะแนน	วิธีการ นำเสนอ 4 คะแนน	การยอมรับ ผลงาน 4 คะแนน	การนำไปใช้ ประโยชน์ 4 คะแนน	รวม 20 คะแนน	ระดับคุณภาพ
29	3	3	2	3	2	13	ดี
30	3	3	2	3	3	14	ดี
31	4	3	2	3	2	14	ดี
32	4	4	2	2	3	15	ดีมาก
33	3	4	2	3	2	14	ดี
34	3	3	2	3	3	14	ดี
35	3	3	2	3	2	13	ดี
36	3	3	2	3	3	14	ดี
รวม	118	119	72	103	90	502	-
$\bar{X}$	3.28	3.31	2.00	2.86	2.50	13.94	ดี
S.D	81.94	82.64	50.00	71.53	62.50	69.72	-
ลำดับที่	2	1	5	3	4	-	-

ตารางที่ 50 ผลการวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std.Deviation	Std.Error Mean
Pair 1 ก่อน	17.42	36	2.677	.446
หลัง	24.06	36	2.898	.483

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 ก่อน & หลัง	36	.759	.000

ตารางที่ 50 (ต่อ)

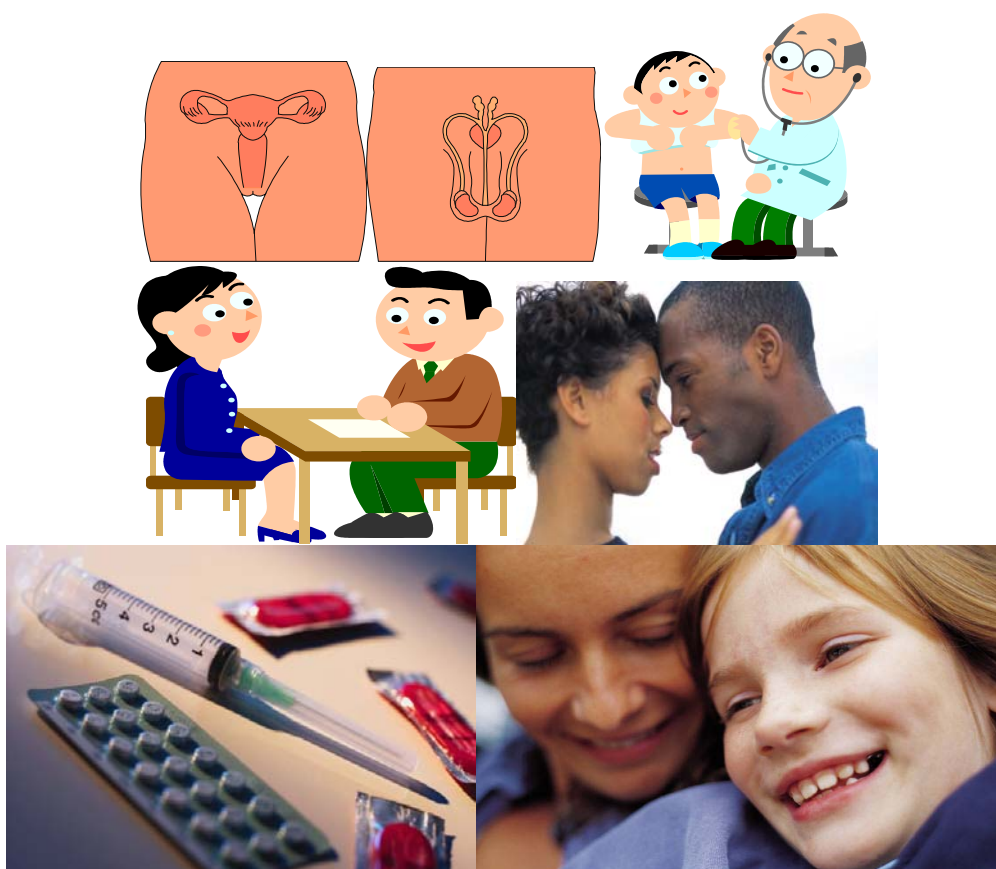
Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 ก่อน-หลัง	-6.64	1.944	.324	-7.30	-5.98	-20.488	35	.000

ภาคผนวก ง

คู่มือประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้และชุดการเรียนรู้

คู่มือครู
 ประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้
 เรื่องเพศศึกษา
 สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



โดย
 นางบังอร อัจฉริยะ
 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางดี (พานิชอุทิศ)
 สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง

คำนำ

ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งเนื้อหาที่ศึกษาเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวผู้เรียน และเกี่ยวข้องกับผู้เรียน โดยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยการตนเอง เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความรู้จากประสบการณ์ตรง

ด้วยเหตุดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้จัดทำชุดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งประกอบด้วยชุดการเรียนรู้ทั้งหมด 5 ชุด คือ

ชุดการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

ชุดการเรียนรู้ที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

ชุดการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

ชุดการเรียนรู้ที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร

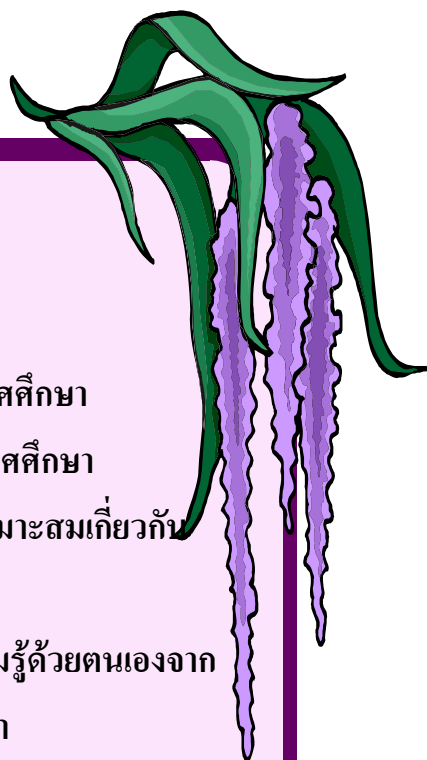
ชุดการเรียนรู้ที่ 5 การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหา สื่อ ตลอดจนข้อมูลต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ในชุดการเรียนรู้นี้ จะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและครู ในการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้เป็นอย่างดี

บังอร อาจิชัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เรื่อง เพศศึกษา
2. เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ดี เกี่ยวกับ เรื่อง เพศศึกษา
3. เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีการปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมเกี่ยวกับเรื่องเพศ
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองจากการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา



ส่วนประกอบของชุดการเรียนรู้

1. คู่มือครู ประกอบด้วย

- 1.1 คำนำ
- 1.2 วัตถุประสงค์
- 1.3 การออกแบบการเรียนรู้
- 1.4 คำชี้แจงประกอบการใช้ชุดการเรียนรู้
- 1.5 แผนการจัดการเรียนรู้
- 1.6 ใบความรู้สำหรับครู
- 1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน
- 1.8 แบบประเมินผลงานนักเรียน

2. นักเรียน ประกอบด้วย

- 2.1 คำนำ
- 2.2 วัตถุประสงค์
- 2.3 คำชี้แจงสำหรับนักเรียน
- 2.4 บทบาทของนักเรียน
- 2.5 ใบความรู้
- 2.6 ใบงาน
- 2.7 เฉลย/แนวการตอบใบงาน
- 2.8 แบบทดสอบหลังเรียน
- 2.9 เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

คู่มือสำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 1
เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

คำชี้แจง

- ดั่งนี้
1. ครูผู้สอนเตรียมเอกสารและวัสดุอุปกรณ์ก่อนทบทวนการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ชุดที่ 1
 - 1.1 แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง จำนวน 1 ชุด
 - 1.2 คู่มือนักเรียน จำนวน 6 ชุด
 - 1.3 กระดาษคำตอบแบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.4 แบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.5 เครื่องเล่นและแผ่น CD ROM จำนวน 1 ชุด
 2. บทบาทและหน้าที่ของครูผู้สอน
 - 2.1 ครูศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 1 อย่างละเอียด โดยศึกษาคู่มือสำหรับครู คู่มือสำหรับนักเรียน
 - 2.2 สำหรับการสอนครั้งแรกครูจำเป็นต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้
 - 2.3 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนของชุดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้
 - 2.4 ครูควรเป็นผู้ให้คำแนะนำและเป็นที่ปรึกษาของนักเรียนขณะที่นักเรียนดำเนินกิจกรรม
 - 2.5 หลังการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังใช้ชุดการเรียนรู้แต่ละชุด
 - 2.6 ในกรณีที่นักเรียนขาดเรียน ครูควรให้นักเรียนที่ขาดเรียนเป็นรายบุคคลจากชุดการเรียนรู้
 - 2.7 นักเรียนที่ไม่ผ่านการประเมินผลหลังเรียน ต้องทำกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่

แผนการจัดการเรียนรู้ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระที่ 2 ชีวิตครอบครัว

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ชีวิตครอบครัว

เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมนั้น มีผลและมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศอย่างมาก ดังนั้น วัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงจึงควรจะต้องเรียนรู้เพื่อให้เกิดความเข้าใจถึงภาวะการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ของร่างกาย เพื่อจะได้นำความรู้ความเข้าใจไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ดี ไม่เกิดปัญหา อันจะส่งผลถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของตนเองด้วย

2. มาตรฐานการเรียนรู้ พ.1.1

3. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้และเข้าใจพัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น
2. รู้และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมกับพัฒนาการทางเพศ
3. รู้วิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ

5. สาระการเรียนรู้

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น
2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ของวัยรุ่น

3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมของวัยรุ่น
4. พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น
5. การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาร่างกายของวัยรุ่น

6. กระบวนการจัดการเรียนรู้

6.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นำเข้าสู่บทเรียนด้วยคำถาม จากประสบการณ์ของนักเรียนคิดว่าตัวนักเรียนเองมีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง แล้วอภิปรายซักถามความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของนักเรียน

2. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ
3. นักเรียนดูสื่อ CD – ROM เรื่อง “แตกเนื้อสาว เข้าวัยหนุ่ม”
4. ครูชี้แจงวิธีการเรียนรู้

6.2 ขั้นเรียนรู้

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 6 คน (โดยพิจารณาความสามารถ เก่ง ปานกลาง อ่อน) เมื่อเสร็จแล้วให้เลือกประธาน รองประธานและเลขานุการ แบ่งหน้าที่ แล้วปฏิบัติตามใบงานที่กำหนดในชุดการเรียนรู้

2. แจกชุดการเรียนรู้ชุดที่ 1 เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง
3. นักเรียนศึกษาชุดการเรียนรู้ โดยศึกษาคำชี้แจง จุดประสงค์การเรียนรู้ ใบความรู้ ใบงาน ซึ่งหากนักเรียนเกิดความสงสัยไม่เข้าใจให้ถามครู
4. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามแผนในชุดการเรียนรู้ โดยครูคอยสังเกตการณ์ ดำเนินกิจกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่มและคอยให้คำปรึกษาแนะนำ

6.3 ขั้นสรุป

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลการเรียนรู้จากกิจกรรม
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง
3. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

7. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

7.1 สื่อ

1. ชุดการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

2. ใบความรู้ที่ 1 “การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น”
3. ใบความรู้ที่ 2 “การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ สังคม และสติปัญญา”
4. ใบงานที่ 1 เรื่อง พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น
5. ใบงานที่ 2 เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม กับพัฒนาการทางเพศ
6. ใบงานที่ 3 เรื่อง ความรักในวัยเรียน
7. ใบงานที่ 4 เรื่อง พัฒนาการทางเพศกับการปฏิบัติตน
8. แบบทดสอบหลังการเรียนรู้ จำนวน 10 ข้อ
9. หนังสือเรียนสุขศึกษา ม.1
10. แผ่น CD – ROM เรื่อง “แตกเนื้อสาว - เข้าวัยหนุ่ม”

7.2 แหล่งการเรียนรู้

1. <http://www.teenpath.net/teennature/Content.asp?Sub=5 & 1D=1103>
2. <http://sex.sanook.com>

8. การวัดและประเมินผล

8.1 วิธีการวัด

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. การตรวจผลงาน (ใบงาน)
3. การทดสอบนักเรียน

8.2 เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
2. แบบประเมินผลงานนักเรียน
3. แบบทดสอบ

8.3 เกณฑ์การประเมินผล

1. ได้คะแนนจากการตรวจใบงานที่ 1-3 ได้ 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์ และได้คะแนนจากการตรวจใบงานที่ 4 ได้ 20 คะแนนขึ้นไปจากคะแนนเต็ม 40 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ได้คะแนนจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์

ใบความรู้สำหรับครู
ชุดที่ 1
พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น

วัยรุ่น เป็นวัยที่ความเป็นเด็กกำลังจะสิ้นสุดลง และจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างเห็นได้ชัด เป็นวัยที่กำลังเตรียมตัวที่จะเป็นผู้ใหญ่ต่อไป เด็กชายจะเข้าสู่วัยรุ่นช้ากว่าเมื่ออายุประมาณ 1-2 ปี กล่าวคือ เด็กชายจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 13-14 ปี ส่วนเด็กหญิงจะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเมื่ออายุประมาณ 12-13 ปี ซึ่งเป็นวัยที่คาบเกี่ยวกับวัยเด็กตอนปลาย

1.1 วัยรุ่นชาย

เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นโดยภาพรวม เด็กชายจะมีน้ำหนักและส่วนสูงน้อยกว่าเด็กหญิง ดังนั้น รูปร่างจะเล็กกว่าเด็กหญิง แต่พออายุประมาณ 14 ปี เด็กชายส่วนใหญ่มียีนน้ำหนักและส่วนสูงมากกว่าเด็กหญิง (ดูกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตประกอบ จะทำให้เข้าใจดีขึ้นในเรื่องของการเจริญเติบโตของเด็กชายและเด็กหญิง) ดังนั้นรูปร่างของเด็กอายุ 14 ปีขึ้นไปโดยรวมเด็กชายจะมีรูปร่างสูงใหญ่กว่าเด็กหญิง

สำหรับการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ ของเด็กชายเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นนั้นมีหลายประการ ได้แก่ เริ่มมีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ และบริเวณรักแร้ อวัยวะเพศจะโตขึ้น จะมีการหลั่งน้ำสุจิครั้งแรกโดยการฝันเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์แล้วมีการหลั่งน้ำสุจิออกมาในขณะหลับ ซึ่งเรียกว่า “ฝันเปียก” (Wet Dream) หรือ “การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง” (Masturbation) เริ่มมีขนที่หน้าแข้ง หุ่นจะแข็งแรงเป็นโต หรือก่อนเล็กๆ ถ้าถูกลัมพันจะรู้สึกเจ็บ ซึ่งเรียกว่า “นมขึ้นพาน” หรือ “นมตั้งพาน” เสียงจะเปลี่ยนเป็นเสียงแหบ และห้าวขึ้น ซึ่งเรียกว่า “เสียงแตกหนุ่ม” จะมีลิ่วขึ้นตามใบหน้า ร่างกายเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว ขนขาอาจบางครั้งดูแล้วเก้งก้าง ไหล่กว้างขึ้น ใบหน้าเริ่มเปลี่ยน ดูเริ่มจะเป็นหนุ่ม

เมื่ออายุ 16 ปีขึ้นไป หนวดเคราจะเริ่มหยาบและแข็งขึ้น สะโพกแคบ ขนรักแร้ ขนหน้าแข้ง และขนบริเวณอวัยวะเพศจะมีมากขึ้น อวัยวะเพศมีขนาดเท่ากับผู้ใหญ่ จะมีกลิ่นเนื้อและกระดูกที่แข็งแรง กล้ามเนื้อจะเริ่มเป็นมัด และสามารถใช้อวัยวะต่างๆ ได้ดี

1.2 เมื่อเริ่มวัยรุ่นหญิง

เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเด็กหญิงส่วนใหญ่จะมีรูปร่างโตกว่าเด็กชายในวัยที่อายุเท่ากัน แต่พออายุประมาณ 14 ปี เด็กชายจะมีรูปร่างเติบโตทันและมากกว่าเด็กหญิง เด็กหญิงจะสูงอย่างรวดเร็วในช่วงอายุ 10-14 ปี

ในระยะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเด็กหญิงจะเริ่มมีหน้าอกโตขึ้น หรือที่เรียกว่า “เริ่มมีหน้าอก” มีประจำเดือน หรือระดู มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ มีสิ่วขึ้นตามบริเวณใบหน้า ร่างกายจะเจริญเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ใบหน้าสดใสผิวพรรณเปล่งปลั่งขึ้นดูเริ่มจะเป็นสาว

เมื่ออายุประมาณ 15 ปี ขึ้นไปสะโพกจะผายออก เอวคอดเล็กลง หน้าอกโตขึ้นเสียงแหลมขึ้น ขนบริเวณรักแร้และอวัยวะเพศจะมีมากขึ้น กล้ามเนื้อและกระดูกแข็งแรง และสามารถใช้อวัยวะได้ดี

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ของวัยรุ่น

เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นจะมีความรู้สึกแตกต่างไปจากในวัยเด็ก ทั้งนี้เนื่องจากเกิดการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับฮอร์โมนต่างๆ ในร่างกายไปกระตุ้นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์มาก ถ้าตนเองและผู้ใหญ่ไม่เข้าใจอาจเกิดปัญหาไม่เข้าใจกันได้ วัยนี้มักถูกเรียกว่า “วัยอลวน” หรือ “วัยพายุบูแคม” เพราะจะเป็นวัยที่ใจร้อน รุนแรง อารมณ์แปรปรวนง่ายและเปลี่ยนแปลงเร็ว อยากได้สิ่งใดหรือจะทำอะไรมักจะอยากได้หรือจะกระทำทันทีขาดความยั้งคิดและความรอบคอบ ซึ่งมักเรียกพฤติกรรมนี้ว่า “วัยรุ่นใจร้อน”

วัยนี้จะเป็นวัยที่อยากรู้ อยากเห็น อยากลอง บางครั้งอารมณ์จะอยู่เหนือเหตุผล เวลารักก็รักมากเวลาโกรธก็โกรธมาก บางครั้งทำอะไรลงไปที่ไม่เข้าใจความรู้สึกของตนเอง แต่อารมณ์เหล่านี้จะค่อยๆ พัฒนาขึ้น เมื่อกำลังจะสิ้นสุดความเป็นวัยรุ่นอายุประมาณ 20-21 ปี

เคล็ดลับสุขภาพ

ผู้ใหญ่ควรช่วยอธิบายให้วัยรุ่นเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลง ทางจิตใจและอารมณ์ แนะนำ ด้วยความนุ่มนวลอ่อนโยน พยายามใจเย็น อย่าใช้อารมณ์ร้อนกับวัยรุ่น เมื่อเกิดปัญหา สำหรับตัววัยรุ่นเอง ก็ควรทำความเข้าใจกับการเปลี่ยนแปลงของตนเองด้วย เพื่อที่จะได้ควบคุมตนเอง ให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับวัยของตนเอง

ในระยะวัยรุ่นนี้ เด็กหญิงจะรักสวยรักงามมากขึ้น จี๋อาย มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย เริ่มสนใจเพศตรงข้าม แต่ไม่แสดงออก อย่างเห็นเด่นชัด ทั้งนี้เนื่องจากวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีอันดีงามของไทย สำหรับเด็กชายจะมีความห้าวหาญ ชอบการต่อสู้ ผจญภัย มุทะลุ คึกคะนอง เริ่มสนใจตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะรูปร่าง หน้าตาและทรงผม จะเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้ามและมีความต้องการทางเพศ

3. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมของวัยรุ่น

เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเด็กจะรู้จักเข้าสังคมมากขึ้น ซึ่งจะมีพฤติกรรมทางสังคมบางประการที่เห็นได้เด่นชัดในช่วงวัยรุ่นมีหลายประการ ดังนี้

การคบเพื่อนเพศเดียวกัน

วัยรุ่นมักจะชอบคบเพื่อน รักเพื่อน มีความต้องการให้เพื่อนยอมรับตนเอง มีการรวมกลุ่มกัน เล่นเที่ยว หรือ ทำกิจกรรมที่สนใจร่วมกัน บางครั้งอาจยอมถูกลงโทษ แทนเพื่อน หรือช่วยเหลือในทางที่ไม่ถูกต้อง

การคบเพื่อนต่างเพศ

วัยรุ่นจะเริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม จึงมักทำตัวเองให้เป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม การคบเพื่อนต่างเพศ อาจมีทั้งการคบเพื่อน การคบเพื่อนเป็นแฟนหรือคู่รักกัน

ความสนใจในเรื่องเพศ

วัยรุ่นจะเริ่มสนใจเพศตรงข้ามแรงผลักดัน ของฮอร์โมนเพศ สนใจอ่านหนังสือ หรือดูภาพยนตร์ที่เกี่ยวกับความรักระหว่างชายกับหญิง สนใจสื่อเกี่ยวกับเรื่องเพศหรือพฤติกรรมทางเพศ บางคนอาจมีประสบการณ์ในเรื่องเพศถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์

การฝ่าฝืนระเบียบของสังคม

วัยรุ่นบางคนอาจหนีโรงเรียน เสพยาเสพติด ประพฤติตนหรือแต่งกาย ผิดระเบียบ ของโรงเรียนหรือบางคนอาจมีพฤติกรรมที่รุนแรงเกินขอบเขต เช่น ทะเลาะวิวาท ยกพวกตีกัน เป็นต้น

ชอบแสวงหาความสนุกสนาน

เป็นพฤติกรรมประจำตัวประการหนึ่งของวัยรุ่น บางครั้งอาจเกิดความขัดแย้งกับ ผู้ใหญ่ในเรื่องนี้ เช่น ชอบขับรถซิ่ง ชอบเที่ยวกลางคืน เป็นต้น

ชอบความอิสระเสรี

วัยรุ่นอยากเป็นตัวของตัวเอง ชอบทำตามใจตนเอง ไม่ชอบให้ใครมาบังคับ จึงมักเกิด ปัญหาขัดแย้งกับผู้ใหญ่อย่อยครั้ง

การโต้เถียงและการคัดค้าน

เนื่องจากวัยรุ่นได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ มาจึงอาจจะแสดงความคิดเห็นของตนเองบ้าง อาจคิดว่าพ่อแม่ หรือผู้ปกครองทำอะไรไม่ถูกต้อง หรือไม่เข้าใจตนเองจึงอาจมีการโต้เถียงและคัดแย้งกันในบางครั้ง

ต้องการความรัก

วัยรุ่นต้องการให้มีคนคอยเอาใจใส่ ให้ความรัก ความอบอุ่น จำเป็นที่พ่อแม่ ผู้ปกครองต้องมีความเข้าใจ ให้ความรักความอบอุ่นแก่วัยรุ่น

การผจญภัย

วัยรุ่นจะมีความกล้าหาญเสี่ยง ไม่กลัวอันตราย อาจแสดงออกด้วยการ ขับรถ จักรยานชนิดแบบไม่กลัวอุบัติเหตุ การเล่นที่ผาดโผน เสี่ยงอันตราย ซึ่งจะทำให้พ่อแม่ ผู้ปกครองเป็นห่วง

ความอิจฉาริษยา

ความอิจฉาริษยา คือ ความไม่พอใจ และไม่อยากจะเห็นผู้อื่นได้ดีกว่าตน แล้วพยายามกลั่นแกล้งผู้อื่น หรือแสดงความเป็นศัตรู บางครั้งจะพยายามทำตัวเหมือนคู่แข่ง

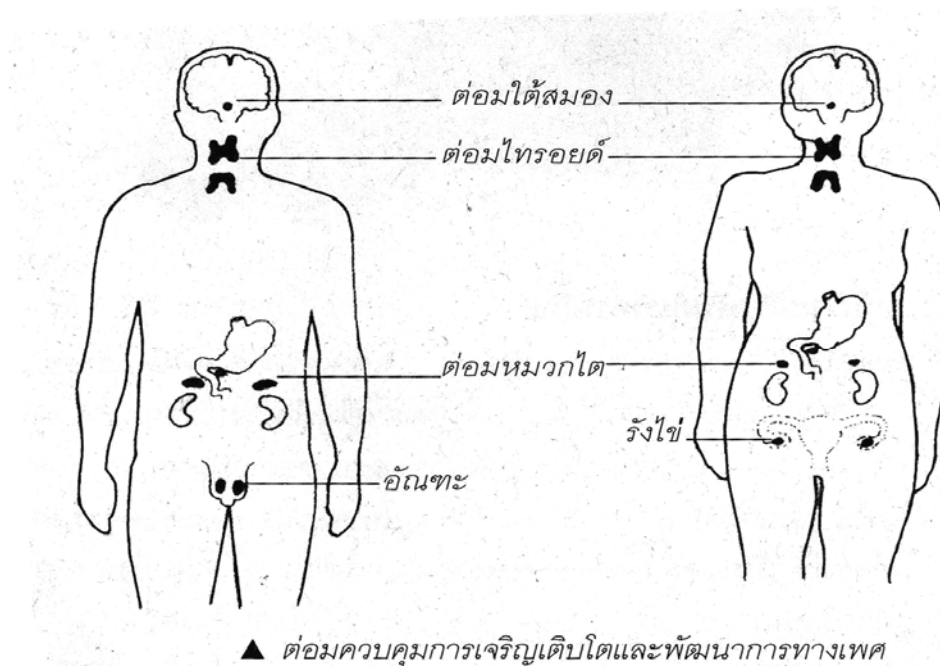
4. พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น

พัฒนาการทางเพศเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านเพศของเด็กที่เข้าสู่วัยรุ่น วัยรุ่นควรจะต้องเข้าใจ ถึงการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และการพัฒนาการทางเพศเพื่อที่จะได้เข้าใจ และสามารถปรับตัวในการเปลี่ยนแปลงของตนเองและเพศตรงข้ามได้ดียิ่งขึ้น

4.1 ต่อมไร้ท่อที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางเพศ

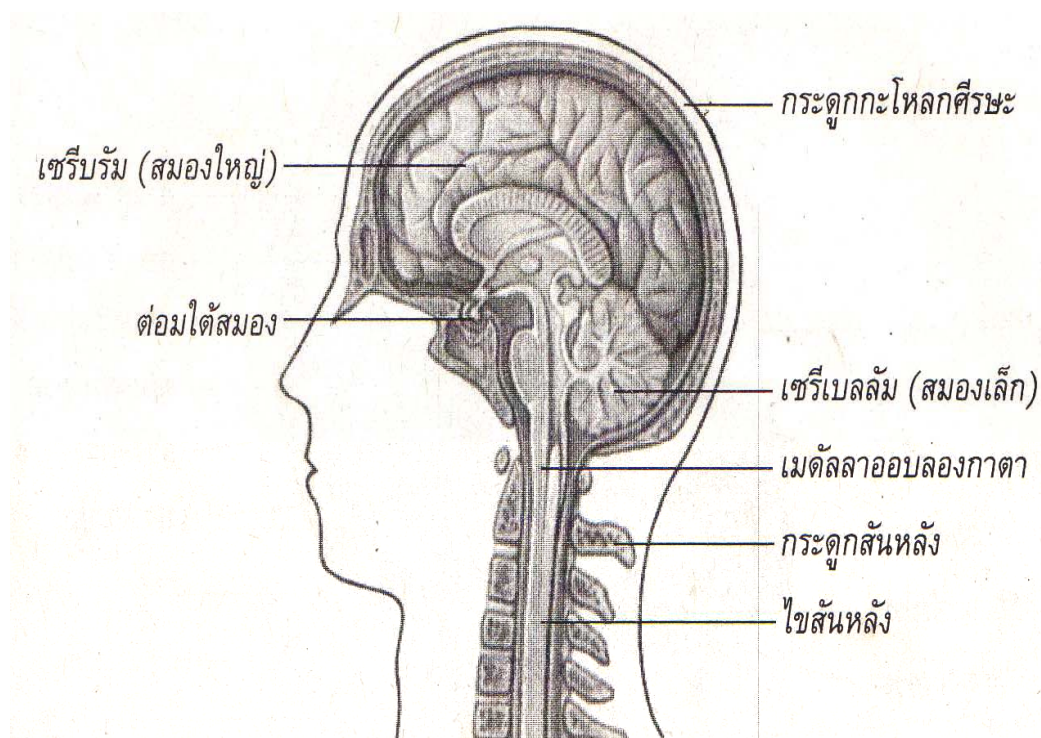
การพัฒนาการทางเพศจำเป็นที่จะต้องอาศัยฮอร์โมนต่างๆ ในร่างกาย เหล่านี้ถูกผลิตมาจากต่อมไร้ท่อซึ่งมีอยู่ภายในร่างกายและจะถูกดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือด ซึ่งจะต่างจากต่อมมีท่อ เช่น ต่อมเหงื่อ ต่อมน้ำลาย ต่อมน้ำตา เป็นต้น โดยจะมีท่อนำสารที่สร้างขึ้นไปตามท่อนั้นๆ ต่อมไร้ท่อที่ทำหน้าที่สำคัญในการควบคุมให้มีการพัฒนาการทางเพศ มีดังนี้

ต่อมใต้สมอง (Pituitary Gland) เป็นต่อมไร้ท่อที่สำคัญกว่าต่อมไร้ท่ออื่นๆ เพราะว่าฮอร์โมนที่สร้างขึ้นจากต่อมนี้จะทำหน้าที่ควบคุมการสร้างฮอร์โมนของต่อมไร้ท่ออื่นๆ ต่อมใต้สมองจะมีลักษณะเป็นก้อนเล็กๆ 2 ก้อน เรียงซ้อนกันอยู่ซึ่งต่อมนี้ตั้งอยู่ใต้สมอง แบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้



ต่อมใต้สมองส่วนหน้า จะผลิตฮอร์โมนที่ช่วยควบคุมการเจริญเติบโตของร่างกายให้เป็นไปตามวัยและผลิตฮอร์โมนสำหรับเพศหญิงที่ช่วยกระตุ้นรังไข่เพื่อเร่งให้ไข่สุก และควบคุมรังไข่ในการผลิตและปล่อยฮอร์โมนเพศของเพศหญิงสำหรับเพศชายจะทำหน้าที่กระตุ้นหลอดเล็ก ๆ ในลูกอัณฑะให้ผลิตตัวอสุจิ และควบคุมลูกอัณฑะในการผลิตและปล่อยฮอร์โมนเพศของเพศชาย

ต่อมใต้สมองส่วนหลัง จะผลิตฮอร์โมนที่กระตุ้นมดลูกให้บีบตัวขณะคลอดบุตรและควบคุมการขับถ่ายปัสสาวะ

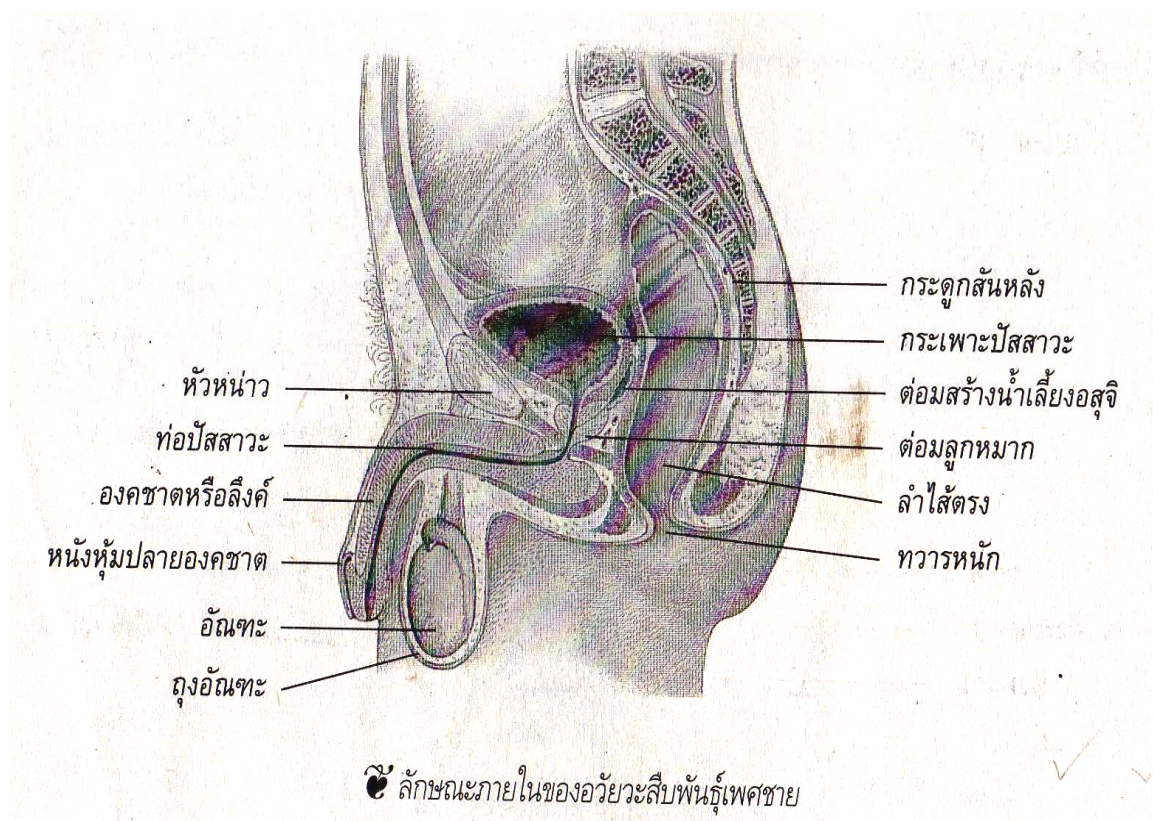


๕ ตำแหน่งและลักษณะของต่อมใต้สมอง

ต่อมเพศ (Gonad)

ต่อมเพศชาย ต่อมเพศในเพศ คือ อัณฑะมีหน้าที่สำคัญ 2 ประการดังนี้

1. สร้างฮอร์โมนเพศชาย ลูกอัณฑะ (Testis) จะผลิตฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน (Testosterone) ฮอร์โมนนี้จะทำหน้าที่กระตุ้นและควบคุมลักษณะต่างๆ อันเป็นลักษณะเฉพาะของความเป็นชาย ได้แก่ มีหนวดเครา ขนขึ้นที่หน้าอก รักแร้ หน้าแข้ง เสียงจะเปลี่ยนไป ระยะแรกๆ จะแหบ หรือที่เรียกว่า “เสียงแตกหนุ่ม” แต่ต่อมาเสียงจะห้าวขึ้น ใหญ่กว้าง สะโพกแคบ มีกล้ามเนื้อแข็งแรง อวัยวะมีขนาดใหญ่ขึ้น มีรูปร่างทรวดทรงเป็นชาย มีการหลั่งน้ำอสุจิ ตลอดจนพัฒนาการด้านจิตใจที่เป็นชาย และมีความต้องการทางเพศ

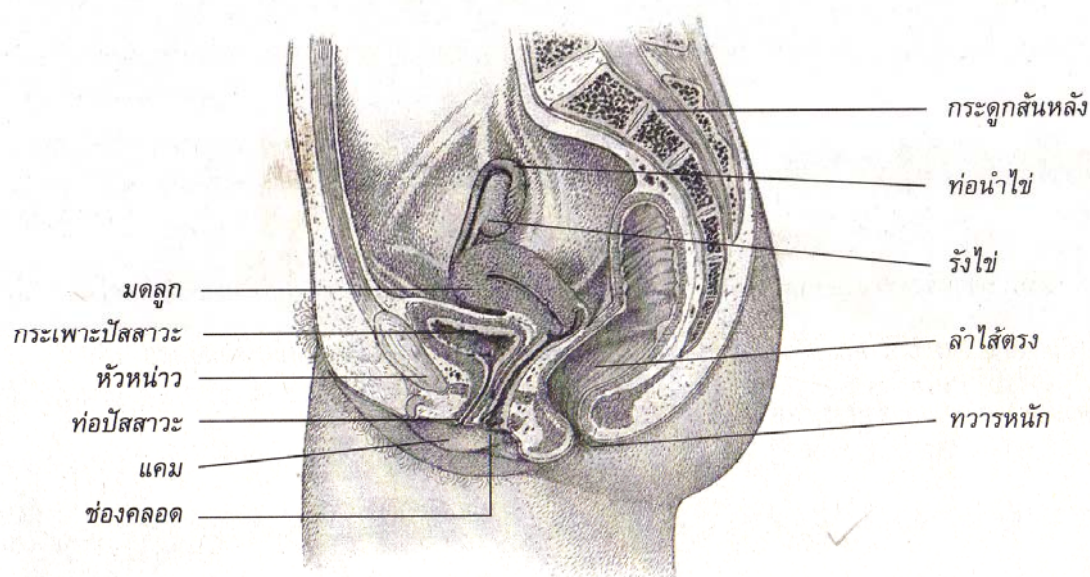


2. ผลิตตัวอสุจิหรือเซลล์สืบพันธุ์ของเพศชาย เมื่อเพศชายเข้าสู่วัยรุ่นเซลล์ในหลอดเล็กๆ ในอัณฑะจะมีการแบ่งตัว และเปลี่ยนรูปร่างไปเป็นตัวอสุจิ (Sperm) ซึ่งมีลักษณะคล้ายลูกอ๊อดตัวเล็ก ๆ มีส่วนหัวเป็นนิวเคลียสซึ่งภายในมีโครโมโซม ส่วนหัวนี้มีขนาดเล็กมากประมาณ 0.0003 มิลลิเมตร ซึ่งไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่าต้องใช้กล้องส่องจุลทรรศน์ส่องจึงมองเห็น ส่วนตัวและส่วนหางของตัวอสุจิ จะเป็นเส้นยาวสำหรับช่วยในการเคลื่อนไหว ถูกอัณฑะจะสามารถผลิตตัวอสุจิได้มากหลายล้านตัว และผลิตได้เรื่อยๆ ซึ่งตัวอสุจิเหล่านี้จะพักอยู่ในท่อนำอสุจิ จนกว่าจะเจริญเติบโตเต็มที่ ต่อจากนั้นจะเคลื่อนไปยังถุงเก็บน้ำอสุจิที่อยู่ในช่องท้องน้อย ในระยะนี้ต่อมลูกหมากจะผลิตของเหลวที่มีลักษณะเป็นเบสอ่อน ๆ มาหล่อเลี้ยงตัวอสุจิได้ตลอดเวลา และพร้อมที่จะขับออกมาทางท่อปัสสาวะ เมื่อเกิดภาวะที่จะต้องถูกขับออกได้แก่การมีเพศสัมพันธ์หรือการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

ต่อมเพศหญิง ต่อมเพศในหญิง คือ รังไข่ มีหน้าที่ 2 ประการดังนี้

1. สร้างฮอร์โมนเพศหญิง รังไข่ (Ovary) จะผลิตฮอร์โมนเอสตราไดโอด ฮอร์โมนนี้จะทำหน้าที่กระตุ้น และควบคุมลักษณะต่าง ๆ อันเป็นลักษณะเฉพาะของความเป็นหญิง ได้แก่ อวัยวะเพศมีขนาดโตขึ้น มีขนขึ้นที่บริเวณอวัยวะเพศ และรักแร้ หน้าอกและเต้านมขยาย ใบหน้าและแก้มเปล่งปลั่ง ความกว้างของช่องกระดูกเชิงกรานขยาย สะโพกใหญ่ขึ้น มี

รูปร่างทรงตรงเป็นหญิง มีการตกไข่ และมีประจำเดือน ตลอดจนมีการพัฒนาการด้านจิตใจที่เป็นหญิง ความต้องการทางเพศแต่สามารถควบคุมได้ดีกว่าเพศชาย เมื่อไข่หลุดออกจากรังไข่แล้ว รังไข่ก็จะผลิตฮอร์โมนออกมาอีกชนิดหนึ่ง คือ Progesterone ซึ่งทำหน้าที่กระตุ้นผนังมดลูกให้เตรียมรองรับไข่ซึ่งถ้าไข่ได้รับการผสมกับตัวอสุจิแล้ว จะมาฝังตัวที่ผนังมดลูก เพื่อเจริญเติบโตเป็นทารกต่อไป



❶ ลักษณะภายในของอวัยวะสืบพันธุ์เพศหญิง

2. ผลิตไข่หรือเซลล์สืบพันธุ์ของเพศหญิง เมื่อผู้หญิงเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นเซลล์ใน

ถุงเล็ก ๆ ที่เรียกว่า “ไข่” (Ovum) ซึ่งอยู่ในรังไข่จะสุกและแตกออกจากผนังหุ้ม เรียกว่า “การตกไข่” การตกไข่ในแต่ละรอบเดือนนั้นจะเกิดขึ้นสลับข้างกันเดือนละข้าง ซึ่งภายในไข่จะมีนิวเคลียสและภายในมีโครโมโซม ไข่ที่สุก แล้วจะมีขนาดเล็กมาก แต่ก็สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า โดยมีรูปร่างเกือบกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ประมาณ 0.1 มิลลิเมตร

ต่อมหมวกไต (Adrenal Gland) เป็นต่อมที่มีลักษณะคล้ายหมวก ครอบอยู่ที่บนของไตทั้ง 2 ข้างจึงมี 2 ต่อม แต่ละต่อมแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ชั้นนอกและชั้นใน เฉพาะนอกเท่านั้นที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับเรื่องพัฒนาการทางเพศ ต่อมนี้นี้มีหน้าที่สร้างฮอร์โมนเพศชายและเพศหญิง แต่ในเพศหญิงจะมีจำนวนน้อย แต่จะผลิตฮอร์โมนเพศชายมากกว่า

ซึ่งจะช่วยควบคุมความรู้สึทางเพศของเด็กชายถ้าต่อมนี้มีความผิดปกติจะทำให้เด็กชายมีพัฒนาการทางเพศเร็วขึ้น และเด็กหญิงจะมีพัฒนาการทางเพศค่อนข้างไปทางเพศชาย

ต่อมไทรอยด์ (Thyroid Gland) ต่อมไทรอยด์จะมีอยู่ 2 ด้าน ข้างๆ ส่วนบน ของหลอดลมตรงลำคอที่บริเวณลูกกระเดือก สำหรับเพศหญิงในระยะเข้าสู่วัยสาวระหว่างที่มีประจำเดือน และระยะตั้งครรภ์ ต่อมนี้จะขยายตัวเล็กน้อย ซึ่งไม่ถือว่าเป็นความผิดปกติ คือ ผลิตฮอร์โมนได้น้อยกว่าที่ร่างกายต้องการ เพราะขาดธาตุไอโอดีน ต่อมนี้จะขยายตัวใหญ่ขึ้น กลายเป็นโรคคอพอก ต่อมนี้จะสร้างฮอร์โมนไทร็อกซิน (Thyroxin) ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมการใช้พลังงานและการเผาผลาญอาหาร ถ้าต่อมนี้ทำงานผิดปกติจะทำให้ร่างกายกระแสรุนแรงผิดปกติ อวัยวะเพศเจริญเติบโตไม่เต็มที่

เคล็ดลับ สุขภาพ

ถ้าร่างกายขาดธาตุไอโอดีน ต่อมไทรอยด์จะขยายตัวใหญ่ขึ้น กลายเป็นโรคคอพอกได้ ดังนั้นจึงควรรับประทานอาหารที่มีสารไอโอดีน ซึ่งได้แก่ เกลือ หรือผลิตภัณฑ์ที่มีเกลือผสมอยู่ เช่น ปลาเค็ม น้ำปลา และอาหารทะเล เป็นต้น

4.2 วุฒิภาวะทางเพศ

วุฒิภาวะทางเพศในเพศชาย หมายถึง การหลั่งน้ำอสุจิเป็นครั้งแรก ส่วนในเพศหญิง หมายถึง การมีประจำเดือนครั้งแรก ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเกิดกับทุกคนตามธรรมชาติของการเจริญเติบโต และการพัฒนาการทางเพศของมนุษย์ ไม่ใช่เรื่องแปลกหรือเป็นสิ่งที่น่าอับอายหรือผิดปกติ แต่เป็นการแสดงออกของร่างกายที่บ่งบอกให้รู้ว่าร่างกายมีวุฒิภาวะทางเพศที่สมบูรณ์แล้ว และมีความพร้อมทางด้านร่างกายที่จะมีบุตรได้

การที่เพศชายและเพศหญิงมีวุฒิภาวะทางเพศแล้วจะเป็นวัยที่มีความต้องการทางเพศ วัยรุ่น ชายอาจมีการ “สำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง” (Masturbation) หรืออาจเกิดการ “ฝันเปียก” (Wet Dream) ซึ่งเป็นการลดปริมาณน้ำอสุจิให้น้อยลงโดยธรรมชาติ และยังเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยลดความเครียดเกี่ยวกับอารมณ์ทางเพศได้ สำหรับวัยรุ่นหญิงบางรายอาจมีการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง

ในการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองของวัยรุ่นนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเพราะความผิดปกติหรือจะส่งผลกระทบที่เป็นอันตรายแต่อย่างใด แต่ไม่ควรหมกมุ่นมากเกินไป ควรแสดงออกโดยการลดหรือหลีกเลี่ยงความต้องการทางเพศในลักษณะอื่น ๆ เช่น การเล่นเกม การออกกำลังกาย เป็นต้น

5. การปฏิบัติคนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงมากทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ตลอดจนการพัฒนาการทางเพศ ดังนั้นจึงต้องมีการปฏิบัติตนเพื่อการปรับตัวที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวที่เข้ามาสู่ชีวิตวัยรุ่น ซึ่งถ้าวัยรุ่นปรับตัวไม่ได้ก็จะประสบปัญหา ดังนั้นเพื่อให้วัยรุ่นเข้าใจและสามารถปฏิบัติตนหรือปรับตัวอย่างเหมาะสม จึงควรปฏิบัติดังนี้

5.1 ความสนใจต่อการเปลี่ยนแปลงทางเพศของร่างกายและจิตใจ

การเปลี่ยนแปลงทางเพศทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ อาจทำให้วัยรุ่นเกิดความยุ่งยาก หรือวิตกกังวลได้ เนื่องจากในบางคนมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็ว เช่น บางคนอาจมีร่างกายสูงใหญ่ ต่างจากเพื่อนวัยเดียวกันมาก บางคนอ้วนมาก ซึ่งอาจมีความรู้สึกเป็นปมด้อย อาจเพื่อนและคนอื่นๆ ไม่อยากเข้าสังคมกับคนอื่น ๆ หรืออาจถูกเพื่อนล้อจนขาดความมั่นใจในตัวเอง เป็นต้น ในบางครั้งการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์อย่างมาก็ทำให้เกิดความขัดแย้งกับสภาพร่างกาย คือ ร่างกายเจริญเติบโตจนมีวุฒิภาวะทางเพศ มีความต้องการทางเพศ แต่ตนเองยังศึกษาเล่าเรียนอยู่ ยังขาดความพร้อมและประสบการณ์ และสภาพสังคมก็ยังไม่ยอมรับที่จะให้วัยรุ่นมีครอบครัวหรือสังคมใหม่ได้ อาจทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมไม่ถูกต้องและมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ถ้าขาดการป้องกันที่ดีอาจเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์และอาจมีการทำแท้งได้ สิ่งที่เหมาะสม วัยรุ่นควรจะเรียนรู้ว่าสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจนั้นเป็นไปตามธรรมชาติ ซึ่งเราต้องยอมรับความจริง และปรับปรุงตนเองให้เหมาะสม เช่น แสดงความมั่นคงของอารมณ์โดยไม่หวั่นต่อการล้อเลียนของเพื่อน หรือสร้างอารมณ์ขันให้เกิดขึ้นหรือไม่สนใจต่อการล้อเลียนของเพื่อนรู้จักช่วยเหลือเพื่อน ๆ และสังคม แสดงออกซึ่งคุณสมบัติพิเศษของตัวเองด้วยการเล่นดนตรี กีฬา เป็นต้น

หากวัยรุ่นรู้จักยอมรับปรับปรุงตัวเองได้แล้ว ย่อมแสดงวัยรุ่นสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่าง ๆ และพัฒนาการทางเพศได้ดี ซึ่งจะช่วยให้เกิดความสุข ความสบายใจ และสามารถทำตัวให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ต่อครอบครัว และต่อสังคมได้เป็นอย่างดี

5.2 การปฏิบัติต่อการเปลี่ยนแปลงของตนเองอย่างเหมาะสมวัยรุ่นจะเกิดความรู้สึกมั่นใจและสบายใจขึ้นได้ หากสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้โดยรู้จักปฏิบัติตนเองอย่างเหมาะสมในเรื่องดังต่อไปนี้

1) รักษาสุขภาพให้ดีทั้งร่างกายและจิตใจ สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่วัยรุ่นควรให้ความสนใจ ดูแลเอาใจใส่และปฏิบัติตน อย่างเคร่งครัดในเรื่องการรักษาความสะอาดของ

ร่างกาย การเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่า ออกกำลังกายเป็นประจำ พักผ่อน อย่างเพียงพอ รวมทั้งร่วมกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานต่าง ๆ

2) ระวังในเรื่องการแต่งกายและกิริยาท่าทาง วัยรุ่นมักจะสนใจปรับปรุงตนเอง เพื่อให้เป็นที่สนใจของเพื่อนฝูง และเพศตรงข้ามจึงค่อนข้างพิถีพิถันกับการแต่งกาย ตั้งแต่ทรงผมการใช้เครื่องสำอาง เสื้อผ้า รองเท้า จะใช้เวลาในการแต่งกายนานกว่าตอนเป็นเด็ก อย่างไรก็ตามถ้าวัยรุ่นแต่งกายให้เรียบร้อยถูกต้องตามกาลเทศะ และแสดงกิริยาที่เหมาะสมแล้ว ย่อมจะเป็นการช่วยสร้างความเชื่อมั่นให้กับตัวเองมากขึ้น และยังเสริมให้เป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดีด้วย

3) ปฏิบัติตนตามบรรณนิยมประเพณี เนื่องจากชนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของไทย ช่วยเตือนให้เรารู้จักระวังรักษาตัวเองให้ดียิ่งขึ้น เราจึงควรคำนึงถึงและนำมาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนของวัยรุ่น ทั้งนี้เพื่อป้องกันปัญหาทางเพศที่อาจเกิดขึ้น หรือลดปัญหาต่าง ๆ ให้น้อยลง

5.3 การปรับตัวต่อเพื่อนต่างเพศให้เหมาะสม

วัยรุ่นเป็นที่เริ่มมีความสนใจต่อเพศตรงข้าม และมีความต้องการทางเพศเกิดขึ้นแล้ว รวมทั้ง ยังต้องการการยอมรับจากเพื่อนต่างเพศ อาจจะเป็นผู้ที่คบกันในฐานะเพื่อนหรือคนรัก การวางตัวต่อเพื่อน ต่างเพศอย่างเหมาะสมและถูกต้อง ทั้งในเรื่องการพูดจา กิริยามารยาท ลักษณะท่าทาง มนุษยสัมพันธ์ การช่วยเหลือเพื่อนฝูง การถูกเนื้อต้องตัวกัน และความประพฤติด้านอื่น ๆ จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับปรุงตนเองและอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเหมาะสม

นอกจากการวางตัวต่อเพื่อนต่างเพศแล้ว วัยรุ่นยังต้องรู้จักระมัดระวังตัวให้ดีเป็นพิเศษ ต้องไม่ยอมให้ตกเป็นทาสของกามารมณ์ หรือแรงผลักดันทางเพศ โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงต้องระมัดระวังตัวให้ดีเพราะอาจถูกฝ่ายชายล่อลวงละเมิดทางเพศได้ โดยเฉพาะคนที่เป็นคนรักกัน เพราะฝ่ายหญิงจะไว้ใจและคิดเพียงว่าอยู่ใกล้กัน พูดคุยกันก็มีความสุขแล้ว แต่ฝ่ายชายอาจจะมีความคิดมากกว่านั้น รวมถึงการล่วงเกินทางเพศจนถึงขั้นการมีเพศสัมพันธ์

5.4 การปรับตัวต่อบิดา มารดาให้เหมาะสม

วัยรุ่นต้องให้ความเคารพนับถือบิดา มารดา ทั้งต่อหน้าและลับหลัง เชื่อฟัง คำสั่งสอน รับฟังเหตุผลของท่าน แสดงกิริยามารยาทที่เรียบร้อย สุภาพ อ่อนน้อม ถ่อมตน และอ่อนโยน ร่วมกิจกรรมกับบิดามารดาเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวและไม่ประพฤติตนให้บิดา มารดา ต้องเดือนร้อน

5.5 การปรึกษาปัญหาหรืออุปสรรคเกี่ยวกับเรื่องเพศอย่างถูกต้อง

หากวัยรุ่นมีปัญหาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศของร่างกายและจิตใจ การปรับตัวต่อเพื่อนต่างเพศ หรือความวิตกกังวลใด ๆ ควรที่จะปรึกษาผู้ที่ไว้ใจได้ เช่น บิดา มารดา ครู ญาติผู้ใหญ่ เพื่อน เป็นต้น สำหรับการปรึกษาเพื่อน ควรพิจารณาอย่างรอบคอบ ควรเชื่อหรือกระทำในสิ่งที่ดี เพราะสถานการณ์ปัจจุบันวัยรุ่นที่มีปัญหาแล้วปรึกษาเพื่อนแล้วพากันประพฤติดนไม่เหมาะสมหรือแก้ปัญหาในทางที่ผิดส่งผลให้เกิดปัญหาตามมาภายหลังได้

6. สรุป

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่นโดยภาพรวมนั้นจะมีการเจริญเติบโตของร่างกายในทุกส่วน เช่น ผู้ชายมีขนหน้าแข้ง หนวด เครา การหลั่งน้ำอสุจิ ผู้หญิงจะมีหน้าอก สะโพกผายออก มีประจำเดือน สนใจเพศตรงข้าม รักสวยรักงาม เป็นต้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้มีอิทธิพลมาจากต่อมไร้ท่อที่สำคัญ คือ ต่อมใต้สมอง ต่อมเพศ ต่อมหมวกไต และต่อมไทรอยด์ ซึ่งต่อมต่าง ๆ เหล่านี้จะสร้างฮอร์โมนเข้าสู่กระแสเลือด ทำให้มีการพัฒนาการตามลักษณะของเพศชาย และเพศหญิง และเมื่อการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางเพศ เพื่อให้ดำเนินชีวิตประจำวันของ วัยรุ่นเป็นไปด้วยความราบรื่น ปกติสุข

แบบประเมินผลงานนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

ผลงานที่ประเมิน.....

ชื่อ นักเรียน/ กลุ่ม	ความถูกต้อง ของเนื้อหา				ความคิด สร้างสรรค์				วิธีการ นำเสนอ				การยอมรับ ของผลงาน				การนำไปใช้				รวม 20 คะแนน
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การประเมิน

ดีมาก = 4

ดี = 3

พอใช้ = 2

ปรับปรุง = 1

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 16 - 20 = ดีมาก

คะแนน 11 - 15 = ดี

คะแนน 6 - 10 = พอใช้

คะแนน 1 - 5 = ปรับปรุง

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

กลุ่มที่.....

สมาชิก

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	รายการประเมินพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ				
		ดีมาก 4	ดี 3	พอใช้ 2	ปรับปรุง 1	หมายเหตุ
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน					
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่					
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน					
4.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม					
5.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา					
6.	ผลงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด					
7.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
8.	ผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง					
9.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
10.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน					
รวม						

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 31 – 40 = ดีมาก

คะแนน 21 – 30 = ดี

คะแนน 11 – 20 = พอใช้

คะแนน 1 – 10 = ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

**คู่มือสำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง**

คำชี้แจง

1. ครูผู้สอนจะต้องเตรียมเอกสารและวัสดุอุปกรณ์ก่อนทำการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ชุดที่ 2 ดังนี้
 - 1.1 แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง จำนวน 1 ชุด
 - 1.2 คู่มือนักเรียน จำนวน 6 ชุด
 - 1.3 เครื่องเล่นและแผ่น CD ROM จำนวน 1 ชุด
 - 1.4 กระดาษคำตอบแบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.5 แบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.6 กระดาษ A จำนวน 40 แผ่น
 - 1.7 สีไม้/ สีเมจิก จำนวน 6 กล่อง
2. บทบาทและหน้าที่ของครูผู้สอน
 - 2.1 ครูต้องศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้ชุดที่ 2 อย่างรอบครอบ โดยศึกษา คู่มือสำหรับครู คู่มือสำหรับนักเรียน
 - 2.2 สำหรับการสอนครูต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้
 - 2.3 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนของชุดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้
 - 2.4 ครูควรเป็นผู้ให้คำแนะนำ และเป็นพี่ปรึกษาของนักเรียนขณะที่นักเรียนดำเนิน กิจกรรม
 - 2.5 หลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังใช้ชุดการเรียนรู้แต่ละชุด
 - 2.6 ในกรณีที่นักเรียนขาดเรียน ครูควรให้นักเรียนที่ขาดเรียนเรียนรู้เป็นรายบุคคลจากชุดการเรียนรู้
 - 2.7 นักเรียนที่ไม่ผ่านการประเมินผลหลังเรียน ต้องทำกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระที่ 2 ชีวิตครอบครัว

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ชีวิตครอบครัว

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

อนามัยวัยรุ่น เป็นองค์ประกอบหนึ่งของอนามัยเจริญพันธุ์ เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย รวมทั้งการพัฒนาการระบบอวัยวะสืบพันธุ์ การมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้อย่างถูกต้อง จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถดูแลรักษาความสะอาดตนเองได้อย่างเหมาะสม ช่วยลดความวิตกกังวล และทำให้มีสุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจ

2. มาตรฐานการเรียนรู้ พ.2.1

3. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้และเข้าใจอนามัยเจริญพันธุ์และวิธีดูแลตนเองด้านสุขภาพทางเพศ

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้ความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์
2. รู้และเข้าใจเรื่องสรีรวิทยา กลิ่นตัว ประจำเดือน และฝันเปียก
3. รู้วิธีดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

5. สาระการเรียนรู้

1. อนามัยเจริญพันธุ์
2. อนามัยทางเพศของวัยรุ่น
3. การดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

6. กระบวนการเรียนรู้

6.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูให้นักเรียนจับคู่กัน และลองตอบคำถามว่าสุขอนามัยเจริญพันธุ์คืออะไร

2. ครูสุ่มถามนักเรียน 4 – 5 คู่ แล้วอภิปรายความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสุขอนามัยเจริญพันธุ์

3. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

6.2 ขั้นเรียนรู้

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 6 คน (โดยความสามารถ เก่ง ปานกลาง อ่อน) เมื่อเสร็จแล้วให้เลือกประธาน รองประธานและเลขานุการ แบ่งหน้าที่ แล้วปฏิบัติตามใบงานที่กำหนดในชุดการเรียนรู้

2. แจกชุดการเรียนรู้ชุดที่ 2 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

3. นักเรียนศึกษาชุดการเรียนรู้ โดยศึกษาคำชี้แจง จุดประสงค์การเรียนรู้ ใบความรู้ ใบงาน ซึ่งหากนักเรียนเกิดความสงสัยไม่เข้าใจให้ถามครู

4. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามแผนในชุดการเรียนรู้ โดยครูคอยสังเกตการณ์ดำเนินกิจกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่มและคอยให้คำปรึกษาแนะนำ

6.3 ขั้นสรุป

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลการเรียนรู้จากกิจกรรม

2. นักเรียน ดู CD ROM เกมสัฟเฟส เรื่อง แอบปิ๊งรัก

3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

4. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

5. นักเรียนทำหนังสือเล่มเล็ก นำเสนอเกร็ดความรู้ เรื่อง “สุขปฏิบัติอนามัยเจริญพันธุ์วัยรุ่นเพศชาย และสุขปฏิบัติอนามัยเจริญพันธุ์วัยรุ่นเพศหญิง”

7. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

7.1 สื่อ

1. ชุดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

2. ใบงาน

3. คู่มือครู

4. คู่มือนักเรียน

5. หนังสืออ่านประกอบ

6. CD ROM เกมสัฟเฟส เรื่อง “แอบปิ๊งรัก”

7.2 แหล่งการเรียนรู้

1. <http://www.teenpath.net/teennature/Content.asp?Sub=5 & 1D=1103>
2. <http://www.dmg.moph.go.th>

8. การวัดและประเมินผล

8.1 วิธีการวัด

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน

8.2 เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
2. แบบทดสอบ

8.3 .เกณฑ์การประเมินผล

1. คะแนนที่ได้จากการตรวจใบงานที่ 1 ได้ 6 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 12 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์ และได้คะแนนจากการตรวจใบงานที่ 2 ได้ 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ได้คะแนนจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์

ใบความรู้สำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

คำว่า “อนามัยเจริญพันธุ์” เดิมใช้คำว่า “สุขวิทยาการเจริญพันธุ์” โดยใช้ศัพท์ภาษาอังกฤษคำเดียวกันคือ Reproductive Health

1.1 ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์

อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง สภาวะที่สมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย และจิตใจ ที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการและหน้าที่ของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ทั้งชายและหญิงทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งทำให้มีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.2 องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์

อนามัยเจริญพันธุ์มี 10 องค์ประกอบ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1)การวางแผนครอบครัว เป็นการวางแผนการดำเนินชีวิต ครอบครัวของสามีภรรยาคนหนึ่ง เพื่อให้มีบุตร และเพศของบุตร ตลอดจนการเว้นระยะในการมีบุตรตามที่ทั้งคู่ต้องการ โดยอาศัยการพิจารณา จากสุขภาพอนามัยทั้งร่างกายและจิตใจของมารดา ผนวกกับภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว

การวางแผนครอบครัว (Family Planning) ไม่ใช่การคุมกำเนิด(Birth Control) เพียงอย่างเดียว แต่การวางแผนครอบครัวจะครอบคลุมไปถึงการช่วยให้สตรีที่ไม่มีบุตรสามารถมีบุตรได้ในระยะเวลาที่ต้องการ ส่วนการคุมกำเนิดนั้นเป็นเรื่องหนึ่งของการวางแผนครอบครัว เพราะการคุมกำเนิดหมายถึงวิธีป้องกันไม่ให้สามีภรรยาคนหนึ่งมีบุตรในช่วงระยะที่ไม่ต้องการเท่านั้น

การวางแผนครอบครัวจะมีกิจกรรมอยู่ 3 กิจกรรม คือ การคุมกำเนิดมีทั้งแบบชั่วคราวและแบบถาวร การเร่งกำเนิดสำหรับผู้ที่มีภาวะการมีบุตรยาก และการเลือกกำเนิด คือ การเลือกเพศของบุตรตามที่ต้องการ

2) การอนามัยแม่และเด็ก เป็นการดูแลสุขภาพของมารดาตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์และเด็กตั้งแต่อยู่ในครรภ์จนคลอดออกมาเป็นวัยทารกแรกเกิด วัยทารก และวัยเด็ก เมื่อทราบว่าตัวเองตั้งครรภ์ มารดาไปฝากครรภ์โดยที่แพทย์หรือเจ้าหน้าที่

สาธารณสุขเพื่อให้การตั้งครรภ์และการคลอดดำเนินไปอย่างปกติตามธรรมชาติและปลอดภัย และในระหว่างตั้งครรภ์ต้องดูแลตนเองในเรื่องการรับประทานอาหาร การรักษาความสะอาดของร่างกายและเครื่องนุ่งห่ม การพักผ่อนการบริหารร่างกาย ตลอดจนการทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส

สำหรับเด็กที่คลอดออกมาเป็นวัยทารกแรกเกิด วัยทารก และวัยเด็กก็ต้องได้รับการดูแลอย่างดีเป็นพิเศษ ทั้งเรื่องการ เลี้ยงดู อาหาร การเจ็บป่วย การให้ความอบอุ่น การส่งเสริมพัฒนาการ การรับภูมิคุ้มกันโรค ตามกำหนด ซึ่งจะทำให้เด็กมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่สมวัยและมีภูมิคุ้มกันโรค

3) เพศศึกษา มีคนเป็นจำนวนมากเข้าใจผิดคิดว่า “เพศศึกษา” เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศระหว่างชายและหญิงเท่านั้น แต่แท้จริงแล้วเพศศึกษาหมายถึง ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาการทางเพศทั้งที่เกี่ยวกับร่างกายและจิตใจในอดีตเรื่องเพศศึกษาเป็นเรื่องที่ไม่มีคนนิยมพูดกัน เพราะคิดว่าเป็นเรื่องที่น่าอับอาย เป็นเรื่องรับที่ต้องการปิดบังทำให้เด็กเกิดความสงสัย และมีความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง หรือขาดความเข้าใจที่ถูกต้องแต่ในปัจจุบันมีการสอนเรื่องเพศศึกษากันมากขึ้นและมีความชัดเจนขึ้นทั้งในสถานศึกษา สื่อมวลชน ได้แก่ หนังสือต่างๆ ที่พิมพ์ออกจำหน่าย หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และสื่อทางอินเทอร์เน็ต

การเรียนรู้เรื่องเพศศึกษาจะทำให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องที่จะเกิดประโยชน์อย่างยิ่งแก่ตนเอง เพราะจะทำให้รู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ สามารถเปรียบเทียบความรู้กับตัวเองได้ และสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมต่อการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ ปัญหาที่มีผลต่อสุขภาพก็จะลดลง ทำให้สามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

4) อนามัยวัยรุ่น วัยรุ่นมีความจำเป็นต้องรักษาอนามัยของร่างกายหลายอย่าง เช่น การรักษาอนามัยของผิวหนัง เส้นผม เล็บ ตา หู จมูก ฟัน ช่องปาก เป็นต้น นอกจากนี้ยังจะต้องรักษาสุขภาพทางเพศด้วย เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง เช่น เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือน เด็กชายมีการหลั่งน้ำอสุจิ เป็นต้น

การรักษาอนามัยที่ดีจะทำให้วัยรุ่นดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ไม่เป็นโรคภัยไข้เจ็บหรือเกิดความผิดปกติกับอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย

5) โรคเอดส์ เป็นโรคที่ร้ายแรงกว่าโรคอื่นๆ เพราะยังไม่มียาที่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยโรคเอดส์มักจะมีสุขภาพจิตไม่ดี หดหู่ใจ เพราะมองเห็นอนาคตแล้วว่าต้องเสียชีวิตแน่นอน ไม่ช้าก็เร็วซึ่งขึ้นอยู่กับ การรักษาและการปฏิบัติตัวของผู้ป่วยด้วย

การทำให้คนตระหนักถึงความรุนแรงจากมหันตภัยเอดส์ จึงเป็นสิ่งที่ทั้ง

ภาครัฐและ ภาคเอกชนกำลังดำเนินการอย่างต่อเนื่อง เพราะถ้าคนตระหนักถึงความรุนแรง และ ผลเสียที่จะตามมาหลังจากการติดเชื้อแล้ว จะทำให้ไม่กล้าไปมีพฤติกรรมเสี่ยงกับโรคเอดส์เมื่อคน ไม่กล้าไปเสี่ยงกับโรคเอดส์ต่อไปโรคเอดส์ก็จะค่อยๆหายไปจากประเทศไทย

6) โรคติดเชื้อในระบบสืบพันธุ์ เป็นโรคที่มีอัตราการเกิดโรคมามากโรค หนึ่ง ซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์” โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีหลายชนิด เช่น โรคหนองใน โรคซิฟิลิส โรคแผลริมอ่อน โรคฝีมะม่วง โรคแผลเรื้อรัง เป็นต้น ซึ่งเกิดจากการ มีเพศสัมพันธ์กับคนที่เป็โรคโดยเฉพาะการมีเพศสัมพันธ์กับหญิงขายบริการทางเพศ หรือเป็นคน ที่สำส่อนทางเพศ โดยมี การป้องกันด้วยถุงยางอนามัยในการมีเพศสัมพันธ์ การเกิดโรคติดเชื้อใน ระบบอวัยวะสืบพันธุ์จะทำให้มีผลเสียต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต ซึ่งทำให้การดำรงชีวิตขาด ความสุข

7) มะเร็งระบบสืบพันธุ์ มักเกิดขึ้นได้ทั้งชายและหญิง ซึ่งมะเร็งถือเป็นโรคอันตรายอีกโรคหนึ่ง เพราะถ้าเป็นในระยะที่ 3 หรือระยะที่ 4 จะไม่สามารถรักษาหาย ได้ แต่ถ้าเป็นระยะที่ 1 หรือระยะที่ 2 สามารถรักษาหายได้ แต่ส่วนใหญ่ที่ตรวจพบมักจะเกิด ระยะที่ 2 ไปแล้ว เนื่องจากระยะแรกยังไม่ปรากฏอาการที่ชัดเจน ยกเว้นคนที่ไปตรวจมะเร็งทุกปี ก็จะทราบในระยะแรกของการเป็นโรคมะเร็ง

โรคมะเร็งระบบสืบพันธุ์ของชาย ได้แก่ มะเร็งต่อมลูกหมาก และมะเร็ง ท้องคอกขาด ส่วนมะเร็งระบบสืบพันธุ์ของหญิง ได้แก่ มะเร็งปากมดลูก มะเร็งเต้านม มะเร็งรังไข่ มะเร็งมดลูก และมะเร็งปากช่องคลอด ซึ่งมะเร็งแต่ละชนิดมีโอกาสเสียชีวิตเท่าเทียมกัน แต่พบ มากพบน้อยต่างกัน เช่น ผู้ชายจะพบว่าส่วนใหญ่เป็นมะเร็งต่อมลูกหมาก ส่วนผู้หญิงจะพบว่า ส่วนใหญ่เป็นมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านมเต้านมกันมาก

8) การแท้งและภาวะแทรกซ้อน การแท้งอาจมาจากหลายสาเหตุ เช่น ครรภ์ได้รับการกระทบกระเทือนที่เกิดขึ้นเองเนื่องจากสภาพของมดลูกที่ไม่เหมาะสมกับการ ตั้งครรภ์ การทำแท้ง เป็นต้น ซึ่งในการทำแท้งอาจเกิดภาวะแทรกซ้อนได้บางรายถึงกับเสียชีวิต เนื่องจากการเสียเลือดหรือการติดเชื้อ ดังนั้นขณะตั้งครรภ์จะต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ อย่าทำแท้ง ถ้าไม่พร้อมจะมีบุตร ควรใช้วิธีการคุมกำเนิด

9) ภาวะการมีบุตรยาก กรณีคู่สามีภรรยาที่มีบุตรยากต้องไปปรึกษากับ สูตินรีแพทย์ ซึ่งปัจจุบันพบว่ามีคู่สามีภรรยาเป็นจำนวนมากที่มีบุตรยาก และอยากจะมีบุตร การ ไปให้แพทย์ตรวจจะต้องตรวจทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิง เพื่อที่จะได้ทราบสาเหตุของภาวะการมีบุตร ยาก เมื่อแพทย์ทราบสาเหตุแล้วจะได้ช่วยเหลือให้มีบุตรได้ตามต้องการ แต่ก็ไม่ได้ผลร้อย เปอร์เซ็นต์ และต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงมาก

10) ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และวัยสูงอายุ ผู้หญิงหลังวัยเจริญพันธุ์ คือ ผู้หญิงที่มีอายุประมาณ 45-50 ปีขึ้นไป เป็นวัยที่ผู้หญิงเริ่มหมดประจำเดือน อารมณ์อาจแปรปรวนไปบ้างซึ่งเรียกว่า “วัยทอง” ทั้งนี้ผู้ชายก็มีวัยทองเหมือนกัน ปัจจุบันตามโรงพยาบาลต่าง ๆ จะมีคลินิกวัยทอง เพื่อให้คนที่เข้าสู่วัยทอง ไปรับบริการในการปรึกษาปัญหาต่าง ๆ

สำหรับผู้สูงอายุ คือ คนที่อายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ซึ่งควรเอาใจใส่ต่อสุขภาพให้มาก มีการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่ง่ายขึ้น ลูกหลานควรดูแลเอาใจใส่ เพราะการที่มีลูกหลานดูแล เอาใจใส่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขจะเป็นยาอายุวัฒนะที่สำคัญทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตยืนยาวอยู่กับลูกหลานไปได้นาน

2. อนามัยทางเพศของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่ต่อมไร้ท่อต่าง ๆ ในร่างกาย ผลิตฮอร์โมนออกมาทำให้เกิดการพัฒนาการทางด้านร่างกาย และพัฒนาการทางเพศ ดังนั้นจึงมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในร่างกายของวัยรุ่น

2.1 สิว สิวมักจะเกิดขึ้นบริเวณใบหน้าหรืออาจพบได้ที่บริเวณหน้าอก ลำตัว หลัง ต้นแขน แขนที่จริงแล้วสิวไม่ใช่เรื่องเฉพาะ ที่เกิดกับวัยรุ่นเท่านั้น พบว่าสามารถเกิดขึ้นได้กับทารกจนถึงวัยชรา แต่ที่เป็นปัญหามากก็คือ สิวที่เกิดขึ้นบริเวณใบหน้า วัยที่มักมีปัญหาเรื่องสิวมามากที่สุดก็คือวัยรุ่น เนื่องจากเป็นวัยที่ร่างกายมีการผลิตฮอร์โมนและต่อไขมันทำงานมากกว่าวัยอื่น ๆ

1) สาเหตุ สิวเกิดจากการอุดตันของรูขุมขน โดยมีไขมันมาอุดตันปกติไขมันจากต่อมไขมันที่ผิวหนังสร้างออกมานี้จะถูกระบายออกทางรูขุมขน ถ้ารูขุมขนเกิดการอุดตันขึ้น เนื่องจากการจับตัวของ ไขมันกับเซลล์หนังกำพร้าชั้นนอกที่ตายแล้ว หรือที่เรียกว่า ซีไคล จึงทำให้เกิดการสะสมของไขมันในรูขุมขน จนเกิดอุดตันเป็นสิวจีน อาจเป็นสิหัวดำ หรือสิหัวขาว ถ้าเกิดการอักเสบจะกลายเป็นสิหัวแดงซึ่งจะมีอาการเจ็บ

2) ปัจจัยที่ทำให้เกิดสิว ปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดสิวมียหลายประการดังนี้

- ความไม่สมดุลของฮอร์โมนเพศ โดยปกติมนุษย์จะมีฮอร์โมนทั้ง 2 เพศอยู่ในสัดส่วนที่สมดุลกัน แต่ถ้าในบางครั้งฮอร์โมนเพศชายอยู่ในระดับสูง ฮอร์โมนนี้จะไปกระตุ้นให้ต่อมไขมันผลิตไขมันออกมามากทำให้เกิดการอุดตันของท่อไขมันและรูขุมขนได้ง่าย จึงเป็นสาเหตุทำให้เกิดสิวได้

- ได้รับเชื้อแบคทีเรีย เชื้อแบคทีเรียจะเข้าไปรบกวนในเนื้อเยื่อของผิวหนัง ทำให้เกิดการอักเสบในต่อมไขมันและรูขุมขนจนถึงที่ผิวหนัง ถ้ามีการอักเสบมากก็จะทำให้ผิวหนังมีขนาดโตขึ้น และหัวสิวจะสีแดง เมื่อสัมผัสจะเจ็บ มักเรียกสิวนิดนี้ว่า “สิวก้าง”

- การใช้เครื่องสำอางหรือครีมบางชนิด เครื่องสำอางหรือครีมบางชนิดที่มีปริมาณน้ำมันค่อนข้างสูง เมื่อทาบริเวณผิวหนังแล้ว น้ำมันจะเข้าไปอุดตันรูขุมขนทำให้ไขมันที่ต่อมไขมันสร้างออกมาระบายออกทางรูขุมขนไม่สะดวก มักทำให้เกิดสิวได้ง่าย

- ความเครียดและการพักผ่อนไม่เพียงพอ ความเครียดจะทำให้เกิดความไม่สมดุล ของระดับฮอร์โมนเพศ ต่อมาไขมันจะขับไขมันออกมามาก ทำให้เกิดสิวได้ง่าย และถ้าได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอร่างกายจะอ่อนแอจึงทำให้ผิวหนังเกิดการติดเชื้อโรคได้ง่าย

- การใช้ยาในกลุ่มสเตียรอยด์ จะทำให้เกิด “สิวสเตียรอยด์” ซึ่งรักษายากมาก

3) การป้องกัน มีวิธีการป้องกันการเกิดสิวได้ ดังนี้

3.1) รักษาความสะอาด โดยเฉพาะบริเวณใบหน้า ใช้น้ำอุ่นล้างหน้าเมื่อหน้ามีความมัน โดยใช้สบู่หรือครีมล้างหน้า เพื่อรักษาความสะอาด แต่ไม่ควรล้างหน้าบ่อยจนเกินไป

3.2) หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องสำอางหรือครีมที่มีน้ำมันค่อนข้างสูง อาจจะใช้โดยการทาเองหรือการนวดหน้า แต่ถ้าเครื่องสำอางหรือครีมที่มีปริมาณน้ำมันต่ำ หรือเป็นจำพวกสมุนไพรสามารถใช้ได้

3.3) ทำจิตใจให้สบายและพักผ่อนให้เพียงพอ นอกจากจะทำให้สุขภาพจิตดีแล้ว ยังช่วยป้องกันการเกิดสิวได้อีกด้วย

3.4) ไม่รับประทานหรือททายาที่มีสารสเตียรอยด์ มักพบบ่อยคือ ยารักษาฝ้า มักมี สารสเตียรอยด์เป็นส่วนผสม หรือรักษาโรคต่างๆ ที่พบว่า มีสารสเตียรอยด์ก็ควรหลีกเลี่ยง

3.5) หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก เช่น อาหารประเภททอดต่างๆ ที่ใช้น้ำมันรับประทานไขมันจากสัตว์ อาหารผัดที่ใช้ไขมันมาก เป็นต้น

4) การปฏิบัติตนเมื่อเป็นสิวก สิวเมื่อเกิดขึ้นแล้วมักจะหายไปเอง แต่ปกติคนมักวิตกกังวลรำคาญ ถ้าเป็นมากอาจเกิดความอายจึงต้องไปรักษา หรือหาซื้อยา ครีม หรือเครื่องสำอางต่างๆ มารักษาสิว และเมื่อเป็นสิวกควรปฏิบัติตน ดังนี้

4.1) อย่าบีบ กด หรือแกะสิวก การบีบ กด หรือแกะสิวก ไม่ได้ทำให้สิวกหายเร็วขึ้น แต่จะทำให้เนื้อเยื่อบริเวณรอบๆ หัวสิวกเกิดการอักเสบได้

4.2) ปฏิบัติตนตามวิธีการป้องกันที่กล่าวมาแล้วอย่างเคร่งครัด ซึ่งได้แก่ การรักษาความสะอาดบริเวณใบหน้า หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องสำอางหรือครีมที่มีน้ำมันค่อนข้างสูง ทำจิตใจให้สบาย พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่รับประทานหรือทายาที่มีสารสเตียรอยด์ และหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก

4.3) ถ้ามีสิวมากผิดปกติควรปรึกษาแพทย์ผิวหนัง เพราะอาจไม่ใช่สิวธรรมดา อาจเป็นความผิดปกติของต่อมไธสมอง หรือด้วยสาเหตุอื่น

เคล็ดลับ สุขภาพ

การซื้อยาหรือครีมรักษาสิวเอง เป็นการเสี่ยงต่อการสูญเสียความงามบนใบหน้า ถ้าเป็นสิวมากควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังหรือผู้เชี่ยวชาญด้านผิวหนังโดยเฉพาะ จะทำให้ได้รับการรักษาที่ปลอดภัย นอกจากนั้นยังได้รับคำแนะนำเพื่อการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในการป้องกันหรือรักษาสิว

2.2 กลิ่นตัว

คนทุกคนจะมีกลิ่นตัว แต่ถ้ากลิ่นตัวนั้นมีความรุนแรง อาจเหม็นเขียว เหม็นจุนๆ เหม็นเหมือนขี้เต่า บางทีก็เรียกกลิ่นตัวนี้ว่า “กลิ่นตัว” หรือ “ขี้เต่า” จนตนเองหรือคนที่อยู่ใกล้ชิดได้กลิ่น ถือว่ามีปัญหาเรื่องกลิ่นตัวแล้ว เพราะอาจจะเป็นที่รังเกียจหรือก่อความรำคาญต่อคนใกล้ชิด กลิ่นตัวที่น่ารังเกียจนั้นมักจะมาจากบริเวณรักแร้ กลิ่นตัวดังกล่าวมีทั้งในเพศชายและเพศหญิง แต่มักพบในเพศชายมากกว่าเพศหญิงและมักเริ่มเกิดในช่วงวัยรุ่น

1) สาเหตุ เหงื่อของคนเราจะมีน้ำเกลือ และแร่ธาตุเป็นส่วนประกอบ สำหรับต่อมเหงื่อที่อยู่ใต้รักแร้ (Apocrine Sweat Glands) จะขับเหงื่อออกมา และกลายเป็นสารที่เหมาะสมในการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ภายในเวลาเพียงไม่กี่ชั่วโมง แบคทีเรียที่พบอยู่ทั่วไปตามผิวหนังจะเพิ่มจำนวนอย่างรวดเร็วซึ่งการย่อยสลายนี้เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดกลิ่นตัวขึ้นมา

2) การป้องกันและการปฏิบัติตนเมื่อเกิดกลิ่นตัว กลิ่นตัวแรงเกินปกติ หรือมีกลิ่นเต่าแรง (ที่เรียกว่ากลิ่นเต่าเพราะว่าเหม็นคล้ายขี้เต่า) มีวิธีการป้องกันและปฏิบัติตน ดังนี้

- อาบน้ำชำระล้างร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

คือ เวลาเช้าและเวลาเย็น

- ขณะอาบน้ำควรฟอกสบู่บริเวณรักแร้ให้สะอาดประมาณ 2 รอบ
ควรใช้สบู่ที่ระงับกลิ่นกายที่สามารถยับยั้งหรือฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

- ใช้สารส้มก่อนนอนๆ ไม่มีเหลี่ยมดูบริเวณรักแร้หลังอาบน้ำทุกครั้ง
จะช่วยลดกลิ่นตัวได้ เพราะสารส้มสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

- หลังอาบน้ำต้องเช็ดตัวให้แห้งและสวมเสื้อผ้าที่สะอาด ควรใช้
เสื้อผ้าที่อากาศผ่านได้สะดวก เสื้อผ้าต้องตากให้แห้ง ไม่อับชื้น หรือมีกลิ่นเหม็นเนื่องจากตากใน
ร่มไม่ถูกแสงแดด

- การใช้ลูกกลิ้งหรือสเปรย์ระงับกลิ่นกาย อาจใช้ลูกกลิ้งระงับกลิ่น
กายดูบางๆ บริเวณรักแร้ หรือใช้สเปรย์ระงับกลิ่นกายชนิดบริเวณรักแร้ ซึ่งมีจำหน่ายทั่วไป
เพราะสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

- ดื่มน้ำมากๆ เพื่อช่วยให้กลิ่นเต่าเจือจางลงได้

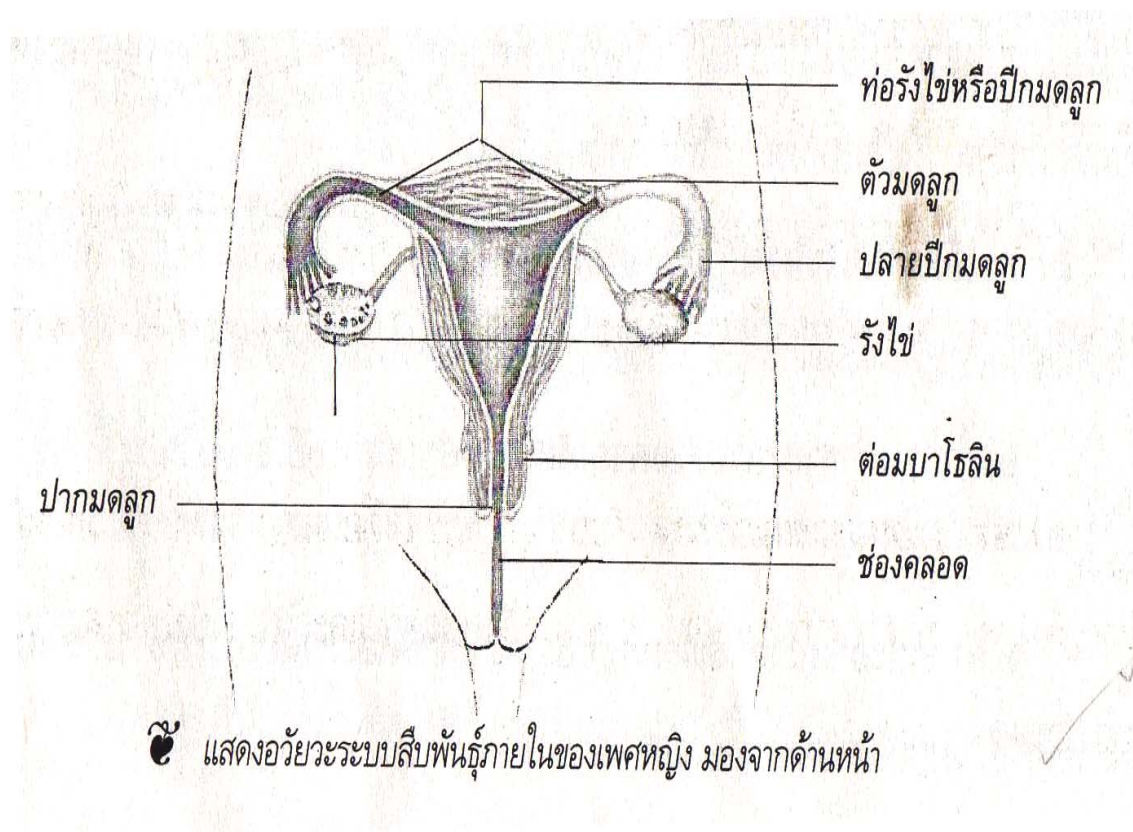
- ลดการบริโภคชา กาแฟ และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาล เพราะสิ่งเหล่านี้
ล้วนทำให้เกิดความเครียดของประสาททำให้เหงื่อออกมากกว่าปกติ

- หลีกเลี่ยงอาหารที่มีเครื่องเทศ กลิ่นฉุน เครื่องเทศที่มีกลิ่นฉุนต่าง
ๆ เช่น กระเทียมหอม เป็นต้น จะมีส่วนทำให้เกิดกลิ่นตัวได้

2.3 การมีประจำเดือน

เมื่อเด็กหญิงเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นจะมีปรากฏการณ์อย่างหนึ่งเกิดขึ้น คือ การ
มีประจำเดือน (Menstruation) อาจเรียกชื่ออื่นอีกได้แก่ ระดู รอบเดือน ประจำเดือน หรือเมนส์
(Mens)

1) วงจรของการมีประจำเดือน การมีประจำเดือนเป็นกระบวนการทาง
ธรรมชาติของผู้หญิง ที่มีความสลับซับซ้อน โดยมีวงจรรอบละประมาณ 28 วัน และวงจรรอบนี้
จะมีไปเรื่อยๆ จนถึงวัยหมดประจำเดือน (Menopause) ซึ่งจะมีอายุประมาณ 45-50 ปี ซึ่งบางคน
อาจหมดประจำเดือนเร็วหรือช้ากว่านี้ก็ได้แต่วงจรรอบนี้ก็จะมีช่วงได้เหมือนกันเมื่ออยู่ในระหว่าง
การตั้งครรภ์ หรือเกิดความผิดปกติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ภายใน ก่อนอธิบายถึงการมีประจำเดือน
ให้นักเรียนศึกษาภาพระบบอวัยวะสืบพันธุ์ภายในของเพศหญิง เพื่อให้รู้ตำแหน่งและรูปร่างของ
อวัยวะระบบสืบพันธุ์ภายในของเพศหญิง



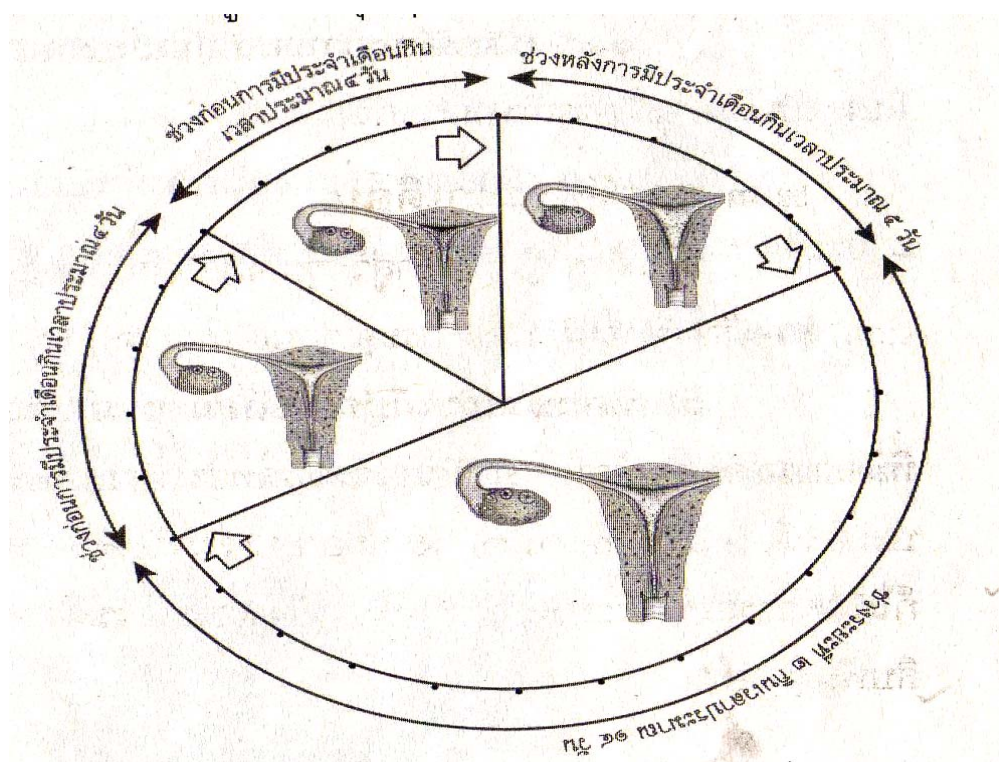
สำหรับวงจรของการมีประจำเดือนนั้นมีรายละเอียด ดังนี้

รังไข่จะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนและปล่อยไข่ออกมารังไข่เดือนละ 1 ฟอง สลับกันระหว่างรังไข่ด้านขวากับรังไข่ด้านซ้าย ไข่ที่หลุดออกมารังไข่จะเป็นไข่ที่สุก เมื่อไข่หลุดออกมารังไข่ รังไข่จะสร้างฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen) ส่งไปทางกระแสเลือดช่วยกระตุ้นให้ผนังมดลูกหนาขึ้นและมีเส้นเลือดฝอยมากขึ้น เปรียบเสมือนธรรมชาติได้เตรียมเบาะนุ่มๆ ไว้เพื่อรองรับไข่ที่จะถูกผสมกับตัวอสุจิ แล้วจะฝังตัวอยู่ที่เบาะนุ่มๆ นี้ แต่ถ้าไข่ไม่ถูกผสมกับอสุจิ ฮอร์โมนจะเปลี่ยนแปลงระดับก็จะลดลง ทำให้ผนังมดลูกที่สร้างขึ้นจนหนานี้ค่อยๆ ฝ่อตัวลง แล้วจะค่อยๆ หลุดลอกออกมา เลือดจากเส้นเลือดฝอยมากมายก็จะไหลออกมาด้วย เป็นเลือดสีแดงคล้ำ ซึ่งเรียกว่า “ระดู” หรือ “ประจำเดือน”

ปกติระยะที่เลือดแดงคล้ำ หรือ ประจำเดือนออกมานี้จะใช้เวลาประมาณ 4 วัน วันหลังๆ จะมีเลือดออกน้อยลงเรื่อย ๆ จนหมดไป

ช่วงเวลาของการมีประจำเดือนนี้อาจมากกว่าหรือน้อยกว่า 4 วันก็ได้ โดยปกติจะประมาณ 3-7 วัน และระยะวงรอบเดือนนี้อาจมากกว่าหรือน้อยกว่า 28 วันก็ได้แต่ไม่ควรมากหรือน้อยกว่า 7 วันและจะมีเลือดออกมารวมแล้วประมาณ 50-200 ซี.ซี.

2) อาการก่อนและขณะมีประจำเดือน ก่อนมีประจำเดือนและขณะมีประจำเดือนมักมีอาการต่างๆ ปรากฏขึ้น เช่น ปวด่วงบริเวณท้องน้อย ปวดหลัง บั่นเอว และก้นกบ ปวดศีรษะ อารมณ์หงุดหงิด เจ็บหน้าอก เป็นต้น



3) การปฏิบัติตนในขณะมีประจำเดือน ขณะมีประจำเดือนควรปฏิบัติตนดังนี้

- การรักษาความสะอาด ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศเป็นพิเศษ เนื่องจากในระหว่างการมีประจำเดือนจะมีความอับชื้นมากกว่าปกติ
- การใช้ผ้าอนามัย ควรใช้ให้ถูกวิธี ทุกครั้งที่เปลี่ยนผ้าอนามัยต้องทำความสะอาดอวัยวะเพศ และซับให้แห้งก่อนใช้ผ้าอนามัยแผ่นใหม่
- การอาบน้ำ ควรใช้น้ำจากฝักบัวหรือขันตักอาบ ไม่ควรลงอาบน้ำในสระหรือในแม่น้ำลำคลอง เพราะเชื้อโรคอาจเข้าสู่ช่องคลอดและเกิดการติดเชื้อได้ง่าย
- การใช้กางเกงใน ควรใส่กางเกงในที่ระบายเหงื่อได้ดี เพื่อไม่ให้อวัยวะเพศเปียกชื้น

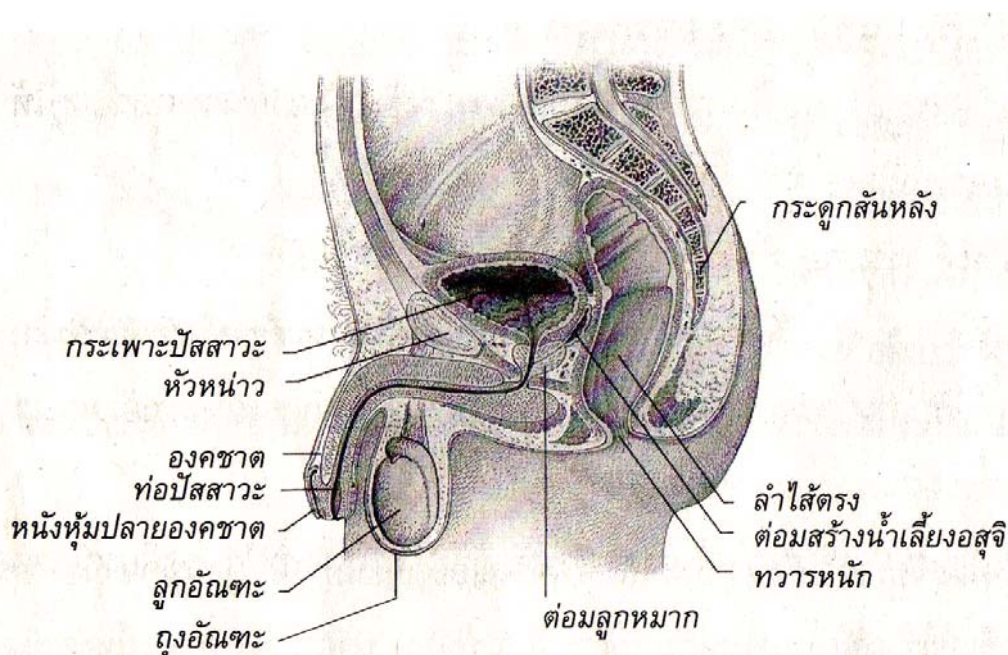
- การออกกำลังกาย ไม่ควรออกกำลังกายหนักเกินไป แต่ออกกำลังกายได้พอสมควรแต่ควรดื่มน้ำมากๆ
- การรับประทานอาหาร สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติไม่มีอาหารแสลงในขณะมีประจำเดือน ควรดื่มน้ำมากๆ
- สังเกตอาการผิดปกติ ถ้าพบอาการผิดปกติ เช่น ปวดท้องอย่างรุนแรง มีเลือดออกมากะปริดะปรอย เป็นต้น ควรปรึกษาพ่อแม่ หรือครู เพื่อที่จะรับคำแนะนำหรืออาจพาไปพบแพทย์ต่อไป

2.4 ผื่นเปื่อยก

ผื่นเปื่อยกเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของผู้ชาย ซึ่งอันที่จะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนเพศชายและตัวอสุจิ ตัวอสุจิจะเดินทางไปตามท่ออสุจิเก็บสะสมไว้ที่ถุงเก็บน้ำอสุจิซึ่งอยู่ประมาณ ช่องท้องน้อย เมื่อเก็บน้ำอสุจิไว้มากขึ้น ประกอบกับวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และอารมณ์ มีความสนใจเพศตรงข้ามแล้วอาจมีการจินตนาการเกี่ยวกับเรื่องเพศหรือในขณะนอนหลับอาจเกิด การฝันเกี่ยวกับเรื่องทางเพศทำให้ถุงเก็บน้ำเชื้อบีบรัดตัว น้ำอสุจิจะไหลเคลื่อนออกมาทางท่อปัสสาวะ สู่ภายนอก ซึ่งไม่ใช่เรื่องที่น่าอายแต่เป็นการลดปริมาณอสุจิและเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดทางเพศตามธรรมชาติเพื่อความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้น ให้นักเรียนศึกษาภาพอวัยวะระบบสืบพันธุ์เพศชาย เพื่อให้รู้ตำแหน่งและรูปร่างของอวัยวะระบบสืบพันธุ์ของเพศชาย

เคล็ดลับ สุขภาพ

การเรียนรู้เรื่องเพศไม่ใช่สิ่งที่น่าอาย แต่การหมกมุ่นเรื่องเพศเป็นสิ่งที่ไม่ดี การเรียนรู้เรื่องเพศควรเป็นไปในทางสร้างสรรค์ นำความรู้ที่ได้ไปประพฤติปฏิบัติตนให้ถูกต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางเพศของตนเอง



♂ แสดงอวัยวะระบบสืบพันธุ์เพศชาย มองจากด้านข้าง

3. การดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

การดูแลอนามัยทางเพศที่สำคัญก็คือ การดูแลอนามัยของอวัยวะสืบพันธุ์ หรือที่เรียกว่า“สุขปฏิบัติ”

3.1) สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชาย

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายควรปฏิบัติ ดังนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ในการอาบน้ำควรทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยสบู่ให้สะอาด เพื่อไม่ให้
2. หลังจากอาบน้ำชำระล้างร่างกายเสร็จแล้วควรเช็ดอวัยวะเพศให้แห้ง
3. สวมกางเกงชั้นในที่สะอาด อย่าให้เปียกชื้น และไม่ควรวางกางเกงในที่คับหรือรัดจนเกินไป
4. อย่าให้อวัยวะเพศได้รับการกระทบกระเทือนแรงๆ เพราะจะทำให้เจ็บและเกิดการอักเสบได้โดยเฉพาะลูกอัณฑะถ้าถูกกระทบกระแทกแรงๆ จะปวดมาก
5. ไม่คลุกคลีหรือใช้เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว ผ้าขาวม้าร่วมกับผู้อื่นที่เป็นหรือมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพราะอาจทำให้ติดเชื้อได้
6. ใช้ส้วม ห้องน้ำ หรือที่ถ่ายปัสสาวะที่ถูกสุขลักษณะ
7. ไม่เที่ยวสำส่อน หรือมีเพศสัมพันธ์กับหญิงขายบริการ เพราะอาจทำ

ให้เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์ได้

8. ควรสวมถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับหญิงที่ไม่ใช่คู่ของตน หรือมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์

9. หากสงสัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์ ควรรีบไปปรึกษาแพทย์ ทำการตรวจเลือด ไม่ควรซื้อยามารักษาเอง

10. เมื่อมีความต้องการทางเพศ ควรหาทางออกที่ถูกต้องและเหมาะสม เช่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี ทำงานอดิเรก เป็นต้น หากจำเป็นอาจสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง แต่ไม่ควรทำบ่อยนัก เพราะจะบั่นทอนสุขภาพได้

3.2 สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิง

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิงควรปฏิบัติ ดังนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ในการอาบน้ำควรใช้สบู่ฟอกอวัยวะเพศให้สะอาด
2. หลังจากอาบน้ำชำระล้างร่างกายเสร็จแล้ว ควรเช็ดอวัยวะเพศให้แห้ง
3. สวมชุดชั้นในที่สะอาดอย่าให้เปียกชื้น และไม่ควรสวมชุดชั้นในที่คับหรือรัดจนเกินไป
4. ระวังอย่าให้อวัยวะเพศได้รับการกระทบที่รุนแรง ๆ เพราะจะทำให้เกิดการอักเสบ หรือเป็นอันตรายได้ไม่คลุกคลีหรือใช้เสื่อผ้า ผ้าเช็ดตัว ร่วมกับผู้ที่เป้นหรือสงสัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อได้
5. ใช้ส้วม ห้องน้ำที่ถูกสุขลักษณะ และเมื่อถ่ายปัสสาวะหรืออุจจาระเสร็จแล้ว ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศและทวารหนัก โดยใช้น้ำหรือกระดาษชำระที่สะอาด
6. ไม่สำส่อนทางเพศ เพราะนอกจากจะผิคนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามแล้ว ยังอาจติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์ได้
7. หากสงสัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์ ควรรีบปรึกษาแพทย์ ทำการตรวจเลือด ไม่ควรซื้อยามารักษาเอง
8. ระหว่างการมีประจำเดือน ควรเตรียมผ้าอนามัยที่สะอาด และใช้ผ้าอนามัยอย่างถูกวิธีตลอดจนระมัดระวังรักษาความสะอาด ต้องเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อย ๆ ไม่ควรใช้นานเกินไป เมื่อใช้แล้วควร ห่อกระดาษให้เรียบร้อยแล้วทิ้งถังขยะ ไม่ทิ้งลงไปในโถส้วม เพราะจะทำให้ส้วมอุดตันได้

9. ระหว่างมีประจำเดือน ไม่ควรออกกำลังกายที่ผาดโผนหรือรุนแรง และไม่ควรลงเล่น หรือว่ายน้ำ ควรออกกำลังกายเบาๆ และพักผ่อนให้เพียงพอ

10. ระหว่างมีประจำเดือน ถ้ามีอาการปวดที่บริเวณท้องน้อยให้ใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบ เพื่อให้ความอบอุ่น และอาจรับประทานยาแก้ปวดระงับอาการปวดได้

11. ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น มีการตกขาว เกิดการอักเสบที่บริเวณช่องคลอด เป็นต้น ควรรีบไปปรึกษาแพทย์

4. สรุป

อนามัยเจริญพันธุ์ เป็นภาวะที่สมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นผลมาจากการกระกระบวนการของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ทั้งชายและหญิง ทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งส่งผลให้มีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หากวัยรุ่นมีอนามัยทางเพศที่ดี ได้แก่ การดูแลเรื่อง การเป็นสิวมามีกลิ่นตัวแรง การมีประจำเดือนการผื่นเปื่อยก ตลอดจนการดูแลอนามัยของอวัยวะเพศชายและหญิง ซึ่งการมีอนามัยทางเพศดีจะทำให้วัยรุ่นเป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตดีอีกด้วย

แบบประเมินผลงานนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

ผลงานที่ประเมิน.....

ชื่อ นักเรียน/ กลุ่ม	ความถูกต้อง ของเนื้อหา				ความคิด สร้างสรรค์				วิธีการ นำเสนอ				การยอมรับ ของผลงาน				การนำไปใช้				รวม 20 คะแนน
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การประเมิน

ดีมาก = 4

ดี = 3

พอใช้ = 2

ปรับปรุง = 1

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 16 - 20 = ดีมาก

คะแนน 11 - 15 = ดี

คะแนน 6 - 10 = พอใช้

คะแนน 1 - 5 = ปรับปรุง

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

กลุ่มที่.....

สมาชิก

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	รายการประเมินพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ				
		ดีมาก 4	ดี 3	พอใช้ 2	ปรับปรุง 1	หมายเหตุ
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน					
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่					
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน					
4.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม					
5.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา					
6.	ผลงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด					
7.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
8.	ผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง					
9.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
10.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน					
รวม						

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 31 – 40 = ดีมาก

คะแนน 21 – 30 = ดี

คะแนน 11 – 20 = พอใช้

คะแนน 1 – 10 = ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

คู่มือสำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 3
เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และ
โรคเอดส์

คำชี้แจง

1. ครูผู้สอนจะต้องเตรียมเอกสารและวัสดุอุปกรณ์ก่อนทำการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ชุดที่ 3 ดังนี้
 - 1.1 แผนการสอน เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ จำนวน 1 ชุด
 - 1.2 คู่มือนักเรียน จำนวน 6 ชุด
 - 1.3 กระดาษคำตอบแบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.4 แบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.5 กระดาษ A จำนวน 40 แผ่น
 - 1.6 สีไม้/สีเมจิก จำนวน 6 กล่อง
2. บทบาทและหน้าที่ของครูผู้สอน
 - 2.1 ครูต้องศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้ชุดที่ 3 อย่างรอบครอบ โดยศึกษา คู่มือสำหรับครู คู่มือสำหรับนักเรียน
 - 2.2 สำหรับการสอนครูต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้
 - 2.3 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนของชุดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้
 - 2.4 ครูควรเป็นผู้ให้คำแนะนำ และเป็นพี่ปรึกษาของนักเรียนขณะที่นักเรียนดำเนินกิจกรรม
 - 2.5 หลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังใช้ชุดการเรียนรู้แต่ละชุด
 - 2.6 ในกรณีที่มึ้นักเรียนขาดเรียน ครูควรให้นักเรียนที่ขาดเรียนเรียนรู้เป็นรายบุคคลจากชุดการเรียนรู้
 - 2.7 นักเรียนที่ไม่ผ่านการประเมินผลหลังเรียน ต้องทำกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

สาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง พฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ จำนวน 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

มีสถานการณ์หลายอย่างที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด และเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์และโรคเพศสัมพันธ์ การรู้จักป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิดจะช่วยให้นักเรียนห่างไกลจากอันตรายของโรคเอดส์ และโรคเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ได้

2. มาตรฐานการเรียนรู้ พ.2.1

3. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้และเข้าใจพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์

4. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
2. รู้และเข้าใจพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
3. รู้ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
4. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
5. ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

เอดส์

5. สาระการเรียนรู้

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. โรคเอดส์
3. พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค
4. ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรค
5. การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงจากการเกิดโรค

6. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

6.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูนำเสนอด้วยคำถาม “นักเรียนคิดว่านักเรียนมีโอกาสติดเอดส์หรือไม่ เพราะเหตุใด” แล้วอภิปรายซักถามความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค เพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

2. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

3. ครูชี้แจงวิธีการเรียนรู้

6.2 ขั้นเรียนรู้

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 6 คน (โดยพิจารณาความสามารถ เก่ง ปานกลาง อ่อน) เมื่อเสร็จแล้วให้เลือกประธาน รองประธานและเลขานุการ แบ่งหน้าที่ แล้วปฏิบัติตามใบงานที่กำหนด ในชุดการเรียนรู้

2. แจกชุดการเรียนรู้ชุดที่ 3 เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

3. นักเรียนศึกษาชุดการเรียนรู้ โดยศึกษาคำชี้แจง จุดประสงค์การเรียนรู้ ใบความรู้ ใบงาน ซึ่งหากนักเรียนเกิดความสงสัยไม่เข้าใจให้ถามครู

4. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามแผนในชุดการเรียนรู้ โดยครูคอยสังเกตการณ์ดำเนินกิจกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่มและคอยให้คำปรึกษาแนะนำ

6.3 ขั้นสรุป

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลการเรียนรู้จากกิจกรรม

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

3. นักเรียนทำแผ่นพับ นำเสนอเกร็ดความรู้เรื่อง “โรคเอดส์”

4. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

7. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

7.1 สื่อ

1. ชุดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

2. ใบงานที่ 1 เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

3. ใบงานที่ 2 เรื่อง วัยรุ่นพ้องนอกสมรส

4. ใบงานที่ 3 เรื่อง ปัญหา ผลกระทบ การป้องกัน และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

5. ใบความรู้ เรื่อง เอดส์

6.แบบทดสอบก่อน – หลังการเรียนรู้ จำนวน 10 ข้อ

7.หนังสือเรียนสุขศึกษา ม.1

8.ข่าววัยรุ่นหญิงถูกล่วง

9.กรณีศึกษา ถึงครูแนะแนว

7.2 แหล่งการเรียนรู้

1. <http://www.dmg.moph.go.th>
2. <http://www.thebody.com>
3. <http://www.aids-thai.com>

8. การวัดและประเมินผล

8.1 วิธีการวัด

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติการกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน

8.2 เครื่องมือ

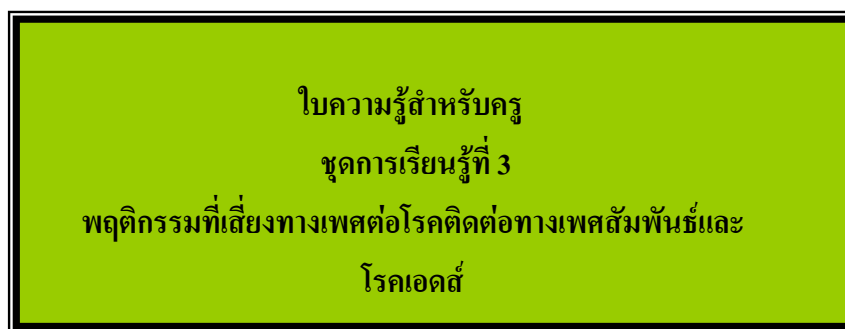
1. แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
2. แบบทดสอบ
3. แบบประเมินผลงานนักเรียน

8.3 เกณฑ์การประเมินผล

คะแนนที่ได้จากการตรวจใบงานแต่ละใบงาน ได้คะแนนในแต่ละใบงาน 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์

- ได้คะแนนจากการทดสอบท้ายใบความรู้ 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์

- ได้คะแนนจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์



โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

1. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เดิมเรียกว่า กามโรค (Venereal Disease) หรือ V.D. แต่ในปัจจุบันองค์การอนามัยโลกได้เรียกชื่อใหม่ว่า โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Sexually Transmitted Disease) หรือ S.T.D. เป็นโรคติดต่อทางเพศกลุ่มหนึ่ง

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่เกิดกับอวัยวะเพศมีหลายชนิด ได้แก่โรคหนองใน โรคหนองในเทียม โรคแผลริมอ่อน โรคฝีมะม่วง โรคซิฟิลิส และแผลกามโรคเรื้อรังที่บริเวณขาหนีบ ในปัจจุบันทางการแพทย์ได้ถือว่าโรคเอดส์เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โรคหนึ่งด้วย

1.1 โรคหนองใน (Gonorrhea)

1) สาเหตุ เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่มีชื่อว่า Neisseria Gonorrhea (ไนซ์ซีเรีย โกลโนร์เรีย)

2) ระยะฟักตัว โดยทั่วไปฟักตัวประมาณ 2-5 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 15 วัน

3) ลักษณะและอาการ โดยทั่วไปอาการจะเกิดเฉพาะบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ แต่มีบางรายที่อาจเกิดบริเวณอื่นๆ ได้ อาการของโรคหนองในจะแตกต่างกันในแต่ละวัยและเพศ ดังนี้

3.1) ในเด็กแรกเกิด ถ้าทารกได้รับเชื้อโรคจากแม่ เชื้ออาจเข้าตาทำให้ตาบวมแดงบริเวณด้านนอกและหนังตา หรือกลายเป็นโรคเยื่อหุ้มตาอักเสบ อาจทำให้ตาบอดได้

3.2) ในผู้ชายจะมีอาการถ่ายปัสสาวะไม่ออกหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ขัดเบา” ขณะปัสสาวะออกมาจะรู้สึกแสบๆ คันๆ มีหนองไหลเยิ้มออกมาทางท่อปัสสาวะ ซึ่งหนองจะมีสีเขียวหรือสีเหลืองข้นๆ มีกลิ่นเหม็นมาก ปากท่อปัสสาวะที่ปลายอวัยวะเพศจะบวมแดง มีการอักเสบ จะมีหนองไหลอยู่ประมาณ 7-14 วัน จะเริ่มลดน้อยลง แต่อาการแสบๆ ในขณะปัสสาวะยังไม่หาย ถ้าปล่อยไว้นานจะเกิดอาการอักเสบเรื้อรัง ต่อมน้ำเหลืองที่ขาหนีบจะอักเสบ บวมและเจ็บ อาจมีอาการปวดตามข้อ บางรายมีผื่นขึ้นตามตัว ต่อมลูกหมากอักเสบทำให้ท่อสุจิอุดตัน และอาจเป็นหมันได้

4) การติดต่อ

4.1) การสัมผัสโดยตรง คือ การมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่เป็นโรคหนองใน

4.2) การสัมผัสทางอ้อม เช่น การสัมผัสกับเครื่องใช้หรือเสื้อผ้าที่มีเชื้อหนองในติดอยู่ เป็นต้น

4.3) การติดเชื้อจากช่องคลอดของมารดาไปสู่ทารกแรกเกิด เพราะช่องคลอดของมารดามีเชื้อโรคหนองในอยู่

1.2 โรคหนองในเทียม (Non-Specific Urethritis)

1) สาเหตุ

1.1) จากเชื้อโรค เช่น ไวรัส เชื้อรา ปาราสิต เป็นต้น

1.2) จากการระคายเคืองเป็นประจำที่บริเวณอวัยวะสืบพันธุ์

1.3) จากการแพ้อาหารบางชนิด เช่น หน่อไม้ สาเก เป็นต้น

1.4) จากการเป็นโรคอื่นๆ ที่ทำให้ท่อปัสสาวะเกิดการอักเสบได้

2) ระยะฟักตัว โดยทั่วไปฟักตัวประมาณ 3-10 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 14 วัน

3) ลักษณะและอาการ

3.1) ในผู้ชายจะมีอาการอักเสบของระบบทางเดินปัสสาวะมีหนองใสๆ หรือขุ่นไหลซึมออกมาคล้ายโรคหนองในแท้ เชื้ออาจลุกลามเข้าไปถึงถุงอัณฑะหรือต่อมลูกหมาก นอกจากนี้ยังมีการคัน ระคายเคืองในท่อปัสสาวะ และขณะปัสสาวะจะแสบและขัดคล้ายอาการของโรคหนองในแท้

3.2) ในผู้หญิงมีการตกขาวคล้ายของโรคหนองในแท้ และมีอาการอักเสบของช่องคลอดและปีกมดลูกด้วย

4) การติดต่อ จะติดต่อได้โดยการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่กำลังเป็นโรคหรืออาจติดต่อจากการสัมผัสข้าวของเครื่องใช้ที่มีเชื้อหนองในติดอยู่

1.3 โรคแผลริมอ่อน (Chancroid)

1) สาเหตุ เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่มีชื่อว่า *Hemophilus Ducreyi* (ฮีโมฟิลัส ดูเครอี)

2) ระยะฟักตัว โดยทั่วไปฟักตัวประมาณ 3-5 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 7 วัน แต่ถ้าผิวหนังมีรอยถลอกอยู่ก่อนเชื้อโรคจะเข้าไปจะใช้เวลาเพียง 1 วัน

3) ลักษณะและอาการ จะเริ่มเป็นตุ่มที่อวัยวะเพศ แล้วแตกออกเป็นแผลกลม ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 2 เซนติเมตร แผลจะตื้น มีขอบขรุขระ แต่ไม่แข็ง จึงเรียกว่า

แผลริมอ่อน ที่บริเวณแผลจะมีอาการอักเสบแดง ลักษณะคล้ายแผลเปื่อยเน่า ขอบแผลมักเว้าๆ แหว่งๆ บางแผลลึก บางแผลตื้นมักจะมีหลายแผล มีน้ำเหลืองหรือน้ำหนองที่แผล เมื่อสัมผัสแผลจะเจ็บปวด และมีเลือดไหลออกง่าย ต่อมน้ำเหลืองที่บริเวณขาหนีบจะเกิดการอักเสบทำให้ปวดไปคันได้

4) การติดต่อ โรคแผลริมอ่อนจะติดต่อได้โดยการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่กำลังเป็นโรคนี้อยู่ หรือติดจากน้ำเหลืองและน้ำหนองของโรค

1.4 โรคฝีมะม่วง (Lymphogranulome Venerum)

1) สาเหตุ เกิดจากเชื้อไวรัสที่มีชื่อว่า Bedsonia (เบคโซเนีย)

2) ระยะฟักตัว โดยทั่วไปฟักตัวประมาณ 7-12 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 50 วัน

3) ลักษณะและอาการ จะมีตุ่มใสเล็กๆ บริเวณอวัยวะเพศ แล้วแตกออกเป็นแผลมีขอบเรียบพร้อมกับมีอาการอักเสบของท่อปัสสาวะ แผลมักมีขนาดเล็ก อาจมีแผลเดียวหรือหลายแผล เชื้อโรคจากแผลจะเข้าสู่ท่อและต่อมน้ำเหลืองบริเวณขาหนีบจะอักเสบ บวมโต ระยะนี้อาจมีไข้ หนาวสั่น เจ็บปวดตามข้อ ตาอักเสบ เบื่ออาหาร ถ้ามีอาการอักเสบของต่อมน้ำเหลืองมากๆ ผิวหนังบริเวณขาหนีบจะอักเสบเป็นสีแดงต่อมน้ำเหลืองที่อักเสบจะบวมโตและกลายเป็นฝีมะม่วงในเวลาต่อมา ลักษณะฝีจะยวรีไปตามช่องขาหนีบ แล้วแตกเป็นแผล และอาจลุกลามไปถึงอวัยวะเพศได้ จนทำให้เกิดเป็นแผลใหญ่

4) การติดต่อ ติดต่อกันได้โดยการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่กำลังเป็นโรคนี้อยู่ หรือโดยการสัมผัสกับเชื้อโรคจากแผล ฝี หรือน้ำเหลืองของโรค

1.5 ซิฟิลิส (Syphilis)

1) สาเหตุ เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่มีชื่อว่า Treponema Pallidum (ทรีโปนีมา พัลลิดัม)

2) ระยะฟักตัว โดยทั่วไปฟักตัวประมาณ 10-28 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 90 วัน

3) ลักษณะและอาการ แบ่งออกเป็น 4 ระยะ คือ

3.1) ระยะที่ 1 เรียกว่า “ระยะเป็นแผล” จะเกิดแผลริมแข็ง คือ ขอบแผลจะแข็ง หลังจากได้รับเชื้อประมาณ 10-90 วันจะเป็นบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ตรงจุดที่เชื้อโรคเข้าไปตามรอยถลอกเวลาสัมผัสจะไม่เจ็บปวด

3.2) ระยะที่ 2 เรียกว่า “ระยะออกดอก” มักจะเกิดหลังจากเป็นแผลประมาณ 8 สัปดาห์ในระยะนี้จะเกิดตุ่มหรือที่ผื่นทั่วตัว รวมทั้งฝ่ามือ ฝ่าเท้า ปาก และอวัยวะ

สืบพันธุ์ ผื่นของโรคนี้จะไม่คัน ผู้ป่วยจะมีไข้ อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว กระจก และข้อ ต่อมน้ำเหลืองทั่วตัวอาจจะโต และอาจมีผื่นเป็นหย่อมๆ ได้ ตุ่มและผื่นอาจจะหายเองได้โดยไม่ต้องรักษาด้วยยา แต่เชื้อซิฟิลิสจะหลบในเข้าสู่ระยะที่ 3

3.3) ระยะที่ 3 เรียกว่า “ระยะไม่มีอาการ” หรือ “ระยะแฝง” ในระยะนี้จะรู้ว่า ผู้ป่วยเป็นโรคซิฟิลิสได้โดยการตรวจเลือดเท่านั้น เพราะผู้ป่วยจะไม่มีอาการ แต่ยังสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้ระยะนี้อาจเป็นได้นานประมาณ 2-10 ปี

3.4) ระยะที่ 4 เรียกว่า “ระยะหลัง” หรือ “ระยะสุดท้าย” เป็นระยะที่เชื้อได้ทำอันตรายแก่หัวใจ หลอดเลือด สมอง ตับ ไต ไขสันหลัง กระจก ข้อ และอวัยวะอื่นๆ ทำให้เกิดอาการต่างๆ เช่น เหนื่อย หอบ บวม ถ้าเป็นที่สมองและไขสันหลังอาจทำให้เกิดสมองเสื่อม อุปนิสัยใจคอเปลี่ยนไป อาจเป็นอัมพาต หรือวิกลจริต เป็นต้น ถ้าเป็นกระจกและข้ออาจทำให้ปวดกระดูก ปวดข้อ ซิฟิลิสระยะที่ 5 นี้จะเกิดขึ้นหลังจากเป็นระยะที่ 1 และระยะที่ 2 มาแล้วประมาณ 15 ปี

โรคซิฟิลิสจะติดต่อผ่านจากมารดาเข้าไปสู่ทารกในครรภ์ได้ ทำให้เกิดเป็นโรคซิฟิลิส มาตั้งแต่กำเนิด ทารกอาจเสียชีวิตอยู่ในครรภ์หรือคลอดออกมาด้วยลักษณะของความพิการต่างๆ อาจมีการตาบอด หูหนวก เป็นอัมพาต ดังนั้นผู้ที่กำลังตั้งครรภ์ถ้าสงสัยว่าจะเป็นโรคซิฟิลิสควรจะทำ การตรวจเลือดเพื่อความปลอดภัยของทารกในครรภ์

1.6.1 แผลกามโรคเรื้อรังบริเวณขาหนีบ (Granuloma Inguinale)

1) สาเหตุ เกิดจากเชื้อแบคทีเรียที่มีชื่อว่า *Klebsiella Granulomatis* (แคลบซิลลา กรานูโล-มาติส) หรือเชื้อ *Donovanbody* (โดโนแวนบอดี)

2) ระยะฟักตัว ระยะฟักตัวไม่แน่นอนอาจประมาณ 2-3 วัน แต่บางครั้งอาจนานถึง 80 วัน

3) ลักษณะและอาการ เริ่มจากการมีตุ่มใสๆ หรือผื่นเล็กๆ ที่บริเวณอวัยวะเพศ ผิวหนังบริเวณขาหนีบ หรือทวารหนัก ต่อมาเมื่อดตุ่มหรือผื่นเหล่านี้จะขยายกลายเป็นแผลลูกกลมกว้างออกไปยังบริเวณใกล้เคียง โดยเฉพาะผิวหนังที่อับชื้นมีเหงื่อ หรือบริเวณที่มีการเสียดสี เช่น ที่ขาหนีบ อวัยวะ เป็นต้น เมื่อเชื้อแพร่กระจายออกไปอาจทำให้เกิดแผลใหม่อีกแล้ว ลูกกลมไปรวมกับแผลเดิมกลายเป็นแผลใหญ่และเรื้อรัง

2. โรคเอดส์

โรคเอดส์เป็นโรคติดต่อที่ร้ายแรง เนื่องจากปัจจุบันยังไม่มียารักษาให้หายได้ ดังนั้นคนที่ เป็นโรคเอดส์จึงต้องเสียชีวิต

1.1 ประวัติความเป็นมา

ไม่มีใครทราบว่าเชื้อไวรัสที่ทำให้โรคเอดส์นั้นมาจากที่ใด แต่มีรายงานโรคเอดส์เป็นครั้งแรกในประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อปี พ.ศ. 2524 จากนั้นโรคเอดส์ก็แพร่ระบาดไปอย่างรวดเร็วในทวีปอเมริกาเหนือและอเมริกาใต้ ตลอดจนยุโรปและแอฟริกา จนปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยด้วยโรคเอดส์แล้วทั่วโลก สำหรับประเทศไทยพบว่าผู้ป่วยรายแรกเมื่อเดือนกันยายน พ.ศ. 2527 และเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อยๆ ในสังคมไทยปัจจุบันนี้

1.2 ความหมาย

AIDS ย่อมาจาก Acquired Immune Deficiency Syndrome (แอคควายด์ อิมมูน ดิฟิเชียนซี ซินโดรม)

เอดส์ เป็นกลุ่มอาการที่เกิดขึ้นจากการติดเชื้อโรคฉวยโอกาส ภายหลังจากภูมิคุ้มกันของร่างกาย บกพร่องจากการติดเชื้อ เอช ไอ วี (HIV)

โรคติดเชื้อฉวยโอกาส เป็นโรคที่เกิดขึ้นกับผู้ติดเชื้อเอดส์ที่มีระดับภูมิคุ้มกันของร่างกายต่ำกว่าปกติการเกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสที่พบบ่อยในผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วยเอดส์ เช่น

วัณโรค ปอดอักเสบจากเชื้อ พื ซี ที เชื้อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อ คริปโต ค็อกคัส เชื้อราของหลอดลม หรือปอด ปอดบวมและ มะเร็งบางชนิด เป็นต้น

ผู้ติดเชื้อเอดส์ คือ ผู้ที่ตรวจพบเชื้อไวรัสเอดส์ในร่างกาย เรียกว่า มีเลือดบวกเอดส์ แต่ร่างกายยังปกติสามารถดำเนินชีวิตได้โดยไม่มีอาการเจ็บป่วย

ผู้ป่วยเอดส์ คือ ผู้ติดเชื้อไวรัสเอดส์ที่มีอาการเจ็บป่วยด้วยโรคติดเชื้อฉวยโอกาสต่าง ๆ

1.3 สาเหตุ

เป็นโรคที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสชนิดหนึ่ง ที่มีชื่อว่า Human immunodeficiency Virus (ฮิวแมน อิมมูโนดิฟิเชียนซี ไวรัส) หรือที่เรียกว่า HIV ซึ่งไวรัสชนิดนี้จะเข้าไปทำลายเม็ดเลือดขาว ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายเสื่อมลง หรือที่เรียกว่า “ภูมิคุ้มกันบกพร่อง” ทำให้ร่างกายไม่สามารถป้องกันและทำลายเชื้อโรคชนิดต่าง ๆ ได้

1.4 อาการ

เมื่อได้รับเชื้อ HIV เข้าไปแล้วจะเกิดอาการต่าง ๆ แบ่งได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้
ระยะที่ 1 เรียกว่า “ระยะติดเชื้อไวรัสเอดส์” เมื่อได้รับเชื้อใหม่ๆ จะยังไม่แสดงอาการถ้าไปตรวจเลือดก็จะยังไม่พบเชื้อ แต่หลังจากได้รับเชื้อแล้ว 6 สัปดาห์จะตรวจพบเลือดบวก ระยะนี้ผู้ป่วยจะยังไม่มีอาการซึ่งนับว่าเป็นอันตราย เพราะสามารถแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้

ระยะที่ 2 เรียกว่า “ระยะอาการกำเริบกับโรคเอดส์” เป็นระยะที่เริ่มปรากฏ

อาการอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างพร้อมกัน อาการเหล่านี้ได้แก่

- 1) ต่อมน้ำเหลืองที่คอ รักแร้ แขน ขาหนีบโตนานเกิน 3 เดือน
 - 2) น้ำหนักลด 4-5 กิโลกรัม หรือมากกว่า 10 % ของน้ำหนักตัวภายใน 3 เดือนโดยไม่ทราบสาเหตุ
 - 3) อุจจาระร่วงเรื้อรังเกิน 3 เดือน โดยไม่ยอมหาย
 - 4) เบื่ออาหารและเหนื่อยง่าย เป็นเวลาเกิน 3 เดือน
 - 5) ไอโดยไม่ทราบสาเหตุนานเกิน 3 เดือน
 - 6) มีไข้เกิน 37.8 องศาเซลเซียส หรือมีเหงื่อออกมากตอนกลางคืนเรื้อรังเกิน 1 เดือน
 - 7) มีก้อนสีแดงปนม่วงขึ้นตามตัวและโตขึ้นเรื่อยๆ
 - 8) แขน ขาข้างใดข้างหนึ่งไม่มีแรง หรือทำงานไม่ประสานกัน
 - 9) เป็นฝ้าขาวที่ลิ้น และในปากเกิน 3 เดือน
- ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าผู้ที่มีอาการดังกล่าวเหล่านี้เป็นเอดส์ทุกรายจนกว่าจะได้รับตรวจเลือดยืนยันผลเป็นที่แน่นอน

ระยะที่ 3 เรียกว่า “ระยะโรคเอดส์” ผู้ป่วยจะมีอาการของโรคติดเชื้อที่เข้ามาในร่างกาย และทำให้เกิดอาการของโรคเหล่านั้น เนื่องจากภูมิคุ้มกันในร่างกายได้ถูกเชื้อ HIV ทำลายไปมาก ซึ่งโรคเหล่านั้นจะทำให้เกิดอาการกับระบบต่างๆ ของร่างกาย ดังนี้

- 1) ระบบทางเดินอาหาร เช่น หลอดอาหารอักเสบ อุจจาระร่วงเรื้อรัง ถ่ายเหลว หรือถ่ายเป็นมูกเป็นต้น
- 2) ระบบทางเดินหายใจ เช่น วัณโรค ปอดอักเสบ ปอดบวม เป็นต้น
- 3) ระบบประสาทส่วนกลาง เช่น สมองอักเสบ แขนขาไม่มีแรง เป็นต้น
- 4) ระบบเลือด เช่น มะเร็งหลอดเลือด มะเร็งต่อมน้ำเหลือง เป็นต้น

นอกจากอาการของโรคติดเชื้อจะเกิดกับผู้ป่วยเอดส์แล้ว ผู้ป่วยมักมีอาการทางด้านจิตใจร่วมด้วย เช่น ท้อแท้ อยากรตาย กลัวตาย วิตกกังวลสูง เศร้า หดหู่ คิดว่าชีวิตไม่มีค่า เป็นต้น

1.5 แหล่งของโรค

คนที่มีเชื้อ HIV เชื้อนี้จะอยู่ในเลือด น้ำคัดหลัง น้ำกาม น้ำในเนื้อเยื่อ และน้ำลาย

1.6 การฟกคั่ว

ระยะฟกคั่วไม่แน่นอน อาจตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 5 ปี แต่โดยเฉลี่ยประมาณ 2 ปี

1.7 การติดต่อ

การติดต่อสามารถติดต่อได้ มี 3 ทาง ดังนี้

1. ทางเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์กับคนที่เป็โรคเอดส์จะสามารถติดโรคเอดส์ได้
2. การใช้เข็มหรือกระบอกฉีดยาร่วมกันโดยเฉพาะผู้ที่ติดยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น การสักยันต์ หรือสักต่างๆ การเจาะหู เจาะจมูก เจาะลิ้นด้วยเข็มเดียวกันหลายๆคน
3. ทางแม่ที่มีเชื้อ HIV ไปสู่ทารกในครรภ์โดยผ่านทางรก

1.8 การรักษา

ปัจจุบันวงการแพทย์ได้พยายามศึกษาวิจัย เพื่อจะหาตัวยามารักษาโรคเอดส์ แต่ยังไม่ประสบความสำเร็จ การรักษาในปัจจุบันจึงได้แค่รักษาตามอาการโรคที่เกิดขึ้นเท่านั้น และรับประทานยาต้านเอดส์ที่มีฤทธิ์ในการยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสเท่านั้น แต่ไม่สามารถทำให้หายขาดได้

3.พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เป็นโรคติดต่อชนิดหนึ่ง โดยเฉพาะโรคเอดส์ถือว่าเป็นโรคติดต่อที่ต้องเฝ้าระวัง ตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม 2528 ซึ่งโรคติดต่อที่ต้องเฝ้าระวังนั้นมี 15 โรค แต่โรคเอดส์จะเป็น โรคที่มีความรุนแรงกว่าโรคอื่นในจำนวน 15 โรค และมีคนเป็นโรคเอดส์มากที่สุดจำนวน 15 โรค

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์ เพราะเชื้อโรคมักได้ล่องลอยไปตามอากาศ หรือมากับอาหาร น้ำ แต่เป็นเชื้อโรคที่อยู่ในตัวของผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วย

3.1 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

1.1 การสำส่อนทางเพศ บุคคลที่มีพฤติกรรมสำส่อนทางเพศ หรือเปลี่ยนคู่นอนไปเรื่อยๆ จึงอาจได้รับเชื้อจากคู่นอนคนใดคนหนึ่งมาโดยที่ไม่รู้ตัว

1.2 การขายบริการทางเพศ ในสังคมปัจจุบัน การขายบริการทางเพศได้เริ่มเข้ามาสู่นักเรียนนิสิต นักศึกษาแล้ว นับว่าเป็นการเสี่ยงต่อการแพร่ระบาดของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มาก

1.3 การมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่แน่ใจว่าจะเป็นผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วย โดยที่ไม่ได้ป้องกันด้วยการใช้ถุงยางอนามัย เมื่อมีเพศสัมพันธ์

1.4 การดื่มสุรา การดื่มสุราจะทำให้ขาดสติ ความยังคิด เมื่อมีอาการทางเพศขึ้นมา ประกอบกับเกิดความมึนเมาจากฤทธิ์ของแอลกอฮอล์ อาจจะไปเที่ยวหญิงบริการ และติดเชื้อเอดส์ได้ในที่สุด

1.5 การไปเที่ยวในสถานที่ที่มีบรรยากาศที่สนุกสนาน เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้แก่ ตามแหล่งบันเทิงเรีรรมย์ต่าง ๆ เช่น บาร์ คอฟฟี่ช็อป ผับ เป็นต้น

1.6 การใช้ยาเสพติด เช่น ยาบ้า ยาอี ยาเลฟ เป็นต้น เมื่อเสพแล้วจะทำให้เกิดความเคลิบเคลิ้มอันจะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้ ซึ่งบุคคลที่ใช้ยาเสพติดเหล่านี้มักมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลหลายคน

1.7 การไปเที่ยวผู้หญิงขายบริการหรือโสเภณี การมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงขายบริการโดยไม่ใช่งานอนามย์มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์สูง

3.2 พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคเอดส์

พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคเอดส์จะเหมือนกับพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และมีข้อเพิ่มเติมอีก ดังนี้

- 1) การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น พบมากในผู้เสพยาเสพติด ปัจจุบันการฉีดยา แพทย์หรือพยาบาลจะใช้เข็มฉีดยาประเภทใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง
- 2) การโกนหนวด โดยใช้ใบมีดโกนร่วมกับผู้อื่น เพราะใบมีดโกนอาจบาดและติดเลือดของผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วยโรคเอดส์ เมื่อมาใช้กับคนต่อไปแล้วเกิดบาดเข้า เชื้อจะสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ปัจจุบันช่าง ตัดผมนิยมใช้ใบมีดโกนเพียงครั้งเดียวแล้วทิ้ง
- 3) การรับถ่ายเลือด ปัจจุบันถ้าเลือดที่ได้รับจากการบริจาคจะมีความปลอดภัย เพราะมีการตรวจสอบแล้วว่าปลอดภัยจึงจ่ายให้ผู้ป่วยได้ แต่การรับบริจาคเฉพาะกิจในกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน จะไม่ได้ผ่านการตรวจสอบก่อน จึงมีอัตราการเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้
- 4) มารดาที่ป่วยเป็นโรคเอดส์หรือติดเชื้อเอดส์ในระยะตั้งครรภ์ ทารกที่คลอดออกมามีโอกาสติดเชื้อเอดส์ได้
- 5) การรับบริการฝังเข็ม สักผิวหนัง เจาะหู เจาะลิ้น เจาะจมูก เจาะคิ้วด้วยเข็มที่ใช้ซ้ำมาแล้วหลายคน หรือขาดการดูแลด้านความสะอาดจึงมีโอกาสเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อเอดส์

6) การสัมผัสเลือดผู้อื่น เพราะถ้ามีบาดแผลหรือรอยถลอกแล้วสัมผัสเลือด อาจติดเชื้อได้ปัจจุบันแพทย์ พยาบาล หรือกรรมการจะใส่ถุงมือยาง เพื่อป้องกันการสัมผัสเลือด ของผู้ป่วยหรือนักกีฬา

ปัญหาและผลกระทบจากการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคที่ทำลายสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ส่วนโรคเอดส์นั้นเป็นโรคที่มีความรุนแรง เพราะถ้าได้รับเชื้อ HIV แล้วจะต้องเสียชีวิตในเวลาอันสั้นหากขาดการดูแลเอาใจใส่สุขภาพที่ดี

ปัญหาและผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

1) ต่อตนเอง

1.1) ทางกาย เกิดการอักเสบ การเจ็บปวด การเป็นหนอง ปัสสาวะขัด ปัสสาวะไม่ออก ปวดข้อเป็นต้น

1.2) ทางจิตใจ ก่อให้เกิดความอับอาย ไม่สบายใจ เสื่อมเสียชื่อเสียง สร้างความเดือดร้อน ให้แก่บุคคลในครอบครัว เป็นต้น

2) ต่อครอบครัว

2.1) ทำให้ครอบครัวต้องอับอาย ถ้ามีคนอื่นรู้

2.2) ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษา

2.3) อาจทำให้คู่สามี/ภรรยาติดโรคกันได้

2.4) อาจเกิดการทะเลาะวิวาทระหว่างสามี/ภรรยา

3) ต่อสังคม

3.1) ถ้าเป็นผู้มีพฤติกรรมสำส่อนทางเพศ อาจแพร่เชื้อไปยังบุคคลอื่นได้

3.2) อาจทำให้เสียงานในส่วนรวม เพราะผู้ป่วยต้องเสียเวลาในการเข้ารับการรักษา

4) ต่อประเทศชาติ

4.1) รัฐต้องเสียงบประมาณเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ถึงแม้ว่าผู้ป่วยจะเสียเงินค่ารักษา แต่บางส่วนรัฐต้องเป็นผู้จ่าย

4.2) มีพลเมืองซึ่งเป็นกำลังของชาติที่ป่วยทั้งด้านร่างกายและจิตใจ จึงไม่สามารถที่จะช่วยพัฒนาประเทศชาติได้

ปัญหาและผลกระทบจากโรคเอดส์

1) ต่อตนเอง

1.1) ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันบกพร่องจึงเกิดการติดเชื้อโรคอื่นๆได้ง่ายกว่าคนที่มียระบบภูมิคุ้มกันปกติ

1.2) ทำให้มีการเจ็บป่วย ทรมาณกับการเป็นโรคติดเชื้อชนิดนั้น ๆ

1.3) ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม สิ้นหวังในชีวิต เพราะรู้ตัวว่าต้องเสียชีวิต

1.4) เกิดความอับอาย ความวิตกกังวล กลัวคนอื่นจะไม่ยอมรับ

1.5) เสียชีวิตการที่ผู้ป่วยเอดส์จะเสียชีวิตเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับการรักษาตัวที่ดี ไข้ยาต้านเชื้อเอดส์ที่มีคุณภาพดี บำรุงร่างกายดี พยายามทำให้จิตใจร่าเริงแจ่มใส

2) ต่อครอบครัว เหมือนผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แต่มีผลกระทบเพิ่มเติม ดังนี้

2.1) ครอบครัวจะต้องสูญเสียสมาชิกในครอบครัวไป เพราะผู้ป่วยเอดส์จะต้องเสียชีวิต

2.2) ครอบครัวจะขาดผู้นำครอบครัว (ถ้าฝ่ายชายเสียชีวิต)

2.3) ครอบครัวจะขาดรายได้ (ถ้าผู้เสียชีวิตต้องทำงานหาเลี้ยงครอบครัว)

2.4) ครอบครัวต้องได้รับความอับอาย เสื่อมเสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล

3) ต่อสังคม เหมือนผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แต่มีผลกระทบเพิ่มเติมดังนี้

3.1 สังคมต้องขาดกำลังคนไปก่อนวัยอันควร ถ้าเป็นบุคคลสำคัญหรือมี

3.2 หน้าที่การงาน ที่สำคัญก็จะส่งผลกระทบกับงานที่ทำอยู่

3.3) ถ้าผู้ป่วยจำนวนมากๆ ทำให้สังคมขาดความมั่นคง

3.4) เด็กที่บิดามารดาเสียชีวิตเพราะโรคเอดส์จะสูญเสียโอกาสต่าง ๆ และเป็นภาระแก่ผู้อื่น

4) ต่อประเทศชาติ เหมือนผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ แต่มีผลกระทบเพิ่ม ดังนี้

4.1) ประเทศชาติต้องสูญเสียแรงงานไปเป็นจำนวนมาก คาดว่าในช่วงปี พ.ศ.2545-2549 ซึ่งเป็นช่วงของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 จะมีผู้เสียชีวิตจากโรคเอดส์ประมาณ ปีละ 50,000 คน คิดเป็นร้อยละ 90 อยู่ในช่วงอายุ 20-44 ปี ซึ่งเป็นวัยแรงงานที่สำคัญของประเทศชาติ

4.2) ผู้ป่วยเอดส์มักขาดกำลังใจในการทำงาน เบื่อหน่ายชีวิต ท้อแท้ อาจทำงานได้ไม่เต็มที่เหมือนปกติ ดังนั้นประสิทธิภาพในการทำงานก็จะลดลง

4.3) รัฐต้องเลียงประมาณในการรักษาสูง เพราะปัจจุบันมีผู้ติดเชื้อเอดส์ และผู้ป่วยเอดส์รวมกันประมาณ 1 ล้านคน ผู้ที่เป็นภาระก็คือผู้ป่วยเอดส์

เคล็ดลับ สุขภาพ

เอดส์ยังไม่มียารักษาให้หายได้ แต่ป้องกันได้ ไม่มีใครอยากติดเอดส์ แต่เมื่อติดเชื้อเอดส์แล้วผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วยจะไม่สามารถแพร่เชื้อเอดส์มาหาเราได้เลย หากเราไม่ไปมีเพศสัมพันธ์ หรือร่วมพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ กับผู้ติดเชื้อเอดส์หรือผู้ป่วยเอดส์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เป็นโรคที่เกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคล ดังนั้นปฏิบัติตนที่ดี เพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์จะเป็นการป้องกันอย่างดี

การป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

วิธีการป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ดังนี้

1. หลีกเลี่ยงจากสิ่งกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น หนังสือ วิดีโอ วีซีดีลามกอนาจาร
2. หลีกเลี่ยงจากเพื่อนที่ชอบชักนำไปมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ โดยเฉพาะ การซื้อ และขายบริการทางเพศ
3. มีความมุ่งมั่นในการเรียน การทำงานจะให้เกิดความคิดเรื่องเพศลดลง
4. ไม่หมกมุ่น ครุ่นคิด หรือพูดคุยกันในเรื่องเพศ
5. ไม่ประพฤติดนลำส่อนทางเพศ
6. หลีกเลี่ยงการดื่มสุราและของมึนเมา รวมทั้งยาเสพติดทุกชนิด
7. หลีกเลี่ยงการไปเที่ยวในสถานที่ที่ล่อแหลมต่อการมีเพศสัมพันธ์
8. ห้ามใช้ผ้าเช็ดตัว ผ้าขาวม้าของผู้ที่เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือของผู้ที่ไม่แน่ใจว่าจะเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือไม่
9. เมื่อมีอารมณ์ทางเพศ ควรเบี่ยงเบนความสนใจไปทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์อื่นๆ เช่น เล่นกีฬาทำงานอดิเรก ทำงานบ้าน เป็นต้น
 1. ออกกำลังกาย เล่นดนตรี เล่นกีฬาเป็นประจำจะทำให้เหนื่อย สนุก และเพลิดเพลิน จนทำให้การคิดหมกมุ่นเรื่องเพศลดลง
 2. หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลที่ไม่แน่ใจจะเป็นโรคติดต่อทาง

เพศสัมพันธ์ หรือถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้ก็ควรใช้ถุงยางอนามัย เพื่อป้องกันการติดต่อของโรค

10. ควรผ่อนคลายอารมณ์ทางเพศด้วยการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เพราะเป็นเรื่องธรรมชาติ และปลอดภัยจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ด้วย

11. ถ้าเป็นนักท่องเที่ยวและมีเพศสัมพันธ์ที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคควรมีถุงยางอนามัยพกติดตัวไว้เสมอทั้งชายและหญิง และใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์

การป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคเอดส์

วิธีการป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคเอดส์เหมือนกับการป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และมีข้อแนะนำเพิ่มเติมอีก ดังนี้

1. ไม่ใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น ในทุกกรณี
2. ไม่ใช้ใบมีดโกนร่วมกับผู้อื่น ในการโกนหนวด โกนขน หรือโกนผม
3. หลีกเลี่ยงการรับถ่ายเลือดที่ไม่ผ่านการตรวจก่อนรับบริจาค หรือไม่แน่ใจ

ว่าจะปลอดภัย จากโรคเอดส์หรือไม่

เคล็ดลับ สุขภาพ

ผู้หญิงที่ติดเชื้อเอดส์แล้วตั้งครรภ์ ลูกที่เกิดมีโอกาสติดเชื้อจากแม่ได้ถึง 1 ใน 3 หรือประมาณ 33.33% และกว่าจะรู้ว่าเด็กจะติดเชื้อจากแม่หรือไม่ก็ต้องรอให้เด็กอายุครบ 18 เดือนเสียก่อนดังนั้นในขณะตั้งครรภ์แม่ที่ติดเชื้อควรได้รับการดูแลและรักษาจากแพทย์อย่างใกล้ชิด เพื่อให้ตนเองและลูกที่จะเกิดมามีความปลอดภัยมากที่สุด

4. ผู้หญิงที่เป็นผู้ป่วยโรคเอดส์หรือผู้ติดเชื้อเอดส์ ไม่ควรป้องกันด้วยการคุมกำเนิด

5. หลีกเลี่ยงการฝังเข็ม สักผิวหนัง เจาะหู เจาะลิ้น เจาะจมูก เจาะคิ้วด้วยเข็มที่ใช้มาแล้ว

6. หลีกเลี่ยงการสัมผัสเลือดจากผู้อื่นโดยตรง ถ้ามีบาดแผลต้องระวังเป็นพิเศษอย่าให้เลือดมาสัมผัสได้ ยกเว้นเลือดคนที่เราแน่ใจจริงๆ ว่าปลอดภัย

7. ก่อนจะแต่งงานกัน ควรไปตรวจเลือดเพื่อยืนยันว่าเลือดไม่มีเชื้อเอดส์ หรือถ้ามีจะได้มีการป้องกันด้วยการใช้ถุงยางอนามัย

สรุป

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคที่ติดต่อกัน เนื่องจากการมีเพศสัมพันธ์กัน ส่วนโรค

เอดส์จะติดต่อกันเนื่องมาจากมีเพศสัมพันธ์ ทางเลือด และจากมารดาสู่ทารกในครรภ์ได้อีกด้วย ในส่วนของโรคติดต่อ ทางเพศสัมพันธ์สามารถที่จะรักษาหาย เพราะมียารักษา แต่โรคเอดส์ยังไม่สามารถรักษาให้หายได้ ปัจจุบันการรักษผู้ป่วยโรคเอดส์ด้วยการใช้ยาต้านไวรัสเอดส์ และรักษาไปตามอาการที่ป่วย เช่น เป็นวันโรคจะรักษา โรควันโรค ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์เพราะมีฉะนั้นแล้วจะเกิดปัญหาและผลกระทบจากโรคดังกล่าวทั้ง 2 โรคนั้น ทั้งต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อสังคม และต่อประเทศชาติ นักเรียนจะต้องปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและหลีกเลี่ยงโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์อย่างเคร่งครัด

ใบความรู้สำหรับครู”แนวคิด”

แผนการจัดการเรียนรู้

“พฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์”

ประเด็นอภิปราย	แนวคิดที่ควรได้
1. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับสุนันท์มีโอกาที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนหรือคนใกล้ชิดตัวนักเรียนหรือไม่ เพราะเหตุใด	- ความใกล้ชิดสนิทสนมแม้กับคนที่ไว้ใจและคนใกล้ชิดสามารถนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และเสี่ยงการติดเอดส์ได้ทั้งสิ้น
2. เพราะเหตุใดสุนันท์จึงมีเพศสัมพันธ์กับประพจน์ ทั้ง ๆ ที่สุนันท์ไม่ใช่คนรักของประพจน์ สุนันท์รู้สึกอย่างไรกับประพจน์ และประพจน์รู้สึกอย่างไรกับสุนันท์	- ความไว้ใจ นึกไม่ถึง ทำให้สุนันท์ขาดความระมัดระวังตัว จึงเกิดเหตุเช่นนี้ขึ้น - ประพจน์เป็นผู้ชายที่ต้องการเพียงระบายความต้องการทางเพศเท่านั้น - สุนันท์เคารพนับถือประพจน์เหมือนพี่ชาย ส่วน ประพจน์นั้นไม่ได้รักสุนันท์จริง ๆ เพียงแต่ ต้องการมีเพศสัมพันธ์กับสุนันท์ เพราะความ เห็นแก่ตัวและไม่สามารถควบคุมตัวเองได้
3. การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิดเพียงครั้งเดียวของสุนันท์ จะทำให้สุนันท์มีโอกาสดูติดเชื้อเอดส์หรือไม่ เพราะเหตุใด	- สุนันท์มีโอกาสดูติดเชื้อเอดส์ได้ แม้ว่าจะมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียว เพราะไม่มีใครแน่ใจได้ - ว่าประพจน์ไปมีเพศสัมพันธ์กับใครบ้าง และติดเชื้อเอดส์มาแล้วหรือไม่
4. จะป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด กับคนใกล้ชิดได้อย่างไร	- ควรหลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับเพศตรงข้ามในที่ลับตา เมื่อต้องตกอยู่ในสถานที่เช่นนั้น หรือเมื่อต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่แน่ใจไว้ใจ ก็ให้ปลีกตัวออกมาทันที ไม่ว่าจะถูกชักจูงเกลี้ยกล่อมอย่างไร - เล่าเหตุการณ์ให้พ่อแม่ หรือครูที่ไว้ใจฟัง
5. มีเหตุการณ์อะไรบ้าง ที่ควรระมัดระวังเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเหตุร้ายเช่นสุนันท์ และเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่แน่ใจว่าจะเกิดอันตรายนักเรียนควรทำอย่างไร	- เหตุการณ์ที่ต้องรีบปลีกตัวในที่ที่ได้แก่ - อยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสอง กับเพศตรงข้าม - มีใครคนหนึ่งคนใดมาสัมผัสร่างกายแม้เพียง เล็กน้อย - เพศตรงข้ามพูดจาหวานล่อชวนไปอยู่ในที่ลับตา เช่น ให้เข้าไปหาของในห้อง ฯลฯ

แบบประเมินผลงานนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

ผลงานที่ประเมิน.....

ชื่อ นักเรียน/ กลุ่ม	ความถูกต้อง ของเนื้อหา				ความคิด สร้างสรรค์				วิธีการ นำเสนอ				การยอมรับ ของผลงาน				การนำไปใช้				รวม 20 คะแนน
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การประเมิน

ดีมาก = 4

ดี = 3

พอใช้ = 2

ปรับปรุง = 1

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 16 - 20 = ดีมาก

คะแนน 11 - 15 = ดี

คะแนน 6 - 10 = พอใช้

คะแนน 1 - 5 = ปรับปรุง

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

กลุ่มที่.....

สมาชิก

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	รายการประเมินพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ				
		ดีมาก 4	ดี 3	พอใช้ 2	ปรับปรุง 1	หมายเหตุ
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน					
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่					
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน					
4.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม					
5.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา					
6.	ผลงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด					
7.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
8.	ผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง					
9.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
10.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน					
รวม						

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 31 – 40 = ดีมาก

คะแนน 21 – 30 = ดี

คะแนน 11 – 20 = พอใช้

คะแนน 1 – 10 = ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



คำชี้แจง

1. ครูผู้สอนจะต้องเตรียมเอกสารและวัสดุอุปกรณ์ก่อนทำการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ชุดที่ 4 ดังนี้
 - 1.1 แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร จำนวน 1 ชุด
 - 1.2 คู่มือนักเรียน จำนวน 6 ชุด
 - 1.3 กระดาษคำตอบแบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.4 แบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.5 เครื่องเล่นและแผ่น CD ROM จำนวน 1 ชุด
2. บทบาทและหน้าที่ของครูผู้สอน
 - 2.1 ครูต้องศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้ชุดที่ 4 อย่างรอบครอบ โดยศึกษา คู่มือ สำหรับครู คู่มือสำหรับนักเรียน
 - 2.2 สำหรับการสอนครูต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้
 - 2.3 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนของชุดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้
 - 2.4 ครูควรเป็นผู้ให้คำแนะนำ และเป็นพี่ปรึกษาของนักเรียนขณะที่นักเรียนดำเนินกิจกรรม
 - 2.5 หลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังใช้ชุดการเรียนรู้แต่ละชุด
 - 2.6 ในกรณีที่นักเรียนขาดเรียน ครูควรให้นักเรียนที่ขาดเรียนเรียนรู้เป็นรายบุคคลจากชุดการเรียนรู้
 - 2.7 นักเรียนที่ไม่ผ่านการประเมินผลหลังเรียน ต้องทำกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระที่ 2 ชีวิตครอบครัว

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ชีวิตครอบครัว

เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร

2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

คนเราอยู่ลำพังคนเดียวไม่ได้ ต้องพึ่งพาอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การมีเพื่อนยังให้ความรู้สึกรอบอุ่นใจ ช่วยกันคิด ช่วยแก้ไขปัญหาค้นหาต่างได้ และการรู้จักปฏิเสธก็เป็นทักษะที่ผู้เรียนควรฝึกให้คุ้นเคย เพื่อเป็นการช่วยเหลือเพื่อนและตนเองให้รู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่อาจนำผลเสียมาสู่ตนเองและเพื่อนได้ และถือว่าเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการป้องกันตนเองและเพื่อน การปฏิเสธที่เหมาะสมจะช่วยรักษาสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อนได้ดี

2. มาตรฐานการเรียนรู้ พ.2.1

3. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

มีทักษะในการคบเพื่อนและผูกมิตรจนมีเพื่อนหรือมิตรที่ดีจำนวนหนึ่ง

4. จุดประสงค์การเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. รู้และเข้าใจความสำคัญของเพื่อน
2. รู้วิธีการคบเพื่อน
3. เห็นความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน
4. รู้วิธีการผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา
5. มีทักษะสามารถเตือนเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

5. สาระการเรียนรู้

1. ความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน
2. การคบเพื่อน
3. การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา

6. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

6.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูขอให้ทุกคนส่งชื่อเพื่อนที่รักมาก ของนักเรียนให้ครูผู้สอน และครูผู้สอน สุ่มถามเหตุผลว่าทำไมจึงเลือกเพื่อนคนนี้อภิปรายซักถามเกี่ยวกับการคบเพื่อน
2. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ
3. ครูชี้แจงวิธีการเรียนรู้

6.2 ขั้นเรียนรู้

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่มละ 6 คน (โดยคณะกรรมการ เก่ง อ่อน ปานกลาง) เมื่อเสร็จแล้วให้เลือกประธาน รองประธานและเลขานุการ แบ่งหน้าที่ปฏิบัติตามใบงานที่กำหนดในชุดการเรียนรู้
2. แจกชุดการเรียนรู้ชุดที่ 4 เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร
3. นักเรียนศึกษาชุดการเรียนรู้ โดยศึกษาคำชี้แจง จุดประสงค์การเรียนรู้ ใบงาน ซึ่งหาก นักเรียนเกิดความสงสัยไม่เข้าใจให้ซักถามครู
4. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามแผนในชุดการเรียนรู้ โดยครูคอยสังเกตการณ์ดำเนิน กิจกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่ม และคอยให้คำปรึกษาแนะนำ

6.3 ขั้นสรุป

1. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการเรียนรู้จากกิจกรรมตามใบงาน
2. นักเรียนดู CD ROM เรื่อง “เพื่อนใจวัยรุ่น”
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร
4. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

7. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

7.1 สื่อ

1. ชุดการเรียนรู้ที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง ความสำคัญของเพื่อน
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง ทักษะในการผูกมิตร
4. ใบความรู้ เรื่อง คนที่จะคบหา
5. แบบทดสอบหลังการเรียนรู้ จำนวน 10 ข้อ
6. แผ่น CD ROM เรื่อง “เพื่อนใจวัยรุ่น”
7. ห้องสมุดของโรงเรียน

7.2 แหล่งการเรียนรู้

1. <http://www.teenpath.net-Teennature-Microsoft Internet Explorer>
2. <http://www.moph.go.th/mdh/index1.html>
3. <http://www.mahidol.ac.th/mahidol/ra/rapc>.

8. การวัดและการประเมินผล

8.1 วิธีการวัด

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน(ใบงาน)
3. ทดสอบนักเรียน

8.2 เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน
2. แบบทดสอบ
3. แบบประเมินผลงานนักเรียน

8.3 เกณฑ์การประเมินผล

1. ได้คะแนนจากการตรวจใบงานในแต่ละใบงาน ได้คะแนนในแต่ละใบงาน 5 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์
2. คะแนนที่ได้จากแบบทดสอบ
 - ได้คะแนนจากการทดสอบท้ายใบความรู้ 4 คะแนนขึ้นไป จากคะแนนเต็ม 8 คะแนน ถือว่าผ่านเกณฑ์

ใบความรู้สำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 4
เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร

1. ความสำคัญของเพื่อน

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมจะต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มหรือเป็นหมู่คณะจะไม่นิยมแยกไปอยู่อย่างโดดเดี่ยว หรืออยู่คนเดียว จะต้องมีการพูดคุยไปมาหาสู่กัน ช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกัน ทำงานหรือทำกิจกรรมร่วมกัน หรือมีเหตุที่ต้องทำให้มาอยู่รวมกันเป็นสังคมขนาดเล็กไปจนถึงสังคมขนาดใหญ่ อาจมีตั้งแต่สังคมเพื่อนบ้าน เพื่อนเรียน เพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมกิจกรรม เพื่อนร่วมชุมชนหรือร่วมหมู่บ้าน ไปจนถึงเพื่อนร่วมชาติและเพื่อนร่วมโลก แต่คำว่า “เพื่อน” ที่กล่าวมานั้น ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนใกล้ชิดหรือไกลตัว เพื่อนสนิทหรือไม่สนิทหรือเพื่อนแบบใดก็ตาม อาจกล่าวสรุปได้ว่า “มนุษย์ต้องมีเพื่อน”

เหตุผลที่สำคัญที่ทำให้คนเราต้องการเพื่อนหรือจำเป็นต้องมีเพื่อนนั้นอาจกล่าวได้ว่า เนื่องจาก ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการทางด้านจิตวิทยา พอจะสรุปถึงเหตุผลของการมีเพื่อนได้ดังนี้

1.1 ต้องการความมั่นคงและปลอดภัย

มนุษย์ทุกคนต้องการความมั่นคงและปลอดภัยจึงต้องการมีเพื่อนที่จะสามารถช่วยเหลือได้ ในยามทุกข์ยากและเดือดร้อน ในยามปกติก็ช่วยให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เกิดความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว และเพื่อนก็ยังช่วยคุ้มครองป้องกันภัยจากสิ่งต่าง ๆ ที่จะทำให้เกิดความทุกข์ยากและเดือดร้อนได้ ดังนั้นการมีเพื่อนจึงทำให้มนุษย์เกิดความรู้สึกปลอดภัยขึ้นในจิตใจอีกด้วยตัวอย่างเช่นในยามเจ็บป่วย ประสบอุบัติเหตุ หรือมีเรื่องร้ายเกิดขึ้นกับตนเอง ถ้ามีเพื่อนมาช่วยเหลือ มาเยี่ยมเยียน หรือมาอยู่ใกล้ๆ ก็จะมีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัยขึ้น

1.2 ต้องการเป็นที่ยอมรับและได้รับการยกย่องในสังคม

ธรรมชาติของมนุษย์นั้นต้องการให้เป็นที่ยอมรับและยกย่องของคนทั่วไป โดยเฉพาะคนใกล้ชิด หรือใกล้ชิด การที่มีคนยอมรับบุคคลเป็นสมาชิกคนหนึ่ง หรือยอมรับในความสามารถ ความดี ความมีน้ำใจ ความน่ารัก หรือจะยอมรับด้วยเหตุผลใด ย่อมทำให้บุคคลผู้นั้นมีความสุข และยังการที่บุคคลนั้นได้รับเกียรติยกย่องว่าเป็นคนที่มีคุณค่าหรือมีคุณประโยชน์

แก่กลุ่มหรือสังคมก็จะทำให้บุคคลผู้นั้นมีความสุขมากยิ่งขึ้น ในทางกลับกันถ้าบุคคลไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม ได้รับการดูถูกเหยียดหยามก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความทุกข์และความคับข้องใจ

1.3 ต้องการคนที่เข้าใจตนเองและเป็นที่ปรึกษาได้

ในชีวิตประจำวันของมนุษย์อาจจะอยู่ในสังคมขนาดเล็กหรือขนาดใหญ่ ต้องมีเรื่องกระทบกระทั่งทางด้านจิตใจและอารมณ์บ้าง โดยอาจมีสาเหตุมาจากบุคคล สภาพแวดล้อมต่าง ๆ หรือประสบปัญหาต่าง ๆ มนุษย์จึงมีความต้องการคนที่เข้าใจตนเอง ให้คำปรึกษาได้ สามารถเป็นที่ระบายความในใจหรือ ความคับข้องใจหรือปัญหาต่าง ๆ ได้ เมื่อได้ระบายความทุกข์แล้วก็รู้สึกสบายใจขึ้น นอกจากนี้ยังต้องการให้เพื่อนช่วยบำรุงขวัญ ให้กำลังใจ หรือคอยปลอบใจด้วย

1.4 มนุษย์ไม่ต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยว

การอยู่อย่างโดดเดี่ยว หรือดล้าพังจะทำให้เกิดความเหงาการที่ไม่มีเพื่อนคุย หรือไม่ได้พูดคุยกับใครเป็นเวลานาน ๆ ก็มักจะเกิดความเหงา การพูดคุย ที่ถูกใจหรือมีผลทางบวกจะทำให้คู่สนทนามีความสุขใจทั้งคู่ การอยู่ตามลำพังบางครั้งอาจทำให้จิตใจฟุ้งซ่านอย่างที่มีคำโบราณกล่าวว่า “อยู่คนเดียวให้ระวังความคิด” ซึ่ง “ความคิด” นั่นคือ ความคิดที่ฟุ้งซ่านอาจทำให้เกิดความไม่สบายใจ และความวิตกกังวลได้

2. การคบเพื่อน

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรักเพื่อน เชื่อเพื่อนมากกว่าวัยอื่น ๆ บางครั้งจะรักเพื่อนเชื่อเพื่อนอย่างไม่มีเหตุผล และอาจมากกว่าบิดา มารดาของตนเอง เพื่อนจึงมีอิทธิพลมากในวัยนี้ บางครั้งอาจมีการช่วยเหลือกันในทางที่ผิด เช่น ช่วยปกปิดความผิดของเพื่อนไม่ให้บิดา มารดา หรือครูได้รับรู้ และการแก้ปัญหาที่ไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดปัญหาใหญ่ตามมาได้ในภายหลัง บางคนยอมเป็นคนเกรง เสพยาเสพติด หนีเรียนไปกับกลุ่มเพื่อนเพราะเห็นเป็นเรื่องสนุกและต้องการให้เพื่อนยอมรับตนเองเข้ากลุ่ม

มีพุทธศาสนาสุภาษิตบทหนึ่งกล่าวว่า “คบคนเช่นไรก็เป็นคนเช่นนั้น” ซึ่งเห็นได้ชัดว่าคนที่คบเป็นเพื่อนกันมักมีอะไรที่เหมือนกัน เช่น คนที่ไม่เรียบร้อยก็จะคบกับคนที่ไม่เรียบร้อย คนที่ชอบเที่ยวก็จะคบกับคนชอบเที่ยว คนที่รักเรียนก็จะคบกับคนรักเรียน เป็นต้น มีวัยรุ่นหลายคนที่ต้องผิดหวัง เพราะการคบเพื่อน แต่ก็มีวัยรุ่นหลายคนที่ได้ดีเพราะการคบเพื่อน ดังนั้นการรู้จักเลือกคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับวัยรุ่น ถ้าแบ่งระดับของเพื่อนตามความสนิทสนมแล้ว สามารถแบ่งได้เป็น 4 ระดับ ดังนี้

1) เพื่อนผ่าน คือ เพื่อนที่รู้จักกันครั้งเดียว 2 ครั้ง หรือ 3 ครั้งแล้วไม่พบกันอีกเลย แต่ยังถือเป็นเพื่อนกัน เพราะได้รู้จักกันแล้วแต่ไม่มีการคบหากันอย่างต่อเนื่อง

2) เพื่อนแค่คนรู้จักกัน คือ เพื่อนที่ไม่สนิทกัน ยังไม่รู้ประวัติ นิสัย หรือ รายละเอียดเกี่ยวกับเพื่อนหรืออาจรู้เพียงเล็กน้อยยังมีการคบกันแบบผิวเผินไม่ควรไว้นิยมนำมาคบกันสักกระยะหนึ่งแล้วจะทำให้รู้จักกันดียิ่งขึ้น แล้วจึงตัดสินใจว่าจะคบกันแบบผิวเผินหรือจะคบกันแบบเพื่อนสนิทต่อไป

3) เพื่อนเล่น เป็นเพื่อนที่คบกันอย่างสนิทขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง อาจให้ความสนิทสนมได้มากขึ้น แต่ควรคบกันไปอีกสักกระยะหนึ่ง อาจเล่นด้วยกัน เทียวด้วยกันบ้าง รับประทานอาหารด้วยกันบ้าง ถ้าเห็นว่าเป็นคนดี ก็อาจตัดสินใจว่าจะคบกันให้สนิทขึ้นอีกระดับหนึ่ง

4) เพื่อนแท้ เพื่อนชนิดนี้จะมีไม่มาก เพราะเราก็ได้คัดกรองมาแล้ว รู้นิสัยใจคอ กันเป็นอย่างดี ช่วยเหลือเกื้อกูลกันมาตลอด มีความเข้าใจและห่วงใยกัน คู่กันคนดี การที่จะคบใครเป็นเพื่อนแท้ ควรจะต้องมีความพิถีพิถัน จะต้องเป็นคนดีหรือที่ไม่พาเราไปในทางที่ไม่ดี

เคล็ดลับ สุขภาพ

สังคหวัตถุ	คือ หลักของการยึดเหนี่ยวน้ำใจซึ่งกันและกัน มี 4 ประการ คือ
ทาน	คือ การให้
ปิยวาจา	คือ การพูดจาสุภาพ อ่อนหวาน
อติถจริยา	คือ การทำตนให้เป็นประโยชน์
สมานัตตตา	คือ การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย

3. การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา

“มิตร” และ “เพื่อน” มีความหมายเหมือนกัน ในสังคมนักเรียนต้องมีเพื่อนบ้าง และสามารถแยกแยะได้ว่า เพื่อนแต่ละคนนี้นักเรียนคบกันสนิทสนมในระดับใด ระดับเพื่อนผ่าน เพื่อนแค่คนรู้จัก เพื่อนเล่น หรือเพื่อนแท้ ตลอดจนจัดได้ว่าเพื่อนแต่ละคนนั้นเป็นมิตรแท้หรือมิตรเทียม การผูกมิตรมีหลายวิธีเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ซึ่งตัวนักเรียนต้องเป็นคนดีมีความประพฤติดีรู้จักปฏิบัติตนให้ดี วางตนให้เหมาะสมต่อเพื่อนๆ โดยใช้หลักธรรม “สังคหวัตถุ 4 ” เป็นแนวทางในการผูกมิตร ดังนี้

3.1 ทาน

ทาน คือ การให้ปันสิ่งของต่าง ๆ ตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน มีพุทธศาสนสุภาษิตอยู่ 2 บท กล่าวว่า “ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” กับ “ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้” การให้เป็นการแสดงออกถึงการเสียสละเพื่อเพื่อนเพื่อนของคนไม่เป็นคนใจแคบหรือเห็นแก่ตัว ดังนั้นการให้จึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

3.2 ปิยวาจา

ปิยวาจา คือ การเจรจาด้วยวาจาที่อ่อนหวาน การพูด การคุยกันต้องใช้ถ้อยคำที่สุภาพและอ่อนหวานจะทำให้ผู้ฟังหรือคู่สนทนาพอใจ สบายใจ ควรมีการชมเชยเพื่อนบ้างตามโอกาส การจะติเตียนก็ควร ใช้วาจาที่ผู้ฟัง ฟังแล้วรื่นหู ไม่โกรธผู้พูด ในทางตรงข้ามถ้าพูดจาที่มีลักษณะหยาบคาย ขว้างหู ขู่ตะคอกก็จะทำให้ไม่มีใครอยากฟัง ไม่อยากคบหาสมาคมด้วย ดังนั้นการพูดจาที่ไพเราะ อ่อนหวานจึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

3.3 อุตถจริยา

อุตถจริยา คือ การประพฤติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์แก่เพื่อน ควรช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนมีความต้องการให้ช่วย โดยช่วยตามกำลังความสามารถตนเอง ไม่ควรทิ้งเพื่อนในยามยากหรือมีปัญหา ดังนั้นการทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นจึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

3.4 สมานัตตตา

สมานัตตตา คือ ความเป็นคนที่มีความ เสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว เป็นการประพฤติดน ที่เหมือนเดิมเสมอต้นเสมอปลาย ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความจริงใจที่มีต่อเพื่อนถึงแม้ตนเองจะมีฐานะหรือตำแหน่งหน้าที่การงานดีขึ้นอย่างมากก็ประพฤติปฏิบัติตนเหมือนเดิม ไม่ถือตัว เพื่อนจะมีความไว้วางใจ ดังนั้นการเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัวจึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

4. สรุป

มนุษย์ต้องมีเพื่อน เพราะเพื่อนมีความสำคัญต่อมนุษย์หลายประการ เช่น ทำให้อบอุ่นใจ รู้สึกมั่นคงและปลอดภัย เป็นที่ยอมรับในสังคม เป็นที่ปรึกษาหารือหรือระบายความทุกข์ได้ เป็นคู่สนทนา ไปไหนด้วยกัน แก้เหงาได้ เป็นต้น เนื่องจากเพื่อนมีความสำคัญ การคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ทุกคนควรพิจารณาว่าจะคบกับใคร อย่างไร ให้ความสนิทสนมเพียงใด จะคบกันแค่เพียงเพื่อนผ่าน เพื่อนแค่คนรู้จัก เพื่อนเล่น หรือเพื่อนแท้ และการผูกมิตรเป็นวิธีหนึ่งที่ได้ผลดีก็คือ การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา ซึ่งใช้หลักธรรมที่เรียกว่า “สังคหวัตถุ 4” ซึ่งได้แก่

ทาน คือ การให้ปันสิ่งของๆ คนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน ปิยวาจา คือ การเจรจาด้วยวาจาที่
อ่อนหวาน อติจริยา คือ การประพฤติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น และสมานัตตตา คือ
ความเป็นคนที่มีความเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว ดังนั้น หากในสังคมมีการผูกมิตรที่ดีที่ช่วย
แนะนำในสิ่งที่ถูกต้อง สังคมก็จะมีการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข

แบบประเมินผลงานนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

ผลงานที่ประเมิน.....

ชื่อ นักเรียน/ กลุ่ม	ความถูกต้อง ของเนื้อหา				ความคิด สร้างสรรค์				วิธีการ นำเสนอ				การยอมรับ ของผลงาน				การนำไปใช้				รวม 20 คะแนน
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การประเมิน

ดีมาก = 4

ดี = 3

พอใช้ = 2

ปรับปรุง = 1

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 16 - 20 = ดีมาก

คะแนน 11 - 15 = ดี

คะแนน 6 - 10 = พอใช้

คะแนน 1 - 5 = ปรับปรุง

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

กลุ่มที่.....

สมาชิก

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	รายการประเมินพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ				
		ดีมาก 4	ดี 3	พอใช้ 2	ปรับปรุง 1	หมายเหตุ
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน					
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่					
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน					
4.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม					
5.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา					
6.	ผลงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด					
7.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
8.	ผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง					
9.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
10.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน					
รวม						

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 31 – 40 = ดีมาก

คะแนน 21 – 30 = ดี

คะแนน 11 – 20 = พอใช้

คะแนน 1 – 10 = ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

คู่มือสำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 5
เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรม
เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง

1. ครูผู้สอนจะต้องเตรียมเอกสารและวัสดุอุปกรณ์ก่อนทำการสอนด้วยชุดการเรียนรู้ชุดที่ 5 ดังนี้
 - 1.1 แผนการสอน เรื่อง พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดโรคเพศสัมพันธ์ จำนวน 1 ชุด
 - 1.2 คู่มือนักเรียน จำนวน 40 ชุด
 - 1.3 กระดาษคำตอบแบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
 - 1.4 แบบทดสอบ จำนวน 40 ชุด
2. บทบาทและหน้าที่ของครูผู้สอน
 - 2.1 ครูต้องศึกษารายละเอียดของชุดการเรียนรู้ชุดที่ 5 อย่างรอบครอบ โดยศึกษา คู่มือสำหรับครู คู่มือสำหรับนักเรียน
 - 2.2 สำหรับการสอนครูต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักเรียนในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้
 - 2.3 จัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนของชุดการเรียนรู้ที่กำหนดไว้
 - 2.4 ครูควรเป็นผู้ให้คำแนะนำ และเป็นพี่ปรึกษาของนักเรียนขณะที่นักเรียนดำเนินกิจกรรม
 - 2.5 หลังการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้เสร็จแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังใช้ชุดการเรียนรู้แต่ละชุด
 - 2.6 ในกรณีที่มึ้นักเรียนขาดเรียน ครูควรให้นักเรียนที่ขาดเรียนเรียนรู้เป็นรายบุคคลจากชุดการเรียนรู้
 - 2.7 นักเรียนที่ไม่ผ่านการประเมินผลหลังเรียน ต้องทำกิจกรรมการเรียนรู้ใหม่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระที่ 2 ชีวิตครอบครัว

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ชีวิตครอบครัว

เรื่อง ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์เวลา 2 ชั่วโมง

1. สาระสำคัญ

คนเราอยู่ลำพังคนเดียวไม่ได้ ต้องพึ่งพาอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การมีเพื่อนยังให้ความรู้สึกรอบอุ่นใจ ช่วยกันคิด ช่วยแก้ไขปัญหาค้นหาทางได้ และการรู้จักปฏิเสธก็เป็นทักษะที่ผู้เรียนควรฝึกให้คุ้นเคย เพื่อเป็นการช่วยเหลือเพื่อนและตนเองให้รู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่อาจนำผลเสียมาสู่ตนเองและเพื่อนได้ และถือว่าเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการป้องกันตนเองและเพื่อน การปฏิเสธที่เหมาะสมจะช่วยรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อนได้ดี

2. จุดประสงค์การเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. รู้และเข้าใจความสำคัญของเพื่อน
2. รู้วิธีการคบเพื่อน
3. เห็นความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน
4. รู้วิธีการผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา
5. มีทักษะสามารถเตือนเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

3. สาระการเรียนรู้

1. ความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน
2. การคบเพื่อน
3. การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา

4. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

4.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูขอให้ทุกคนส่งชื่อเพื่อนที่รักมาก ของนักเรียนให้ครูผู้สอน และครูผู้สอนสุ่มถามเหตุผลว่าทำไมจึงเลือกเพื่อนคนนี้ อภิปรายซักถามเกี่ยวกับการคบเพื่อน

2. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ

3. ครูชี้แจงวิธีการเรียนรู้

4.2 ขั้นเรียนรู้

4. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่มละ 6 คน (โดยความสามารถ เก่ง อ่อนปานกลาง) เมื่อเสร็จแล้วให้เลือกประธาน รองประธานและเลขานุการ แบ่งหน้าที่ปฏิบัติตามใบงานที่กำหนดในชุดการเรียนรู้

5. แจกชุดการเรียนรู้ชุดที่ 5 เรื่อง ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

6. นักเรียนศึกษาชุดการเรียนรู้ โดยศึกษาคำชี้แจง จุดประสงค์การเรียนรู้ ใบงาน ซึ่งหากนักเรียนเกิดความสงสัยไม่เข้าใจให้ซักถามครู

7. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมตามแผนในชุดการเรียนรู้ โดยครูคอยสังเกตการณ์ดำเนินกิจกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่ม และคอยให้คำปรึกษาแนะนำ

4.3 ขั้นสรุป

8. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลการเรียนรู้จากกิจกรรมตามใบงาน

9. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ เรื่อง ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

10. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน

5. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

5.1 สื่อ

1. ชุดการเรียนรู้ที่ 5 ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

2. ใบความรู้ “เรื่องหลักการปฏิเสธ”

3. สถานการณ์ที่ 1 ชวนไปเที่ยวต่อ

4. สถานการณ์ที่ 2 ชวนไปค้างที่บ้าน

5. คู่มือครู

6. คู่มือนักเรียน

7. หนังสืออ่านประกอบ

5.2 แหล่งการเรียนรู้

1. <http://www.moph.go.th/mdh/index1.html>
2. <http://www.mahidol.ac.th/mahidol/ra/rapc>.

6. การวัดและการประเมินผล

6.1 วิธีการวัด

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน

6.2 เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียน
2. แบบทดสอบ
3. แบบประเมินผลงานนักเรียน

ใบความรู้สำหรับครู
ชุดการเรียนรู้ที่ 5
เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับ
พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

1. ความสำคัญของเพื่อน

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมจะต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มหรือเป็นหมู่คณะจะไม่นิยมแยกไปอยู่อย่างโดดเดี่ยว หรืออยู่คนเดียว จะต้องมีการพูดคุยไปมาหาสู่กัน ช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกัน ทำงานหรือทำกิจกรรมร่วมกัน หรือมีเหตุที่ต้องทำให้มาอยู่รวมกันเป็นสังคมขนาดเล็กไปจนถึงสังคมขนาดใหญ่ อาจมีตั้งแต่สังคมเพื่อนบ้าน เพื่อนเรียน เพื่อนร่วมงาน เพื่อนร่วมกิจกรรม เพื่อนร่วมชุมชนหรือร่วมหมู่บ้าน ไปจนถึงเพื่อนร่วมชาติและเพื่อนร่วมโลก แต่คำว่า “เพื่อน” ที่กล่าวมานั้นไม่ว่าจะเป็นเพื่อนใกล้ชิดหรือไกลตัว เพื่อนสนิทหรือไม่สนิทหรือเพื่อนแบบใดก็ตาม อาจกล่าวสรุปได้ว่า “มนุษย์ต้องมีเพื่อน”

เหตุผลที่สำคัญที่ทำให้คนเราต้องการเพื่อนหรือจำเป็นต้องมีเพื่อนนั้นอาจกล่าวได้ว่าเนื่องจาก ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ซึ่งเป็นความต้องการทางด้านจิตวิทยา พอจะสรุปถึงเหตุผลของการมีเพื่อนได้ดังนี้

1.1 ต้องการความมั่นคงและปลอดภัย

มนุษย์ทุกคนต้องการความมั่นคงและปลอดภัยจึงต้องการมีเพื่อนที่จะสามารถช่วยเหลือได้ ในยามทุกข์ยากและเดือดร้อน ในยามปกติก็ช่วยให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เกิดความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว และเพื่อนก็ยังช่วยคุ้มครองป้องกันภัยจากสิ่งต่างๆ ที่จะทำให้เกิดความทุกข์ยากและเดือดร้อนได้ ดังนั้นการมีเพื่อนจึงทำให้มนุษย์เกิดความรู้สึกปลอดภัยขึ้นในจิตใจอีกด้วยตัวอย่างเช่นในยามเจ็บป่วย ประสบอุบัติเหตุ หรือมีเรื่องร้ายเกิดขึ้นกับตนเอง ถ้ามีเพื่อนมาช่วยเหลือ มาเยี่ยมเยียน หรือมาอยู่ใกล้ๆ ก็จะมีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัยขึ้น

1.2 ต้องการเป็นที่ยอมรับและได้รับการยกย่องในสังคม

ธรรมชาติของมนุษย์นั้นต้องการให้เป็นที่ยอมรับและยกย่องของคนทั่วไป โดยเฉพาะคนใกล้ชิด หรือใกล้ชิด การที่มีคนยอมรับบุคคลเป็นสมาชิกคนหนึ่ง หรือยอมรับในความสามารถ ความดี ความมีน้ำใจ ความน่ารัก หรือจะยอมรับด้วยเหตุผลใด ย่อมทำให้บุคคล

ผู้นั้นมีความสุข และยิ่งการที่บุคคลนั้นได้รับเกียรติยกย่องว่าเป็นคนที่มีคุณค่าหรือมีคุณประโยชน์ แก่กลุ่มหรือสังคมก็จะทำให้บุคคลผู้นั้นมีความสุขมากยิ่งขึ้น ในทางกลับกันถ้าบุคคลไม่เป็นที่ ยอมรับในสังคม ได้รับการดูถูกเหยียดหยามก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความทุกข์และความคับข้องใจ

1.3 ต้องการคนที่เข้าใจตนเองและเป็นที่ปรึกษาได้

ในชีวิตประจำวันของมนุษย์อาจจะอยู่ในสังคมขนาดเล็กหรือขนาดใหญ่ ต้องมีเรื่อง กระทบกระเทือนด้านจิตใจและอารมณ์บ้าง โดยอาจมีสาเหตุมาจากบุคคล สภาพแวดล้อมต่าง ๆ หรือประสบปัญหาต่าง ๆ มนุษย์จึงมีความต้องการคนที่เข้าใจตนเอง ให้คำปรึกษาได้ สามารถเป็น ที่ระบายความในใจหรือ ความคับข้องใจหรือปัญหาต่าง ๆ ได้ เมื่อได้ระบายความทุกข์แล้วก็รู้สึก สบายใจขึ้น นอกจากนี้ยังต้องการให้เพื่อนช่วยบำรุงขวัญ ให้กำลังใจ หรือคอยปลอบใจด้วย

1.4 มนุษย์ไม่ต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยว

การอยู่อย่างโดดเดี่ยว หรือตล่ำพังจะทำให้เกิดความเหงาการที่ไม่มีเพื่อนคุย หรือไม่ได้พูดคุยกับใครเป็นเวลานาน ๆ ก็มักจะเกิดความเหงา การพูดคุย ที่ถูกใจหรือมีผล ทางบวกจะทำให้คู่สนทนามีความ สุขใจทั้งคู่ การอยู่ตามลำพังบางครั้งอาจทำให้จิตใจฟุ้งซ่าน อย่างที่มีคำโบราณกล่าวว่า “อยู่คนเดียวให้ระวังความคิด” ซึ่ง “ความคิด” นั่นคือ ความคิดที่ฟุ้งซ่าน อาจทำให้เกิดความไม่สบายใจ และความวิตกกังวลได้

2. การคบเพื่อน

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรักเพื่อน เชื่อเพื่อนมากกว่าวัยอื่น ๆ บางครั้งจะรักเพื่อนเชื่อ เพื่อนอย่างไม่มีเหตุผล และอาจมากกว่าบิดา มารดาของตนเอง เพื่อนจึงมีอิทธิพลมากในวัยนี้ บางครั้งอาจมีการช่วยเหลือกันในทางที่ผิด เช่น ช่วยปกปิดความผิดของเพื่อนไม่ให้บิดา มารดา หรือครูได้รับรู้ และการแก้ปัญหาที่ไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดปัญหาใหญ่ตามมาได้ในภายหลัง บางคน ขอมเป็นคนเกรง เสพยาเสพติด หนีเรียนไปกับกลุ่มเพื่อนเพราะเห็นเป็นเรื่องสนุกและต้องการให้ เพื่อนยอมรับตนเองเข้ากลุ่ม

มีพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งกล่าวว่า “คบคนเช่นไรก็เป็นคนเช่นนั้น” ซึ่งเห็นได้ชัดว่า คนที่เป็นเพื่อนกันมักมีอะไรที่เหมือนๆ กัน เช่น คนที่ไม่เรียบร้อยก็จะคบกับคนที่ไม่เรียบร้อย คน ที่ชอบเที่ยวก็จะคบกับคนชอบเที่ยว คนที่รักเรียนก็จะคบกับคนรักเรียน เป็นต้น มีวัยรุ่นหลายคน ที่ต้องผิดหวัง เพราะการคบเพื่อน แต่ก็มียุวกชนหลายคนที่ได้ดีเพราะการคบเพื่อน ดังนั้นการ รู้จักเลือกคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับวัยรุ่น ถ้าแบ่งระดับของเพื่อนตามความสนิทสนม แล้ว สามารถแบ่งได้เป็น 4 ระดับ ดังนี้

1) เพื่อนผ่าน คือ เพื่อนที่รู้จักกันครั้งเดียว 2 ครั้ง หรือ 3 ครั้งแล้วไม่พบกันอีก เลย แต่ยังถือเป็นเพื่อนกัน เพราะได้รู้จักกันแล้วแต่ไม่มีการคบหากันอย่างต่อเนื่อง

2. เพื่อนแกล้งกัน รู้จักกัน คือ เพื่อนที่ไม่สนิทกัน ยังไม่รู้ประวัติ นิสัย หรือ รายละเอียดเกี่ยวกับเพื่อนหรืออาจรู้เพียงเล็กน้อยยังมีการคบกันแบบผิวเผินไม่ควรไว้นิยมนักการคบกันสักระยะหนึ่งแล้วจะทำให้รู้จักกันดียิ่งขึ้น แล้จึงตัดสินใจว่าจะคบกันแบบผิวเผินหรือจะคบกันแบบเพื่อนสนิทต่อไป

3. เพื่อนเล่น เป็นเพื่อนที่คบกันอย่างสนิทขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง อาจให้ความสนิทสนมได้มากขึ้น แต่ควรคบกันไปอีกสักระยะหนึ่ง อาจเล่นด้วยกัน เที่ยวด้วยกันบ้าง รับประทานอาหารด้วยกันบ้าง ถ้าเห็นว่าเป็นคนดี ก็อาจตัดสินใจว่าจะคบกันให้สนิทขึ้นอีกระดับหนึ่ง

4. เพื่อนแท้ เพื่อนชนิดนี้จะมีไม่มาก เพราะเราก็ได้คัดกรองมาแล้ว รู้นิสัยใจคอ กันเป็นอย่างดี ช่วยเหลือเกื้อกูลกันมาตลอด มีความเข้าใจและห่วงใยกัน กุ๊นเคยกันดี การที่จะคบใครเป็นเพื่อนแท้ ควรจะต้องมีความพึงพิถัน จะต้องเป็นคนดีหรือที่ไม่พาเราไปในทางที่ไม่ดี

เคล็ดลับ สุขภาพ

สังกหวัดดู	คือ หลักของการยึดเหนี่ยวน้ำใจซึ่งกันและกัน มี 4 ประการ คือ
ทาน	คือ การให้
ปิยวาจา	คือ การพูดจาสุภาพ อ่อนหวาน
อัตถจริยา	คือ การทำตนให้เป็นประโยชน์
สมานัตตตา	คือ การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย

3. การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา

“มิตร” และ “เพื่อน” มีความหมายเหมือนกัน ในสังคมนักเรียนต้องมีเพื่อนบ้าง และสามารถแยกแยะได้ว่า เพื่อนแต่ละคนนี้นักเรียนคบกันสนิทสนมในระดับใด ระดับเพื่อนผ่าน เพื่อนแกล้งกัน รู้จัก เพื่อนเล่น หรือเพื่อนแท้ ตลอดจนจัดได้ว่าเพื่อนแต่ละคนนั้นเป็นมิตรแท้หรือมิตรเทียม การผูกมิตรมีหลายวิธีเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ซึ่งตัวนักเรียนต้องเป็นคนดีมีความประพฤติดีรู้จักปฏิบัติตนให้ดี วางตนให้เหมาะสมต่อเพื่อนๆ โดยใช้หลักธรรม “สังกหวัดดู 4” เป็นแนวทางในการผูกมิตร ดังนี้

3.1 ทาน

ทาน คือ การให้ปันสิ่งของต่างๆ ตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน มีพุทธศาสนสุภาษิตอยู่ 2 บท กล่าวว่า “ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” กับ “ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้” การให้เป็นการ

แสดงออกถึงการเสียสละเพื่อเพื่อนเพื่อนของคนไม่เป็นคนใจแคบหรือเห็นแก่ตัว ดังนั้นการให้จึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

3.2 ปิยวาจา

ปิยวาจา คือ การเจรจาด้วยวาจาที่อ่อนหวาน การพูด การคุยกันต้องใช้ถ้อยคำที่สุภาพและอ่อนหวานจะทำให้ผู้ฟังหรือคู่สนทนาพอใจ สบายใจ ควรมีการชมเชยเพื่อนบ้างตามโอกาส การจะติเตียนก็ควร ใช่วาจาที่ผู้ฟัง ฟังแล้วรื่นหู ไม่โกรธผู้พูด ในทางตรงข้ามถ้าพูดจาที่มีลักษณะหยาบคาย ขวามุข ชูตะคอกก็จะทำให้ไม่มีใครอยากฟัง ไม่อยากคบหาสมาคมด้วย ดังนั้นการพูดจาที่ไพเราะ อ่อนหวานจึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

3.3 อัตถจริยา

อัตถจริยา คือ การประพฤติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์แก่เพื่อน ควรช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนมีความต้องการให้ช่วย โดยช่วยตามกำลังความสามารถตนเอง ไม่ควรทิ้งเพื่อนในยามยากหรือมีปัญหา ดังนั้นการทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นจึงเป็นวิธีผูกมิตรที่ดี

3.4 สมานัตตตา

สมานัตตตา คือ ความเป็นคนที่มีความ เสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว เป็นการประพฤติดน ที่เหมือนเดิมเสมอต้นเสมอปลาย ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความจริงใจที่มีต่อเพื่อนถึงแม้ตนเองจะมีฐานะหรือตำแหน่งหน้าที่การงานดีขึ้นอย่างมากก็ประพฤติปฏิบัติตนเหมือนเดิม ไม่ถือตัว เพื่อนจะมีความไว้วางใจ ดังนั้นการเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัวจึงเป็นวิธีการผูกมิตรที่ดี

4. สรุป

มนุษย์ต้องมีเพื่อน เพราะเพื่อนมีความสำคัญต่อมนุษย์หลายประการ เช่น ทำให้อบอุ่นใจ รู้สึกมั่นคงและปลอดภัย เป็นที่ยอมรับในสังคม เป็นที่ปรึกษาหารือหรือระบายความทุกข์ได้ เป็นคู่สนทนา ไปไหนด้วยกัน แก่เหงาได้ เป็นต้น เนื่องจากเพื่อนมีความสำคัญ การคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ทุกคนควรพิจารณาว่าจะคบกับใคร อย่างไร ให้ความสนิทสนมเพียงใด จะคบกันแค่เพียงเพื่อนผ่าน เพื่อนแค่คนรู้จัก เพื่อนเล่น หรือเพื่อนแท้ และการผูกมิตรเป็นวิธีหนึ่งที่ได้ผลดีก็คือ การผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา ซึ่งใช้หลักธรรมที่เรียกว่า “สังคหวัตถุ 4” ซึ่งได้แก่ ทาน คือ การให้ปันสิ่งของๆ ตนแก่ผู้อื่นที่ควรให้ปัน ปิยวาจา คือ การเจรจาด้วยวาจาที่อ่อนหวาน อัตถจริยา คือ การประพฤติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น

และสมานัตตตา คือ ความเป็นคนที่มีความเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว ดังนั้น หากในสังคมมีการผูกมิตรที่ดีที่ช่วยแนะนำในสิ่งที่ถูกต้อง สังคมก็จะมีการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข

แบบประเมินผลงานนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

ผลงานที่ประเมิน.....

ชื่อ นักเรียน/ กลุ่ม	ความถูกต้อง ของเนื้อหา				ความคิด สร้างสรรค์				วิธีการ นำเสนอ				การยอมรับ ของผลงาน				การนำไปใช้				รวม 20 คะแนน
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การประเมิน

ดีมาก = 4

ดี = 3

พอใช้ = 2

ปรับปรุง = 1

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 16 - 20 = ดีมาก

คะแนน 11 - 15 = ดี

คะแนน 6 - 10 = พอใช้

คะแนน 1 - 5 = ปรับปรุง

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

ชุดการเรียนรู้ที่เรื่อง.....

กลุ่มที่.....

สมาชิก

1..... 2.....

3..... 4.....

5..... 6.....

คำชี้แจง ให้เขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	รายการประเมินพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ				
		ดีมาก 4	ดี 3	พอใช้ 2	ปรับปรุง 1	หมายเหตุ
1.	มีการปรึกษากันก่อนทำงาน					
2.	มีการแบ่งหน้าที่และทำตามหน้าที่					
3.	มีการปฏิบัติตามขั้นตอน					
4.	มีการช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม					
5.	ปฏิบัติงานเสร็จตามเวลา					
6.	ผลงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด					
7.	ผลงานมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
8.	ผลงานมีเนื้อหาถูกต้อง					
9.	ผลงานสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
10.	จัดเก็บวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่เรียบร้อย หลังเลิกปฏิบัติงาน					
รวม						

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

คะแนน 31 – 40 = ดีมาก

คะแนน 21 – 30 = ดี

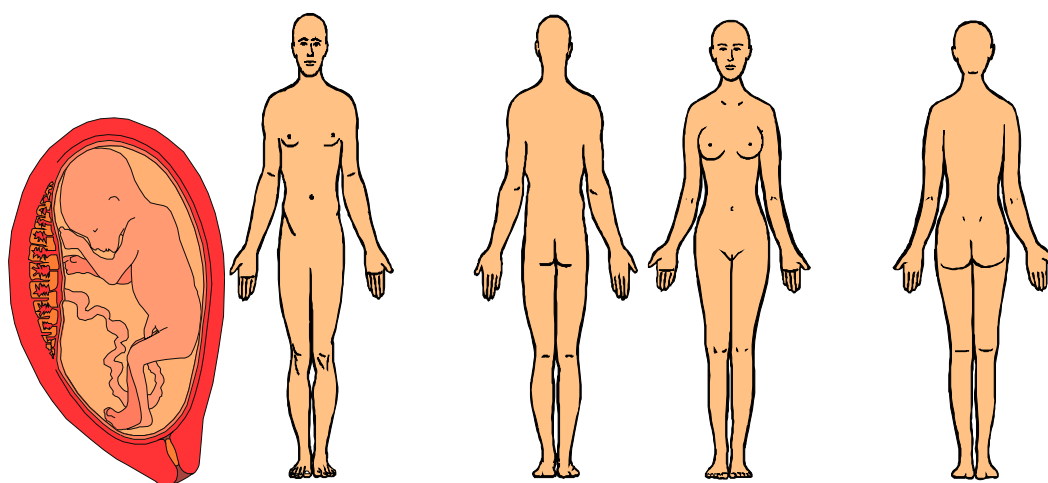
คะแนน 11 – 20 = พอใช้

คะแนน 1 – 10 = ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ชุดการเรียนรู้
เรื่อง เพศศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



โดย

นางบังอร อาจารย์

โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง

คำนำ

ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยเน้นให้ผู้เรียนได้แสวงหา ความรู้ด้วยตนเอง ได้ใช้ทักษะต่าง ๆ ในการศึกษาหาความรู้ ทั้งนี้ได้นำเนื้อหาเชื่อมโยงกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นใกล้ตัวผู้เรียนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น ทั้งยังสามารถมีความรู้ความเข้าใจและเกิดทักษะในการตัดสินใจกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้กับตนเอง

ด้วยเหตุดังกล่าว ผู้วิจัยได้จัดทำชุดการเรียนรู้เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งประกอบด้วยชุดการเรียนรู้ทั้งหมด 5 เรื่อง คือ

ชุดการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

ชุดการเรียนรู้ที่ 2 อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

ชุดการเรียนรู้ที่ 3 พฤติกรรมที่เสี่ยงทางเพศต่อการเกิดโรคเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

ชุดการเรียนรู้ที่ 4 การคบเพื่อนและการผูกมิตร

ชุดการเรียนรู้ที่ 5 การป้องกันและทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหา สื่อ ตลอดจนข้อมูลต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ในชุดการเรียนรู้ จะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและครู ในการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้เป็นอย่างดี

บั้งอร อางวิชัย



วัตถุประสงค์

ชุดการเรียนรู้ เรื่อง เพศศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยมี วัตถุประสงค์ดังนี้

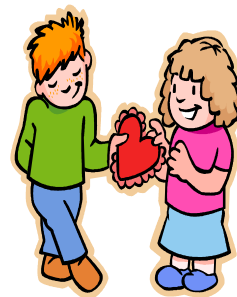
1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับ เรื่องเพศศึกษาในทางที่ถูกต้อง
2. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับเรื่อง เพศศึกษา
3. เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีในการเรียน เรื่องเพศศึกษา
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเอง



ส่วนประกอบของชุดการเรียนรู้

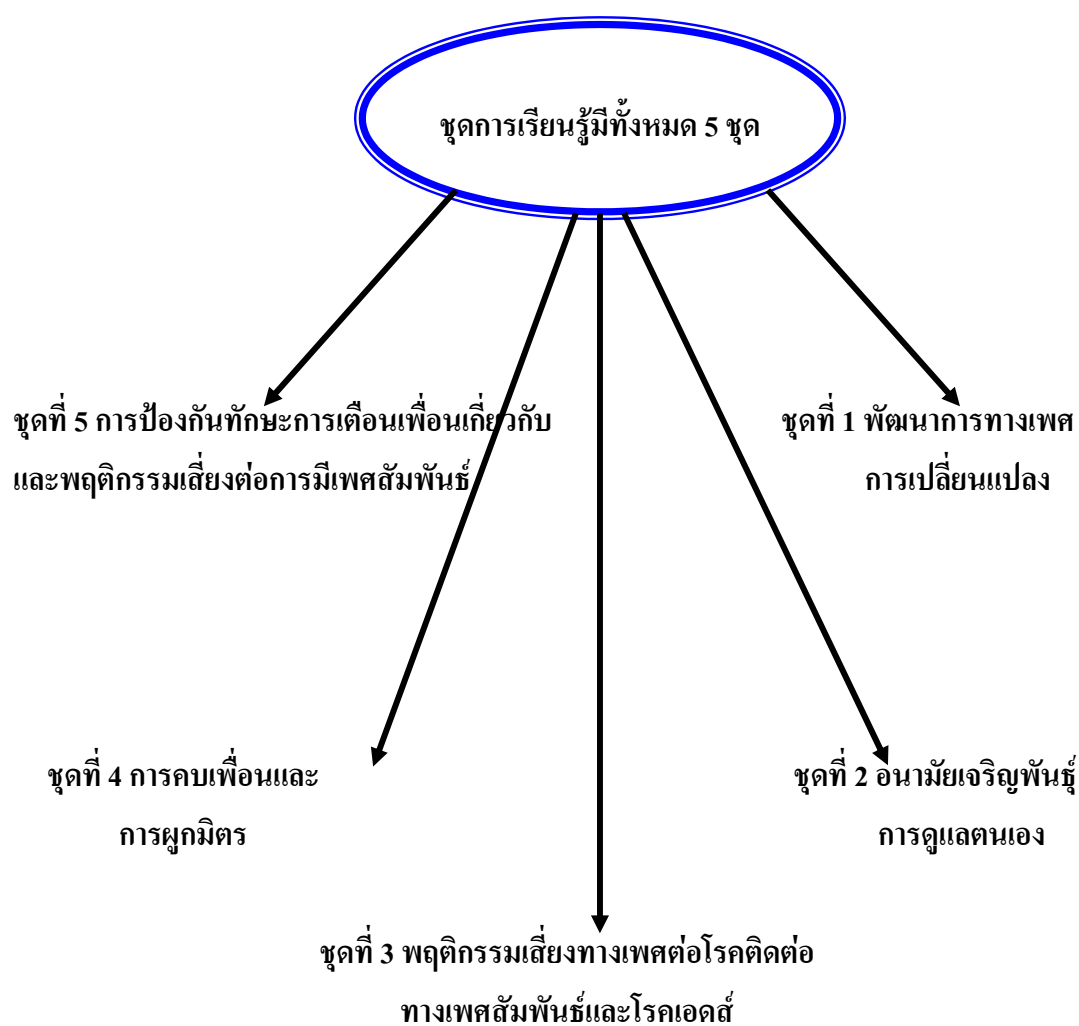
ประกอบด้วย

- 1.1 คำนำ
- 1.2 วัตถุประสงค์
- 1.3 คำชี้แจงสำหรับนักเรียน
- 1.4 ใบความรู้
- 1.5 ใบงาน
- 1.6 เฉลยแนวการตอบใบงาน
- 1.7 แบบทดสอบหลังเรียน
- 1.8 เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

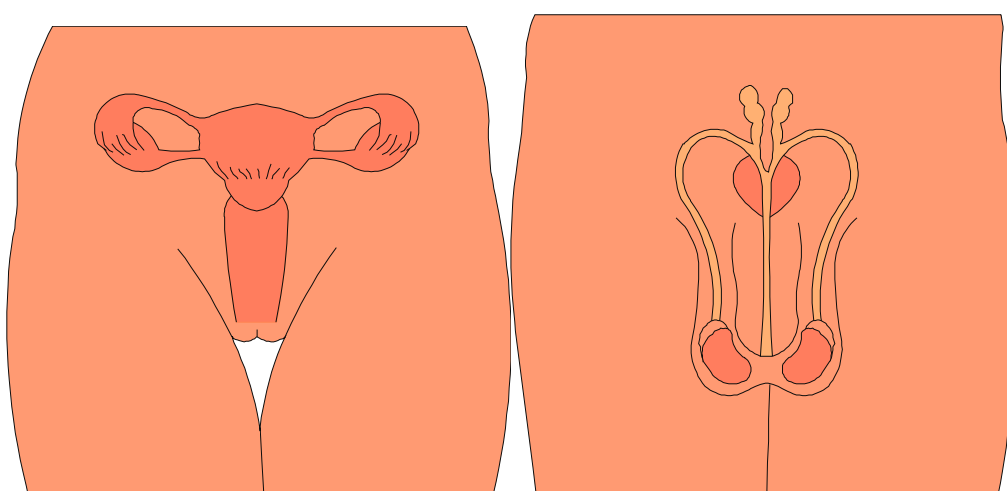




คำชี้แจง
สำหรับนักเรียน



ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 1
เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง



โดย

นางบังอร อาจวิชัย
โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 1

เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ
2. เพื่อให้นักเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ
3. เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ
4. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ

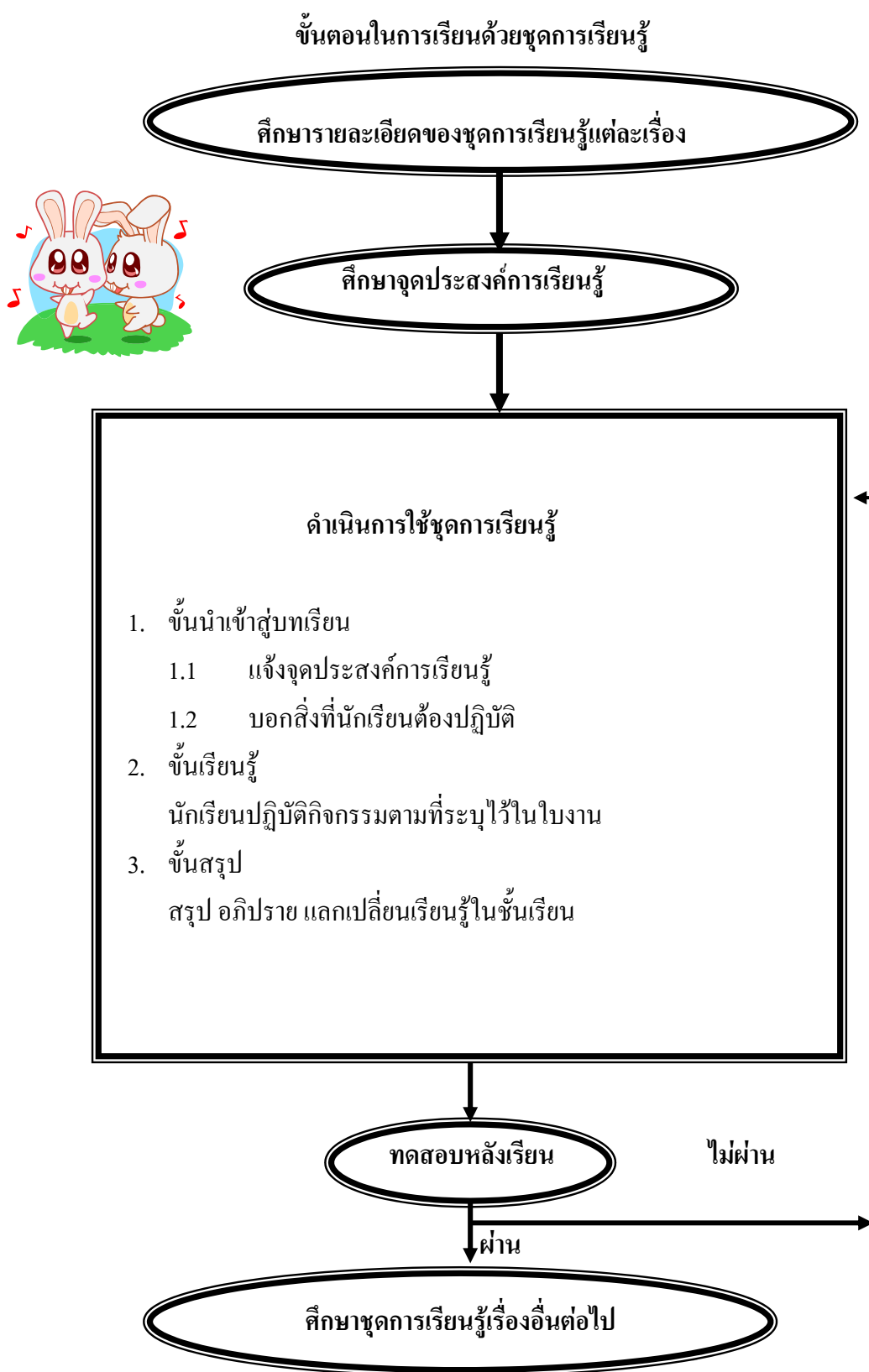
คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและเนื้อหาอย่างละเอียดรอบคอบ
2. การเรียนด้วยชุดการเรียนรู้จะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ อย่างเคร่งครัดมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
3. ถ้านักเรียนเกิดความสงสัย ไม่เข้าใจหรือมีปัญหา สามารถขอคำแนะนำจากครูผู้สอนได้ตลอดเวลา
4. เมื่อนักเรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมจากชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 1 จบแล้ว นักเรียนแต่ละคนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
5. ในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 1 นักเรียนมีเวลา 2 ชั่วโมง

บทบาทของนักเรียน

1. นักเรียนอ่านคู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้และปฏิบัติตามกิจกรรมตามลำดับขั้นตอน
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและสาระการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้ทั้งหมดอย่างละเอียด พร้อมทั้งทำแบบฝึก
3. นักเรียนควรมีการวางแผนการทำงาน แบ่งหน้าที่และร่วมกันปฏิบัติตามกิจกรรม หากเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจหรือมีปัญหา นักเรียนควรขอคำแนะนำจากครูผู้สอน
4. ในการปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนรู้ นักเรียนควรปฏิบัติงานให้ทันกับเวลาที่กำหนดไว้
5. ขั้นตอนสุดท้ายของการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ นักเรียนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
6. นักเรียนควรมีความร่วมมือร่วมใจ มีความสามัคคี ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังเสียงส่วนมากในการปฏิบัติตามกิจกรรมกลุ่ม





ชุดการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลง

สาระสำคัญ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลง ทั้งร่างกายภายนอกที่มองเห็นได้และอวัยวะเกี่ยวกับการสืบพันธุ์ซึ่งอยู่ภายในนอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญอีก 2 ด้าน คือ การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และสังคม การได้มีความรู้ ความเข้าใจเรื่องเหล่านี้จะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักตนเองและปรับตัวผ่านวัยรุ่นไปได้



จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ ของวัยรุ่น
2. รู้และเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ
3. รู้วิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพัฒนาการทางเพศ

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. การตรวจผลงาน
3. การทดสอบนักเรียน

ใบความรู้สำหรับนักเรียน
ชุดการเรียนรู้ที่ 1
เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและพัฒนาการทางเพศ

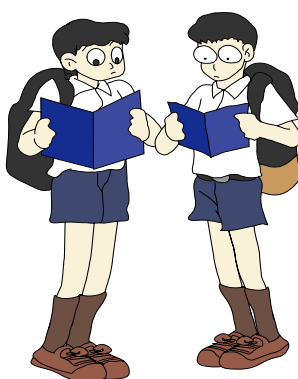
1. พัฒนาการทางเพศ

1.1 เรื่องความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ

พัฒนาการทางเพศเป็นเรื่องราวการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญาและสังคม ในบทนี้จะเน้นเรื่องพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น ซึ่งมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี โดยมีรายละเอียดการเปลี่ยนแปลง ดังนี้

1) พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

ร่างกายเริ่มเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอายุ 10-12 ปี ยกเว้นบางคน อาจเริ่มเปลี่ยนแปลงทางร่างกายช้ากว่าคนอื่น เช่น วัยรุ่นอายุ 13 – 14 ปี จะมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย ตารางเปรียบเทียบดังนี้



การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น



หญิง	ชาย
ขน ในที่ลับ รักแร้ ผิว ผิวและผมมีน้ำมันมากขึ้น บางคนอาจมีสิวและจะลดลงเมื่ออายุมากขึ้น กลิ่นตัว มีกลิ่นตัว มีเหงื่อมากขึ้น ความสูง/น้ำหนัก เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จนดูเก้งก้างอาจสูงเท่าผู้ใหญ่ที่โตเต็มที่ เสียง เสียงจะต่ำลง แต่ส่วนใหญ่จะสั่นกटकได้ยาก รูปร่าง ไหล่ สะโพก ขยายออก น้ำหนักตัวจะเพิ่มขึ้นจนรูปร่างสมส่วนถ้ารับประทานอาหารถูกหลักโภชนาการและออกกำลังกาย เต้านม มีการเปลี่ยนแปลงและเพิ่มขนาด อวัยวะเพศ แคมของอวัยวะเพศจะโตขึ้น เปลี่ยนรูปร่างเล็กน้อย บริเวณภายในของแคมและในช่องคลอดจะเปียกชื้นขึ้นกว่าตอนเป็นเด็กเพราะมีน้ำหล่อลื่นมากขึ้น จะเริ่มสังเกตเห็นมีตกขาวออกจากช่องคลอด ประจำเดือน เป็นเลือดออกจากช่องคลอดเริ่มได้ตั้งแต่อายุ 10 – 17 ปีและจะมีเรื่อยไปจนถึงอายุประมาณ 3 – 5 วัน	ขน ในที่ลับ รักแร้ หน้าอก(บางคน) หนวดเครา ผิว ผิวและผมมีน้ำมันมากขึ้น อาจมีสิวและจะลดลงเมื่ออายุมากขึ้น กลิ่นตัว มีกลิ่นตัว มีเหงื่อมากขึ้น ความสูง/น้ำหนัก เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อาจดูเก้งก้าง เสียง เสียงทุ้มต่ำ สั่นกटकได้ชัด รูปร่าง ไหล่จะกว้างขึ้น น้ำหนักเพิ่มขึ้นรูปร่างจะสมส่วน ถ้าออกกำลังกายและรับประทานอาหารถูกหลักโภชนาการ อวัยวะเพศ เพิ่มขนาด และอาจมีการแข็งตัว เมื่อถูกกระตุ้น

2) พัฒนาการทางจิตใจ

1. สนใจเพศตรงข้าม
2. สนใจการแต่งตัวที่ทันสมัย กลัวการแต่งตัวเซยและไม่เหมือนเพื่อน
3. รักเพื่อน ตามใจเพื่อน
4. ไม่ชอบให้ใครมาบังคับกับตัวเอง
5. รักง่ายและชอบวิตกกังวล



3) พัฒนาการทางอารมณ์

1. อารมณ์เปลี่ยนแปลงเร็ว อ่อนไหวง่าย บางครั้งอารมณ์รุนแรง เพื่อฝัน
2. ควบคุมพฤติกรรมให้ไม่แสดงอารมณ์รุนแรง และทำอะไรตามใจตัวเอง
3. ยอมรับเพื่อนและความแตกต่างระหว่างบุคคล

4) พัฒนาการทางสติปัญญา

1. มีเหตุผล มีความคิดรอบคอบขึ้น
2. เข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น และมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม

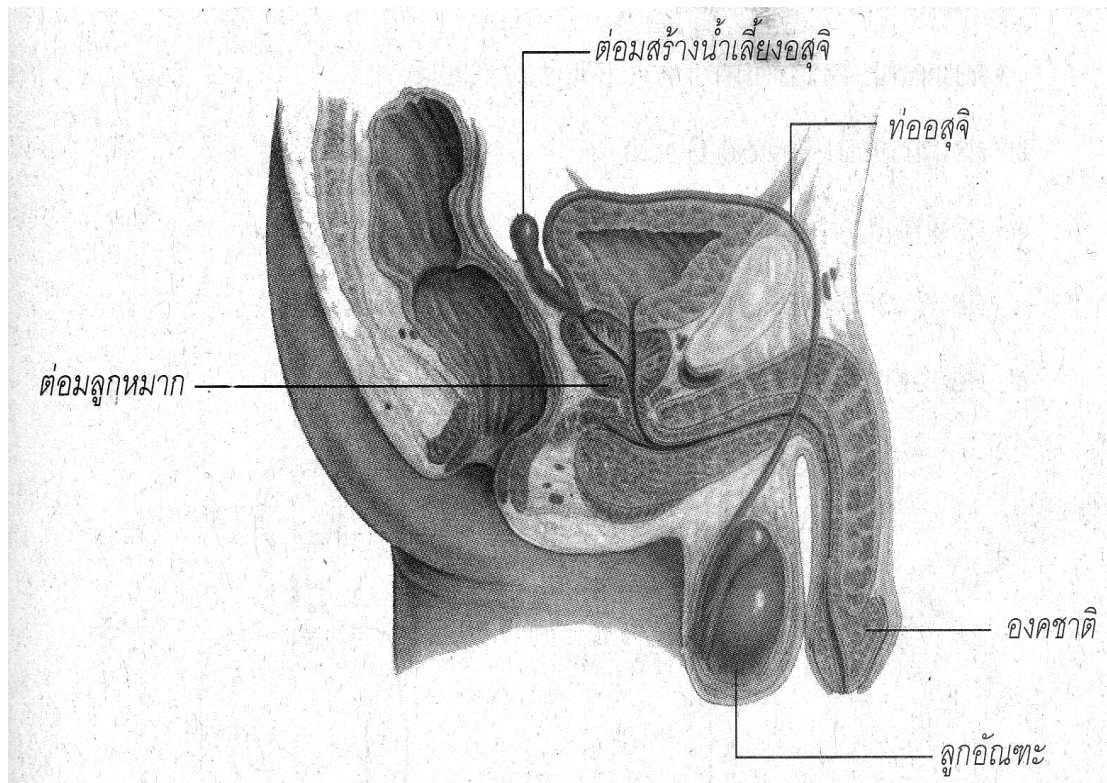
5) พัฒนาการทางสังคม

1. ต้องการการยอมรับจากสังคม
2. ชอบเลียนแบบเพื่อนสนิท หรือดารานักร้องคนโปรด
3. ยอมรับความคิดเห็นของเพื่อน

1.2 วัฏวะสืบพันธุ์

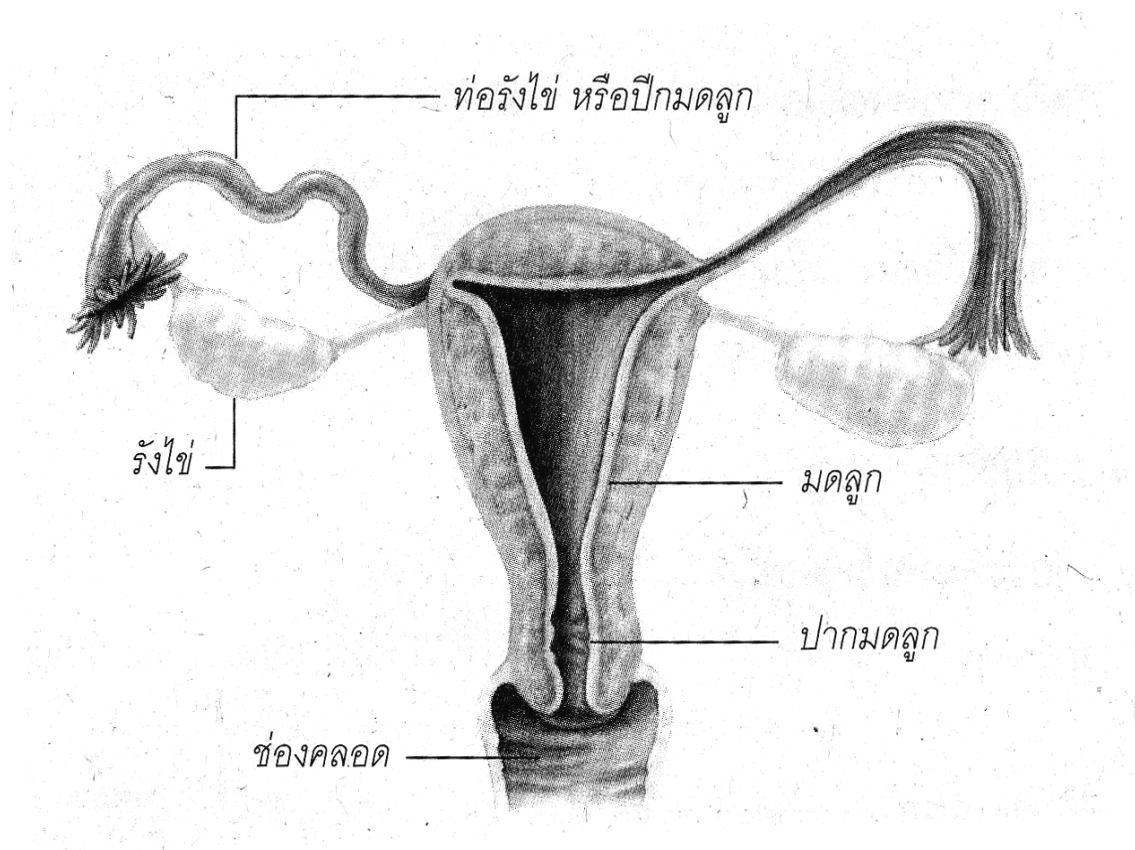
1) วัฏวะสืบพันธุ์เพศชาย

ลูกอ๊นท์	→	แหล่งสร้างตัวอสุจิ เล็กมาก มองด้วยตาเปล่าไม่เห็น มีจำนวนหลายล้านตัว
ต่อมลูกหมาก	→	สร้างน้ำเมือกหล่อเลี้ยงเชื้ออสุจิ
ต่อมสร้างน้ำเลี้ยงอสุจิ	→	ขนาดเท่าเม็ดถั่วลิสง เต็มด้วยสารเมือกสำหรับหล่อลื่น และส่งท่อเปิดเข้าสู่ท่อปัสสาวะในองคชาติ
ท่ออสุจิ	→	ทางเดินของอสุจิจากลูกอ๊นท์สู่ท่อปัสสาวะ



2) อวัยวะสืบพันธุ์เพศหญิง

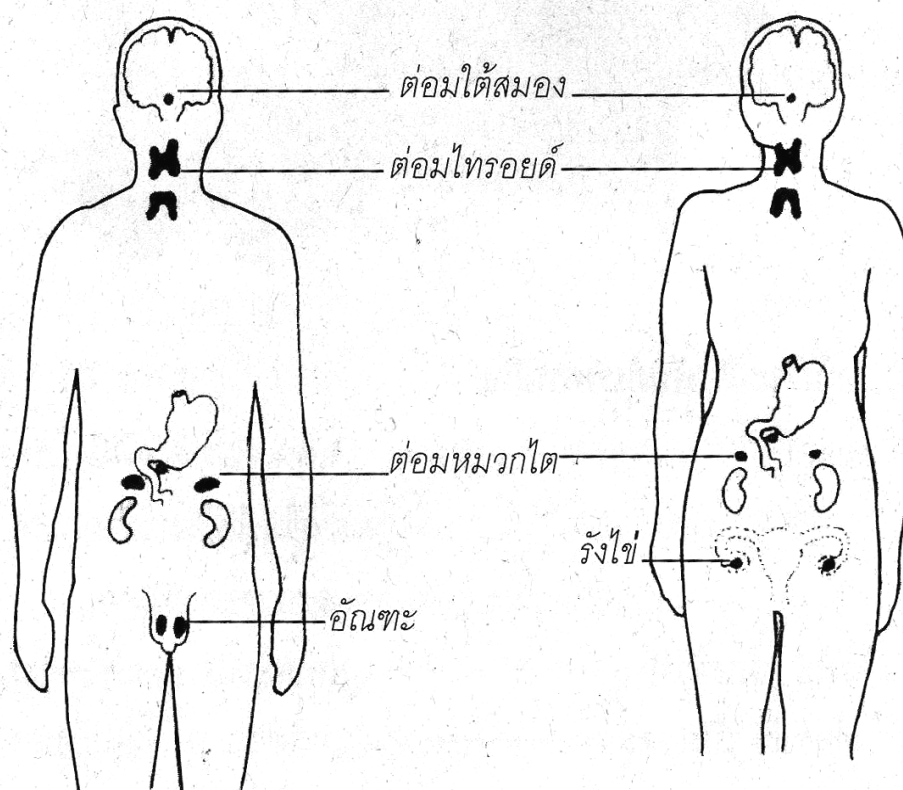
มดลูก	→	ที่เด็กเจริญเติบโตมีรูปร่างคล้ายชมพูหัวกลับ ภายในมีโพรงท่อออกมาทางปากมดลูกมุมซ้าย และขวาของมดลูก
รังไข่ (สองข้าง)	→	ปล่อยไข่ออกมาเดือนละใบสลับกัน
ท่อนำไข่ (ปีกมดลูก)	→	ขนส่งไข่จากรังไข่ไปยังมดลูก
ปากมดลูก	→	ทางเปิดเข้าสู่ช่องคลอด
ช่องคลอด	→	ท่อน้ำที่นำเนื้อที่นุ่มด้วยเยื่อเมือก



1.3 ต่อมควบคุมการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางเพศ

ต่อมควบคุมการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางเพศเป็นต่อมไร้ท่อ ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนเพศ (ซึ่งเป็นสารเคมีที่ผลิตโดยต่อมไร้ท่อ) ได้แก่

1. ต่อมใต้สมองหรือต่อมพิทูอิทารี (Pituitary Gland)
2. ต่อมไทรอยด์ (Thyroid Gland)
3. ต่อมไทมัส (Thymus Gland)
4. ต่อมหมวกไต หรือต่อมอะดรีนาล (Adrenal Gland)
5. ต่อมเพศหรือต่อมโกนาด (Gonad Gland)



▲ ต่อมควบคุมการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ

ต่อมควบคุมพัฒนาการทางเพศ

ต่อมใต้สมอง (Pituitary Gland)	ต่อมไทรอยด์ (Thyroid Gland)	ต่อมไทมัส (Thymus Gland)	ต่อมหมวกไต (Adrenal Gland)	ต่อมเพศ (Gonad Gland)
- สำคัญที่สุดต่อการมีชีวิตอยู่ - อยู่ตรงกึ่งกลางของศีรษะ ด้านหลังลูกตา บริเวณใต้สมอง จึงมีชื่อเรียกว่า “ต่อมใต้สมอง” - มีขนาดเล็กเท่าเม็ดถั่วเขียว แบ่งเป็น 2 ส่วน 1.ส่วนหน้า สฮอร์โมนจากส่วนหน้าทำหน้าที่ควบคุมการทำงานของต่อมไทรอยด์ ต่อมหมวกไต และเป็นฮอร์โมนเร่งการเจริญเติบโตทางเพศ 1.1 สร้างฮอร์โมนไปกระตุ้นเต้านมในเพศหญิงหรือในเพศ	- มี2 ส่วนคือด้านขวาและด้านซ้ายติดกันโดยมีคอทลดตรงกลาง - ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนไทรอกซิน ควบคุมการเจริญเติบโตของร่างกาย ได้แก่ สมอง การเจริญทางเพศ ควบคุมอัตราการเผาผลาญอาหารในร่างกาย - ต่อมนี้โตขึ้นผิดปกติจะเป็นโรคคอพอก	- มี2 ส่วนติดต่อกัน มีลักษณะเป็นพู 2 พู อยู่ตรงบริเวณหัวใจระหว่างปอดทั้งสองข้าง ทำหน้าที่ควบคุมไม่ให้เด็กมีความรู้สึกลัวทางเพศเร็วเกินกำหนด - ขนาดของต่อมเปลี่ยนแปลงไปตามอายุของคนเป็นลักษณะผกผัน กล่าวคือต่อมไทมัสมีขนาดยาวที่สุดเมื่อเป็นทารก และเมื่อมีอายุ 12-14 ปี ต่อมจะเจริญเติบโตช้าลงเมื่อถึงวัยชราต่อมจะมีขนาดเล็กลง	- มี 2 ส่วน ตั้งอยู่ด้านบนและด้านหน้าที่ปลายบนของไตทั้งสองข้างเรียกต่อมหมวกไต - ผลิตฮอร์โมนเพศ คือ เอสโตรเจน โปร-เจสเตอโรน เทสโทสเตอโรน แอนโดสเตอโรน - ในวัย อายุ 10 ปีแรก ต่อมอะดรีนาลเริ่มผลิตฮอร์โมนเพศในจำนวนเล็กน้อยเท่ากันทั้งเด็กชายและเด็กหญิง ทำให้ทั้ง 2 เพศมีลักษณะท่าทางและสำเนียงพูดคล้ายกันจึงเล่นด้วยกันได้ดี	- ต่อมเพศหมายถึงต่อมที่สร้างฮอร์โมนเพศในเพศชาย คือ อัณฑะ และเพศหญิง คือ รังไข่ - อัณฑะ ทำหน้าที่ 2 ประการ 1. ผลิตตัวสุจิ 2. ผลิตฮอร์โมนในเพศชาย 2 ประเภท 1)ฮอร์โมนแอนโดรเจน กระตุ้นให้เกิดหวด เครา และขนตามที่ต่างๆ 2)ฮอร์โมนเทสโตสเตอโรน กระตุ้นให้เกิดลักษณะเสียงห้าว กล้ามเนื้อใหญ่แข็งแรงและสนใจเพศต่างข้าม - รังไข่ ทำหน้าที่ ๒ ประการ ได้แก่ 1.ผลิตไข่ 2.ผลิตฮอร์โมน เพศหญิง 2 ประการ 1.ผลิตไข่

ต่อมควบคุมพัฒนาการทางเพศ (ต่อ)

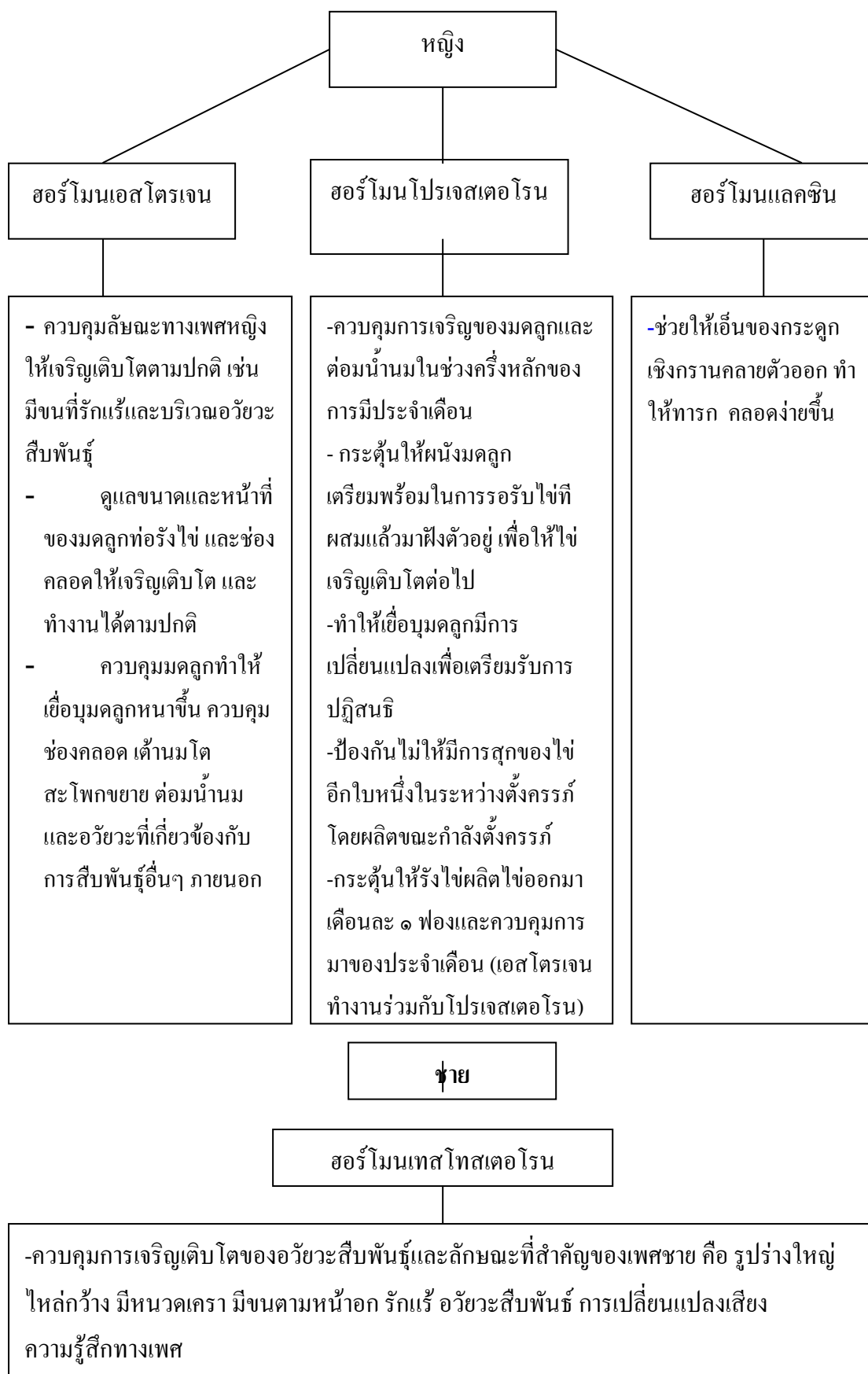
ต่อมใต้สมอง (Pituitary Gland)	ต่อมไทรอยด์ (Thyroid Gland)	ต่อมไทมัส (Thymus Gland)	ต่อมหมวกไต (Adrenal Gland)	ต่อมเพศ (Gonad Gland)
1.2 สร้างฮอร์โมนไปกระตุ้นรังไข่ในเพศ หญิงเพื่อเร่งให้ไข่สุกหรือกระตุ้นอวัยวะในเพศชายให้สร้างอสุจิ 1.3 สร้างฮอร์โมนต่างๆ หลายชนิด ทำหน้าที่เกี่ยวกับต่อมเพศ 2. ส่วนหลัง ผลิตฮอร์โมนเพื่อควบคุมปริมาณของน้ำจากไต และควบคุมฮอร์โมนอื่น มีผลต่อมดลูก และต่อมผลิตน้ำนม			- เมื่อวัยรุ่นอายุ 12-13 ปี เด็กชายและเด็กหญิงเริ่มอายุ เหนือ และ แยกกันเล่น	2.ผลิตฮอร์โมน เพศหญิง 2 ประการ 1)ฮอร์โมนเอสโตรเจน กระตุ้นให้เกิดมีเสียงแหลมขึ้น มีความเปลี่ยนแปลงในความเป็นสาว เอวคอด มีหน้าอก สะโพกผาย 2) ฮอร์โมนโปรเจสเตอโรน กระตุ้นการสร้างมดลูกให้หนาขึ้น เพื่อรองรับการฝังตัวของไข่ที่ผสมแล้ว และกระตุ้นการผลิตน้ำนม -ผลิตเซลล์สืบพันธุ์และฮอร์โมนเพศที่ควบคุมลักษณะความเป็นเพศชายและหญิง -ในเพศชาย อวัยวะ เทสโทสเตอร์โนเป็นฮอร์โมนเพศชาย -ในเพศหญิง รังไข่ - เอสโตรเจนเป็นฮอร์โมนเพศหญิง - โปรเจสเตอโรน

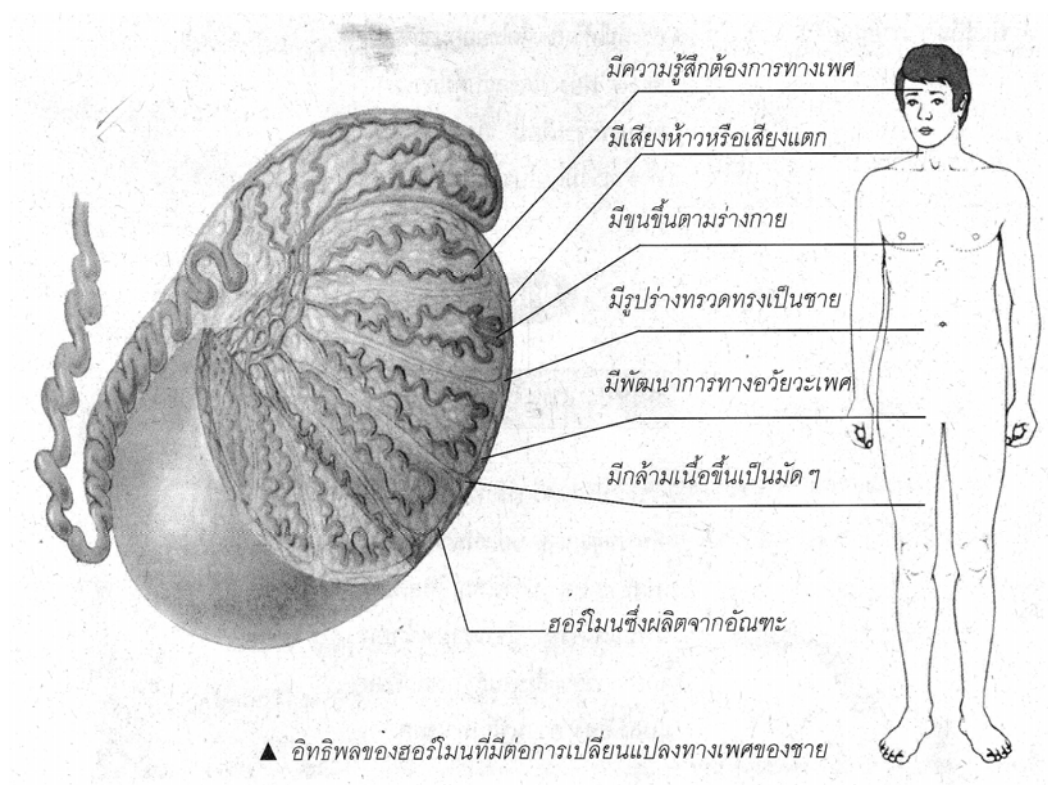
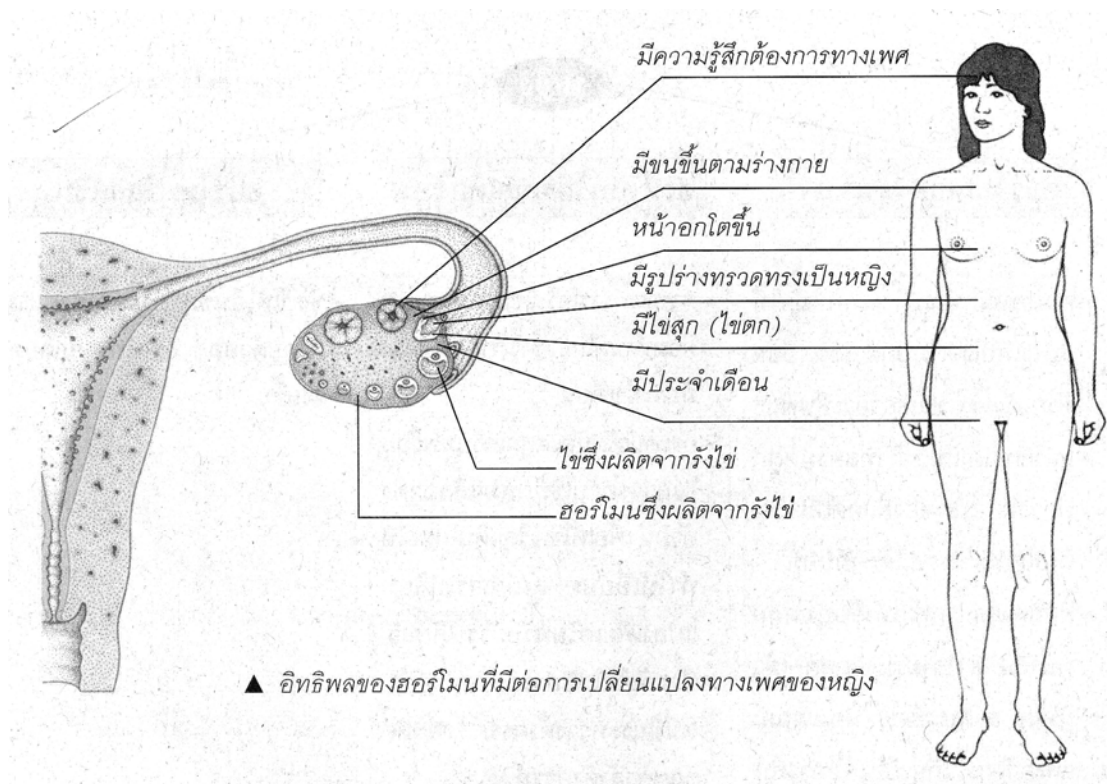
1.4 สฮอร์โมนเพศ

สฮอร์โมนเพศเป็นสฮอร์โมนที่สร้างได้ทั้งเพศชายและเพศหญิง สฮอร์โมนที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศทั้งเพศชายและหญิง มีดังนี้

1. เอสโตรเจน (Estrogen) กระตุ้นการเจริญเติบโต ของ Follicle ของรังไข่ เพื่อช่วยให้ไข่สุก
2. สฮอร์โมน FSH (Follicle Stimulating Hormone) กระตุ้นหลอดเล็ก ๆ ในอัณฑะ (Seminiferous Tubules) ให้ผลิตเชื้ออสุจิและควบคุมการทำงานของรังไข่และอัณฑะ
3. สฮอร์โมน LH (Luteinizing Hormone) ควบคุมรังไข่ในการผลิตและใช้สฮอร์โมนเพศ ๒ ชนิด คือ โปรเจสเตอโรน และเอสโตรเจน
4. สฮอร์โมน ICSH (Interstitial Cell Stimulating Hormone) เป็นสฮอร์โมนเพศทำหน้าที่ กระตุ้นเซลล์ที่อยู่กระจายภายในหลอดเล็กในอัณฑะให้ผลิตและใช้สฮอร์โมนเพศชาย ที่สำคัญคือ สฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน
5. สฮอร์โมน LTH (Luteotropic Hormone หรือ Prolactin) เป็นสฮอร์โมนเพศ ซึ่งรวมเอาสฮอร์โมน 2 ชนิดเข้าด้วยกัน คือ แลคโตเจนิค (Lactogenic) และ โปรแลกติน (Prolactin) ซึ่งสฮอร์โมนทรแลกติน จะมีเฉพาะในเพศหญิง ทำหน้าที่กระตุ้นต่อมน้ำนมให้สร้างน้ำนมขับออกมาในระยะตั้งครรภ์และคลอดบุตร







2. ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม กับพัฒนาการทางเพศ

ชีวิตของวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ต้องทำตามความเข้าใจ เพราะมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศ เด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงเมื่อครั้งยังเป็นเด็กตัวเล็กๆ จะมีความเป็นเพื่อน สามารถเล่นคลุกคลีกันได้อย่างสนุกสนาน โดยไม่คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างเพศแต่เมื่อเด็กเหล่านี้เจริญเติบโตเข้าสู่ความเป็นวัยรุ่น คือในเด็กผู้หญิงที่มีอายุระหว่าง ๑๑-๑๓ ปี เด็กผู้ชายอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี จะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น พร้อมทั้งเริ่มมีความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์สังคม โดยมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศ ดังนี้

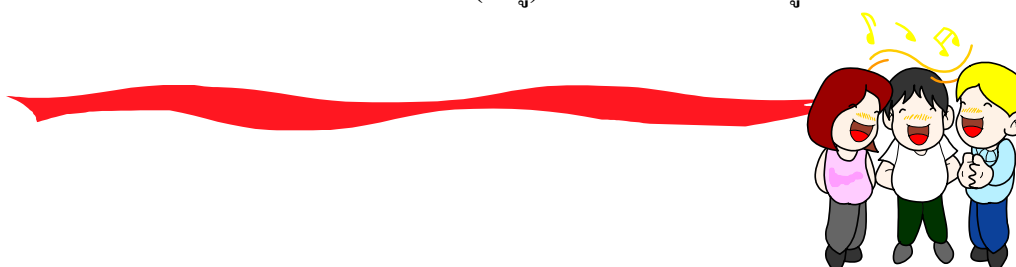
2.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายกับพัฒนาการทางเพศ

1) ผู้ชาย เมื่ออายุระหว่าง 12-15 ปี อัณฑะจะผลิตฮอร์โมนเพศชายเพื่อไปกระตุ้นให้ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอวัยวะต่างๆ ดังนี้

1. ร่างกายมีความเป็นชาย ออกผาย ไหล่ผึ่ง สะโพกตอบ กล้ามเนื้อเป็นมัด หน้าอกนูนขึ้น มีขนขึ้นตามร่างกาย เสียงเปลี่ยน มีผิวขึ้น
2. ระบบอวัยวะสืบพันธุ์ (ต่อมลูกหมาก องคชาติ อัณฑะ) เริ่มมีการเปลี่ยนแปลง
3. มีน้ำอสุจิ สามารถสืบพันธุ์ได้
4. มีการฝันเปียก เป็นเรื่องธรรมชาติของร่างกายที่ต้องการผ่อนคลายความเครียดจากความรู้สึกมีความต้องการทางเพศของวัยรุ่น

2) ผู้หญิง จะมีพัฒนาการทางเพศและเจริญเติบโต เป็นสาวเร็วกว่าเด็กผู้ชาย ดังนั้นผู้หญิงเมื่ออายุระหว่าง 11-12 ปี รังไข่จะผลิตฮอร์โมนเพศเพื่อไปกระตุ้นให้ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอวัยวะต่างๆ ดังนี้

1. ร่างกายมีรูปร่างทรวดทรงเป็นหญิงสาวมากขึ้น เอวเริ่มคอดสะโพกผายออก หน้าอกขยายใหญ่ขึ้น ใบหน้าอím ผิวเปล่งปลั่งมีน้ำมีนวล เริ่มมีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศและใต้รักแร้
2. ระบบอวัยวะสืบพันธุ์ (ช่วยคลอด ปากมดลูก เชื้อนโพรงมดลูก ท่อนำไข่ รังไข่) และอวัยวะสืบพันธุ์ (แคม คลิตอริส ท่อปัสสาวะ) เริ่มมีการเปลี่ยนแปลง
3. มีประจำเดือน (ระดู) สามารถตั้งท้องและมีลูกได้



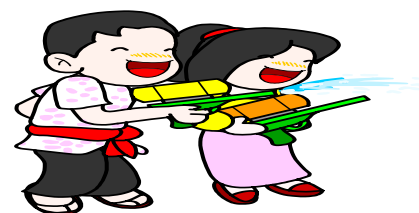
2.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์กับพัฒนาการทางเพศ

1) ผู้ชาย มีพลังมาก จึงมีการแสดงออกเมื่อมีความไม่พอใจ โกรธหรือผิดหวัง โดยใช้กำลังกายตอบสนองต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น หรือมีภาวะสภาพจิตใจที่ผิดหวังอย่างแรง การแสดงออกที่เห็นเป็นส่วนมาก วัยรุ่นชอบใช้กำลังตัดสินปัญหาต่างๆ เช่น ทำลายข้าวของ ชกกระชก หรือทำร้ายร่างกาย ซึ่งกันและกัน และมีลักษณะทั่วไปอีกหลายประการ ดังนี้

1. ชอบทำอะไรเพราะอยากจะทำและเป็นการตัดสินใจที่จะทำหรือไม่ทำด้วยตนเอง

2. แสวงหาความเป็นอิสระทางด้านความคิด ไม่ต้องการให้ใครมาครอบงำทางความคิดโดยบอกให้ทำโน่นทำนี่ หรือไม่ควรทำอย่างนั้นอย่างนี้

3. มีอารมณ์อ่อนไหว เพื่อฝันและมีจินตนาการ



2) ผู้หญิง

1. สนใจตัวเองมากขึ้น รักสวยรักงามและสนใจการแต่งตัวสวยงาม

2. สนใจเพศตรงข้าม

3. มีอารมณ์หุนหันไวง่าย มีจิตใจมั่นคง บางครั้งอยู่ในภาวะสับสน

4. ต้องการเวลาที่สามารถเป็นตัวของตัวเองได้บ้าง มีความอิสระทางจิตใจ ไม่ชอบถูกบังคับ

5. ต้องการหลีกเลี่ยงกฎเกณฑ์และข้อบังคับรวมทั้งการควบคุมอย่างเข้มงวดจากครอบครัวโรงเรียนและสังคม

2.3 การเปลี่ยนแปลงทางสังคมกับพัฒนาการทางเพศ

1) ผู้ชาย

1. มีความสนใจให้ความสนิทสนมกับกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันมาก ใกล้ชิดมาก บางครั้งจะพบเห็นกลุ่มเพื่อนชายประมาณ 10-15 คน เกาะกลุ่มอยู่ด้วยกัน ไปไหนไปด้วยกัน มีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เช่น ดูหนัง ฟังเพลง เล่นกีฬา เล่นเกม รับประทานอาหาร

2. มีความรักเพื่อนมาก เอาใจใส่สนใจเพื่อนมากที่สุด

2) ผู้หญิง

1. คบเพื่อน โดยมีสังคมเป็นกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันและเพื่อนต่างเพศ แต่กลุ่มจะเล็กกว่ากลุ่มของผู้ชาย ชอบเที่ยวกันเป็นหมู่คณะ

2. สนใจในเรื่องศิลปะ คนตรี ฟ้อนรำ การแต่งกาย ซึ่งต้องเป็นไปตามสมัยนิยม ต้องการให้เหมือนเพื่อนๆ เพื่อหวังการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

3. การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับการทางเพศ

ความผิดพลาดที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นผลมาจากความไม่รู้หรือรู้ไม่จริงหรือไม่สนใจจะรับรู้ เมื่อนักเรียนมีโอกาสได้เรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และพัฒนาการทางเพศ จึงเป็นโอกาสในชีวิตที่จะได้ไม่เดินไปสู่ความผิดพลาดเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ มีดังนี้

1. อ่านหนังสือเกี่ยวกับเรื่องฮอร์โมนเพศและพัฒนาการทางเพศเพื่อทำความเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และสังคมกับพัฒนาการทางเพศ

2. เข้าใจและสามารถอธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องพัฒนาการทางเพศ เช่น การทำงานของระบบอวัยวะสืบพันธุ์ การมีความรู้สึทางเพศ การฝันเปียก การมีประจำเดือน การมีอารมณ์อ่อนไหว หรืออารมณ์รุนแรงความเป็นอิสระทางด้านการคิด การเป็นตัวของตัวเองและการมีสังคมของวัยรุ่น

3. ลดความวิตกกังวลหรือมีวิธีการคลายเครียดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของพัฒนาการทางเพศ โดยพยายามเข้าใจเรื่องที่เกิดขึ้นกับตัวเราว่าเป็นเรื่องปกติธรรมชาติ ซึ่งเพื่อนๆ ก็มีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เช่นเดียวกับเราด้วย เช่น มีเสียงแตกห้าว หน้าอกขยายใหญ่ขึ้น มีการสำเร็จความใคร่ มีการฝันเปียก เป็นต้น

4. ปรับตัวได้เมื่อร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ทั้งทางกายภาพ อารมณ์ จิตใจ สังคม และพัฒนาการทางเพศ

5. ดูแลรักษาสุขภาพทางเพศอย่างเหมาะสมดังนี้

- อาบน้ำให้สะอาดสวมใส่เสื้อผ้าที่ซักแล้ว จะได้มีกลิ่นตัวสะอาด
- ล้างหน้าให้สะอาด อย่างปล่อยให้หน้ามัน ลีวนบนใบหน้าจะถูกกำจัดโดยวิธีธรรมชาติ
- เปลี่ยนผ้าอนามัยชิ้นใหม่บ่อยครั้งขณะมีประจำเดือน ทำให้ไม่เกิดการหมักหมมและมีกลิ่นเหม็นอับ

6. รับผิดชอบตามบทบาทหน้าที่ของแต่ละคนให้ครบถ้วน เหมาะสมดังาม ดังนี้

- บทบาทความเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่
- บทบาทหน้าที่ลูกศิษย์ มีความเคารพ เชื่อฟังครู และตั้งใจเรียน
- บทบาทของความเป็นเพื่อนที่ดี

7. ฝึกฝนทักษะการปฏิเสธ ชีวมันในขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรมอันดีงามของสังคมไทย ตามแบบแผน ดังนี้

- ปฏิเสธไม่ไปเที่ยวกลางคืนกับเพื่อนเมื่อพิจารณาถึงความไม่เหมาะสม หรือพ่อแม่ผู้ปกครองไม่ต้องการให้ไป

- ปฏิเสธเพื่อนที่ชวนให้ลองเสพลิงเสพติด หรือลองมีความสัมพันธ์ทางเพศกับเพื่อนหรือคนรู้จักใกล้ชิด

8. ร่วมกิจกรรมนันทนาการหรือทำงานอดิเรก เช่น ร้องเพลง เล่นดนตรี เล่นกีฬา ไปเที่ยวสถานที่ท่องเที่ยวตามต่างจังหวัด ปลูกต้นไม้ อ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ เป็นต้น

9. ระมัดระวังเรื่องการเกิดอารมณ์ทางเพศและการแสดงออกเพื่อระบายอารมณ์ทางเพศอย่างเหมาะสม โดยมีทักษะการป้องกัน การตั้งครกที่ไม่ว่าประสงค์

4. สรุป

พัฒนาการทางเพศเป็นเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์สติปัญญาและสังคม โดยมีต่อมควบคุมการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศเป็นต่อมไร้ท่อ ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนเพศ ที่สร้างได้ทั้งเพศชายและหญิง ในผู้ชายอายุระหว่าง ๑๑-๑๒ ปี จะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น และมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศอย่างต่อเนื่อง โดยหญิงจะมีประจำเดือน เต้านมเริ่มขยายใหญ่ขึ้น มีส่วนเว้า ส่วนโค้ง ส่วนชายเสียงแตก เต้านมโตและเจ็บที่เรียกว่า “นมแตกพาน” มีการเคลื่อนไหวของน้ำอสุจิในเวลาหลับ

เพื่อให้มีพัฒนาการทางเพศที่ดี ควรมีหลักการหรือวิธีการในการปฏิบัติตนที่เหมาะสม เช่น การอ่านหนังสือเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ การเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ไม่ควรวิตกกังวล ควรมีวิธีการคลายเครียด รู้จักปรับตัวและดูแลรักษาสุขภาพทางเพศอย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบตามบทบาทหน้าที่ มีทักษะการปฏิเสธ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ หรือทำงานอดิเรก ระมัดระวังการแสดงออกเกี่ยวกับอารมณ์เพศ โดยวิธีการต่างๆ เหล่านี้จะเป็นแนวทางในการช่วยพัฒนาให้มีพัฒนาการทางเพศอย่างถูกต้องเหมาะสม



ใบงานที่ 1

เรื่อง พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น

คำชี้แจงให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันคิดและเขียนพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นว่ามีอะไรบ้างให้ได้จำนวนข้อมากที่สุดภายในเวลา 5 นาที

พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นชาย	พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นหญิง

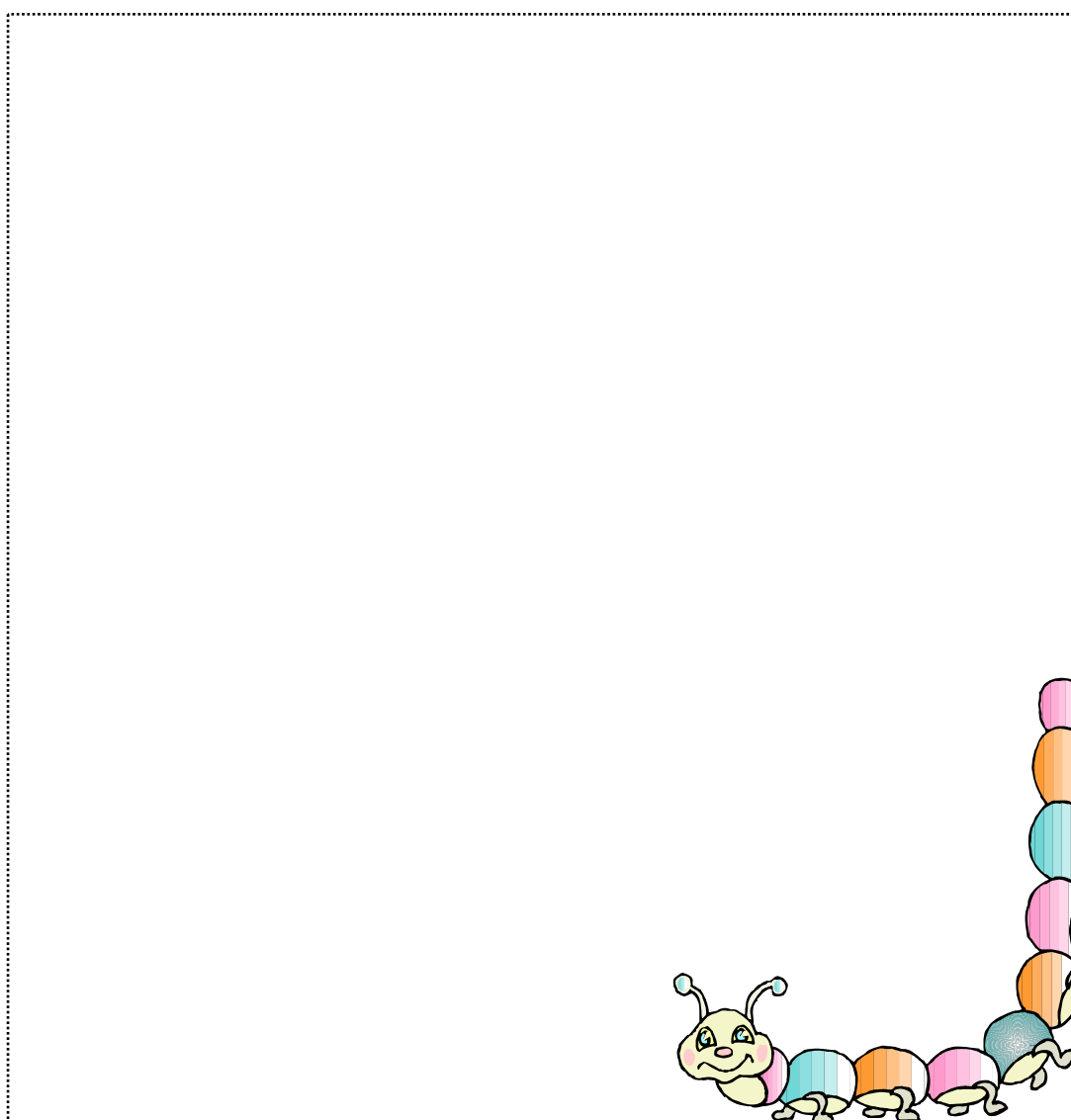
(คำตอบให้อยู่ในคุลยพินิจของครูผู้สอน โดยพิจารณาจากคำตอบของนักเรียนแต่ละคน)

ใบงานที่ 2

เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

จิตใจ อารมณ์ และสังคมกับพัฒนาการทางเพศ

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวาดภาพหรือแผนภูมิที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมกับพัฒนาการทางเพศ พร้อมส่งตัวแทนออกมาอธิบายภาพหรือแผนภูมินำชั้นเรียน



ใบงานที่ 3

เรื่อง พัฒนาการทางเพศกับการปฏิบัติตน

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ดีมาก ดี พอใช้ หรือ ควรปรับปรุง ซึ่งตรงกับ
คุณภาพของพฤติกรรมของตนเอง

ข้อ ที่	รายการ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ควร ปรับปรุง
1.	ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องการเปลี่ยนแปลงของ วัยรุ่นด้านพัฒนาการทางเพศ				
2.	ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการเปลี่ยนแปลง ของวัยรุ่น ด้านพัฒนาการทางเพศ				
3.	ลดความวิตกกังวลหรือคลายเครียด เมื่อเกิด ความเครียดเกี่ยวกับเรื่องการเปลี่ยนแปลง ของวัยรุ่นด้านพัฒนาการทางเพศ				
4.	ปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงและ พัฒนาการทางเพศ				
5.	ดูแลและรักษาสุขภาพทางเพศของตนเอง				
6.	ความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง เช่น เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เป็นคนดีของสังคม เป็นต้น				
7.	รู้จักปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้ทำในสิ่งไม่ เหมาะสมเช่น เที่ยวกลางคืน เสพสารเสพติด มีเพศสัมพันธ์ เป็นต้น				
8.	ร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น เล่นกีฬา ร้อง เพลง ดูหนัง อ่านหนังสือสนุกๆ เป็นต้น				
9.	ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์				
10.	ระมัดระวังเรื่องการเกิดอารมณ์ทางเพศ การ ควบคุมและการระบายออกซึ่งอารมณ์ทาง เพศ				

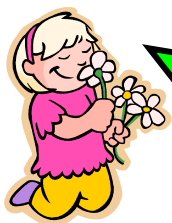
การให้คะแนน ดีมาก = 4 คะแนน

ดี = 3 คะแนน

พอใช้ = 2 คะแนน

ควรปรับปรุง = 1 คะแนน

ใบงานที่ 4
พฤติกรรมของวัยรุ่น



คำชี้แจง

1. ให้สมาชิกกลุ่มร่วมกันอภิปราย
2. ศึกษาใบความรู้และวิธีคิด
3. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อให้ได้ข้อสรุปตามประเด็นที่กำหนด
4. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอ/อภิปราย

งานที่กำหนด

มีคำกล่าวถึงวัยรุ่นว่า “วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงเร็วและรุนแรง การเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญาทำให้เป็นผู้มีความคิดอ่านรุนแรงและยึดถือแต่ความคิดเห็นของตัวเอง และการเปลี่ยนแปลงทางสังคมทำให้วัยรุ่นต้องการเป็นอิสระสูงมาก จนบางครั้งคิดดูถูกดูแคลนพ่อแม่และผู้ใหญ่”

ประเด็นที่ 1 นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรต่อคำกล่าวข้างต้น

ประเด็นที่ 2 วัยรุ่นทั่วไปมีความกังวลอะไรบ้างเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

ประเด็นที่ 3 วัยรุ่นจะมีวิธีปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อแก้ไขความกังวลที่เกิดขึ้น



แบบทดสอบหลังเรียนชุดการเรียนรู้ที่ 1
เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

คำชี้แจง 1. ข้อสอบชุดนี้มี จำนวน 10 ข้อ

2. ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย **X** ลงในช่อง

☐ กระดาษคำตอบ

1. เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นอายุเท่าใดที่เด็กผู้ชายจะมีรูปร่างสูงใหญ่กว่าเด็กผู้หญิง

ก. 12 ปี

ข. 13 ปี

ค. 14 ปี

ง. 15 ปี

2. การที่วัยรุ่นชายฝันเกี่ยวกับเรื่องเพศแล้วมีน้ำอสุจikelื่อนออกมาในขณะหลับนั้น เรียกว่าอะไร

ก. ฝันเปียก

ข. ฝันหวาน

ค. การช่วยตนเอง

ง. การสำเร็จความใคร่

3. การที่วัยรุ่นมีเสียงเปลี่ยนในลักษณะแหบและห้าวขึ้น เรียกว่าอะไร

ก. นมขึ้นพาน

ข. เสียงแตกหนุ่ม

ค. วุฒิภาวะทางเพศ

ง. พัฒนาการทางเพศ

4. วัยพายุแควม มีความหมายตรงกับข้อใด

ก. วัยรุ่น

ข. วัยเด็ก

ค. วัยผู้ใหญ่

ง. วัยที่มีพลังกำลังมาก

5. การที่วัยรุ่นคบเพื่อนต่างเพศนั้น จัดว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงด้านใด

ก. สังคม

ข. จิตใจ

ค. อารมณ์

ง. ร่างกาย

6. ต่อมไร้ท่อที่สำคัญที่สุดคือต่อมใด

- | | |
|---------------|----------------|
| ก. ต่อมเพศ | ข. ต่อมไทรอยด์ |
| ค. ต่อมหมวกไต | ง. ต่อมใต้สมอง |

7. ลูกอ๊อนจะผลิตฮอร์โมนใด

- | | |
|-----------------|-----------------|
| ก. Estrogen | ข. Estradiol |
| ค. Progesterone | ง. Testosterone |

8. การที่ไข่ซึ่งอยู่ในรังไข่สุกและแตกออกจากผนังหุ้ม เรียกว่าอะไร

- | | |
|------------------|---------------------------|
| ก. ไข่สุก | ข. การตกไข่ |
| ค. ไข่ที่สมบูรณ์ | ง. ไข่ที่ได้รับการผสมแล้ว |

9. นักเรียนควรปรึกษาเรื่องเกี่ยวกับเพศกับ บุคคลใด

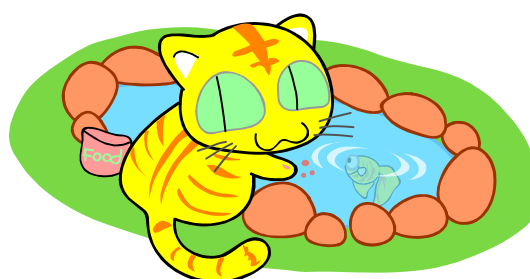
- | | |
|--------|--------------|
| ก. พ่อ | ข. แม่ |
| ค. ครู | ง. ถูกทุกข้อ |

10. การปฏิบัติตนเองอย่างเหมาะสมสำหรับวัยรุ่นมีหลายประการ ยกเว้นข้อใด

- | |
|--|
| ก. รักษาขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีไว้ |
| ข. รักษาสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ |
| ค. ระมัดระวังในเรื่องการเรียนอย่าให้ตกต่ำ |
| ง. คำนึงถึงเรื่องการแต่งกายและกิริยาท่าทางที่เหมาะสม |

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน
ชุดการเรียนรู้ที่ 1
เรื่อง พัฒนาการทางเพศและการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

ข้อ	คำตอบ
1.	ค
2.	ก
3.	ข
4.	ก
5.	ก
6.	ง
7.	ง
8.	ข
9.	ง
10.	ค



กิจกรรมเพิ่มเติมหลังการเรียนรู้

คำชี้แจง ให้นักเรียนสรุปการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นและบันทึกข้อมูลลงในแบบที่กำหนดให้

เพศหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอะไรบ้างเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

เพศชายจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอะไรบ้างเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง



โดย

นางบังอร อาจารย์

โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี

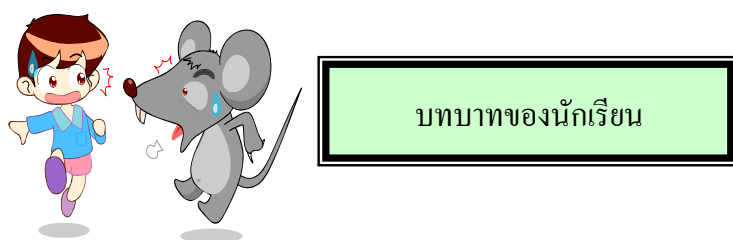
คู่มือสำหรับนักเรียน
ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้

1. เพื่อใช้เป็นสื่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง เพศศึกษา
2. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อแก้ไขปัญหาการขาดสื่อการเรียนการสอน
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

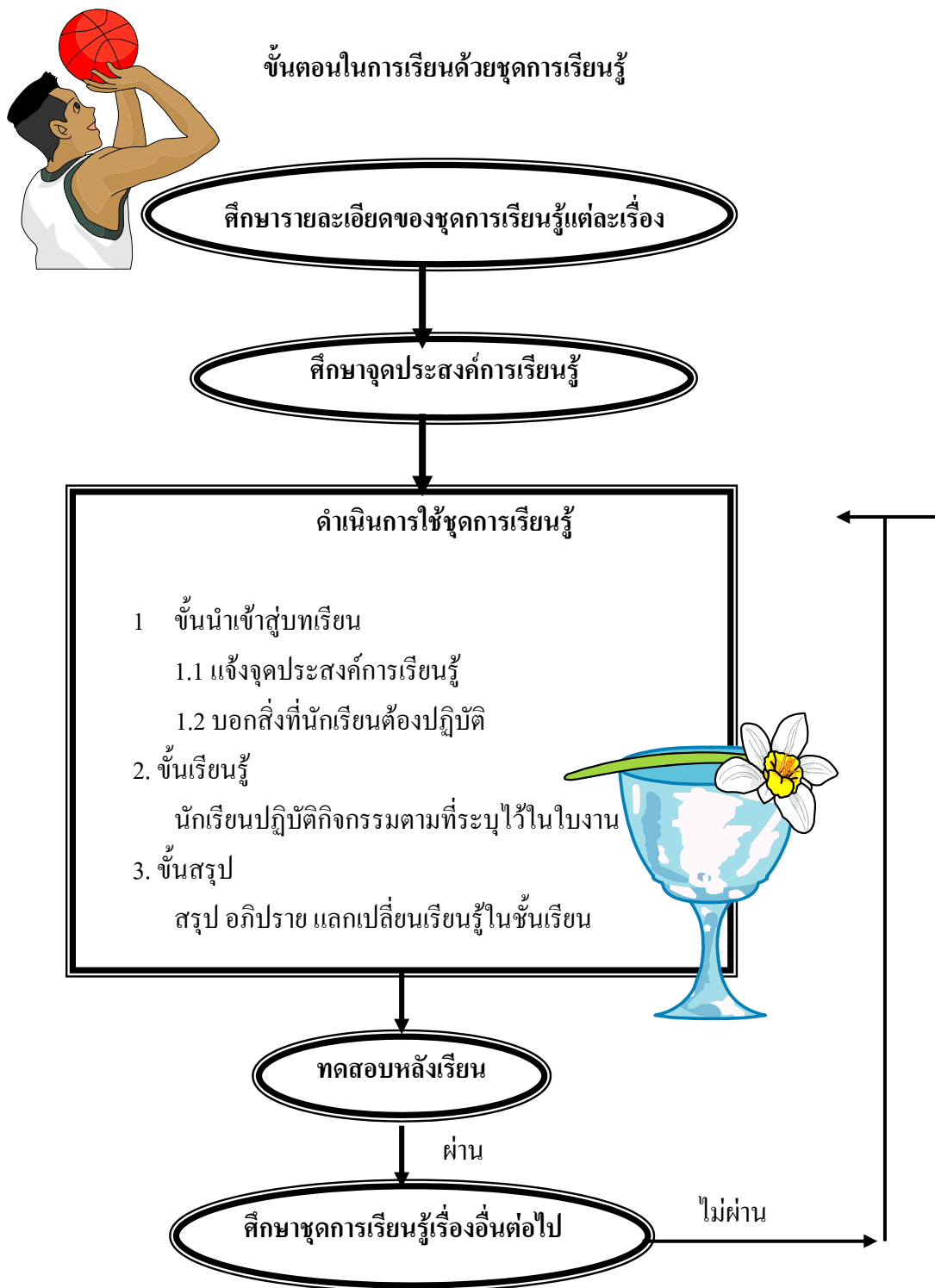
คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและเนื้อหาอย่างละเอียด รอบคอบ
2. การเรียนด้วยชุดการเรียนรู้จะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ อย่างเคร่งครัดมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
3. ถ้านักเรียนเกิดความสงสัย ไม่เข้าใจหรือมีปัญหา สามารถขอคำแนะนำจากครูผู้สอนได้ตลอดเวลา
4. เมื่อนักเรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมจากชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 2 จบ แล้วนักเรียนแต่ละคนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
5. ในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 2 นักเรียนมีเวลา 2 ชั่วโมง



1. นักเรียนอ่านคู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้และปฏิบัติตามกิจกรรมตามลำดับขั้นตอน
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและสาระการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้ทั้งหมดอย่างละเอียด พร้อมทั้งทำแบบฝึก
3. นักเรียนควรมีการวางแผนการทำงาน แบ่งหน้าที่และร่วมกันปฏิบัติตามกิจกรรม หากเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจหรือมีปัญหา นักเรียนควรขอคำแนะนำจากครูผู้สอน
4. ในการปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนรู้ นักเรียนควรปฏิบัติงานให้ทันกับเวลาที่กำหนดไว้
5. ขั้นตอนสุดท้ายของการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ นักเรียนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
6. นักเรียนควรมีความร่วมมือร่วมใจ มีความสามัคคี ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังเสียงส่วนมากในการปฏิบัติตามกิจกรรมกลุ่ม





ชุดการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

สาระสำคัญ

อนามัยวัยรุ่น เป็นองค์ประกอบหนึ่งของอนามัยเจริญพันธุ์ เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย รวมทั้งการพัฒนาการระบบอวัยวะสืบพันธุ์ การมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้อย่างถูกต้อง จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถดูแลรักษาความสะอาดตนเองได้อย่างเหมาะสม ช่วยลดความวิตกกังวล และทำให้มีสุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจ



จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้ความหมายและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์
2. รู้และเข้าใจเรื่องสิว กลิ่นตัว ประจำเดือน และฝันเปียก
3. รู้วิธีดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน

ใบความรู้สำหรับนักเรียน
ชุดการเรียนรู้ที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

ความสำคัญและองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์



อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง สภาวะที่สมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจที่เป็นผลสัมฤทธิ์อันเกิดจากกระบวนการและหน้าที่ของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ทั้งชายและหญิง ทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งทำให้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มี 10 องค์ประกอบ คือ

1. การวางแผนครอบครัว
2. การอนามัยแม่และเด็ก
3. เพศศึกษาอนามัยวัยรุ่น
4. โรคเอดส์
5. โรคติดเชื้อในระบบสืบพันธุ์
6. มะเร็งระบบสืบพันธุ์
7. การแท้งและภาวะแทรกซ้อน
8. ภาวะมีบุตรยาก
9. ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และสูงอายุ
10. ภาวะหลังวัยเจริญพันธุ์และสูงอายุ

วัยรุ่นเป็นวัยที่ต่อมไร้ท่อต่าง ๆ ในร่างกาย ผลิตฮอร์โมนออกมาทำให้เกิดการพัฒนาการทางด้านร่างกาย และพัฒนาการทางเพศ ดังนั้นจึงมีการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างในร่างกายของวัยรุ่น

1. สิว

สิวมักจะเกิดขึ้นบริเวณใบหน้าหรืออาจพบได้ที่บริเวณหน้าอก ลำตัว หลัง ต้นแขน แขนที่จริงแล้วสิวไม่ใช่เรื่องเฉพาะ ที่เกิดกับวัยรุ่นเท่านั้น พบว่าสามารถเกิดขึ้นได้กับทารกจนถึงวัยชรา แต่ที่เป็นปัญหามากก็คือ สิวที่เกิดขึ้นบริเวณใบหน้า วัยที่มักมีปัญหาเรื่องสิวมามากที่สุดก็คือวัยรุ่น เนื่องจากเป็นวัยที่ร่างกายมีการผลิตฮอร์โมนและต่อไขมันทำงานมากกว่าวัยอื่น ๆ

สาเหตุ สิวเกิดจากการอุดตันของรูขุมขน โดยมีไขมันมาอุดตัน ปกติไขมันจากต่อมไขมันที่ผิวหนังสร้างออกมานี้จะถูกระบายออกทางรูขุมขน ถ้ารูขุมขนเกิดการอุดตันขึ้น เนื่องจากการจับตัวของ ไขมันกับเซลล์หนังกำพร้าชั้นนอกที่ตายแล้ว หรือที่เรียกว่า จีไคล จึงทำให้เกิดการสะสมของไขมันในรูขุมขน จนเกิดอุดตันเป็นสิวจีน อาจเป็นสิิวหัวดำ หรือสิิวหัวขาว ถ้าเกิดการอักเสบจะกลายเป็นสิิวหัวแดงซึ่งจะมีอาการเจ็บ

1. ปัจจัยที่ทำให้เกิดสิิว ปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดสิิวมีหลายประการดังนี้

1.1) ความไม่สมดุลของฮอร์โมนเพศ โดยปกติมนุษย์จะมีฮอร์โมนทั้ง 2 เพศ อยู่ในสัดส่วนที่สมดุลกัน แต่ถ้าในบางครั้งฮอร์โมนเพศชายอยู่ในระดับสูง ฮอร์โมนนี้จะไปกระตุ้นให้ต่อมไขมันผลิตไขมันออกมามากทำให้เกิดการอุดตันของท่อไขมันและรูขุมขนได้ง่าย จึงเป็นสาเหตุทำให้เกิดสิิวได้

1.2) ได้รับเชื้อแบคทีเรีย เชื้อแบคทีเรียจะเข้าไปรบกวนในเนื้อเยื่อของผิวหนัง ทำให้เกิดการอักเสบในต่อมไขมันและรูขุมขนจนถึงที่ผิวหนัง ถ้ามีการอักเสบมากก็จะทำให้สิิวมีขนาดโตขึ้น และหัวสิิวจะสีแดง เมื่อสัมผัสจะเจ็บ มักเรียกสิิวชนิดนี้ว่า “สิิวหัวช้าง”

1.3) การใช้เครื่องสำอางหรือครีมบางชนิด เครื่องสำอางหรือครีมบางชนิดที่มีปริมาณน้ำมันค่อนข้างสูง เมื่อทาบริเวณผิวหนังแล้ว น้ำมันจะเข้าไปอุดตันรูขุมขนทำให้ไขมันที่ต่อมไขมันสร้างออกมาระบายออกทางรูขุมขนไม่สะดวก มักทำให้เกิดสิิวได้ง่าย

1.4) ความเครียดและการพักผ่อนไม่เพียงพอ ความเครียดจะทำให้เกิดความไม่สมดุล ของระดับฮอร์โมนเพศ ต่อมไขมันจะขับไขมันออกมามาก ทำให้เกิดสิิวได้ง่าย และถ้าได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอร่างกายจะอ่อนแอจึงทำให้ผิวหนังเกิดการติดเชื้อโรคได้ง่าย

1.5) การใช้ยาในกลุ่มสเตียรอยด์ จะทำให้เกิด “สิิวสเตียรอยด์” ซึ่งรักษายากมาก



2. การป้องกัน มีวิธีการป้องกันการเกิดสิวได้ ดังนี้

2.1) รักษาความสะอาด โดยเฉพาะบริเวณใบหน้า ใช้น้ำอุ่นล้างหน้าเมื่อหน้ามีความมัน โดยใช้สบู่หรือครีมล้างหน้า เพื่อรักษาความสะอาด แต่ไม่ควรล้างหน้าบ่อยจนเกินไป

2.2) หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องสำอางหรือครีมที่มีน้ำมันค่อนข้างสูง อาจจะใช้โดยการทาเองหรือการนวดหน้า แต่ถ้าเครื่องสำอางหรือครีมที่มีปริมาณน้ำมันต่ำ หรือเป็นจำพวกสมุนไพรสามารถใช้ได้

2.3) ทำจิตใจให้สบายและพักผ่อนให้เพียงพอ นอกจากจะทำให้สุขภาพจิตดีแล้ว ยังช่วยป้องกันการเกิดสิวได้อีกด้วย

2.4) ไม่รับประทานหรือทายาที่มีสารสเตียรอยด์ มักพบบ่อยคือ ยารักษาฝ้า มักมี สารสเตียรอยด์เป็นส่วนผสม หรือรักษาโรคต่างๆ ที่พบว่าสเตียรอยด์ก็ควรหลีกเลี่ยง

2.5) หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก เช่น อาหารประเภททอดต่างๆ ที่ใช้น้ำมันปริมาณรับประทานไขมันจากสัตว์ อาหารผัดที่ใช้น้ำมันมาก เป็นต้น

3. การปฏิบัติตนเมื่อเป็นสิว สิวเมื่อเกิดขึ้นแล้วมักจะหายไปเอง แต่ปกติคนมักวิตกกังวลรำคาญ ถ้าเป็นมากอาจเกิดความอายจึงต้องไปรักษา หรือหาซื้อยา ครีม หรือเครื่องสำอางต่างๆ มารักษาสิว และเมื่อเป็นสิวลควรปฏิบัติตน ดังนี้

3.1) อย่าบีบ กด หรือแกะสิว การบีบ กด หรือแกะสิว ไม่ได้ทำให้สิวยาวเร็วขึ้น แต่จะทำให้เนื้อเยื่อบริเวณรอบๆ หัวสิวลเกิดการอักเสบได้

3.2) ปฏิบัติตนตามวิธีการป้องกันที่กล่าวมาแล้วอย่างเคร่งครัด ซึ่งได้แก่การรักษาความสะอาดบริเวณใบหน้า หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องสำอางหรือครีมที่มีน้ำมันค่อนข้างสูง ทำจิตใจให้สบาย พักผ่อนให้เพียงพอ ไม่รับประทานหรือทายาที่มีสารสเตียรอยด์ และหลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันมาก

3.3) ถ้ามีสิวมามากผิดปกติควรปรึกษาแพทย์ผิวหนัง เพราะอาจไม่ใช่สิวลธรรมดา อาจเป็นความผิดปกติของต่อมไธสมอง หรือด้วยสาเหตุอื่น

เคล็ดลับสุขภาพ

การซื้อยาหรือครีมมารักษาสิวเอง เป็นการเสี่ยงต่อการสูญเสียความงามบนใบหน้า ถ้าเป็นสิวมามากควรปรึกษาแพทย์ผิวหนังหรือผู้เชี่ยวชาญด้านผิวหนังโดยเฉพาะ จะทำให้ได้รับการรักษาที่ปลอดภัย นอกจากนั้นยังได้รับคำแนะนำเพื่อการปฏิบัติตนที่ถูกต้องในการป้องกันหรือรักษาสิว

2. กลิ่นตัว

คนทุกคนจะมีกลิ่นตัว แต่ถ้ากลิ่นตัวนั้นมีความรุนแรง อาจเหม็นเขียว เหม็นฉุน ๆ เหม็นเหมือนขี้เต่า บางทีก็เรียกกลิ่นตัวนี้ว่า “กลิ่นตัว” หรือ “ขี้เต่า” จนตนเองหรือคนที่อยู่ใกล้ชิดได้กลิ่น ถือว่ามีปัญหาเรื่องกลิ่นตัวแล้ว เพราะอาจจะเป็นที่รังเกียจหรือก่อความรำคาญต่อคนใกล้ชิด กลิ่นตัวที่น่ารังเกียจนั้นมักจะมาจากบริเวณรักแร้ กลิ่นตัวดังกล่าวมีทั้งในเพศชายและเพศหญิง แต่มักพบในเพศชายมากกว่าเพศหญิงและมักเริ่มเกิดในช่วงวัยรุ่น

สาเหตุ เหงื่อของคนเราจะมีน้ำเกลือ และแร่ธาตุเป็นส่วนประกอบ สำหรับต่อมเหงื่อที่อยู่ใต้รักแร้ (Apocrine Sweat Glands) จะขับเหงื่อออกมา และกลายเป็นสารที่เหมาะสมในการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ภายในเวลาเพียงไม่กี่ชั่วโมงแบคทีเรียที่พบอยู่ทั่วไปตามผิวนั้นจะเพิ่มจำนวนอย่างรวดเร็วซึ่งการย่อยสลายนี้เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดกลิ่นตัวขึ้นมา

การป้องกันและการปฏิบัติตนเมื่อเกิดกลิ่นตัว กลิ่นตัวแรงเกินปกติ หรือมีกลิ่นตัวแรง (ที่เรียกว่ากลิ่นตัวเพราะว่าเหม็นคล้ายขี้เต่า) มีวิธีการป้องกันและปฏิบัติตน ดังนี้

2.1) อาบน้ำชำระล้างร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ เวลาเช้าและเวลาเย็น

2.2) ขณะอาบน้ำควรฟอกสบู่บริเวณรักแร้ให้สะอาดประมาณ 2 รอบ ควรใช้สบู่ที่ระงับกลิ่นกายที่สามารถยับยั้งหรือฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

2.3) ใช้สารส้มก่อนนอนๆ ไม่มีเหล็มนุ่มบริเวณรักแร้หลังอาบน้ำทุกครั้ง จะช่วยลดกลิ่นตัวได้ เพราะสารส้มสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

2.4) หลังอาบน้ำต้องเช็ดตัวให้แห้งและสวมเสื้อผ้าที่สะอาด ควรใช้เสื้อผ้าที่อากาศผ่านได้สะดวก เสื้อผ้าต้องตากให้แห้ง ไม่อับชื้น หรือมีกลิ่นเหม็นเนื่องจากตากในร่มไม่ถูกแสงแดด

2.5) การใช้ลูกกลิ้งหรือสเปรย์ระงับกลิ่นกาย อาจใช้ลูกกลิ้งระงับกลิ่นกายดูบางๆ บริเวณรักแร้ หรือใช้สเปรย์ระงับกลิ่นกายชนิดบริเวณรักแร้ ซึ่งมีจำหน่ายทั่วไป เพราะสามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียบางชนิดได้

2.6) ดื่มน้ำมากๆ เพื่อช่วยให้กลิ่นตัวเจือจางลงได้

2.7) ลดการบริโภคชา กาแฟ และเครื่องดื่มที่มีน้ำตาล เพราะสิ่งเหล่านี้ล้วนทำให้เกิดความเครียดของประสาททำให้เหงื่อออกมากกว่าปกติ

2.8) หลีกเลี่ยงอาหารที่มีเครื่องเทศ กลิ่นฉุน เครื่องเทศที่มีกลิ่นฉุนต่าง ๆ เช่น กระเทียมหอม เป็นต้น จะมีส่วนทำให้เกิดกลิ่นตัวได้

3. การมีประจำเดือน

เมื่อเด็กหญิงเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นจะมีปรากฏการณ์อย่างหนึ่งเกิดขึ้น คือ การมีประจำเดือน (Menstruation) อาจเรียกชื่ออื่นอีกได้แก่ ระดู รอบเดือน ประจำเดือน หรือเมนส์ (Mens)

วงจรของการมีประจำเดือน การมีประจำเดือนเป็นกระบวนการทางธรรมชาติของผู้หญิง ที่มีความสลับซับซ้อน โดยมีวงจรรอบละประมาณ 28 วัน และวงจรรอบนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ จนถึงวัยหมดประจำเดือน (Menopause) ซึ่งจะมีอายุประมาณ 45-50 ปี ซึ่งบางคนอาจหมดประจำเดือนเร็วหรือช้ากว่านี้

ถ้าได้แต่วงจรรอบนี้ก็จะมีช่วงได้เหมือนกันเมื่ออยู่ในระหว่างการตั้งครรภ์ หรือเกิดความผิดปกติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ภายใน

ก่อนอธิบายถึงการมีประจำเดือนให้นักเรียนศึกษาภาพระบบอวัยวะสืบพันธุ์ภายในของเพศหญิง เพื่อให้รู้ตำแหน่งและรูปร่างของอวัยวะระบบสืบพันธุ์ภายในของเพศหญิง

สำหรับวงจรของการมีประจำเดือนนั้นมีรายละเอียด ดังนี้

รังไข่จะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนและปล่อยไข่ออกมาจากรังไข่เดือนละ 1 ฟอง สลับกันระหว่างรังไข่ด้านขวากับรังไข่ด้านซ้าย ไข่ที่หลุดออกจากรังไข่จะเป็นไข่ที่สุก

เมื่อไข่หลุดออกจากรังไข่ รังไข่จะสร้างฮอร์โมนเอสโตรเจน (Estrogen) ส่งไปทางกระแสเลือดช่วยกระตุ้นให้ผนังมดลูกหนาขึ้นและมีเส้นเลือดฝอยมากขึ้น เปรียบเสมือนธรรมชาติได้เตรียมเบาะนุ่ม ๆ ไว้เพื่อรองรับไข่ที่จะถูกผสมกับตัวสุจิ แล้วจะฝังตัวอยู่ที่เบาะนุ่ม ๆ นี้

แต่ถ้าไข่ไม่ถูกผสมกับสุจิ ฮอร์โมนจะเปลี่ยนแปลงระดับก็จะลดลง ทำให้ผนังมดลูกที่สร้างขึ้นจนหนาขึ้นค่อย ๆ ฝ่อตัวลง แล้วจะค่อย ๆ หลุดลอกออกมา เลือดจากเส้นเลือดฝอยมากมายก็จะไหลออกมาด้วย เป็นเลือดสีแดงคล้ำ ซึ่งเรียกว่า “ระดู” หรือ “ประจำเดือน”

ปกติระยะที่เลือดแดงคล้ำ หรือ ประจำเดือนออกมานี้จะใช้เวลาประมาณ 4 วัน วันหลัง ๆ จะมีเลือดออกน้อยลงเรื่อย ๆ จนหมดไป

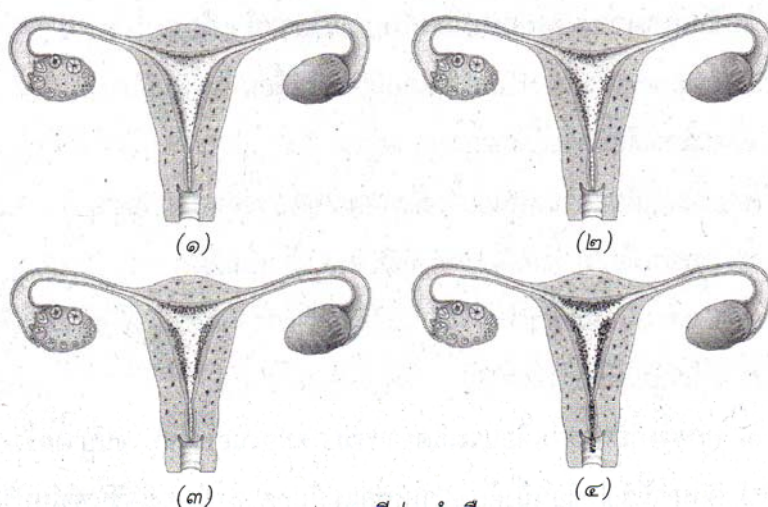
ช่วงเวลาของการมีประจำเดือนนี้อาจมากกว่าหรือน้อยกว่า 4 วันก็ได้ โดยปกติจะประมาณ 3-7 วัน และระยะวงจรรอบเดือนอาจมากกว่าหรือน้อยกว่า 28 วันก็ได้แต่ไม่ควรมากหรือน้อยกว่า 7 วันและจะมีเลือดออกมารวมแล้วประมาณ 50-200 ซี.ซี.

อาการก่อนและขณะมีประจำเดือน ก่อนมีประจำเดือนและขณะมีประจำเดือนมักมีอาการต่างๆ ปรากฏขึ้น เช่น ปวดท้องบริเวณท้องน้อย ปวดหลัง บั่นแอว และก้นกบ ปวดศีรษะ อารมณ์หงุดหงิด เจ็บหน้าอก เป็นต้น

การปฏิบัติตนในขณะมีประจำเดือน ขณะมีประจำเดือนควรปฏิบัติตน ดังนี้

- 3.1) การรักษาความสะอาด ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศเป็นพิเศษ เนื่องจากในระหว่างการมีประจำเดือนจะมีความอับชื้นมากกว่าปกติ
- 3.2) การใช้ผ้าอนามัย ควรใช้ให้ถูกวิธี ทุกครั้งที่เปลี่ยนผ้าอนามัยต้องทำความสะอาดอวัยวะเพศ และซับให้แห้งก่อนใช้ผ้าอนามัยแผ่นใหม่
- 3.3) การอาบน้ำ ควรใช้น้ำจากฝักบัวหรือขันตักอาบ ไม่ควรลงอาบน้ำในสระหรือในแม่น้ำลำคลอง เพราะเชื้อโรคอาจเข้าสู่ช่องคลอดและเกิดการติดเชื้อได้ง่าย
- 3.4) การใช้กางเกงใน ควรใส่กางเกงในที่ระบายเหงื่อได้ดี เพื่อไม่ให้อวัยวะเพศเปียกชื้น
- 3.5) การออกกำลังกาย ไม่ควรออกกำลังกายหนักเกินไป แต่ออกกำลังกายได้พอสมควรแต่ควรระวังกีฬาว่ายน้ำ
- 3.6) การรับประทานอาหาร สามารถรับประทานอาหารได้ตามปกติไม่มีอาหารแสลงในขณะมีประจำเดือน ควรดื่มน้ำมากๆ
- 3.7) สังเกตอาการผิดปกติ ถ้าพบอาการผิดปกติ เช่น ปวดท้องอย่างรุนแรง มีเลือดออกมากกะปริดกะปรอย เป็นต้น ควรปรึกษาพ่อแม่ หรือครู เพื่อที่จะรับคำแนะนำ หรืออาจพาไปพบแพทย์ต่อไป





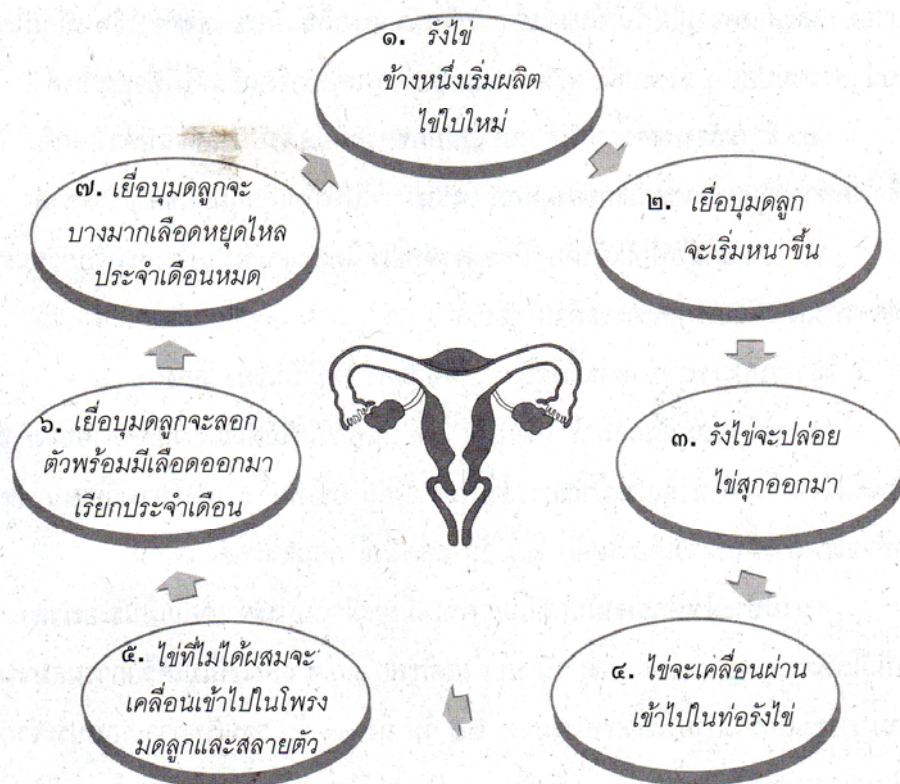
▲ การมีประจำเดือน

๑. ไข่สุกอยู่ในรังไข่

๓. ไข่สุกเดินทางไปสู่มดลูก

๒. ไข่สุกออกไปสู่ท่อรังไข่

๔. ไข่สลายตัวและมีเลือดไหลออกมา



▲ แสดงวงจรของการมีประจำเดือน

4. ผื่นเปื่อย

ผื่นเปื่อยเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของผู้ชาย ซึ่งอันที่จะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนเพศชายและตัวอสุจิ ตัวอสุจิจะเดินทางไปตามท่ออสุจิเก็บสะสมไว้ที่ถุงเก็บน้ำอสุจิซึ่งอยู่ประมาณ ช่องท้องน้อย เมื่อเก็บน้ำอสุจิไว้มากขึ้น ประกอบกับวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และอารมณ์ มีความสนใจเพศตรงข้ามแล้วอาจมีการจินตนาการเกี่ยวกับเรื่องเพศหรือในขณะนอนหลับอาจเกิด การฝันเกี่ยวกับเรื่องทางเพศทำให้ถุงเก็บน้ำเชื้อบีบรัดตัว น้ำอสุจิจะไหลเคลื่อนออกมาทางท่อปัสสาวะ สู่ภายนอก ซึ่งไม่ใช่เรื่องที่น่าอายแต่เป็นการลดปริมาณอสุจิและเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดทางเพศตามธรรมชาติเพื่อความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้นให้นักเรียนศึกษาภาพอวัยวะระบบสืบพันธุ์เพศชาย เพื่อให้รู้ตำแหน่งและรูปร่างของอวัยวะระบบสืบพันธุ์ของเพศชาย

เคล็ดลับ สุขภาพ

การเรียนรู้เรื่องเพศไม่ใช่สิ่งที่น่าอาย แต่การหมกมุ่นเรื่องเพศเป็นสิ่งที่ไม่ดี การเรียนรู้เรื่องเพศควรเป็นไปในทางสร้างสรรค์ นำความรู้ที่ได้ไปประพฤติปฏิบัติตนให้ถูกต้อง ปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางเพศของตนเอง



5. การดูแลอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

การดูแลอนามัยทางเพศที่สำคัญก็คือ การดูแลอนามัยของอวัยวะสืบพันธุ์ หรือที่เรียกว่า “สุขปฏิบัติ”

3.1) สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชาย

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายควรปฏิบัติ ดังนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ในการอาบน้ำควรทำความสะอาดอวัยวะเพศด้วยสบู่ให้สะอาด เพื่อไม่ให้
2. หลังจากอาบน้ำชำระล้างร่างกายเสร็จแล้วควรเช็ดอวัยวะเพศให้แห้ง
3. สวมกางเกงชั้นในที่สะอาด อย่าให้เปียกชื้น และไม่ควรสวมกางเกงในที่คับหรือรัดจนเกินไป
4. อย่าให้อวัยวะเพศได้รับการกระทบกระเทือนแรง ๆ เพราะจะทำให้เจ็บและ

เกิดการอักเสบได้โดยเฉพาะลูกอัมชะถ้าถูกระแทกกระแทกแรงๆ จะปวดมาก

5. ไม่คลุกคลีหรือใช้เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว ผ้าขาวม้ามาร่วมกับผู้ที่เป็หรือมี
พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพราะอาจทำให้เกิดโรคได้

6. ใช้ส้วม ห้องน้ำ หรือที่ถ่ายปัสสาวะที่ถูกต้องสุขลักษณะ

7. ไม่เที่ยวสำส่อน หรือมีเพศสัมพันธ์กับหญิงขายบริการ เพราะอาจทำให้
เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์ได้

8. ควรสวมถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์กับหญิงที่ไม่ใช่คู่ของตนหรือ
มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์

9. หากสงสัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์ ควรรีบไป
ปรึกษาแพทย์ ทำการตรวจเลือด ไม่ควรซื้อยามารักษาเอง

10. เมื่อมีความต้องการทางเพศ ควรหาทางออกที่ถูกต้องและเหมาะสม เช่น
เล่นกีฬา เล่นดนตรี ทำงานอดิเรก เป็นต้น หากจำเป็นอาจสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง แต่ไม่ควร
ทำบ่อยนัก เพราะจะบั่นทอนสุขภาพได้

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิง

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิงควรปฏิบัติ ดังนี้

1. อาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ในการอาบน้ำควรใช้สบู่ฟอกอวัยวะเพศให้
สะอาด

2. หลังจากอาบน้ำชำระล้างร่างกายเสร็จแล้ว ควรเช็ดอวัยวะเพศให้แห้ง

3. สวมชุดชั้นในที่สะอาดอย่าให้เปียกชื้น และไม่ควรสวมชุดชั้นในที่คับหรือ
รัดจนเกินไป

4. ระวังอย่าให้อวัยวะเพศได้รับการกระทบที่รุนแรง ๆ เพราะจะทำให้เกิดการ
อักเสบหรือ เป็นอันตรายได้

5. ไม่คลุกคลีหรือใช้เสื้อผ้า ผ้าเช็ดตัว ร่วมกับผู้ที่เป็หรือสงสัยว่าเป็น
โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เพราะอาจทำให้เกิดการติดโรคได้

6. ใช้ส้วม ห้องน้ำที่ถูกต้องสุขลักษณะ และเมื่อถ่ายปัสสาวะหรืออุจจาระเสร็จแล้ว
ควรทำความสะอาดอวัยวะเพศและทวารหนัก โดยใช้น้ำหรือกระดาษชำระที่สะอาด

7. ไม่สำส่อนทางเพศ เพราะนอกจากจะผิคนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม
แล้ว ยังอาจติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์ได้

8. หากสงสัยว่าเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์ ควรปรึกษาแพทย์ ทำการตรวจเลือดไม่ควรซื้อยามารักษาเอง

9. ระหว่างการมีประจำเดือน ควรเตรียมผ้าอนามัยที่สะอาด และใช้ผ้าอนามัยอย่างถูก

วิธีตลอดจนระมัดระวังรักษาความสะอาด ต้องเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อยๆ ไม่ควรใช้นานเกินไป เมื่อใช้แล้วควร ห่อกระดาษให้เรียบร้อยแล้วทิ้งถังขยะ ไม่ทิ้งลงไปในโถส้วม เพราะจะทำให้ส้วมอุดตันได้

10. ระหว่างมีประจำเดือน ไม่ควรออกกำลังกายที่ผาดโผนหรือรุนแรง และไม่ควรลงเล่น หรือว่ายน้ำ ควรออกกำลังกายเบาๆ และพักผ่อนให้เพียงพอ

11. ระหว่างมีประจำเดือน ถ้ามีอาการปวดที่บริเวณท้องน้อยให้ใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบ เพื่อให้ความอบอุ่น และอาจรับประทานยาแก้ปวดระงับอาการปวดได้

12. ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น มีการตกขาว เกิดการอักเสบที่บริเวณช่องคลอด เป็นต้น ควรรีบไปปรึกษาแพทย์



สรุป

อนามัยเจริญพันธุ์ เป็นภาวะที่สมบูรณ์แข็งแรงของร่างกายและจิตใจ ที่เป็นผลมาจากการกระบวนการของการเจริญพันธุ์ที่สมบูรณ์ทั้งชายและหญิง ทุกช่วงอายุของชีวิต ซึ่งส่งผลให้มีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หากวัยรุ่นมีอนามัยทางเพศที่ดี ได้แก่ การดูแลเรื่องการเป็นสาว การมีกลิ่นตัวแรง การมีประจำเดือนการผื่นเปื้อกตลอดจนการดูแลอนามัยของอวัยวะเพศชายและหญิง ซึ่งการมีอนามัยทางเพศดีจะทำให้วัยรุ่นเป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตดีอีกด้วย

ใบงานที่ 1

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์และองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์
มาพอสังเขป

[illegible]

ใบงานที่ 1

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์และองค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ มาพอสังเขป

อนามัยเจริญพันธุ์	ภาวะสมบูรณ์ที่พร้อมจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ และการดูแลสุขภาพทางเพศ
สุขภาพทางเพศ	เป็นเรื่องที่ครอบคลุมในเรื่องความพึงพอใจทางเพศ สัมพันธภาพทางเพศ การทำหน้าที่ทางเพศ การควบคุมพฤติกรรมทางเพศ เป็นต้น
การวางแผนครอบครัว	เป็นการวางแผนว่าจะมีบุตรเมื่อใด จะมีบุตรสักกี่คน
อนามัยแม่และเด็ก	เป็นการดูแลสุขภาพของแม่ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์และดูแลบุตร
โรคเอดส์	เกิดจากเชื้อ เอช ไอ วี (HIV) ทำให้ภูมิคุ้มกันของร่างกายบกพร่อง
โรคติดเชื้อในระบบอนามัยเจริญพันธุ์	เป็นโรคที่ติดเชื้อในระบบสืบพันธุ์ทั้งชายและหญิง
ความผิดปกติของระบบอนามัยเจริญพันธุ์	เป็นความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับระบบสืบพันธุ์ทั้งชาย
เพศศึกษา	ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาการทางเพศทั้งที่เกี่ยวกับร่างกายและจิตใจ
การทำแท้งและการแทรกซ้อน	เป็นการทำให้ทารกในครรภ์เสียชีวิตและเอาออกมา ซึ่งมักเกิดอาการแทรกซ้อน เช่น เสียเลือดมาก ติดเชื้อตามมา
อนามัยเจริญพันธุ์ในกลุ่มวัยรุ่น	เป็นอนามัยการเจริญพันธุ์ของบุคคลที่มีอายุระหว่าง ๑๑ – ๒๐ ปี
ภาวะการมีบุตรยาก	เป็นภาวะที่อาจเกิดได้กับสามีและ/หรือภรรยา ซึ่งเป็นความบกพร่องในระบบสืบพันธุ์ บางรายก็แก้ไขได้
ภาวะวัยหมดประจำเดือนและการดูแลสุขภาพในผู้สูงอายุ	ภาวะของบุคคลวัยทองและวัยสูงอายุในเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์

ใบงานที่ 2
เรื่อง การดูแลตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปและส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน

จงบอกวิธีการทำความสะอาดร่างกายส่วนต่าง ๆ ดังนี้

บริเวณใบหน้า

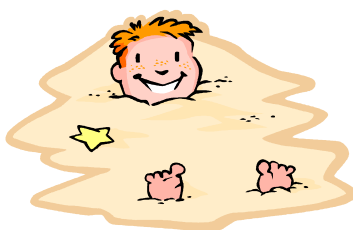
1.
2.
3.
4.
5.

บริเวณลำตัว

1.
2.
3.
4.
5.

บริเวณอวัยวะเพศ

1.
2.
3.
4.
5.



แนวการตอบใบงานที่ 2

เฉลยใบงานที่ 2

บริเวณใบหน้า

1. ล้างหน้าวันละ 2 ครั้ง ด้วยสบู่อ่อน ๆ หรือโฟมล้างหน้า และน้ำสะอาดแล้วซับด้วยให้แห้ง
2. ไม่ควรแกะสิวหรือบีบสิว จะทำให้เกิดการอักเสบและสิวลุกลามมากขึ้น ถ้าเป็นสิวมามาก ๆ ควรรีบไปปรึกษาแพทย์
3. ไม่ควรใช้ครีมหรือโลชั่น เพราะจะทำให้เกิดสิวได้ง่าย
4. เมื่อมีเหงื่อควรซับด้วยผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษเช็ดหน้าและไม่ควรใช้ผ้าเช็ดหน้าร่วมกับผู้อื่น

บริเวณลำตัว

1. ควรอาบน้ำวันละ 2 ครั้งด้วยสบู่ และน้ำสะอาดแล้วซับให้แห้ง
2. หลังอาบน้ำในตอนเช้า ควรใช้ยาระงับกลิ่นเหงื่อหรือสารสัปปาบริเวณรักแร้
3. วัยรุ่นหญิงอาจกำจัดขนรักแร้โดยการถอนหรือโกน หลังกำจัดขนแล้วไม่ควรทาด้วยยาระงับกลิ่นเหงื่อทันที เพราะจะทำให้เกิดการระคายเคืองได้
4. วัยรุ่นไม่จำเป็นต้องใช้ครีมหรือโลชั่นทาตัวเพราะมีความมันที่ผิวหนังมากอยู่แล้ว
5. ควรเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทุกครั้งที่อาบน้ำ และซักผ้าเช็ดตัวเป็นประจำและควรนำไปผึ่งแดดทุกครั้งหลังใช้

บริเวณอวัยวะเพศ

เพศหญิง

1. เวลาอาบน้ำ ให้ฟอกสบู่เหมือนร่างกายทั่วไป แล้วซับให้แห้ง ไม่ต้องล้างลึกถึงภายในช่องคลอดและไม่ควรใช้สบู่เหลวเฉพาะที่ หรือสบู่ฆ่าเชื้อโรค เพราะอาจจะทำให้เกิดการระคายเคืองได้
2. หลังขับถ่ายควรล้างด้วยน้ำสะอาด แล้วซับให้แห้ง ควรล้างจากด้านหน้าไปด้านหลังเพื่อป้องกันไม่ให้ติดเชื้อได้ง่าย

3. ควรสวมใส่กางเกงในที่สะอาด แห้ง ไม่เปียกชื้น พอดีตัว ไม่คับหรือหลวมเกินไป และเปลี่ยนกางเกงในทุกครั้งหลังอาบน้ำ

5. ขณะมีประจำเดือน ควรเปลี่ยนผ้าอนามัยบ่อย ๆ วันละ 2-3 ครั้ง เพื่อให้เกิดความอับชื้นและติดเชื้อ

6. ถ้ามีตกขาวมากอาจต้องใส่ผ้าอนามัยบ้าง แต่ถ้าผิดปกติ เช่น มีสี มีกลิ่น และมีอาการคันบริเวณช่องคลอดควรไปพบแพทย์

เพศชาย

1. เวลาอาบน้ำ ให้ฟอกสบู่เหมือนร่างกายทั่วไป แล้วจับให้แห้ง ให้นั้นบริเวณขาหนีบและปลายของอวัยวะ โดยรดน้ำหุ้มปลายขึ้นเพื่อทำความสะอาดได้ทั่วถึง

2. ควรสวมกางเกงในที่สะอาด แห้ง ไม่เปียกชื้น พอดีตัว ไม่คับหรือหลวมเกินไป และเปลี่ยนกางเกงในทุกครั้งที่อาบน้ำ

3. ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น ผื่นคัน บวม หรือแสบเวลาปัสสาวะ มีหนองออกมาจากท่อปัสสาวะควรไปพบแพทย์



แบบทดสอบหลังเรียนชุดการเรียนรู้ที่ 2
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

คำชี้แจง 1. ข้อสอบชุดนี้มี จำนวน 10 ข้อ

2. ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย **X** ลงในช่อง

☐ กระดาษคำตอบ

1. ข้อใดไม่จัดว่าเป็นการวางแผนครอบครัว

- ข. การคุมกำเนิด
- ค. การหารายได้เลี้ยงครอบครัว
- ค. การเว้นระยะการมีบุตรตามที่ต้องการ
- ง. การวางแผนที่จะมีบุตรกี่คน และวางแผนว่าจะมีบุตรเพศใด

2. ปัจจุบันการคุมกำเนิดจะมีอยู่ 3 กิจกรรม ข้อใดไม่ใช่ 1 ใน 3

กิจกรรม

- ก. การช่วยเหลือสตรีที่ถูกทำร้าย
- ข. การเร่งกำเนิดสำหรับผู้มีบุตรยาก
- ค. การคุมกำเนิดแบบชั่วคราวและแบบถาวร
- ง. การเลือกกำเนิดเพศชายของบุตรตามที่ต้องการ

3. การอนามัยแม่และเด็กเริ่มขึ้นเมื่อใด

- ก. ตั้งแต่ตั้งครรภ์
- ข. ตั้งแต่ยังไม่ตั้งครรภ์
- ค. ตั้งแต่ทารกคลอดมาใหม่ๆ
- ง. ตั้งแต่พาทารกไปรับวัคซีนครั้งแรก

4. เพศศึกษา หมายถึงอะไร

- ก. เพศสัมพันธ์
- ข. ความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายกับหญิง
- ค. การศึกษาเกี่ยวกับเรื่องเพศอย่างละเอียดและลึกซึ้ง
- ง. ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาการทางเพศทั้งที่เกี่ยวกับร่างกายและจิตใจ

5. โรคใดร้ายแรงที่สุด
- ก. โรคหัวใจ ข. โรคซาร์ส
ค. โรคเอดส์ ง. โรคมะเร็ง
6. ข้อใดไม่ใช่ชื่อของการมีประจำเดือน
- ก. ฤดู
ข. เมนส์
ค. รอบเดือน
ง. ประจำเดือน
7. บุคคลใดมีความเสี่ยงต่อโรคติดต่อในระบบสืบพันธุ์มากที่สุด
- ก. พงษ์เทพมีเพศสัมพันธ์กับหญิงที่เพิ่งรู้จักกัน แต่ใช้ถุงยางอนามัย
ข. ชูชาติมีเพศสัมพันธ์กับหญิงขายบริการทางเพศ แต่ใช้ถุงยางอนามัย
ค. มาลีรัตน์เป็นหญิงขายบริการทางเพศจะให้ผู้ชายใช้ถุงยางทุกครั้งที่มาใช้บริการ
ง. ศิริวิภาเป็นผู้มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายหลายคน ผู้ชายบางคนก็ใช้บางครั้งก็ไม่ใช้ถุงยางอนามัย
8. การที่วัยรุ่นหญิงจำนวนหนึ่งมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้นมาหลายรายไปทำแท้งจะมีอันตรายร้ายแรงอย่างไร
- ก. มีภาวะแทรกซ้อน
ข. อันตรายถึงชีวิต
ค. ทำให้เกิดโรคติดเชื้อได้
ง. อาจเป็นมะเร็งในระบบสืบพันธุ์ได้
9. สาเหตุที่ทำให้เกิดกลิ่นตัวคืออะไร
- ก. เหงื่ออยู่ในที่อับ
ข. น้ำเกลือและแร่ธาตุในเหงื่อได้รักรั้ว
ค. แบคทีเรียไปย่อยสารที่อยู่ในเหงื่อได้รักรั้ว
ง. ต่อมเหงื่อที่อยู่ใต้รักแร้จะขับสารที่ส่งกลิ่นเหม็นออกมา
10. การดูแลอนามัยของอวัยวะสืบพันธุ์ อาจเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอะไร
- ก. อนามัย ข. สุขปฏิบัติ
ค. สุขอนามัย ง. อนามัยทางเพศ

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

ชุดการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง

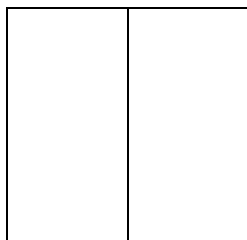
ข้อ	คำตอบ
1.	ข
2.	ก
3.	ก
4.	ง
5.	ค
6.	ก
7.	ง
8.	ก
9.	ค
10.	ข

กิจกรรมเพิ่มเติมหลังการเรียนรู้
ชุดการเรียนรู้ที่ 2

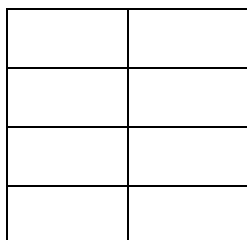
คำชี้แจง ให้นักเรียนนำความรู้จากชุดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และการดูแลตนเอง
ไปจัดทำหนังสือเล่มเล็ก โดยให้ครอบคลุมเนื้อหา น่าสนใจ สีสันสวยงาม

ขั้นตอนการทำหนังสือเล่มเล็ก

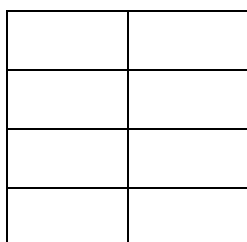
- นำกระดาษ A 4 มาพับตามขั้นตอนต่อไปนี้



- พับกระดาษเป็น 4 ส่วนดังรูป



- นำมีดมากรีดตามรอย (เส้นหนา)



ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 3

เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์



โดย

นางบั้งอร อาจวิชัย

โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางดี (พานิชอุทิศ)

สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง

จังหวัดสุพรรณบุรี

คู่มือสำหรับนักเรียน
ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 3
เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้

1. เพื่อใช้เป็นสื่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง เพศศึกษา
2. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อแก้ไขปัญหาการขาดสื่อการเรียนการสอน
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและเนื้อหาอย่างละเอียด รอบคอบ
2. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้จะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ อย่างเคร่งครัดมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
3. ถ้านักเรียนเกิดความสงสัย ไม่เข้าใจหรือมีปัญหา สามารถขอคำแนะนำจากครูผู้สอนได้ตลอดเวลา
4. เมื่อนักเรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมจากชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 3 จบ แล้วนักเรียนแต่ละคนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
5. ในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 3 นักเรียนมีเวลา 2 ชั่วโมง

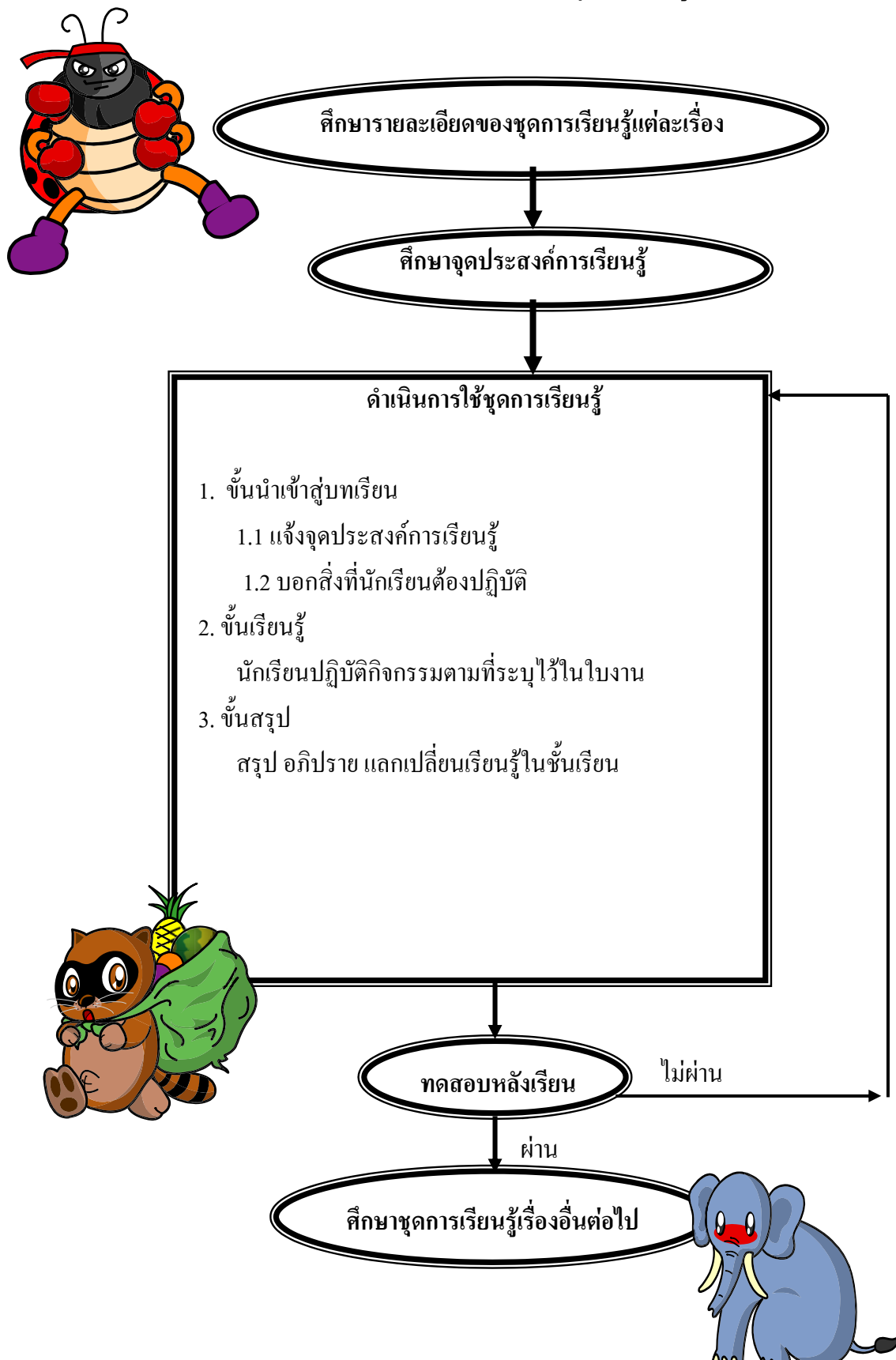


บทบาทของนักเรียน

1. นักเรียนอ่านคู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้และปฏิบัติตามกิจกรรมตามลำดับขั้นตอน
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและสาระการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้ทั้งหมดอย่างละเอียด พร้อมทั้งทำแบบฝึก
3. นักเรียนควรมีการวางแผนการทำงาน แบ่งหน้าที่และร่วมกันปฏิบัติตามกิจกรรมหากเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจหรือมีปัญหา นักเรียนควรขอคำแนะนำจากครูผู้สอน
4. ในการปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนรู้ นักเรียนควรปฏิบัติงานให้ทันกับเวลาที่กำหนดไว้
5. ขั้นตอนสุดท้ายของการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ นักเรียนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
6. นักเรียนควรมีความร่วมมือร่วมใจ มีความสามัคคี ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังเสียงส่วนมากในการปฏิบัติตามกิจกรรมกลุ่ม



ขั้นตอนในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้



ชุดการเรียนรู้ที่ 3

เรื่อง พฤติกรรมที่เสี่ยงทางต่อเกิดโรคเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์



สาระสำคัญ

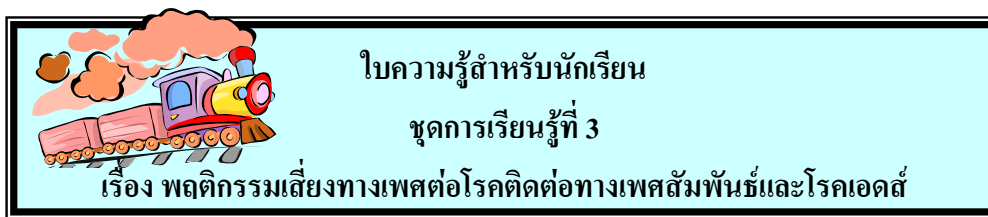
มีสถานการณ์หลายอย่างที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด และเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์และโรคเพศสัมพันธ์ การรู้จักป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิดจะช่วยให้นักเรียนห่างไกลจากอันตรายของโรคเอดส์ และโรคเพศสัมพันธ์อื่นๆ ได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
2. รู้และเข้าใจพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
3. รู้ปัญหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
4. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
5. ป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน



พัฒนาการของวัยรุ่น มีผลกระทบโดยตรงต่อพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น อันเนื่องมาจากฮอร์โมนทางเพศ ตลอดจนปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคม การเปลี่ยนแปลงด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ความทันสมัยต่อการสื่อสาร คมนาคม สภาพแวดล้อมภายในครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวมีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นที่อาจก่อให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพทางกายและจิตของตนเอง ซึ่งยังอาจก่อให้เกิดปัญหาทางอาชญากรรมและเป็นปัญหาดังกล่าวได้

1. พัฒนาการเพศของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีบทบาทสำคัญมากช่วยหนึ่งของชีวิต เป็นระยะของชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ อีกทั้งยังเป็นวัยที่ประสบกับความยุ่งยากและมีปัญหาต่างๆ มากมายที่เกิดจากการพัฒนาการที่เปลี่ยนแปลงไปมากทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งนักเรียนได้ศึกษามาบ้างแล้ว

สำหรับการพัฒนาการทางเพศ เป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น อันเนื่องมาจากการเริ่มต้นทำงานของฮอร์โมนเพศ ซึ่งนอกจากจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายแล้วฮอร์โมนเพศยังมีส่วนผลักดันให้เกิดความรู้สึกทางเพศ ซึ่งเป็นความรู้สึกตามธรรมชาติ ดังนั้นวัยรุ่นจึงมีพลังงานแรงขับทางเพศมากขึ้น

2. พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น

พฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่น จะแสดงออกแตกต่างกันตามวุฒิภาวะ ซึ่งแบ่งได้ ๓ แบบ ดังนี้

2.1) พฤติกรรมทางเพศกับตัวเอง

พฤติกรรมทางเพศกับตนเอง เป็นพฤติกรรมตามธรรมชาติของวัยรุ่นทั้งชายและหญิง ในเรื่องของการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ปกติในวัยรุ่น ช่วยทำให้คลายความรู้สึกตึงเครียดจากจินตนาการทางเพศ จนเกิดความรู้สึกมีความต้องการทางเพศ ทั้งนี้โดยได้รับปัจจัยจากสิ่งต่างๆ ดังนี้

1. แรงผลักดันจากฮอร์โมนเพศ
2. การได้รับสิ่งเร้ากระตุ้นของอารมณ์ทางเพศจากสื่อต่าง ๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ หนังสือ เป็นต้น

3. สถานที่เร้าอารมณ์ต่างๆ เช่น โรงภาพยนตร์ ในดัลลัส สถานที่เปลี่ยว มิดชิด เป็นต้น
4. โอกาสที่เอื้ออำนวย เช่น ความใกล้ชิด สนทนสนม ความไว้วางใจ

ในสังคมปัจจุบันมักมีความเชื่อผิดๆ เกี่ยวกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เช่น ทำให้สมองพิการ สติปัญญาเสื่อม มองเป็นการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่เหมาะสม เป็นเรื่องที่น่ารังเกียจ น่าอับอาย ที่จะแสดงพฤติกรรมทางเพศเช่นนี้ออกมา อันเนื่องมาจากบรรทัดฐานของสังคมด้านขนบธรรมเนียม จารีต ประเพณี ตลอดจนวัฒนธรรมของสังคมไทยที่เป็นตัวกำหนดไว้แต่ในอดีต แต่ความจริงแล้ว การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองเป็นกลวิธีหนึ่งที่จะช่วยลดความกดดันทางเพศที่มีอยู่ในตนเองให้น้อยลง โดยมีการพิสูจน์ทางการแพทย์แล้วว่า มีพฤติกรรมทางเพศกับตนเอง ไม่ได้ก่อให้เกิดอันตรายกับร่างกาย แต่กลับเป็นวิธีการช่วยลดความตึงเครียดที่ถูกต้อง แต่ควรคำนึงถึงและระมัดระวังในการปฏิบัติ ดังนี้

1. การรักษาความสะอาด บริเวณอวัยวะเพศ เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญเช่นเดียวกับอวัยวะส่วนอื่นๆ ในร่างกาย โดยการทำความสะอาดด้วยน้ำสะอาดเท่านั้น และไม่จำเป็นต้องใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ
2. การไม่หมกมุ่นเรื่องเพศ โดยการได้รับการกระตุ้นอารมณ์ทางเพศจากสื่อต่างๆ มากเกินไปอาจมีผลกระทบต่อร่างกาย ดังนั้นควรเลือกใช้เวลาวางให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกาย โดยการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา เป็นต้น
3. การใช้ยาหรือสารกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์อาจทำให้ขาดสติคลอจนอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายในระยะยาวได้

2.2) พฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนเพศเดียวกัน

ในช่วงวัยรุ่นเพื่อนเพศเดียวกันจะมีอิทธิพลมาก เนื่องจากความใกล้ชิดสนิทสนม ความไว้วางใจกัน อาจทำให้วัยรุ่นบางคนมีจิตใจชอบพอกับเพื่อนเพศเดียวกัน แต่เนื่องจากสังคมมีบทบาทกำหนดให้มนุษย์เราควรมีพฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนต่างเพศ ดังนั้นวัยรุ่นจึงสามารถผลักดันความรู้สึกดังกล่าวไปสนใจในเพศตรงข้ามได้ อย่างไรก็ตามยังมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนเพศเดียวกัน ดังนี้

1. เด็กผู้ชายที่มีฮอร์โมนเพศหญิงมากกว่าปกติ



2. การอบรมเลี้ยงดูจากบุคคลในครอบครัว เช่น ความเข้มงวดหรือหย่อนยานเกินไป ความใกล้ชิดกับบุคคลในครอบครัวเพศเดียวกันมากเกินไป ตลอดจนพฤติกรรมของผู้เลี้ยงดูจะเป็นผู้กำหนดเพศคนที่ตนต้องการ เช่น การแต่งกาย ผิดเพศ การชดเชยต่อเพศอย่างไต่อยาก เป็นของตนเอง เป็นต้น

3. การเลียนแบบบุคคลที่ตนพึงพอใจ เช่น บุคคลที่มีชื่อเสียง ดาราภาพยนตร์ ตลอดจนบุคคลในครอบครัวที่คิดเป็นแบบอย่าง

4. ความประทับใจต่อการมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกันในครั้งแรก อาจทำให้เกิดความพึงพอใจ อบอุ่นใจ รู้สึกปลอดภัยต่อ

5. ความประทับใจต่อการมีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกันในครั้งแรก อาจทำให้เกิดความพึงพอใจ อบอุ่นใจ รู้สึกปลอดภัยต่อการมีพฤติกรรมทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์ต่อเพื่อนเพศเดียวกัน

6. ความวิตกกังวล ความกลัวต่อการตั้งครรภ์ในเพศหญิง จึงมักจะเลือกคบเพศเดียวกันเพราะเกิดความไว้วางใจ และรู้สึกถึงความปลอดภัยมากกว่า

2.3) พฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนต่างเพศ

วัยรุ่นมักจะเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศมากขึ้น เนื่องจากฮอร์โมนเพศ ตลอดจนวุฒิภาวะทางเพศที่มีการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญาอย่างเต็มที่ ซึ่งมีปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้วัยรุ่นมักแสดงพฤติกรรมทางเพศกับเพื่อนต่างเพศ ดังนี้

1. พยายามสร้างจุดสนใจในตัวเอง เช่น การแต่งกาย การแสดงกริยามารยาทให้เพศตรงข้ามสนใจ

2. เริ่มสนใจพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ เช่น ความอยากรู้อยากเห็น อยากทดลองบ่อยครั้งมักพบว่าวัยรุ่นเรียนรู้เรื่องเพศอย่างไม่เหมาะสม เช่น หนังสือนลามก วิดีทัศน์ วิธีดี เป็นต้น

3. ความเชื่อที่ผิดๆ ในเรื่องเพศ เช่น การมีเพศสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามเป็นจำนวนมาก ถือเป็นเรื่องปกติ ธรรมดา และภาคภูมิใจที่ทำได้ดีกว่าผู้อื่น การไปขึ้นครุ (การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรก) กับหญิงบริการทางเพศ

4. การรับเอาอารยธรรมทางตะวันตก ทำให้วัยรุ่นแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น การโคตกอด การจูบในที่สาธารณะ ตลอดจนค่านิยมในการแข่งขัน ก็ต้องมีเพื่อนต่างเพศเป็นคู่รัก เพราะถ้าไม่มีถือว่าเป็นเรื่องผิดปกติ น่าอับอาย

5. ถือว่าการขายบริการทางเพศเพื่อแลกเปลี่ยนเป็นทรัพย์สิน เงินทอง เป็นเรื่องไม่เสีย เงินทอง เป็นเรื่องไม่เสียหายหรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน โดยไม่คำนึงถึงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

6. ความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ปัจจุบันทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เช่น การติดต่อสื่อสารที่รวดเร็วทางอินเทอร์เน็ต ทำในวันรุ่งขึ้นสามารถติดต่อกันได้ง่ายขึ้นสามารถเลือกคบกับบุคคลที่ตนเองต้องการได้

3. พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ หมายถึง การประพฤติกหรือการปฏิบัติตนทางเพศของวัยรุ่นที่อาจก่อให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้

วัยรุ่นปัจจุบันมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศเพิ่มขึ้น โดยไม่ได้คำนึงถึงอันตรายที่จะก่อให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพจากปัจจัยต่างๆ ดังนี้

3.1) การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

วัยรุ่นมีแนวโน้มที่จะมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกเมื่ออายุน้อยเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งถือว่าเป็นการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อาจก่อให้เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ทั้งนี้ เนื่องจากวัยรุ่นยังไม่มีความพร้อมต่อการตั้งครรภ์ ซึ่งอาจทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ได้เช่น ความผิดปกติระหว่างตั้งครรภ์ของทารก สภาพร่างกายมารดา การเตรียมตัวเพื่อเป็นมารดา ตลอดจนความรับผิดชอบที่จะดูแลทารก เป็นต้น นอกจากนี้อาจมีปัญหาไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ได้

3.2) การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย

การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย เป็นพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอย่างหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โดยอาจมีค่านิยมหรือความเข้าใจผิดจากปัจจัยดังนี้

1. ถุงยางอนามัยขัดขวางการมีเพศสัมพันธ์ทำให้ความรู้สึกและความพึงพอใจลดลง เสียเวลา เสียเงินทอง

2. ความไม่เตรียมพร้อม ความไม่สะดวกสบายในการซื้อ เช่น ความอายหรือไม่กล้าซื้อถุงยางอนามัย

3. เชื่อว่าถุงยางอนามัยควรใช้เฉพาะกับผู้หญิงบริการทางเพศเท่านั้น สำหรับคนรักหรือคู่นอนไม่ควรใช้ เพราะคิดว่าจะไม่มีความเสี่ยงต่อการติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

4. ขาดเทคนิคและวิธีการในการใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้องทั้งการสวมและการถอดหลังการมีเพศสัมพันธ์

3.4) การมีคู่นอนมากกว่า ๑ คน

พฤติกรรมการมีคู่นอนมากกว่า ๑ คน คือการเปลี่ยนคู่นอนหรือชายที่มีเพศสัมพันธ์กัน มีจำนวนตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป ซึ่งผลจากพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีคู่นอนจำนวนมากนี้ จะเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะเสี่ยงสูงต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือโรคเอดส์ได้ ทั้งนี้ รวมถึงการบริการทางเพศโดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร จะมีผลกระทบต่อสภาพร่างกายและจิตใจ อีกทั้งยังมีผลต่อการดำเนินชีวิตในการแต่งงานหรือการมีครอบครัวที่ดีต่อไป รวมทั้งยังถือเป็นการล่วงละเมิดทางเพศและมีความผิดทางกฎหมายอีกด้วย

4. ผลกระทบต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น เป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญในช่วงการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นเป็นอย่างยิ่ง เพราะนอกจากจะมีผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพทางด้านร่างกายแล้ว ยังมีผลกระทบทางอ้อมต่อสุขภาพจิตของตนเอง ครอบครัว และเป็นปัญหาสาธารณสุขในอนาคต โดยผลกระทบต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นมีดังนี้

4.1) การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นปัญหาที่รุนแรงมาก ซึ่งเป็นผลมาจากสิ่งต่างๆ ในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ดังนี้

1. มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ป้องกัน ซึ่งอาจเกิดจากการขาดความรู้ในเรื่องการวางแผน ครอบครัวตลอดจนวิธีการใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง

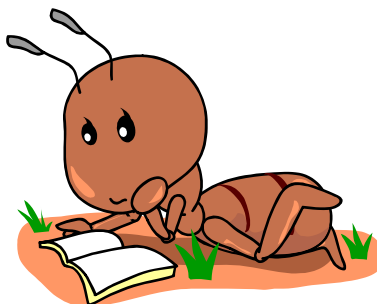
2. มีความเชื่อผิดๆ ที่ว่าการมีเพศสัมพันธ์นานๆ ครั้งหรือมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวจะไม่ตั้งครรภ์ การใช้ถุงยางอนามัยจะทำให้มีความรู้สึกละเลยทางเพศลดลง การหลั่งภายนอกทำให้ปลอดภัยจากการตั้งครรภ์

3. การกลัวบิดามารดาว่ามีการใช้ยาคุมกำเนิดหรือใช้ถุงยางอนามัยจึงไม่ซื้อไว้ ใช้การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นก่อให้เกิดปัญหาและผลเสียต่อตัวเองและทารกในครรภ์ ดังนี้

1. ปัญหาการเจริญเติบโตของทารกในครรภ์ ศีรษะทารกไม่ได้สัดส่วนกับช่องเชิงกรานเกิดภาวะโลหิตจาง ความดันโลหิตสูงในมารดา ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อทั้งมารดาและทารก

2. ปัญหาด้านการศึกษา ซึ่งบางคนอาจไม่มีโอกาสกลับไปเรียนหนังสือในโรงเรียนอีก

3. ปัญหาผลกระทบด้านเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งจะต้องสร้างภาระให้แก่ตนเองและคนในครอบครัว



4.2) การทำแท้ง

วัยรุ่นที่ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควรโดยไม่พึงปรารถนา ส่วนใหญ่เป็นการตั้งครรภ์นอกสมรส ซึ่งสภาพดังกล่าวมักจะสร้างความกดดันจากครอบครัวและสังคม ดังนั้นวิธีการที่จะหาทางออก คือการทำแท้งซึ่งผิดกฎหมายและอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อสภาพร่างกายและจิตใจ เช่น การตกเลือด มดลูกทะลุ ตลอดจนการติดเชื้ออย่างรุนแรง และทำให้เสียชีวิตได้

4.3) การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้แก่ โรคซิฟิลิส โรคหนองใน โรคแผลริมอ่อน โรคฝีมะม่วง โรคหนองในเทียม รวมทั้งโรคเอดส์ ซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่นกับโรคเอดส์ที่มีแนวโน้มสูงขึ้น ทั้งนี้อาจมีสาเหตุต่างๆ ดังนี้

- 1) อิทธิพลของวัฒนธรรมตะวันตกต่อสังคมวัฒนธรรมไทย เช่น การแต่งกาย การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในด้านต่างๆ
- 2) การมีอิสระเสรีในการคบเพื่อน และทัศนคติการยอมรับพฤติกรรมทางเพศอย่างเปิดเผย มากขึ้น
- 3) การย้ายถิ่นของประชากรเข้าสู่เมืองใหญ่ เช่น การต้องเข้ารับการศึกษ โดยห่างไกลจากบ้านและครอบครัว ทำให้เกิดความเหงาหรือมีโอกาสดังพฤติกรรมทางเพศได้ง่าย
- 4) การเที่ยวเตร่สถานเริงรมย์ ตลอดจนการใช้สารเสพติดร่วมกัน การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทำให้ขาดสติต่อการควบคุมดูแลตนเอง
- 5) การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน เช่น การใช้ถุงยางอนามัยทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก การใช้สิ่งของร่วมกับผู้ที่เป็โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น

5. การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

การเกิดโรคจากการมีเพศสัมพันธ์ นอกจากจะเป็นสิ่งที่อันตรายต่อสุขภาพของตนเองแล้วยังมีผลกระทบต่อปัญหาครอบครัว เศรษฐกิจและสังคม โดยพบว่าเป็นปัญหาสาธารณสุขที่มีสาเหตุสำคัญที่เกิดขึ้นตั้งแต่ช่วงชีวิตที่ยาวนาน คือตั้งแต่วัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่ เนื่องจากถ้าบุคคลใดมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศตั้งแต่วัยรุ่น ย่อมมีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงในช่วงชีวิตอื่นๆ ต่อไป และอาจทำให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ ดังนั้น การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศจึงควรเริ่มต้นตั้งแต่วัยรุ่นเพื่อให้เกิดพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง ดังนี้

1. การให้ความรู้ทางด้านเพศเกี่ยวกับการวางแผนครอบครัว เช่น การใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้องและใช้ทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์

2. หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ดังนี้



- การใช้ยาหรือสารกระตุ้น เพื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์สารกระตุ้นหรือยากระตุ้นอารมณ์ทางเพศ
- งดเที่ยวเตร่สถานเริงรมย์ ซึ่งเป็นแหล่งมั่วสุมทางเพศที่มีอิทธิพลเอื้อต่อการแสดงออกของพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นได้ง่าย
- หลีกเลี่ยงความเชื่อ ค่านิยมผิดๆ ทางเพศ เช่น การมีเพศสัมพันธ์หลายๆ ครั้งจึงจะตั้งครรภ์ การกินยาขับหรือการทำแท้ง เป็นต้น
- หลีกเลี่ยงการแต่งการที่แสดงออกทางเพศอย่างเปิดเผย หรือเป็นสิ่งที่ขัดแย้งต่อเพศตรงข้ามตลอดจนการเดินทางในที่เปลี่ยวหรือไม่เคยรู้จักเส้นทาง

3. หลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นความรู้สึทางเพศ และปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเมื่อมีความต้องการทางเพศทั้งทางด้านสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือ สื่อสิ่งพิมพ์ อินเทอร์เน็ต ตลอดจนการดาวน์โหลดภาพหรือข้อความที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศจากโทรศัพท์มือถือ ซึ่งเป็นสื่อที่วัยรุ่นรับได้ง่าย รวดเร็ว และมากที่สุดในปัจจุบัน

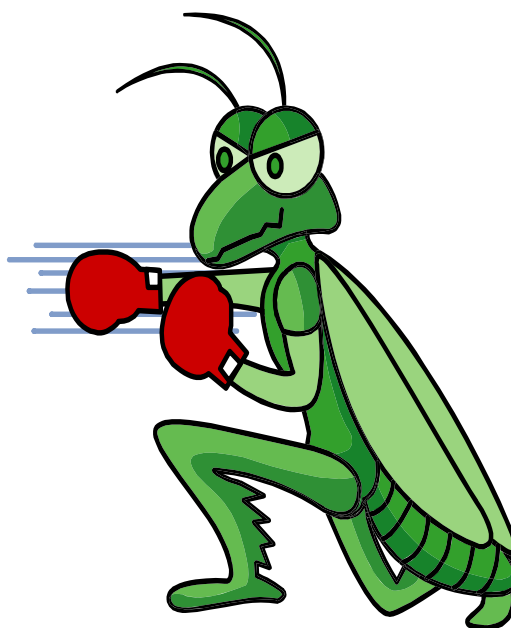
4. การระบายความต้องการทางเพศที่ถูกต้องวิธี ควรกระทำดังนี้



- การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา หรือการนันทนาการต่างๆ เพื่อสุขภาพ
- ไม่หมกมุ่นกับการกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ดูภาพยนตร์ หนังสือลามก ควรหากิจกรรมอื่นๆ ที่ทำให้เกิดประโยชน์ แก่ตนเอง เช่น ทำงานอดิเรก ฟังเพลง เล่นดนตรี เป็นต้น
- การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นวิธีการระบายความต้องการทางเพศที่ทำได้เนื่องเป็นภาวะความต้องการตามธรรมชาติ แต่ไม่ควรหมกมุ่นเกินไป
- การฝึกจิตใจให้สงบโดยการทำสมาธิ การเล่น โยคะ เป็นต้น

6. สรุป

วัยรุ่นเป็นวัยของการศึกษา การเรียนรู้ ตลอดจนการพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม ดังนั้น วัยรุ่นจึงต้องการการตอบสนองด้านต่างๆ จากสิ่งช่วยชูของ สภาพแวดล้อมความอยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง และพัฒนาการตามวัยที่มีผลผลักดันค่านิยม ตลอดจนพฤติกรรมทางเพศ เปลี่ยนแปลงไป กลายเป็นปัญหาพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานการไม่ได้คุมกำเนิด การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร การทำแท้ง การเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์ เป็นต้น ทั้งนี้ ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว สังคม เศรษฐกิจทั้งทางตรงและทางอ้อม ในการพัฒนาเยาวชนของประเทศให้มีสุขภาพที่ดีและเป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติในอนาคต ดังนั้น การหลีกเลี่ยงและป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์จึงเป็นสิ่งสำคัญสุดที่นักเรียนควรจะเรียนรู้ และนำไปปฏิบัติให้ถูกต้องเหมาะสมต่อตนเองต่อไป

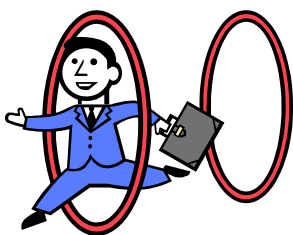


ใบงานที่ 1
แบบสอบถาม “พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น

คำแนะนำ ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นโดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับ
 ความคิดเห็นของกลุ่มมากที่สุด (เวลา 5 นาที)

ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
1. การยินยอมให้เพศตรงข้ามใกล้ชิด หรือสัมผัสตัว อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้			
2. การมีเพศสัมพันธ์เพียงครั้งเดียวไม่ทำให้ติดเอดส์			
3. การอยู่ตามลำพังกับเพศตรงข้ามในสถานที่ลับตา คน แม้จะเป็นคนรู้จักคุ้นเคยก็อาจนำไปสู่การมี เพศสัมพันธ์ได้			

เฉลย ข้อ 1,3 ตอบ “เห็นด้วย” ข้อ 2 ตอบ “ไม่เห็นด้วย”



กรณีศึกษาเรื่อง “จดหมายถึงครูแนะแนว”

กราบเรียนอาจารย์ที่เคารพ

อาจารย์ขา หนูมีเรื่องกลุ่มใจอย่างมาก ไม่รู้ว่าจะไปปรึกษาใคร ก็มีแต่อาจารย์เพียงคนเดียวที่หนูหวังเป็นที่พึ่งสุดท้าย จะมาหาเองหนูก็ไม่กล้า เรื่องของหนูน่าอายและให้ใครรู้ไม่ได้เลยคะ แม่แต่พ่อแม่ หรือแม้แต่พี่สุธิดา เรื่องนี้ถ้าพ่อรู้เข้าต้องฆ่าหนูแน่ ๆ เพราะพ่อของหนูดุมาก ๆ เลยคะ

หนูเล่าเรื่องเล่นนะคะ ตอนที่หนูต้องมาเรียนที่นี่แม่ให้หนูมาอยู่กับพี่สุธิดา พี่สุธิดาเป็นลูกสาวของป้าแท้ ๆ ของหนูคะ แม่บอกว่าแม่จะได้หายห่วงเพราะพี่สุธิดาเป็นผู้ใหญ่แล้ว หนูอยู่บ้านกับพี่สุธิดาสองคนเท่านั้น พี่สุธิดามีแฟนแล้ว ชื่อพี่ประพจน์ พี่ประพจน์ทำงานแล้วเขามาหาพี่สุธิดาเกือบทุกวัน บางวันก็พาพี่สุธิดาไปข้างนอก พี่ประพจน์พูดกับหนูและมักซื้อขนมมาฝากหนูอยู่เรื่อย ๆ หนูคิดว่าพี่ประพจน์ใจดี และรักหนูเหมือนน้องสาวคนหนึ่งและหนูก็รักเคารพพี่ประพจน์เหมือนพี่ชาย

เมื่อวันเสาร์ที่ผ่านมาพี่สุธิดาไม่อยู่บ้าน พี่ประพจน์มาหาไม่พบ เขาบอกว่าไม่เป็นไรนั่งคุยกับหนูก่อนก็ได้ เขานั่งคุยกับหนูนานมาก เขามองหนูแปลก ๆ และจับมือหนูด้วย แต่หนูไม่รู้จะทำยังไงดีที่ไม่อยากให้เขาทำอย่างนั้นเลย หนูกลัวมากคะ เขากอดหนูแล้วบอกว่าเขารักหนู เขาพูดว่าหนูสวยกว่าพี่สุธิดา หนูตกใจ ร้องไห้พูดอะไรไม่ออก ไม่รู้จะทำยังไงดี พี่ประพจน์ทั้งกอดและจับหนูสู้แรงเขาไม่ไหว จึงถูกพี่ประพจน์ขึ้นใจหนูคะ และพี่ประพจน์ยังห้ามไม่ให้หนูบอกใครโดยเด็ดขาด โดยเฉพาะพี่สุธิดา

ตั้งแต่นั้นมา หนูกลุ่มใจมาก ร้องไห้ทุกวัน เรียนหนังสือไม่รู้เรื่อง หนูเกลียดพี่ประพจน์มาก ไม่อยากเห็นหน้าเขาเลย พี่สุธิดาสงสัยว่าหนูเป็นอะไร หนูบอกว่าไม่สบาย หนูไม่กล้าบอกพี่สุธิดาเกี่ยวกับเรื่องที่เกิดขึ้น เพราะถ้ารู้พี่สุธิดาต้องโกรธหนูมากจะหาว่าหนูไปแย่งแฟนเขา และคงไล่หนูออกจากบ้าน และยังถ้าพ่อกับแม่รู้เข้าหนูไม่รู้เหมือนกันว่าจะเป็นยังไง หนูกลัวไปหมด ไม่รู้จะทำยังไงดี หนูกลัวท้อง กลัวติดเอดส์ กลัวถูกไล่ออกจากโรงเรียน อาจารย์



ใบงาน 2

เรื่อง “จดหมายถึงครูแนะแนว”

คำแนะนำ ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 6 คน ร่วมกันอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปตามประเด็นที่ครูมอบหมาย (เวลา 15 นาที แล้วส่งตัวแทนกลุ่มรายงานหน้าชั้น (เวลากลุ่มละ 5 นาที)

กลุ่มที่ 1 เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับสุนันท์มีโอกาที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนหรือคนใกล้ตัวนักเรียนหรือไม่ เพราะเหตุใด

กลุ่มที่ 2 เพราะเหตุใดสุนันท์จึงมีเพศสัมพันธ์กับประพจน์ ทั้ง ๆ ที่สุนันท์ไม่ใช่คนรักของประพจน์ สุนันท์รู้สึกอย่างไรต่อประพจน์ และประพจน์รู้สึกอย่างไรต่อสุนันท์

กลุ่มที่ 3 การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิดเพียงครั้งเดียวของสุนันท์ จะทำให้สุนันท์มีโอกาสดัดเชื้อเอดส์หรือไม่ เพราะเหตุใดจึงคิดเช่นนั้น

กลุ่มที่ 4 จะป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด กับคนใกล้ตัวอย่างไร

กลุ่มที่ 5 มีเหตุการณ์อะไรบ้าง ที่ควรระมัดระวังเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเหตุร้ายเช่นสุนันท์และเมื่อเกิดเหตุขึ้นแล้ว ไม่ว่าจะแน่ใจหรือไม่ว่าจะเกิดอันตราย นักเรียนควรทำอย่างไร



ใบงานที่ 3

เรื่อง วัยรุ่นท้องนอกสมรส

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข่าวนี้แล้วแสดงความคิดเห็นและแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องนี้

แท้งนอกสมรสเป็นเด็กมัธยม 43%

เมื่อวันที่ 30 ส.ค. นางปริศนา พงษ์ทัตศิริกุล เลขาธิการคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ (กวช.)เปิดเผยว่า ขณะนี้สถานการณ์ของเด็กและเยาวชนไทยกำลังน่าเป็นห่วงมาก โดยเฉพาะปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยข้อมูลจากงานวิจัยเรื่อง “การตัดสินใจดำรงครรภ์”

➤ ความคิดเห็น

➤ นักเรียนคิดว่าพฤติกรรมทางเพศของวัยรุ่นเหล่านี้มีความเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือไม่ อย่างไร

.....

.....

➤ นักเรียนคิดว่าเพราะเหตุใดวัยรุ่นไทยจึงเป็นเช่นนี้

.....

.....

➤ นักเรียนคิดว่าจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไร

.....

.....

➤ ความรู้สึกของนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องนี้

.....

.....

(คำตอบให้อยู่ในดุลยพินิจของครูผู้สอน โดยพิจารณาจากคำตอบของนักเรียนแต่ละคน)

เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์

คำชี้แจง 1. ข้อสอบชุดนี้มีจำนวน 10 ข้อ

2. ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย **X** ลงในช่อง

☐ กระจายคำตอบ

1. ชื่อเดิมของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์คือ อะไร

- | | |
|-------------------|------------------|
| ก. กามโรค | ข. โรคติดเชื้อ |
| ค. โรคเพศสัมพันธ์ | ง. โรคแผลริมอ่อน |

2. S.T.D. คือชื่อย่อของโรคใด

- | | |
|----------------|----------------------------|
| ก. โรคซิฟิลิส | ข. โรคหนองใน |
| ค. โรคฝีมะม่วง | ง. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ |

3. โรคใดมีระยะฟักตัวนานที่สุด

- | | |
|--------------|------------------|
| ก. โรคเอดส์ | ข. โรคซิฟิลิส |
| ค. โรคหนองใน | ง. โรคแผลริมอ่อน |

4. ระยะออกดอกของโรคซิฟิลิสคือระยะที่เท่าใด

- | | |
|------|------|
| ก. 1 | ข. 2 |
| ค. 3 | ง. 4 |

5. พบผู้ป่วยโรคเอดส์รายแรกในประเทศไทยเมื่อปีใด

- | | |
|--------------|--------------|
| ก. พ.ศ. 2524 | ข. พ.ศ. 2525 |
| ค. พ.ศ. 2526 | ง. พ.ศ. 2527 |

6. อักษรย่อของโรคเอดส์คืออะไร

- | | |
|---------|---------|
| ก. AID | ข. HIV |
| ค. AIDS | ง. ADSI |

7. หลังได้รับเชื้อแล้วระยะเวลานานเท่าใดจึงจะตรวจพบเลือดบวก

- | | |
|--------------|--------------|
| ก. 2 สัปดาห์ | ข. 4 สัปดาห์ |
| ค. 6 สัปดาห์ | ง. 8 สัปดาห์ |

8. โรคเอดส์จะเริ่มปรากฏอาการในระยะใด

- | | |
|--------------|--------------|
| ก. ระยะที่ 1 | ข. ระยะที่ 2 |
| ค. ระยะที่ 3 | ง. ระยะที่ 4 |



เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน
ชุดการเรียนรู้ที่ 3
เรื่อง พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
และโรคเอดส์

ข้อ	คำตอบ
1.	ก
2.	ง
3.	ข
4.	ข
5.	ง
6.	ค
7.	ค
8.	ข
9.	ก
10.	ง



กิจกรรมเพิ่มเติมหลังการเรียนรู้
ชุดการเรียนรู้ที่ 3

คำชี้แจง ให้นักเรียนนำความรู้จากชุดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่องพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศต่อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ ไปจัดทำแผ่นพับเรื่องโรคเอดส์ โดยให้ครอบคลุมเนื้อหา
น่าสนใจ สีสันสวยงาม

ขั้นตอนการแผ่นพับ

1. นำกระดาษ A 4 มาพับตามขั้นตอนต่อไปนี้

--	--	--

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 4
เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร



โดย

นางบังอร อัจฉริยะ
โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 4

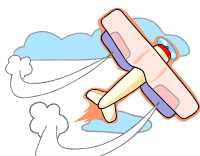
เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร

วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้

1. เพื่อใช้เป็นสื่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา เรื่อง เพศศึกษา
2. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อแก้ไขปัญหาการขาดสื่อการเรียนการสอน
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้

1. ให้นักเรียนศึกษาวัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้และเนื้อหาอย่างละเอียดรอบคอบ
2. การเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้จะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ อย่างเคร่งครัดมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
3. ถ้านักเรียนเกิดความสงสัย ไม่เข้าใจหรือมีปัญหา สามารถขอคำแนะนำจากครูผู้สอนได้ตลอดเวลา
4. เมื่อนักเรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมจากชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 2 จบแล้วนักเรียนแต่ละคนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
5. ในการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 4 นักเรียนมีเวลา 2 ชั่วโมง



บทบาทของนักเรียน

1. นักเรียนอ่านคู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้และปฏิบัติตามกิจกรรมตามลำดับ
ขั้นตอน

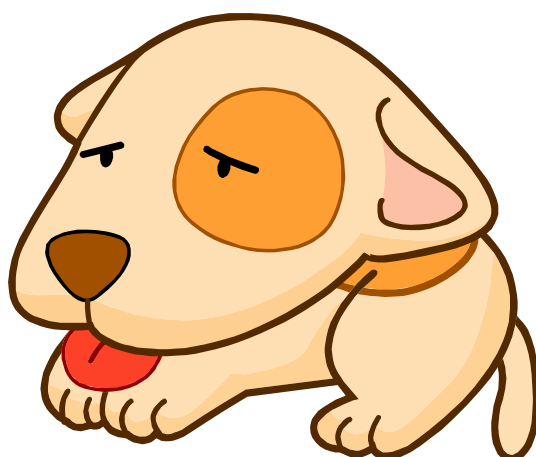
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและสาระการเรียนรู้
ชุดการเรียนรู้ทั้งหมดอย่างละเอียด พร้อมทั้งทำแบบฝึก

3. นักเรียนควรมีการวางแผนการทำงาน แบ่งหน้าที่และร่วมกัน
ปฏิบัติตามกิจกรรม หากเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจหรือมีปัญหา นักเรียนควรขอคำแนะนำจากครูผู้สอน

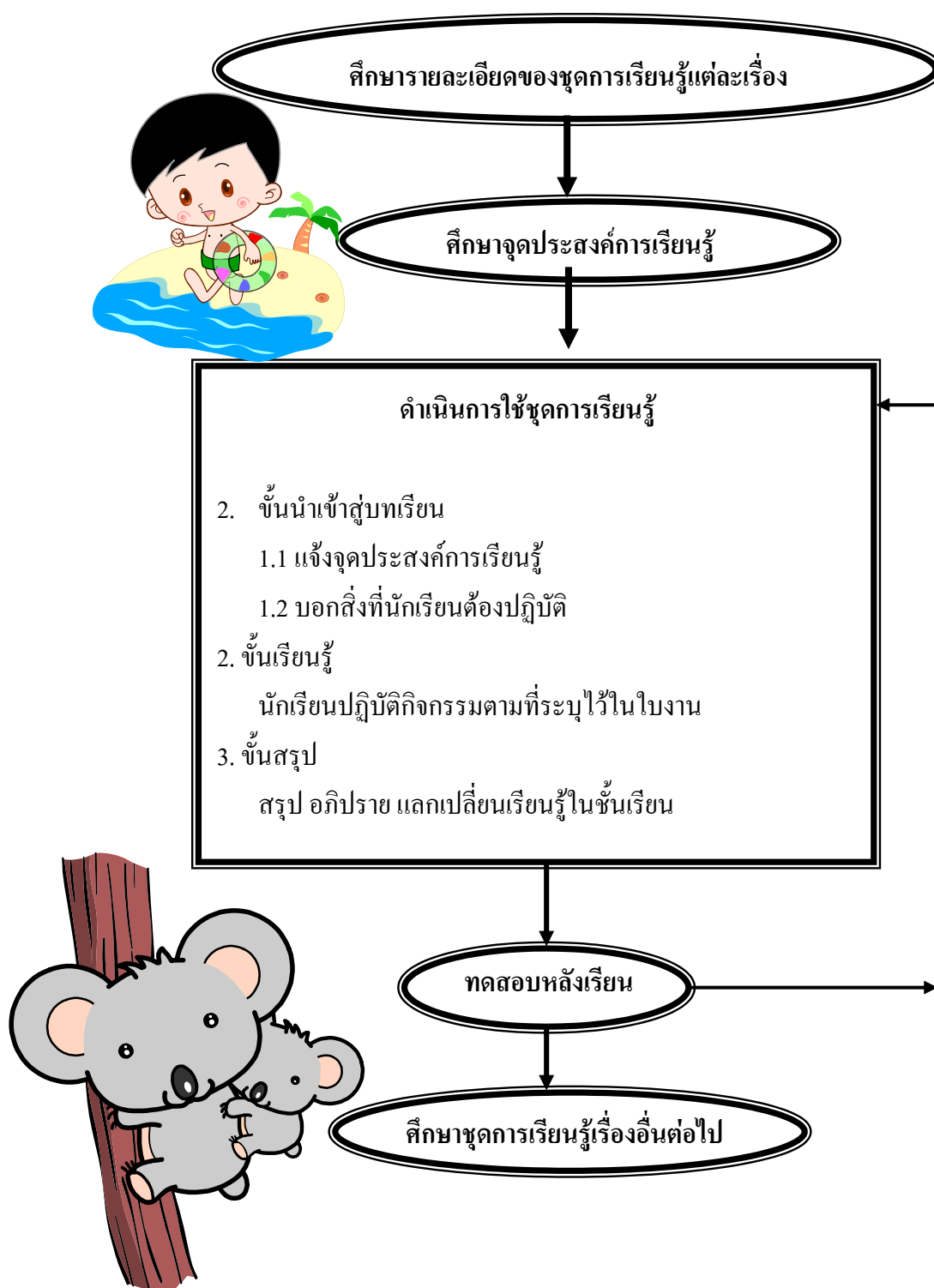
4. ในการปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนรู้ นักเรียนควรปฏิบัติงานให้ทันกับ
เวลาที่กำหนดไว้

5. ขั้นตอนสุดท้ายของการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ นักเรียนต้องทำ
แบบทดสอบหลังเรียน

6. นักเรียนควรมีความร่วมมือร่วมใจ มีความสามัคคี ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและ
ยอมรับฟังเสียงส่วนมากในการปฏิบัติตามกิจกรรมกลุ่ม



ขั้นตอนในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้



ชุดการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร

สาระสำคัญ

คนเราอยู่ลำพังคนเดียวไม่ได้ ต้องพึ่งพาอาศัยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การมีเพื่อนยังให้ความรู้สึกรอบอุ่นใจ ช่วยกันคิด ช่วยแก้ไขปัญหาคาใจต่างได้ และการรู้จักปฏิบัติก็เป็นทักษะที่ผู้เรียนควรฝึกให้คุ้นเคย เพื่อเป็นการช่วยเหลือเพื่อนและตนเองให้รู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่อาจนำผลเสียมาสู่ตนเองและเพื่อนได้ และถือว่าเป็นสิทธิส่วนบุคคลในการป้องกันตนเองและเพื่อน การปฏิบัติที่เหมาะสมจะช่วยรักษาสัมพันธภาพที่ดีในกลุ่มเพื่อนได้ดี

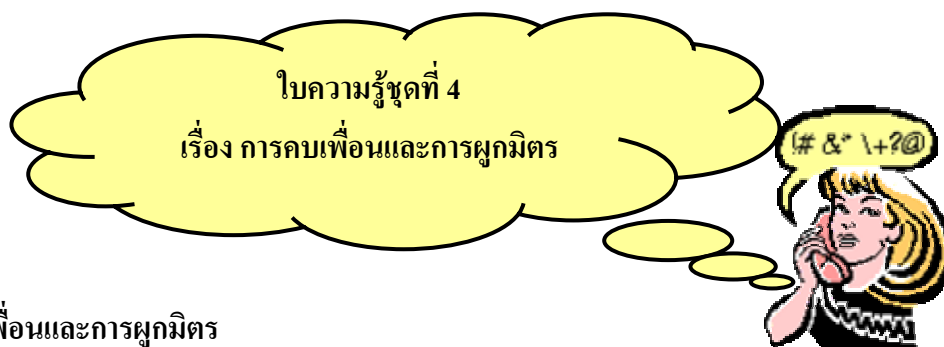
จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจความสำคัญของเพื่อน
2. รู้วิธีการคบเพื่อน
3. เห็นความสำคัญของเพื่อนและการคบเพื่อน
4. รู้วิธีการผูกมิตรด้วยหลักธรรมทางศาสนา
5. มีทักษะสามารถเตือนเพื่อนในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์



การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน 3. ทดสอบนักเรียน



การคบเพื่อนและการผูกมิตร

ในสังคมหนึ่งๆ ที่มีผู้คนมาอยู่ร่วมกัน จะมีการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกัน มีการเรียนรู้และไว้วางใจซึ่งกันและกัน เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน ที่เรียกว่ามิตรภาพ และเรียกกันและกันว่าเพื่อน เพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญ เราจึงต้องรู้จักเลือกคบเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนที่ดี ที่จะชักชวนเราไปในทางที่ดี การพบเจอแต่สิ่งดีๆ ในชีวิตส่วนหนึ่งมาจากการมีเพื่อนที่ดี ดังนั้นเราควรที่จะสร้างมิตรภาพให้ยาวนาน โดยควรรู้จักวิธีการผูกมิตรและควรมีทักษะในการผูกมิตรเพื่อช่วยเสริมให้เกิดสัมพันธ์ภาพที่แน่นแฟ้น ยั่งยืนนาน ทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต

1. ความสำคัญของเพื่อน

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมอยู่รวมกันเป็นหมู่คณะ เป็นชุมชน เป็นสังคม และเป็นประเทศชาติ มนุษย์เกิดมาโดยธรรมชาติแล้วไม่ต้องการอยู่คนเดียว อย่างโดดเดี่ยว มนุษย์ทุกกลุ่มอายุจึงต้องการเพื่อนมนุษย์ที่มีความสุขสมบูรณ์ เพราะมีพื้นฐานของการพัฒนาทางด้านกายภาพ จิตใจ อารมณ์และสังคม พร้อมทั้งมีการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นด้วย

ผู้ใหญ่และวัยรุ่นเป็นสองช่วงวัยที่แตกต่างกันทางด้านประสบการณ์และความคิด เช่น พ่อแม่ไม่เข้าใจว่าทำไมเมื่อลูกกลับมาถึงบ้านจึงต้องโทรศัพท์คุยกับเพื่อนร่วมชั้นเรียนนานนับชั่วโมง ซึ่งเพียงจะแยกย้ายกันกลับบ้านเมื่อเวลาไม่นานนี้เอง ลูกมีเวลาพบกับเพื่อนที่โรงเรียนทั้งวัน มีอะไรคุยกันหนักหนาส่วนวัยรุ่นมองผู้ใหญ่ว่าทำไมไม่เข้าใจธรรมชาติของวัยรุ่นว่าเพื่อนเป็นบุคคลสำคัญที่สุด การพูดคุยทำให้มีความสุข แต่ต้องรู้จักแบ่งเวลาให้ถูกด้วย

เพื่อนมีความสำคัญเพราะเป็นคนที่คอยช่วยเหลือ เมื่อเดือดร้อน เอาใจใส่ ปลอดภัย ให้กำลังใจรับฟังความทุกข์ ร่วมยินดีเมื่อมีความสุขและสนุกสนาน เพื่อนเป็นบุคคลที่สนิทสนม รักใคร่ ไว้วางใจสามารถบอกความลับได้ ไม่นินทาเมื่อลับหลัง เพื่อนจึงมีความสำคัญทั้งในปัจจุบันและอนาคต อิทธิพลของเพื่อนมีทั้งทางด้านบวกและด้านลบ ดังนี้

1.1) อิทธิพลของเพื่อนด้านบวก

1. แนะนำและสนับสนุนให้ตัดสินใจหรือกระทำการที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพและความสุขในชีวิต

2. ให้การยอมรับเพื่อน และเป็นแบบอย่างที่ดี ชักชวนกันทำเรื่องที่ถูกกฎหมาย และเป็นที่ยินดี ภาคภูมิใจของพ่อแม่ผู้ปกครอง เพื่อน และครู เช่น ตั้งใจเรียน ขวนขวายทำ การบ้าน เล่นกีฬา ช่วยเหลือสังคม เป็นต้น

1.2) อิทธิพลของเพื่อนด้านลบ

แนะนำทำในสิ่งที่ผิดกฎหมาย เช่น ชักชวนกันขโมยของในห้างสรรพสินค้า เล่นการพนัน ประเภทต่างๆ รวมทั้งพนันบอล สุนัข หั้ว คีฬา ทดลองเสพยาบ้า หรือไปเที่ยวผู้หญิง จะพบว่าผู้ชายจะถูกเพื่อนชักชวนไปในทางด้านลบได้มากกว่าผู้หญิง โดยธรรมชาติของวัยรุ่นผู้ชาย จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมที่อาจเกิดปัญหาได้มากคือเรื่องสิ่งเสพติดโดยเริ่มครั้งแรกจากการได้รับคำแนะนำ ชักชวนของเพื่อนให้ทดลอง ซึ่งบางคนเต็มใจลอง แต่บางคนจำเป็นต้องลองเพราะกลัวเพื่อนไม่ให้เข้ากลุ่มหรือกลัวถูกเพื่อนเยาะเย้ยว่าขี้ลาดคาขาว

ในกรณีที่เพื่อนชวนให้ลองเสพยาบ้า หรือพาไปเที่ยวผู้หญิง ให้พยายามปฏิเสธ และหลีกเลี่ยงการกระทำเหล่านั้น พร้อมทั้งควรใช้เวลาพิจารณาวิเคราะห์ทบทวนถึงความสัมพันธ์ที่มีกับเพื่อน โดยพยายามวิเคราะห์อิทธิพลของเพื่อนทั้งด้านบวกและด้านลบ ถ้าพบว่าการคบเพื่อนกลุ่มนี้ทำให้ไม่สบายใจ ทำให้พ่อแม่ ผู้ปกครอง ญาติพี่น้อง ครูและบุคคลที่เรารักอื่นๆ ต้องเสียใจในสิ่งที่เราอาจทำได้ ก็ขอให้มีความกล้าที่จะเลิกคบเพื่อนกลุ่มนี้ และสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนกลุ่มอื่นอีกต่อไป

2. ประเภทของเพื่อน

เพื่อน คือคนที่เรารู้สึกสบายใจ รู้สึกสนุกและปลอดภัยเมื่ออยู่ด้วย เพื่อนเข้าใจเรา ยินดีให้ความช่วยเหลือเมื่อต้องการ เพื่อนได้จากการเลือกคนที่มีอะไรคล้ายคลึงกัน อาจมีบุคลิกภาพแตกต่างกันได้ เพื่อนมีหลายประเภท โดยแบ่งตามลักษณะได้เป็น ๓ กลุ่มดังนี้

2.1) แบ่งเพื่อนตามภารกิจ

แบ่งเพื่อนตามภารกิจได้แบ่งออกเป็น ๖ ประเภท ได้แก่ เพื่อนสนิทมิตรสหาย เพื่อนร่วมกลุ่ม เพื่อนร่วมชั้น เพื่อนร่วมโรงเรียน เพื่อนบ้าน และเพื่อนต่างเพศ

2.2) แบ่งเพื่อนตามลักษณะของกิจกรรมและการกระทำ

แบ่งเพื่อนตามลักษณะของกิจกรรมและการกระทำ เช่น เพื่อนแท้ เพื่อนกิน เพื่อนตาย เพื่อนเที่ยว เพื่อนปอกลูก

2.3) แบ่งเพื่อนตามลักษณะการใกล้ชิด

แบ่งเพื่อนตามลักษณะการใกล้ชิด ได้แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้

1) เพื่อนทั่วไป เป็นผู้ที่เราสามารถร่วมกิจกรรมด้วยที่โรงเรียน เช่น เรียนร่วมกัน เล่นกีฬาด้วยกัน หรือร่วมกิจกรรมในชุมชน เช่น ลูกเสือ เนตรนารี การออกค่ายพักแรม ทัศนศึกษา เป็นต้นเพื่อนทั่วไปมีได้มากมาย แต่มีเพียงบางคนเท่านั้นที่จะเป็นเพื่อนสนิท

2) เพื่อนสนิทเป็นผู้ที่เราสามารถคุยด้วยได้ทุกเรื่อง สนับสนุนให้ความช่วยเหลือเมื่อมีความทุกข์ มีความสุข และรู้สึกสนุกสนานเมื่ออยู่ใกล้ เพื่อนสนิทเป็นคนที่มีความสนใจในสิ่งเหมือนกัน มีบุคลิกภาพไปด้วยกันได้

3. การคบเพื่อน

ผู้ใหญ่ควรเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมของวัยรุ่น วัยรุ่นมีความรักเพื่อน ใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อน การห้ามคบเพื่อนคนนั้นคนนี้เป็น การบีบบังคับ ทำอย่างไรวัยรุ่นจึงจะเข้าใจ และตัดสินใจเลือกคบเพื่อนโดยใช้การวิเคราะห์ด้วยตัวของตัวเอง มีสุภาษิตไทยกล่าวไว้ว่า คบคนดี เป็นศรีแก่ตัว คบคนชั่วอัปราชัย หรืออีกบทหนึ่งกล่าวไว้ว่า คบคนพาล พาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล หรือบรรยายถึง เพื่อนอย่างชัดเจนว่า เพื่อนกินหาง่าย เพื่อนตายหายาก

การเลือกคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญ ควรเลือกคบเพื่อนที่มีคุณสมบัติเป็นคนดี ขยันเรียน ขยันทำงาน มารยาทเรียบร้อย ซื่อสัตย์ กตัญญู ไว้ใจได้ มีเมตตา ไม่นินทาลับหลัง มีความรับผิดชอบ

ถ้าเลือกคบเพื่อนผิดโดยเลือกคบคนไม่ดี เช่น เพื่อนติดสารเสพติด ชอบลักเล็ก ขโมยน้อย ชอบหลอกลวงผู้หญิง เสพของมีเงินมา คี๋มสุรา เกียจคร้าน ชอบหนีเรียน เป็นนักเลง พกอาวุธ ขกพวกตีกัน เป็นต้น ผลที่ได้รับจะทำให้เกิดความเดือดร้อน พ่อแม่ ผู้ปกครองเสียใจ เสียการเรียน บาดเจ็บ อาจถูกตำรวจจับ ถูกศาลพิพากษาจำคุก ทำให้สูญเสียอนาคต ต้องออกจากโรงเรียน กลางคัน เสื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล

3.1) การคบเพื่อนเพศเดียวกัน

1) เพื่อนหญิง ผู้หญิงที่คบกันเป็นเพื่อน จะมีความสนิทสนม มีโอกาส แลกเปลี่ยนแนวคิดแสดงออกซึ่งความรู้สึกได้อย่างเปิดเผย จึงคบกันอย่างสนิท แต่ในบางครั้งถ้าเกิดมีบางสิ่งที่น่าสนใจผิดพลาดหรือเกิดความสะเทือนใจ หวั่นไหวทางอารมณ์ ก็อาจทำให้เพื่อนอีกฝ่าย หนึ่งได้รับความเศร้าโศกเสียใจมากด้วยเช่นกัน

2) เพื่อนชาย ผู้ชายที่คบกันเป็นเพื่อน รวมตัวกันขึ้นคล้ายเป็นทีมฟุตบอล ต้องพยายามรวมตัวกันให้มีจำนวนมาก พร้อมใจกันสนับสนุนและแสดงออกโดยใช้กำลังเมื่อมีเรื่อง ขัดแย้งไม่พอใจเกิดขึ้นกับกลุ่มอื่น เพื่อนชายคบกันโดยมีความสนใจเหมือนกันและชอบความ สนุกสนานด้วยกัน ไม่ค่อยสนใจพูดถึงแนวคิดและความรู้สึกภายในของกันและกัน

3.2) การคบเพื่อนต่างเพศ

ภาษาไทยมีคำเรียก ซึ่งมีความหมายต่างกันโดยนัยแห่งการสื่อความ เช่น แหน อาจหมายถึง คู่รัก หรือสามีภรรยา คู่ควง อาจหมายถึง แฟนในช่วงระยะเวลาสั้นๆ หรือติดต่อกัน สัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้งเพียงชั่วคราวยังไม่ยั่งยืนถาวร ส่วนคู่รัก อาจหมายถึง แฟนด้วยแต่ใช้คำว่าคู่รัก

จะคูมีความหมายในแง่ความรู้สึกของวัยรุ่นที่มีความตระหนักว่า คนที่เราสนใจก็ให้ความสนใจเราด้วยเหมือนกัน จนเริ่มเกิดความสัมพันธ์แบบ คู่รักเกิดขึ้น (romantic friendship) ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ ยิ่งใหญ่ น่าตื่นเต้น มีความสุขโลกเป็นสีชมพู แต่บางครั้งอาจทำให้เกิดความเครียดและความสับสนในชีวิตด้วยในขณะเดียวกัน เช่น กังวลเรื่องสิวนบนใบหน้า เสื้อผ้าที่ใส่เหมาะสมหรือไม่ เมื่อพบกันจะคุยเรื่องอะไรดี จะทำตัวอย่างไร

เมื่อมีความสัมพันธ์กันแบบคู่รัก สิ่งที่ต้องการคือ ความพยายามเข้าใจซึ่งกันและกัน เอาใจเขามาใส่ใจเราให้มาก มนุษย์ไม่มีใครสมบูรณ์แบบ จึงควรมีการให้อภัย เป็นผู้ให้และผู้รับที่ดี สิ่งหนึ่งที่สำคัญมากที่คู่รักพึงมี คือ สิทธิและความรับผิดชอบ

ตารางแสดงสิทธิและความรับผิดชอบของคู่รัก	
สิทธิ	ความรับผิดชอบ
สามารถพูดปฏิเสธเมื่อไม่ต้องการ สามารถเปลี่ยนใจได้เมื่อมีเหตุผลอธิบายได้ ยินดีรับฟังผู้อื่น สามารถทำผิดพลาดได้เมื่อไม่มีเจตนา	ให้ความเคารพสิทธิของผู้อื่น เป็นผู้ฟังที่ดี มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย ไม่บังคับกดดันใครให้มีเพศสัมพันธ์โดยไม่เต็มใจ ใส่ใจห่วงใยความรู้สึกของคู่รัก ต้องรับผิดชอบในสิ่งที่กระทำ



4. มิตรภาพ

มิตรภาพที่มีกับเพื่อนวัยเดียวกัน เป็นการเปิดโอกาสให้เรียนรู้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ทางสังคมและมีการเจตคติที่ดีต่อกลุ่มเพื่อน มิตรภาพอันเกิดขึ้นโดยแบ่งตามช่วงอายุได้ดังนี้

1. วัยรุ่นช่วงอายุ 12 - 14 ปี จะมีมิตรภาพเกี่ยวข้องกับคนเป็นเพื่อนที่ได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน
 2. วัยรุ่นช่วงอายุ 14 -16 ปี มิตรภาพเกิดขึ้นโดยเน้นคนที่มีความซื่อสัตย์และต้องไม่นินทาใส่ร้ายเพื่อน มั่นใจว่ามีความปลอดภัย มั่นคง เมื่อคบเป็นเพื่อน
 3. วัยรุ่นช่วงอายุตั้งแต่ 16 ปี ขึ้นไป มิตรภาพจะมีความยืดหยุ่นมากขึ้น มีการใช้เหตุผลในการคบเพื่อนมากขึ้น เน้นในเรื่องบุคลิกภาพและความแตกต่างระหว่างบุคคล
- มิตรภาพส่วนมากจะถูกเปลี่ยนแปลงไปเมื่อกาลเวลาและความสนใจเปลี่ยน ดังนั้น มิตรภาพส่วนใหญ่จึงขึ้นอยู่กับเวลา ระยะทาง ความสม่ำเสมอของการติดต่อสื่อสาร และความสนใจร่วมกัน

5. การผูกมิตร

การผูกมิตร (Friendship) มีความจำเป็นมากในการใช้ชีวิตประจำวัน การประสบผลสำเร็จในชีวิต ส่วนหนึ่งมาจากการมีเพื่อนดี

คำว่า “เพื่อน” และ “มิตร” มีความหมายเหมือนกัน กัลยาณมิตร คือ มิตรที่ดี คอยช่วยเหลือกันไม่ชวนกันไปทำเรื่องเลวร้ายแรง คอยแนะนำสิ่งที่มีประโยชน์ ร่วมทุกข์ ร่วมสุข

เพื่อนดี มิตรดี มีคุณค่ากว่าเงินทอง มิตรที่ดี หายากมาก การผูกมิตรหรือมิตรภาพที่ยืนยาวไม่ถูกกีดขวางโดยระยะทางหรือความห่างไกลกัน แม้จะอยู่ไกลกันคนละจังหวัดหรือต้องมีเหตุแยกย้ายกันไปภายหลังจากเรียนจบแล้ว ความสัมพันธ์ที่ดีในฐานะเพื่อนแท้ยังคงอยู่ได้โดยการติดต่อพูดคุยหรือสื่อสารแลกเปลี่ยนข้อคิด แจ้งข่าวให้กันและกันทราบโดยทางจดหมาย โทรศัพท์ โทรสาร อีเมล (จดหมายอิเล็กทรอนิกส์) โทรศัพท์เคลื่อนที่ และรูปแบบอื่น ๆ ที่จะใช้สร้างมิตรภาพให้ยาวนาน สำหรับวิธีการผูกมิตร มีดังนี้

1. เลือกคบแต่มิตรที่ดี ที่มีความจริงใจ มีน้ำใจ ไม่เห็นแก่ตัว มิตรที่ดี จะคอยให้คำแนะนำเมื่อเราเกิดปัญหา ให้กำลังใจ ความเป็นมิตรมีการพึ่งพาอาศัยกันในด้านจิตใจ
2. การสร้างมิตร เราต้องเป็นคนใจกว้าง ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เราคือเรา เพื่อนคือเพื่อน ไม่เหมือนกันในด้านความคิดและลักษณะนิสัย แต่คบเป็นเพื่อนกันได้ รักและเคารพ ยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกัน บนพื้นฐานของความเป็นมิตรที่ดี

3. รักตัวเองให้เป็น แล้วจะรักคนอื่นได้มากขึ้น รู้จักแสดงความยินดีเมื่อเพื่อนสอบได้คะแนนดี มีการนับถือตนเอง รู้จักคุณค่าของความรักและคุณค่าของมนุษย์ ไม่ดูถูกเพื่อน เมื่อเราปรับปรุงตัวเองให้เป็นคนน่าคบ ย่อมหาเพื่อนได้ง่ายขึ้น

4. มีอารมณ์ขัน มองโลกด้านดี เป็นกันเอง

5. ไม่เอาเปรียบเพื่อน ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว ไม่แสดงความอิจฉาริษยาเมื่อเพื่อนทำให้เสียใจหรือผิดหวัง เมื่อมีเรื่องไม่เข้าใจกันควรหาทางพูดคุยปรับความเข้าใจกัน

6. ให้อภัย ไม่โกรธ เมื่อเพื่อนทำให้เสียใจหรือผิดหวัง เมื่อมีเรื่องไม่เข้าใจกันควรหาทางพูดคุยปรับความเข้าใจกัน

7. ชักชวนเพื่อนไปในทางที่ดี เช่น ชวนไปอ่านหนังสือที่ห้องสมุด ชวนเล่นกีฬา

6. ทักษะในการผูกมิตร

ทักษะในการผูกมิตร เป็นเทคนิคการเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีซึ่งกันและกันดังคำสอนในศาสนาพุทธ เรื่องมงคล ๓๘ มีตอนหนึ่ง อธิบายถึงทักษะการผูกมิตรว่า

การไม่คบคนพาล	หนึ่ง
การคบบัณฑิต	หนึ่ง
การบูชาบุคคลที่ควรบูชา	อีกหนึ่ง
เหล่านี้คือมงคลอันสูงสุด	

ทักษะในการผูกมิตร สามารถยึดหลักสังคหวัตถุ ๔ คือหลักธรรมแห่งการสงเคราะห์ และให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันมี ๔ ประการคือ

1. ทาน ปิยวาจา
2. ปิยวาจา
3. อตถจริยา
4. สมานัตตา

6.1 ทาน

ทาน คือ การให้หรือการแบ่งปันสิ่งที่ดีงามเป็นคุณประโยชน์ต่อมิตร ทานมี 3 ประเภท คือ

1. อามิสทาน เป็นการให้วัตถุ สิ่งของทรัพย์สินเงินทองแก่มิตร เช่น แบ่งขนมกันรับประทาน เป็นต้น

2. ธรรมเนียม เป็นการให้ธรรมหรือความรู้ของมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ เช่น อธิบายการบ้านให้เพื่อนฟัง ช่วยกันทบทวนวิชาความรู้ที่ได้เรียนมาก่อนสอบ เป็นต้น

3. อภัยทาน เป็นการให้อภัยซึ่งกันและกัน เช่น เมื่อเพื่อนทำให้เราโกรธโดยไม่ได้ตั้งใจ เราสามารถยกโทษให้เพื่อนได้ ไม่โกรธเพื่อน เป็นต้น

6.2 ปิยวาจา

ปิยวาจา คือ การใช้วาจาหรือคำพูดที่ไพเราะฟังแล้วสบายหู รวมทั้งไม่นินทาเพื่อน โดยยึดถือสุภาษิตที่ว่า อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย

6.3 อัตถจริยา

อัตถจริยา คือ การปฏิบัติในสิ่งที่ดีก่อให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อน เช่น การช่วยเหลือเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายหรือมีปัญหาด้านการเรียน หรือปัญหาด้านการปรับตัวเข้ากับเพื่อนฝูง เป็นต้น

6.4 สมานัตตตา

สมานัตตตา คือการปฏิบัติในสิ่งที่ดีงาม เสมอต้นเสมอปลาย เช่น มีความอ่อนน้อมถ่อมตนมีสมาคารวะ ไม่ดูถูกมิตร ยอมรับความคิดเห็นเพื่อน มีความเอื้ออาทรห่วงใยเพื่อนทั้งต่อหน้าและลับหลัง

นอกจากนี้ยังควรมีทักษะในการผูกมิตร ที่ควรฝึกฝนและปฏิบัติให้เป็นนิสัย ดังนี้

1. มองโลกด้านดี ร่าเริงเบิกบาน อารมณ์ดี
2. ยิ้มให้กับความดีของเพื่อน ยิ้มทั้งใบหน้าและจิตใจ
3. พูดสร้างสรรค์ พูดเพราะ พูดเรื่องจริงที่มีประโยชน์
4. ไม่พูดปด พูดโกหก พูดหยาบคาย
5. เป็นผู้ฟังที่ดี ฟังอย่างตั้งใจ ฟังด้วยความกระตือรือร้น
6. ไม่ขัดคอเพื่อน ไม่แย่งพูด
7. มีความจริงใจ อย่าระแวง จะทำให้ไม่มีความไว้วางใจเพื่อน
8. มีความรู้สึกดีๆ ต่อกัน
9. นึกถึงความดีของเพื่อน
10. ทำตัวเราให้เป็นคนน่ารักน่าคบหา แล้วเราจะรู้สึกว่าการใช้ชีวิตนี้มีความหมายและมีคุณค่ามากขึ้น

มีคุณค่ามากขึ้น

7. สรุป

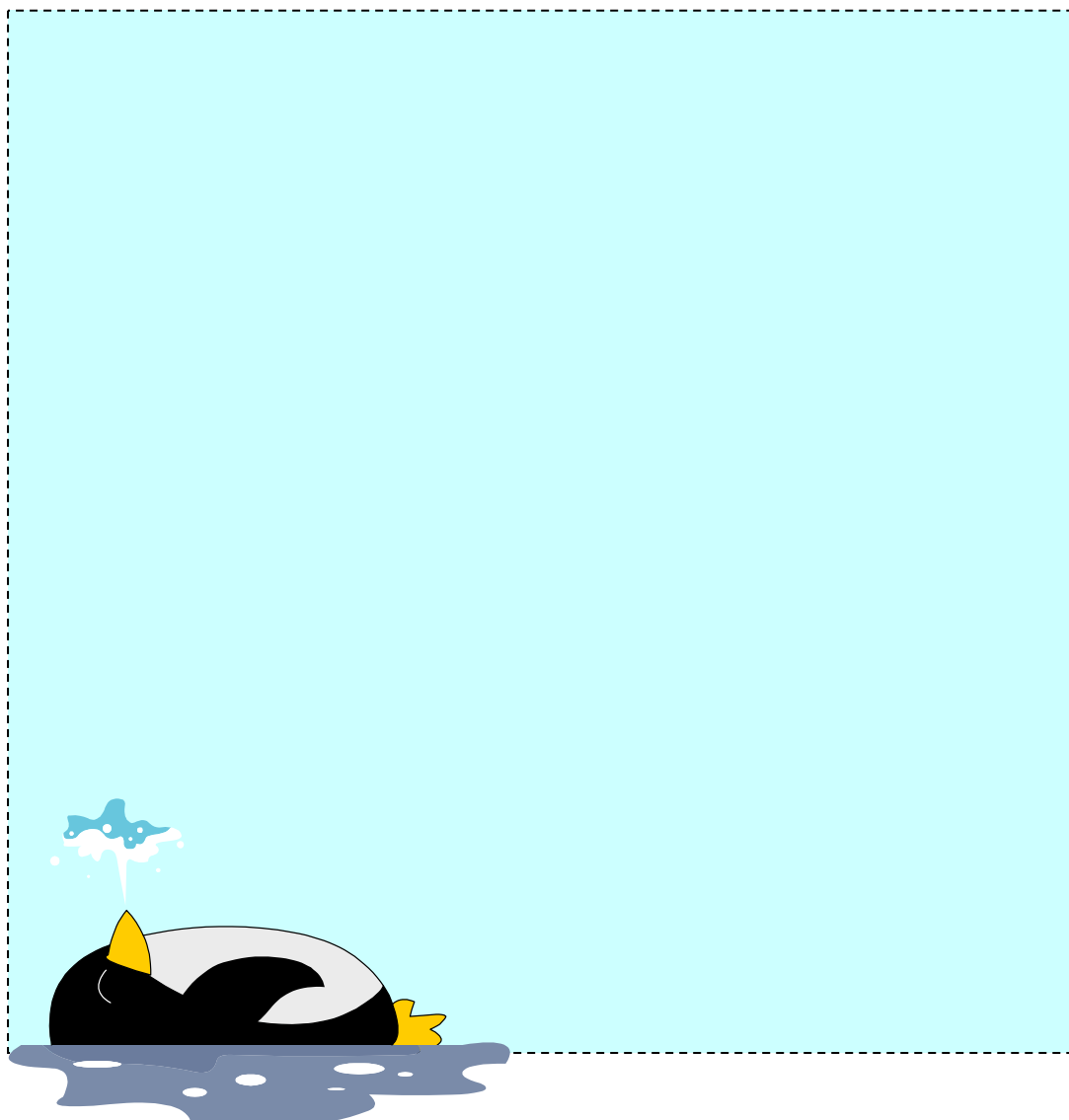
เพื่อนมีความสำคัญ เพราะจะคอยช่วยเหลือให้กำลังใจ คอยกันได้ทุกเรื่อง ไว้วางใจซึ่งกันและกันเพื่อนมีอิทธิพลทั้งทางดีและด้านลบ มีหลายรูปแบบหลายประเภท การเลือกคบเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะส่งผลถึงการดำเนินชีวิตและในอนาคตว่าจะดีหรือไม่ดี แต่ก็เป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้นเราควรใช้โอกาสที่มี ศึกษา เรียนรู้ ทำความเข้าใจ สังคมหรือกลุ่มเพื่อนที่เราอยู่ เพื่อที่จะได้ปรับตัวหรือเลือกคบมิตรที่ดี มีการสร้างมิตร รักตัวเอง มีอารมณ์ขัน ไม่เอาเปรียบเพื่อน รู้จักให้อภัยและชักชวนเพื่อนไปในทางที่ดี อีกทั้งยังต้องมีทักษะในการผูกมิตร ซึ่งเป็นเทคนิคการเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีซึ่งกันและกัน โดยการไม่คบคนพาล คบบัณฑิต บูชาบุคคลที่ควรบูชา หรือสามารถนำหลักธรรมแห่งการสงเคราะห์ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน คือ หลักสังคหวัตถุ 4 (ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และ สมานัตตตา) มาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและการดำเนินชีวิตต่อไป



ใบงานที่ 1

เรื่อง ความสำคัญของเพื่อน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนบทความสั้นๆ เกี่ยวกับความสำคัญของเพื่อน ภายใต้วงหัวข้อเรื่อง “เพื่อนนั้นสำคัญไฉน” โดยเขียนลงในกรอบข้างล่างนี้ ความยาวประมาณ 5 - 6 บรรทัด



ใบความรู้ เรื่อง คนที่จะคบหา

คำชี้แจง ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ แล้วตอบคำถามท้ายใบความรู้

คนที่จะคบหา

การคบเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญ มีผลต่อความเจริญก้าวหน้าและความเสื่อมของชีวิตอย่างมาก จึงควรทราบหลักธรรมเกี่ยวกับเรื่องมิตรที่เป็นข้อสำคัญๆ ไว้ ในที่นี้จะแสดงเรื่องคนที่ควรคบ คนที่ไม่ควรคบ และหลักปฏิบัติต่อกันระหว่างมิตรสหาย ดังต่อไปนี้

ก. มิตรเทียม พึงรู้จักมิตรเทียม หรือศัตรูผู้มาในร่างของมิตร (มิตรปฏิรูปก์) 4 ประเภท ดังนี้

1. คนปอกลอก ขนเอาของเพื่อนไปถ่ายเดียว (हरชน) มีลักษณะ 4
 1. คิดเอาแต่ได้ฝ่ายเดียว
 2. ยอมเสียน้อย โดยหวังจะเอาให้มาก
 3. ตัวมีภัย จึงมาช่วยทำกิจของเพื่อน
 4. คบเพื่อน เพราะเห็นแก่ประโยชน์
2. คนดีแต่พูด (วจีบรม) มีลักษณะ 4
 1. ดีแต่ยกของหมดแล้วมาปราศรัย
 2. ดีแต่อ้างของยังไม่มีมาปราศรัย
 3. สงเคราะห์ด้วยสิ่งที่หาประโยชน์มิได้
 4. เมื่อเพื่อนมีกิจ อ้างแต่เหตุขัดข้อง
3. คนหัวประจบ (อนุปิยภาณิ) มีลักษณะ 4
 1. จะทำชั่วก็เออออ
 2. จะทำดีก็เออออ
 3. ต่อหน้าสรรเสริญ
 4. ลับหลังนินทา

4. คนชวนจับหาย (อภัยสหาย) มีลักษณะ 4

1. คอยเป็นเพื่อนคืบหน้ามา
2. คอยเป็นเพื่อนเที่ยวกลางคืน
3. คอยเป็นเพื่อนเที่ยวดูการละเล่น
4. คอยเป็นเพื่อนไปเล่นการพนัน

ข. มิตรแท้ พึงรู้จักมิตรแท้ หรือมิตรด้วยใจจริง (สุทนต์มิตร) 4 ประเภท ดังนี้

1. มิตรอุปการะ (อุปการก) มีลักษณะ 4

1. เพื่อนประมาท ช่วยรักษาเพื่อน
2. เพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สินของเพื่อน
3. เมื่อมีภัย เป็นที่พึ่งพำนักได้
4. มีกิจจำเป็น ช่วยออกทรัพย์ให้เกินกว่าที่ออกปาก

2. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ (สมานสุขทุกข์) มีลักษณะ 4

1. บอกความลับแก่เพื่อน
2. รักษาความลับของเพื่อน
3. มีภัยอันตรายไม่ละทิ้ง
4. แม้ชีวิตก็สละให้ได้

3. มิตรแนะนำประโยชน์ (อัตถักขาโย) มีลักษณะ 4

1. จะทำชั่วเสียหาย คอยห้ามปรามไว้
2. แนะนำสนับสนุนให้ตั้งอยู่ในความดี
3. ให้ได้ฟังได้รู้สิ่งที่ไม่เคยได้รู้ได้ฟัง
4. บอกทางสุขทางสวรรค์ให้

4. มิตรมีใจรัก (อนุกัมปี) มีลักษณะ 4

1. เพื่อนมีทุกข์ พลอยไม่สบายใจ (ทุกข์ ทุกข์ด้วย)
2. เพื่อนมีสุข พลอยชื่นยินดี (สุข สุขด้วย)
3. เขาติเตียนเพื่อน ช่วยยับยั้งแก้ไข
4. เขาสรรเสริญเพื่อน ช่วยพูดเสริมสนับสนุน

ค. มิตรต่อมิตร พึงสงเคราะห์ห่อนุเคราะห์กัน ตามหลักปฏิบัติในฐานะที่เป็นเสมือน ทิศเบื้องซ้าย ดังนี้
พึงปฏิบัติต่อมิตรสหาย ดังนี้

1. เพื่อแบ่งปัน
2. พุดจามีน้ำใจ

3. ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน
4. มีตนเสมอ ร่วมสุขร่วมทุกข์ด้วย
5. ซื่อสัตย์จริงใจ

มิตรสหายอนุเคราะห์ตอบ ดังนี้

1. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาป้องกัน
2. เมื่อเพื่อนประมาท ช่วยรักษาทรัพย์สินสมบัติของเพื่อน
3. ในคราวมีภัย เป็นที่พึ่งได้
4. ไม่ละทิ้งยามทุกข์ยาก
5. นับถือตลอดถึงวงศ์ญาติของมิตร



ใบงานที่ 2

คำชี้แจง ให้นักเรียนยกตัวอย่าง ให้สอดคล้องกับมิตรแต่ละประเภท

1. มิตรเทียม

- 1.1 คนปกอลอก ตัวอย่าง
- 1.2 คนดีแต่พุด ตัวอย่าง
- 1.3 คนหัวประจบ ตัวอย่าง
- 1.4 คนชวนฉิบหาย ตัวอย่าง

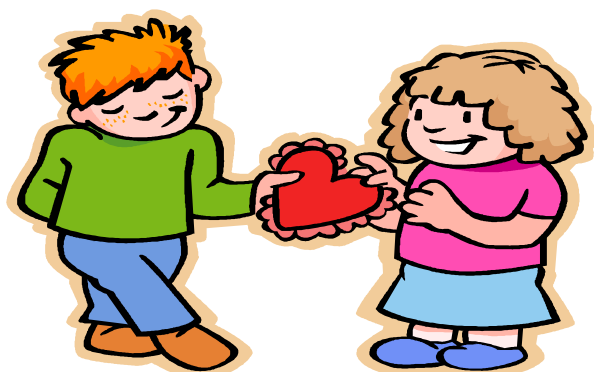
2. มิตรแท้

- 2.1 มิตรอุปการะ ตัวอย่าง
- 2.2 มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข ตัวอย่าง.....
- 2.3 มิตรแนะนำประโยชน์ ตัวอย่าง.....
- 2.4 มิตรมีใจรัก ตัวอย่าง

3. มิตรแท้

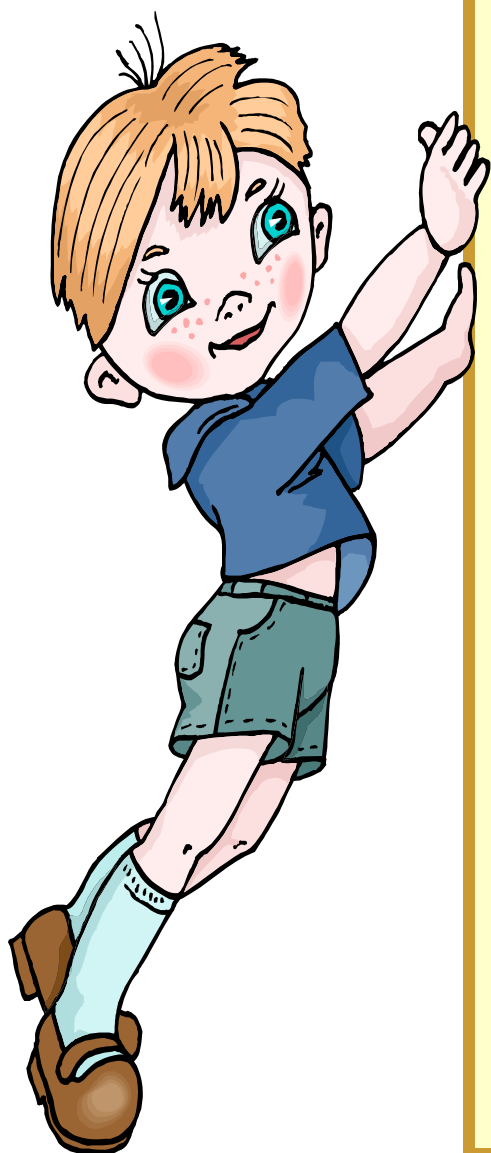
- 3.1 การปฏิบัติต่อมิตรสหาย ตัวอย่าง.....
- 3.2 มิตรสหายพึงอนุเคราะห์ตอบ ตัวอย่าง.....

(คำตอบให้อยู่ในชุดยพินิจของครูผู้สอน โดยพิจารณาจากคำตอบของนักเรียนแต่ละคน)



เรื่อง ทักษะในการผูกมิตร

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันหาวิธีการเกี่ยวกับทักษะในการผูกมิตร โดยเขียนลงในกรอบ
ข้างล่างนี้



ทักษะในการผูกมิตร

แบบทดสอบหลังเรียนชุดที่ 4
เรื่อง การคบเพื่อนและการผูกมิตร

คำชี้แจง 1. ข้อสอบชุดนี้มี จำนวน 10 ข้อ

2. ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย **X** ลงในช่อง

☐ กระดาษคำตอบ

1. ข้อใดกล่าวถูกต้องที่สุด

- ก. มนุษย์ทุกคนต้องการมีเพื่อนมากๆ
- ข. มนุษย์จะทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้มีเพื่อน
- ค. มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องมีเพื่อนบ้างไม่มากก็น้อย
- ง. การคบเพื่อนของมนุษย์เป็นการสนองความต้องการทางด้านกายภาพ

2. ความต้องการมีเพื่อนของมนุษย์เป็นศาสตร์สาขาใด

- ก. ปรัชญา ข. จิตวิทยา
- ค. ชีววิทยา ง. สรีรวิทยา

3. มนุษย์ต้องการเพื่อนที่จะช่วยเหลือในยามทุกข์ยากและเดือดร้อน จัดว่าเป็นความต้องการมีเพื่อนในข้อใด

- ก. ไม่ต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยว
- ข. ต้องการได้รับการยกย่องในکم
- ค. ต้องการความมั่นคงและปลอดภัยในชีวิต
- ง. ต้องการเป็นที่ยอมรับในหมู่เพื่อนและสังคม

4. การคบคนชั่วเป็นมิตร เป็นอบายมุขข้อหนึ่งหรือเป็นทางไปสู่ความเสื่อมอย่างหนึ่ง นักเรียนเห็นด้วยหรือไม่อย่างไร

- ก. เห็นด้วย เพราะเป็นหลักธรรมทางศาสนา
- ข. เห็นด้วย เพราะเพื่อนไม่ดีอาจทำให้เราเสียหายได้
- ค. ไม่เห็นด้วย เพราะถึงเพื่อนจะชั่วแต่ถ้าเรารู้ดีก็ไม่น่าเป็นอะไร
- ง. ไม่เห็นด้วย เพราะในบางครั้งคนชั่วก็อาจจะเป็นที่พึ่งหรือช่วยเหลือเราได้

5. “คบคนพาลพาลพาไปหาผิด คบบัณฑิตบัณฑิตพาไปหาผล” พุทธศาสนสุภาษิตบทนี้สรุปเป็นข้อคิดได้อย่างไร
- คนพาลักทำผิด บัณฑิตมักมีประโยชน์
 - คบคนดีจะเป็นศรีแก่ตัว คบคนชั่วจะมัวหอง
 - คบคนพาลเราจะเป็นคนพาล จึงควรคบแต่คนดี
 - คบคนไม่ดีจะทำให้เราเสียหายได้ จึงควรคบคนดีแล้วตนเองจะได้ประโยชน์
6. เมื่อมีเพื่อนหรือใครคนใดคนหนึ่ง ทำดีหรือทำเด่น บางคนมักแทรกมุขตลกว่า “เพื่อนผมๆ” แสดงให้เห็นความรู้สึกของคนอย่างไร
- อยากเป็นเพื่อนกับคนดี คนเด่น คนดัง
 - อยากจะได้ผลประโยชน์จากคนที่ทำดี ทำเด่น
 - อยากจะทำให้รู้ว่าเพื่อนของตนเองคนนั้นเป็นคนเก่ง
 - อยากที่จะประกาศให้คนอื่นรู้ว่าตนเองก็เป็นคนเก่งเช่นกัน
7. การขึ้นรถประจำทางแล้วรู้จักคนๆหนึ่ง จากนั้นก็ไม่พบกันอีกเลย จัดว่าเป็นเพื่อนระดับใด
- เพื่อนคุย
 - เพื่อนคบ
 - เพื่อนเล่น
 - เพื่อนผ่าน
8. คำใดที่มีความหมายเหมือนกับคำว่า “เพื่อน”
- มิตร
 - เธอ
 - ตัวเอง
 - มนุษย์สัมพันธ์
9. “ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้” พุทธศาสนสุภาษิตบทนี้สอดคล้องกับข้อใด
- ทาน
 - อติจริยา
 - สมานัตตตาง. สังคหวัตถุ 4
10. มลฤดีเป็นคนพูดจาไพเราะรื่นหู สุภาพ อ่อนหวานน่าฟัง ไม่นินทาว่าร้ายใคร นับว่ามีหลักธรรมสังคหวัตถุ 4 ข้อใด
- ปิยวจี
 - ปิยวาจา
 - วจิตสุภาสิต
 - วาจาสุภาสิต





ข้อ	คำตอบ
1.	ก
2.	ข
3.	ก
4.	ข
5.	ข
6.	ข
7.	ง
8.	ก
9.	ก
10.	ข

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 5
เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์
เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์



โดย

นางบังอร อาจิวิชัย
โรงเรียนเทศบาล 1 ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)
สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี



คู่มือสำหรับนักเรียน

ชุดการเรียนรู้ชุดที่ 5

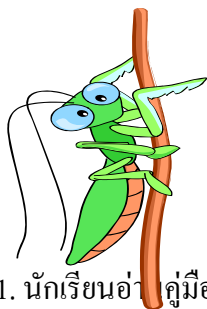
เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์
เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

วัตถุประสงค์ของชุดการเรียนรู้

1. เพื่อใช้เป็นสื่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กลุ่มสาระการเรียนรู้
สุข ศึกษาและพลศึกษา เรื่อง เพศศึกษา
2. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อแก้ไขปัญหาการขาดสื่อการเรียนการสอน
4. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง

คำชี้แจงในการใช้ชุดการเรียนรู้

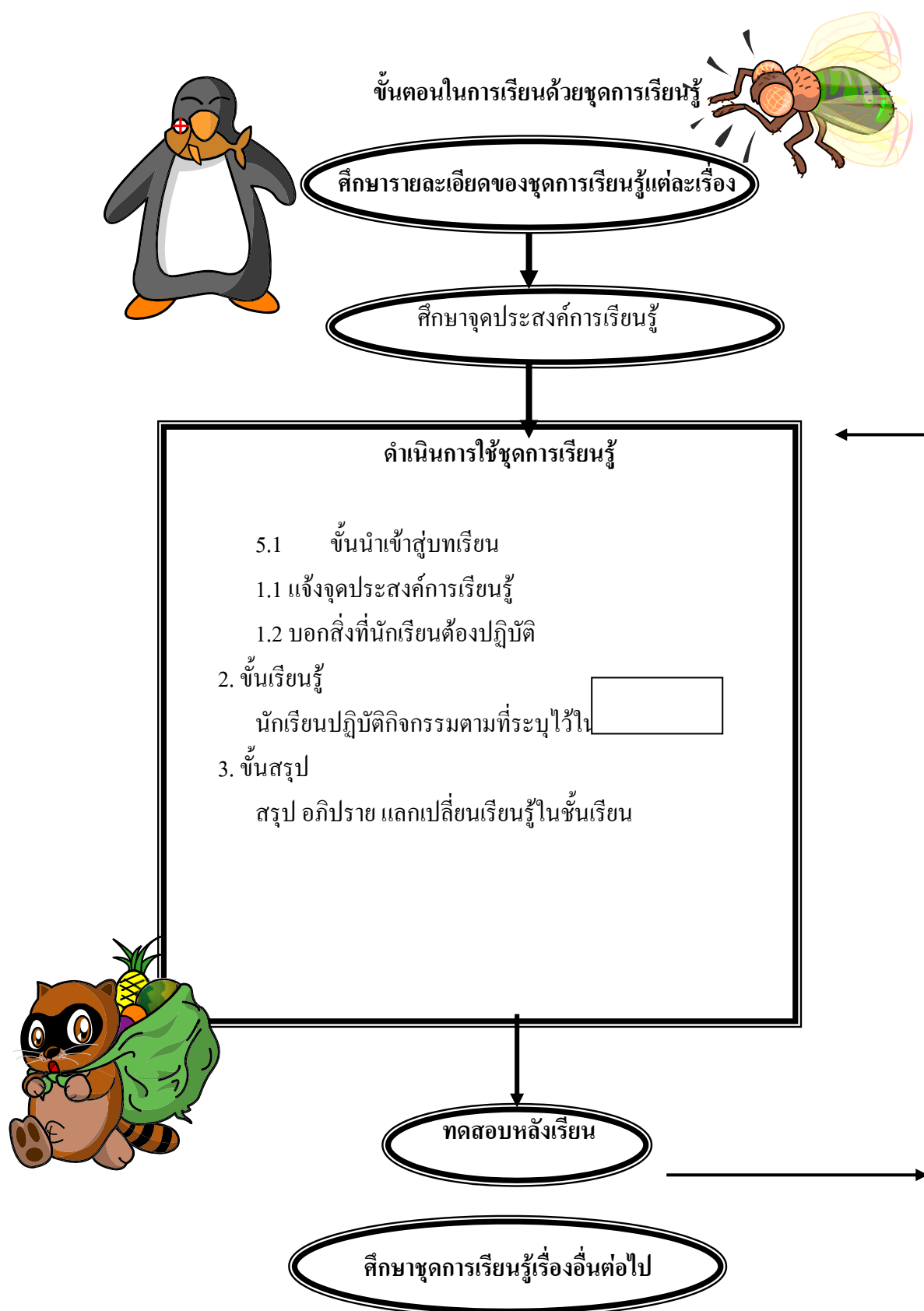
1. ให้นักเรียนศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและเนื้อหาอย่างละเอียด
รอบคอบ
2. การเรียนด้วยชุดการเรียนรู้จะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนที่กำหนดไว้
อย่างเคร่งครัดมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง
3. ถ้านักเรียนเกิดความสงสัย ไม่เข้าใจหรือมีปัญหา สามารถขอ
คำแนะนำจากครูผู้สอนได้ตลอดเวลา
4. เมื่อนักเรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมจากชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 5 จบ
แล้วนักเรียนแต่ละคนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
5. ในการเรียนด้วยชุดการเรียนรู้ ชุดที่ 5 นักเรียนมีเวลา 2 ชั่วโมง

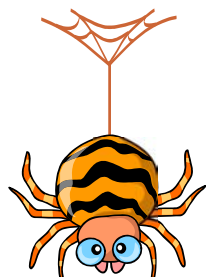


บทบาทของนักเรียน

1. นักเรียนอ่าน คู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้และปฏิบัติตามลำดับขั้นตอน
2. นักเรียนร่วมกันศึกษาผลการเรียนรู้ที่คาดหวังและสาระการเรียนรู้ในชุดการเรียนรู้ทั้งหมดอย่างละเอียด พร้อมทั้งทำแบบฝึก
3. นักเรียนควรมีการวางแผนการทำงาน แบ่งหน้าที่และร่วมกันปฏิบัติกิจกรรม หากเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจหรือมีปัญหานักเรียนควรขอคำแนะนำจากครูผู้สอน
4. ในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ นักเรียนควรปฏิบัติงานให้ทันกับเวลาที่กำหนดไว้
5. ขั้นตอนสุดท้ายของการเรียนรู้ด้วยชุดการเรียนรู้ นักเรียนต้องทำแบบทดสอบหลังเรียน
6. นักเรียนควรมีความร่วมมือร่วมใจ มีความสามัคคี ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังเสียงส่วนมากในการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม







ชุดการเรียนรู้ที่ 5

เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์ เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

สาระสำคัญ

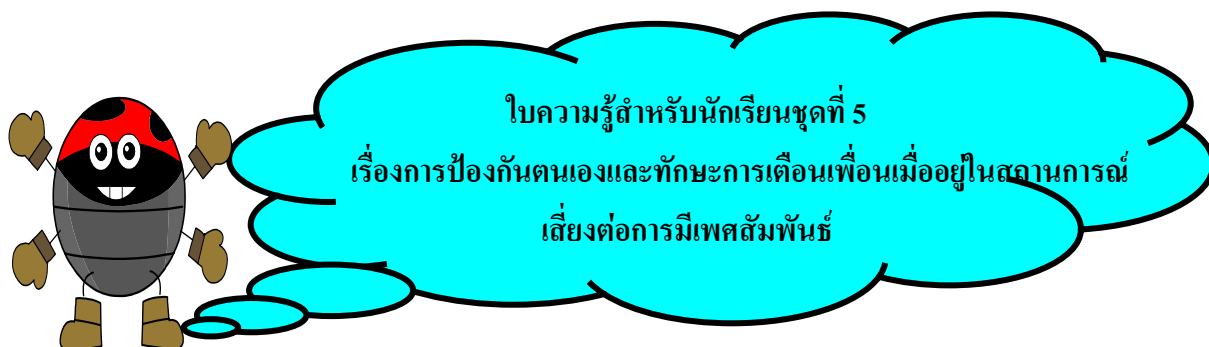
การป้องกันตนเองและ พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ คือ การแสดงพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น อันนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เช่น การจับมือถือนั้นกับเพศตรงข้าม การจูบ การโอบกอด หรือการสัมผัสสลับคลำร่างกาย เป็นต้น การแต่งกายของวัยรุ่นหญิงในปัจจุบัน เช่น การใส่เสื้อสายเดี่ยว การนุ่งกระโปรงสั้น การใส่เสื้อเกะออก หรือการใส่เสื้อรัดรูปจนมองเห็นส่วนสำคัญของร่างกาย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ถือเป็นการกระทำหรือพฤติกรรมที่ยั่วยู่ให้เพศชายเกิดแรงขับทางเพศได้ และความเอื้ออำนวยของสถานเริงรมย์และสิ่งบันเทิงต่างๆ ก็เป็นแรงเสริมให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งการมีเพศสัมพันธ์ในลักษณะนี้วัยรุ่นมักไม่ได้คิดว่าจะเกิดขึ้น จึงทำให้ไม่ได้เตรียมตัวและเตรียมการในการป้องกัน ผลกระทบในภายหลังการมีเพศสัมพันธ์ เช่น การตั้งครรภ์ จึงเป็นภาระตกอยู่ที่ฝ่ายหญิงเพียงฝ่ายเดียว

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ประเมินสถานการณ์ หาทางเลือกที่เหมาะสมโดยประเมินข้อดี – ข้อเสีย ของทางเลือกต่าง ๆ และตัดสินใจอย่างมีเหตุผลให้แก่ตนเองและผู้อื่นได้
2. วิเคราะห์สถานการณ์ที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์
3. ระบุวิธีการป้องกันตนเองเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
4. ตระหนักถึงผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

การวัดและประเมินผล

1. สังเกตการณ์ปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม
2. ตรวจผลงาน
3. ทดสอบนักเรียน



ความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิงในฐานะคู่รัก ในที่นี้จะกล่าวถึงความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น กับวัยรุ่นตั้งแต่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น บางคนเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นก็เริ่มมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามในฐานะคู่รักแล้ววัยรุ่นหญิงจะเริ่มเร็วกว่าวัยรุ่นชายประมาณ 1-2 ปี

1.1 จุดเริ่มต้นของความสัมพันธ์

เนื่องจากการเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางร่างกาย พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์พัฒนาการทางสังคมตลอดจนพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นจะส่งผลให้วัยรุ่น เริ่มมีความสนใจต่อเพศตรงข้ามมีความต้องการทางเพศ ซึ่งเป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ โดยพฤติกรรมต่างๆ จะมีเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างเพศปรากฏขึ้น ระหว่างนี้วัยรุ่นจะมีความอยากรู้ อยากเห็นสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวกับเรื่องเพศ

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการทางร่างกาย ตลอดจนพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นจะนำไปสู่การมีวุฒิภาวะทางเพศ กล่าวคือ ผู้ชายจะมีการหลั่งน้ำอสุจิ ผู้หญิงจะมีประจำเดือนหรือระดู ซึ่งแสดงว่า มีความพร้อมที่จะมีบุตรแล้ว เพราะมีความสมบูรณ์ของเซลล์สืบพันธุ์ด้วยกันทั้งคู่แล้ว แต่สังคมยังไม่ยอมรับ ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นยังขาดความพร้อมในหลายๆ ด้าน เช่น ด้านสังคม ด้านจิตใจและอารมณ์ด้านเศรษฐกิจ ดังนั้นวัยรุ่นจึงต้องมีความยับยั้งชั่งใจ รู้จักควบคุมพฤติกรรมทางเพศ เพราะมนุษย์จะต้องมีสังคมแบบครอบครัว ซึ่งตามขนบธรรมเนียมประเพณีโดยทั่วไปแล้วจะต้องมีการคู่ขอ แต่งงาน แล้วจึงจะอยู่เป็นสามีภรรยา การที่ปล่อยตัวปล่อยใจตามที่ตนเองต้องการโดยไม่คำนึงถึงขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม ย่อมไม่เป็นที่ต้องการของสังคม ดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ในฐานะคู่รักจึงต้องมีขอบเขตที่เหมาะสม

ความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิงมักจะเริ่มด้วยการมีมนุษย์ที่ติดต่อกัน อาจเรียกว่ามีมิตรภาพต่อกัน อาจเริ่มจากการเป็นคนรู้จักกัน เป็นเพื่อนกัน แล้วกลายเป็นความรักต่อกัน หรืออาจเริ่มจากการพบกันแล้วเกิดถูกใจ ชอบพอกัน หรือการชอบพอฟ่ายใดฝ่ายหนึ่ง แล้วมีการติดต่อสัมพันธ์ กันอย่างต่อเนื่อง จนเกิดเป็นความรักขึ้นมาในที่สุดก็จะคบเป็นแฟนกัน ซึ่งการคบกันของแต่ละคู่จะมีระยะเวลาการคบที่แตกต่างกันไป

1.2 ปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นคบกันในฐานะคูรัก

ปัจจัยที่มีผลทำให้วัยรุ่นมีการคบกันแบบแฟนหรือคูรัก มีดังต่อไปนี้

- 1) อิทธิพลจากต่อมในร่างกาย โดยเฉพาะต่อมเพศ และต่อมใต้สมอง
เนื่องจากมีส่วนเกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางเพศโดยตรง
- 2) อิทธิพลทางสังคม สังคมปัจจุบันที่วัยรุ่นพบเกี่ยวกับเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายกับเพศหญิง เช่น วัยรุ่นมักจับคู่เป็นคูรักกันตั้งแต่อายุน้อย การเอาแบบอย่างการมีคูรัก แต่ยังมีวัยรุ่นบางส่วนที่ยังยึดมั่นอยู่ในกรอบแห่งขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรมอันดีงามของไทย โดยฝ่ายหญิงมักจะเคร่งครัดกว่าฝ่ายชาย ซึ่งนับเป็นเรื่องที่ดี น่ายกย่องสำหรับวัยรุ่น
- 3) สื่อสารมวลชน ซึ่งได้แก่ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ นิตยสารต่างๆ วิดีโอ เป็นต้น จะมีส่วนที่สำคัญที่ทำให้วัยรุ่นได้ศึกษาเรียนรู้ และมีการเลียนแบบดารา จนทำให้มีวัยรุ่นบางส่วนที่ประพฤติดตามแบบอย่างอาจจะถูกต้องหรือไม่ถูกต้องได้ อายุที่เพิ่มขึ้น เมื่อวัยรุ่นมีอายุมากขึ้นก็จะมีความรู้สึกรู้สึกนึกคิดเปลี่ยนไป มีความกล้าที่จะคบ กันในฐานะคูรัก และคิดว่าการเป็นคูรักกันเป็นสิ่งที่ไม่ผิด
- 4) โอกาสในการคบเพื่อนต่างเพศ โอกาสที่จะได้รู้จักกับเพื่อนต่างเพศที่มากหรือน้อยต่างกัน จะเห็นได้ชัดจากโรงเรียนที่เป็นโรงเรียนประเภทชายล้วนหรือหญิงล้วน จะมีปัญหาเรื่องคูรักน้อยกว่าโรงเรียน ประเภทสหศึกษา (โรงเรียนที่มีทั้งนักเรียนชายและนักเรียนหญิงอยู่ในโรงเรียนเดียวกัน)
- 5) การเปลี่ยนแปลงของค่านิยมทางเพศ ปัจจุบันมีวัยรุ่นจำนวนมากที่เห็นว่าการล่วงเกินทางเพศจนถึงขั้นการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องธรรมดา หรือการอยู่ด้วยกันก่อน ส่วนเรื่องการแต่งงานเป็น สามิภรรยากันอย่างถูกต้องตามขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมอันดีงามของไทยไม่สำคัญ หรือ คิดว่า ถ้าไม่มีคูรักเป็นเรื่องที่น่าอาย วัยรุ่นหญิงบางคนไม่ค่อยรักษาวงศ์วานตัว จึงเป็นโอกาสที่เหมาะสมของวัยรุ่นชายที่ชอบถือโอกาส และความอยากรู้ อยากลองในเรื่องเพศ ตลอดจนการขายบริการทางเพศได้เริ่มเข้ามาในกลุ่มนักเรียน นิสิต นักศึกษาแล้ว ซึ่งในเรื่องค่านิยมทางเพศที่เปลี่ยนแปลงไปส่งผลให้วัยรุ่นคบกันในฐานะคูรักกันมากขึ้น และคบกันลักษณะนี้ตั้งแต่อายุน้อย และกล้าแสดงพฤติกรรมที่จะมีเพศสัมพันธ์กันซึ่งเป็นความกล้าที่ไม่ถูกต้อง วัยรุ่นที่ดีควรจะแสดงความกล้าในทางสร้างสรรค์และมีประโยชน์

1.3 ความสนใจต่อเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น

ความสนใจต่อเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่น เป็นประสบการณ์ใหม่ของตัววัยรุ่นเอง ซึ่งปกติมักจะไม่วุ่นวายและจริงจังมากเหมือนกับผู้ใหญ่ มักเปลี่ยนแปลงหรืออาจหายไปจะเห็นได้จากข่าวหนังสือพิมพ์โทรทัศน์ หรือสื่อมวลชนต่าง ๆ จะพบว่าวัยรุ่นน้อยรายที่คบหากันในฐานะคู่อีกกันตั้งแต่เป็นนักเรียนแล้วแต่งงานกันในเวลาต่อมา บางคู่อาจมีความสัมพันธ์กัน หรืออยู่ด้วยกันแบบสามีภรรยาไปแล้วก็เลิก กันไปด้วยเหตุผลต่าง ๆ จึงพอจะสรุปได้ว่าความรักของวัยรุ่นเป็นสิ่งที่ไม่นั่นนอน มีโอกาสเปลี่ยนแปลงได้ง่ายวัยรุ่นควรจะเข้าใจและตระหนักถึงเรื่องนี้ให้มาก โดยเฉพาะวัยรุ่นหญิงไม่ควรปล่อยตัวปล่อยใจ ให้แก่วัยรุ่นชายจนถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์

1.4 ความสัมพันธ์ที่เกินเลย

วัยรุ่นอาจมีเพื่อนเพศตรงข้ามที่สนิทกัน และอาจถึงขั้นเป็นคู่อีกกันในที่สุด มีหลายคู่ที่สนิทกันถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สมควรอย่างยิ่ง เพราะพฤติกรรมเหล่านี้ไม่ถูกต้องทั้งทางด้านขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม และวุฒิภาวะทางสังคมด้วย

1) ความรัก ความใคร่ ธรรมชาติสร้างให้ผู้หญิงกับผู้ชายมีความแตกต่างกันทั้งทางร่างกายและจิตใจ เมื่อถึงวัยหนุ่ม วัยสาวต่างฝ่ายต่างเริ่มสนใจเพศตรงข้าม และมีโอกาสสร้างความสัมพันธ์กัน ในรูปแบบของความรักขึ้นมา นอกจากเป็นเรื่องของจิตใจ ความรักยังเกี่ยวข้องกับความต้องการทางกาย คือ “ความต้องการทางเพศ” ที่ผู้หญิงและผู้ชายจะมีความคิดและความรู้สึกต่อเรื่องนี้แตกต่างกัน

ความรักระหว่างผู้หญิงกับผู้ชายมักเริ่มต้นจากความรู้สึกชอบพบกัน และแสดงออกมาโดยหาโอกาสใกล้ชิดสนิทสนมจากการพูดคุย หยอกล้อ ต่อไปคือการนัดเที่ยว บางช่วงเวลาคู่รักหนุ่มสาวอาจรู้สึกวโลกลนี้มีเพียงเขาสองคน

2) หญิงและชายมีความคิดต่างกัน ผู้หญิงอาจต้องการเพียงใกล้ชิดๆ คนรัก แค่มองตากันเดินด้วยกัน การพูดคุย หรือจับมือกันก็อบอุ่นและสุขใจ แต่ผู้ชายจะมีความต้องการมากกว่าและมีความคิดไปไกลกว่าที่ผู้หญิงคิด คือ เมื่ออยู่ใกล้ชิดหญิงสาวก็อยากจะสัมผัสถูกเนื้อตัวจากการจับมือ โอบไหล่ โอบเอว จนถึงการกอด ในที่สุดก็อาจมีเพศสัมพันธ์

3) ผู้ชายส่วนใหญ่มักคิดเข้าข้างตนเองว่าผู้หญิงคงมีความรู้สึกหรือความต้องการอย่างเดียวกัน เมื่อผู้หญิงยอมอยู่ตามลำพังกับตนเองมักคิดว่าผู้หญิงอาจมีใจด้วย หากเธอยอมให้จับมือ โอบไหล่ กอด มักมีความคิดว่าฝ่ายหญิงพร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ด้วย

4) การถามใจตัวเอง เมื่อผู้ชายมีความคิดถึงความรักแตกต่างไปจากผู้หญิง ผู้หญิงจึงต้องระวัง “ภาษากาย” ที่ตัวเองแสดงออกไป เพราะอาจทำให้ผู้ชายคิดเข้าข้างตัวเองได้ หากเปิดโอกาสให้จับมือถือแขนหรือส่วนต่างๆ ของร่างกายจึงเป็นเรื่องยากที่จะบอกให้ผู้ชายหยุด แม้ฝ่าย

หญิงจะห้าม ฝ่ายชายก็อาจคิดว่าผู้หญิงห้ามพอเป็นธรรมเนียมเท่านั้น ดังนั้นผู้หญิงทุกคนควรต้องถามใจตัวเองก่อนว่า “ฉันพร้อมที่จะมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายคนนี้แล้วหรือ”

ปัจจุบันผู้หญิงบางคนกำลังมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์จากการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ตั้งใจด้วยอารมณ์ชั่ววูบกับผู้ชายที่ไม่เป็นสุภาพบุรุษ และต้องถามตัวเองต่อไปว่า “หากตั้งครรภ์ ทั้งสองคนพร้อมที่จะรับผิดชอบเลี้ยงดูหรือไม่” “มั่นใจเพียงใดว่าคนรักของตนจะไม่มีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือโรคเอดส์”

แม้ฝ่ายหญิงจะรักฝ่ายชายมาก และคิดว่าต่อไปจะเป็นคู่ชีวิตกัน ก็ควรเตรียมใจไว้ว่าผู้ชายอาจไม่ได้คิดไปไกลถึงการแต่งงานทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์

2. การปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์นั้นมีหลายสถานการณ์ ดังต่อไปนี้

2.1 การสัมผัส การโอบกอด การจูบ

1) การสัมผัส หมายถึง การที่ฝ่ายชายถูกเนื้อต้องตัวฝ่ายหญิง หรือ ฝ่ายหญิงถูกเนื้อต้องตัวฝ่ายชายหรือทั้งสองฝ่ายต่างสัมผัสซึ่งกันและกัน อาจใช้มือ แขน ขา ลำตัว แก้ม ศีรษะ ซึ่งอาจมีพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น จับมือ จับแขน หรือจับส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ตลอดจนการใช้ลำตัวถูกต้องกัน การนอนหนุนตักกันเป็นต้น ซึ่งการมีพฤติกรรมที่จะทำให้ทั้งคู่มีความรู้สึกเคลิบเคลิ้ม และอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้

2) การโอบกอด หมายถึง การใช้แขนโอบไหล่ กอดเอว อาจต่างคนต่างกอด หรือฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเป็นฝ่ายกอด ซึ่งถ้ามีโอกาสอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้

3) การจูบ หมายถึง การใช้จมูก หรือปากสัมผัสตามที่ต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น แก้ม ปาก ชокกคอ เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นการสัมผัสที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้

2.2 การอยู่ในที่รโหฐานตามลำพัง

ที่รโหฐาน หมายถึง ที่ลับหูลับตาคน คือเป็นที่ๆ ไม่มีใครได้ยินเสียง และไม่มีใครเห็นอาจอยู่ในห้องหรือบ้านตามลำพัง เป็นต้น ซึ่งจะนำไปสู่การสัมผัส การโอบกอด การจูบ จนกระทั่งถึงการมีเพศสัมพันธ์ได้

2.3 การถูกชักชวนดูสื่อที่ขยั่วอารมณ์ทางเพศ

สื่อที่ขยั่วอารมณ์ทางเพศมีหลายอย่าง เช่น หนังสือ วีดีโอ วีซีดี เป็นต้น สามารถหาซื้อได้ง่ายซึ่งวัยรุ่นชายจำนวนมากเคยดูสื่อเหล่านี้ ส่วนวัยรุ่นหญิงจะมีเพียงส่วนน้อย เพราะมากฝ่ายหญิงจะรู้สึกอาย แต่ถ้าเพศตรงข้ามชักชวนดูสื่อประเภทดังกล่าว ซึ่งฝ่ายชายมักจะเป็นฝ่ายชักชวน เมื่อดูแล้วจะเกิดอารมณ์ทางเพศ ประกอบกับทั้งสองอยู่กันในที่ลับหูลับตา อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้

2.4 การปฏิเสธ

เพื่อไม่ให้เกิดความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ วัยรุ่นจึงควรหลีกเลี่ยงดังกล่าวด้วยการปฏิเสธหรือไม่เปิดโอกาสให้มีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้น ซึ่งส่วนใหญ่ฝ่ายหญิงจะต้องเป็นฝ่ายปฏิเสธแต่บางครั้งฝ่ายชายอาจจะต้องเป็นฝ่ายปฏิเสธ ซึ่งทั้งสองฝ่ายหญิงและฝ่ายชายควรปฏิบัติดังนี้

1. ถ้าฝ่ายชายมาถูกเนื้อต้องตัวฝ่ายหญิง เช่น จับมือ จับแขน แกล้งมาถูกเนื้อต้องตัว เป็นต้น ฝ่ายหญิงต้องแสดงอาการหวงตัวให้ฝ่ายชายเกิดความรู้สึกว่าต่อไปนี้ไม่ควรทำ เช่นนี้อีก เพราะฝ่ายหญิงไม่ชอบถ้าขึ้นทำอีกอาจบอกฝ่ายชายว่า ไม่ควรมาถูกเนื้อต้องตัว แล้วฝ่ายชายจะไม่กล้าล่วงเกิน ฝ่ายชายมักจะล่วงเกินต่อฝ่ายหญิงที่ไม่หวงตัว เพราะมักคิดว่าผู้หญิงคงชอบเลยกระทำบ่อยและมากขึ้น

2. ถ้าฝ่ายหญิงมาถูกเนื้อต้องตัวฝ่ายชายบ่อยๆ ก็จะทำให้ฝ่ายชายเกิดความรู้สึกได้ แล้วความเป็นสุภาพบุรุษจะหายไป ผู้ชายที่ดีควรบอกฝ่ายหญิงว่าอย่ามาถูกเนื้อต้องตัว ดังนั้นฝ่ายหญิงไม่ควรไปถูกเนื้อต้องตัวให้ฝ่ายชายต้องคิดมาก หรือคิดเกินเลย

3. เมื่อเป็นคู่รักกัน ฝ่ายหญิงอาจยอมให้ฝ่ายชายถูกเนื้อต้องตัวได้บ้าง แต่ต้องปฏิเสธถ้าฝ่ายชายจะล่วงเกินมากไป เช่น กอดแบบแนบแน่น จูบ นอกจากฝ่ายหญิงจะต้องปฏิเสธด้วยการขัดขึ้นแล้ว ยังอาจจะต้องบอกหรือขอร้องฝ่ายชายตรงๆ “อย่ากระทำเช่นนี้อีก”

4. ถ้าถูกชักชวนไปในที่รโหฐานควรปฏิเสธก่อน เพื่อเป็นการป้องกันความเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เพราะมีผู้ชายจำนวนมากที่หาโอกาสอยู่กับฝ่ายหญิงสองต่อสองในที่รโหฐานแล้วต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วย หรือใช้วิธีการปลุกปล้ำ ข่มขืน ถ้าฝ่ายหญิงไม่ยอม เรื่องนี้ผู้หญิงมักคิดไม่ถึง เพราะคิดว่าผู้ชายมีความคิดเหมือนตนเอง คือ แค่อู้งอใกล้ชิดกันก็มีความสุขแล้ว แต่ผู้ชายมักมีความคิดเกินเลยไปจนถึงขั้นมีเพศสัมพันธ์กัน ดังนั้นผู้หญิงจึงควรระมัดระวังตนเองอย่าประมาทหรือยอมอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้ เพื่อเป็นการป้องกันตนเอง

5. ถ้าถูกชักชวนให้ดูสื่อที่ข่มขืนทางเพศ ซึ่งก็คือสื่อลามกอนาจาร ควรปฏิเสธ เพราะอาจเป็นแผนของฝ่ายชายที่มีความคิดที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วย

6. เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ แล้วฝ่ายชายจะขอมิเพศสัมพันธ์ด้วย จงใช้คาถา 3 คำ คือ ไม่ อย่า หยุด นั่นคือต้องห้ามด้วยการบอก “ไม่” คือ ไม่ทำเช่นนี้ “อย่า” คือ อย่าทำเช่นนี้ซึ่งเป็นคำห้ามปรามที่หนักแน่นกว่าคำว่าไม่ “หยุด” คือ หยุดทำอย่างนี้เลย ซึ่งเป็นคำห้ามปรามอย่างเด็ดขาด

เคล็ดลับ ความรู้

เมื่อฝ่ายหญิงตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ขอให้ใช้ 3 กลเม็ดกับฝ่ายชาย ดังนี้

1. ปิดประตูอารมณ์ คือ ตัดอารมณ์ด้วยการทำให้หมดอารมณ์ไปเลย เช่น ต่อบ้างอย่างรุนแรง ดู จัดจิ้น และต่อสู้ป้องกันตัว เป็นต้น
2. คุยกันแบบเปิดใจ คือ พูดแบบตรงไปตรงมาว่า แม้เราจะรักกันแต่ก็ยังไม่พร้อมที่จะทำแบบนี้ และไม่สบายใจอย่างมากถ้าจะทำแบบนี้
3. ทบทวนความสัมพันธ์ ถ้าฝ่ายชายยังห้ามไม่เชื่ออยู่อีกก็ควรพิจารณาว่า จะคบกันต่อไปหรือไม่ เพราะถ้าคบกันต่อไปคงจะพลาดพลั้งได้

2.4 การป้องกันดีกว่าแก้ไข

ผู้หญิงควรมีการป้องกันตนเองก่อนจะเกิดปัญหาดังต่อไปนี้

1. วัยนี้ยังไม่ควรมีแฟน ควรที่จะมุ่งการเรียนให้ดีที่สุด
2. ต้องรู้จักหวงตัวหรือรักษาวงศ์วานตัว เพราะถ้าผู้หญิงรักษาวงศ์วานตัว ผู้ชายจะไม่กล้าล่วงเกินหรือแตะอึ้ง
3. ไม่ควรอยู่กันตามลำพังกับผู้ชายในที่ลับตา หรือสถานที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
4. ต้องเลิกคบกับผู้ชายที่ชอบล่วงเกิน เพราะแสดงว่าผู้ชายคนนั้นไม่มีความเป็นสุภาพบุรุษพอและไม่จริงใจ
5. ต้องคิดว่า ความบริสุทธิ์ของวัยสาวเป็นสิ่งที่สำคัญ
6. หลีกเลี่ยงการคู่อโล่งที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศกับเพศชาย

3. ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

วัยอันควร หมายถึง วัยที่มีความพร้อมทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และมีความสามารถในการเลี้ยงตนเองและครอบครัว มีเวลา รู้จักการเรียนรู้ซึ่งกันและกันจนเกิดความผูกพันรักใคร่กันอย่างจริงจัง ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีดังนี้

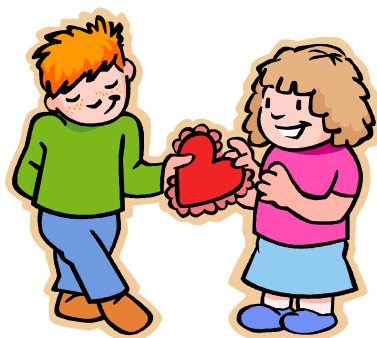
1. ทำให้เสียการเรียน เพราะหมกมุ่นกับเรื่องเหล่านี้ ความสนใจการเรียนจะลดลงหรืออาจมีการขาดเรียนบ่อย
2. ทำให้เสียอนาคต วัยรุ่นอาจเกิดความอับอาย หรือมีปัญหาบางประการที่ไม่สามารถมาเรียนได้จึงทำให้เสียอนาคตและขาดโอกาสในการศึกษาเล่าเรียน

- 3.เกิดความเสียใจ ผิดหวัง และทุกข์ใจ โดยเฉพาะผู้หญิงจะคิดมากในเรื่องนี้
4. อาจมีการตั้งครครักษ์ไม่พึงประสงค์ และมีการทำแท้งในที่สุด ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตของผู้ตั้งครครักษ์
5. อาจมีการตัดสินใจที่ผิดโดยการฆ่าตัวตาย ถ้าไม่สามารถแก้ปัญหาได้ และจะก่อให้เกิดความเครียดจนถึงขั้นฆ่าตัวตายได้
6. เป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย เพราะการมีเพศสัมพันธ์กับผู้หญิงที่มีอายุไม่เกิน 15 ปี ต้องได้รับโทษจำคุก 4-20 ปี ซึ่งแล้วแต่ความหนักเบาของการกระทำผิด
7. ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล
8. ถ้าปล่อยให้มิบุตรจะเป็นภาระแก่ผู้ปกครอง เพราะวัยรุ่นยังไม่มีรายได้และความรับผิดชอบเพียงพอ
9. ถ้ามีบุตรก็จะเลี้ยงดูกันอย่างไม่มีความคุณภาพ เพราะพ่อและแม่ยังเด็ก ไม่มีรายได้ เลี้ยงบุตรไม่เป็น กล่าวโดยรวม คือ ยังไม่มีความพร้อมที่จะมีบุตร
10. พ่อแม่ต้องเสียใจ เพราะพ่อแม่คงไม่ต้องการให้ลูกมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร
11. ทำให้สูญเสียอนาคตของชาติไป เพราะวัยรุ่นยังจะต้องเรียนในระดับที่สูงขึ้น และได้ทำงานที่ดี เมื่ออนาคตของบุคคลเสียไป ก็จะมีผลกระทบต่อนาคตของชาติด้วย

5.สรุป

ความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ในทางชีววิทยานั้น เริ่มต้นจากการที่ทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิงรู้จักกัน คบกันแล้วมีความสละสลวยซึ่งกันและกันจนกลายเป็นคู่รักกัน ซึ่งปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นคบกันในฐานะคู่รัก ได้แก่ อิทธิพลจากต่อมภายในร่างกาย อิทธิพลทางสังคม สื่อมวลชน อายุที่เพิ่มขึ้น โอกาสในการคบเพื่อนต่างเพศและค่านิยมทางเพศที่เปลี่ยนไป สำหรับความสนใจต่อเพื่อนต่างเพศของวัยรุ่นเป็นเรื่องปกติ ส่วนความสัมพันธ์ที่เกินเลยจากการกอด การจูบ การคลำจนถึงการมีเพศสัมพันธ์นั้น เป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสมเป็นอย่างยิ่ง วัยรุ่นไม่ควรกระทำ ดังนั้นการปฏิเสธในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มี 3 ลักษณะได้แก่การสัมผัส การโอบกอด การจูบ การอยู่ในที่รโหฐานตามลำพัง และการถูกชักชวนคู่อื่นที่ยั่วเย้าอารมณ์ทางเพศเราจึงควรหลีกเลี่ยงและมีทักษะในการปฏิเสธสถานการณ์เหล่านั้นเสียก่อนที่จะเกิดการมีเพศสัมพันธ์ขึ้นเพื่อป้องกันปัญหาที่จะตามมาภายหลัง

ใบงานที่ 1



มีงานปาร์ตี้ในวันวาเลนไทน์ เพื่อน ๆ ทุกคนพาแฟนมางานนี้ด้วย เมื่องานเลิกทุกคู่แยกย้ายกันหมด และแฟนของนักเรียน (ในกรณีนี้สมมุติให้ว่านักเรียนเป็นผู้หญิง) ก็ชวนไปหาที่โรแมนติคคุยกันที่ห้องพักของเขา ให้ร่วมกันวิเคราะห์และอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1. ถ้าเหตุการณ์อย่างนี้เกิดขึ้นกับนักเรียน นักเรียนจะอย่างไร ไปหรือไม่ไป เพราะอะไร ให้เหตุผลประกอบ
2. วิเคราะห์ประเมินทางเลือกว่า แต่ละทางเลือกมีข้อดีและข้อเสียอย่างไร
3. จัดลำดับความสำคัญของแต่ละทางเลือก และเลือกวิธีที่ดีที่สุดพร้อมบอกเหตุผล





ใบงาน 1
“ปาร์ตี้มีรัก”

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ จัดลำดับความสำคัญของทางเลือก และ
ช่วยกันประเมิน ข้อดี – ข้อเสีย ของทางเลือกแต่ละข้อ และช่วยกันเลือกทางที่ดีที่สุด 1 ข้อ พร้อมให้
เหตุผลที่เลือก

1. ประเมินข้อดี – ข้อเสีย ของทางเลือกแต่ละข้อ

ทางเลือก	ข้อดี	ข้อเสีย

2. ลำดับความสำคัญของทางเลือก

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

3. นักเรียนตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด 1 ข้อ พร้อมให้เหตุผล
ข้อที่เลือก

.....

.....

เหตุผลที่เลือก.....

.....

.....



ความหมายของทักษะการเตือนเพื่อน

หมายถึงการใช้ศิลปะการพูดชักจูงให้เห็นคล้อยตามเพื่อเปลี่ยนความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมเลวต่อการมีเพศสัมพันธ์ ลักษณะการเตือนเพื่อนมีทั้งเพื่อนหญิงเตือนเพื่อนหญิง เพื่อนชายเตือนเพื่อนชาย เพื่อนหญิงเตือนเพื่อนชาย หรือเพื่อนชายเตือนเพื่อนหญิง

คุณสมบัติของบุคคลในการใช้ทักษะการเตือนเพื่อน

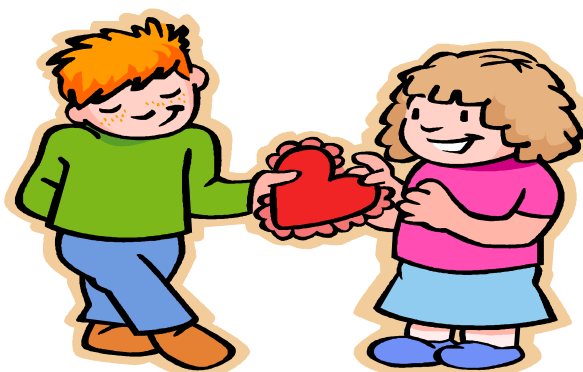
ทักษะการเตือนเพื่อนเป็นศิลปะที่ต้องฝึกฝน เพราะการเตือนเพื่อนเป็นเรื่องละเอียดอ่อนถึงแม้ว่าจะมีความปรารถนาดี รักเพื่อน ห่วงใยเพื่อน แต่บางครั้งไม่สามารถเตือนเพื่อนได้ทุกคน ในการเตือนต้องระวังเรื่องการพูด เพราะถ้าเพื่อนไม่เข้าใจเราอาจจะทำให้โกรธกัน และมีผลกระทบกระเทือนต่อมิตรภาพด้วย ดังนั้นก่อนเตือนเพื่อน ควรสำรวจตนเองว่ามีคุณสมบัติดังนี้หรือไม่

- มีลักษณะเป็นผู้นำ
- เป็นแบบอย่างที่ดี
- มีการตัดสินใจดี
- เพื่อนยอมรับ
- มีความเชื่อถือได้
- เป็นตัวของตัวเอง เห็นคุณค่าในตนเอง
- มีความกระตือรือร้นในการเตือนเพื่อน
- ปรารถนาดีต่อเพื่อน
- มีศิลปะในการพูด



ตัวอย่างการเตือนเพื่อน

1. ควรคิดให้รอบคอบก่อนมีเพศสัมพันธ์
2. มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรพ่อแม่จะเสียใจ
3. ลูกผู้ชายต้องมีความรับผิดชอบ
4. ลูกผู้หญิงต้องมีศักดิ์ศรี
5. ควบคุมอารมณ์ทางเพศได้ อนาคตจะสดใส
6. การรักนวลสงวนตัว สร้างคุณค่า ไร้ปัญหา
7. อย่าคิดมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
8. ระวังใจรักกาย รักรั้ววัฒนธรรมไทย
9. ถ้าคิดจะมีเพศสัมพันธ์ต้องใช้ถุงยางอนามัย
10. จะชิงสุกก่อนห่าม ...หรือจะอดเปรี้ยวไว้กินหวาน



ใบงานที่ 1
เรื่อง”ทักษะการเตือนเพื่อนเกี่ยวกับพฤติกรรม
เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์



สถานการณ์ที่ 1
“ชวนไปเที่ยวต่อ”

แบ๊งก์ : โบว์ งานวันนี้สนุกมากเลยนะ ...เดี๋ยวเราขี่มอเตอร์ไซด์ออกไปเที่ยวก่อนนะ

โบว์ : (ท่าทางลังเล) จะดีหรือแบ๊งก์ นี่ก็ดึกมากแล้วนะ

แบ๊งก์ : ไม่เป็นไรหรอก พรุ่งนี้เป็นวันหยุด เราไม่ต้องไปเรียนอยู่แล้ว

โบว์ : (อีกอึก...นึกคำพูดไม่ออก) มันไม่ค่อยเหมาะนะกลัวพ่อแม่จะว่า แต่ถ้าจะไป
จริงๆ ชวนแอนไปกับเราด้วยนะ แอนไปกับโบว์และแบ๊งก์นะ

แอน : เราไม่ไปด้วยหรอก มันดึกมากแล้ว พ่อแม่คงจะเป็นห่วง และดึกอย่างนี้เราไม่ควรขี่มอเตอร์ไซด์ออกไปเที่ยวมันอันตรายมาก ถ้าใครมาเห็นเข้าคงจะไม่เหมาะ
เพราะเราเป็นผู้หญิงและยังอยู่ในวัยเรียนด้วยกันทั้งนั้น

แบ๊งก์ : แอนเรื่องมากว่ะ ถ้าไม่ไปก็อย่าพูดชักโบว์ให้เสียใจ ໂธ...โบว์นี่เราโต ๆ กันแล้ว
จะไปแคร์คนอื่นทำไม



- เมล์ : ดินกับเอส สนุกจังเลยนะ เมล์ ไม่เคยสนุกแบบนี้มาตั้งนานแล้ว ไปต่อที่ห้อง
เมล์ใหม่ เมล์อยู่คนเดียว เหนงจังเลย
- เอส : (ทำทางจริงจัง) มันจะดีหรือเมล์ เราว่ามันไม่ค่อยเหมาะนะ เดี่ยวเมล์จะ
เสียหาย เราไม่ไปดีกว่า นี่ก็ดีแล้วด้วย เมล์คงไม่โกรธนะ
- เมล์ : โกรธสิ.... (แต่หน้ายิ้ม) ทำไมจะไม่โกรธ เมล์อยู่คนเดียว ไม่ต้องห่วงเรื่องนั้น
หรือออกไปด้วยกันนะ
- เอส : อย่าดีกว่า เราจะกลับละนะ
- เมล์ : เดี่ยวก่อนสิ เอสนี่ซื้อบ๊องจังเลย ใจคอเอสจะให้เมล์กลับบ้านคนเดียวหรือ เอส
ช่วยไปส่งเมล์หน่อยสิ (เสียงออดอ้อน)
- เอส : (ทำทางรำคาญ) เมล์มาเองได้ก็ไม่น่าจะกลับเองได้นี่ หรือไม่ก็กลับกับจอยก็ได้(เดินจากไป)
- จอย : เมล์กลับบ้านกับเรากี่ได้นะ เดี่ยวพ่อเรามารับ เราให้พ่อเลยไปส่งเมล์ก่อนก็ได้



ใบงานที่ 3

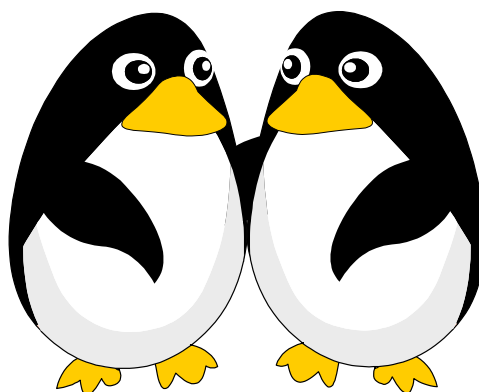
คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มวิเคราะห์สถานการณ์ ที่ 1 และสถานการณ์ที่ 2 ดังหัวข้อต่อไปนี้
และส่งตัวแทนกลุ่มออกมาอภิปรายหน้าชั้นเรียน

สถานการณ์ที่ 1 ถ้านักเรียนเป็นโบว์จะตอบปฏิเสธอย่างไร

2 สมมุติให้นักเรียนเป็นแอน นักเรียนจะมีวิธีการเตือนเพื่อนอย่างไรกับ
สถานการณ์ที่เกิดขึ้นพร้อมให้เหตุผล

สถานการณ์ที่ 2

1. ถ้านักเรียนเป็นเมล์จะตัดสินใจอย่างไร
2. ถ้านักเรียนเป็นเอสจะตอบปฏิเสธอย่างไร ให้ดูดีที่สุดและมีความคิดเห็นอย่างไรกับ
สถานการณ์เช่นนี้
3. สมมุติให้นักเรียนเป็นจอย นักเรียนจะมีวิธีการเตือนเพื่อนอย่างไรกับปัญหาและ
สถานการณ์แบบนี้พร้อมทั้งให้บอกเหตุผล



แบบทดสอบหลังเรียนชุดการเรียนรู้ที่ 5
เรื่อง การป้องกันตนเองและทักษะการเตือนเพื่อนเมื่ออยู่ในสถานการณ์
เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง 1. ข้อสอบชุดนี้มี จำนวน 10 ข้อ

2. ให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียวแล้วเขียนเครื่องหมาย **X** ลงในช่อง

☐ กระดาษคำตอบ

1. เพราะเหตุใดต่อมใต้สมองและต่อมเพศจึงมีอิทธิพลทำให้ผู้ชายและผู้หญิง มีความต้องการทางเพศ

- ก. เป็นต่อมที่ขับฮอร์โมนออกมาหลายชนิด
- ข. หลังฮอร์โมนที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางเพศออกมา
- ค. เป็นต่อมที่ควบคุมการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ
- ง. เป็นต่อมที่ธรรมชาติสร้างมาเพื่อให้มนุษย์มีการสืบเผ่าพันธุ์ไม่สูญหายไปจากโลกนี้

2. นักเรียนโรงเรียนประเภทใดจะมีปัญหาเรื่องชู้สาวมากที่สุด

- ก. โรงเรียนชายล้วน
- ข. โรงเรียนหญิงล้วน
- ค. โรงเรียนสหศึกษา
- ง. โรงเรียนที่เป็นโรงเรียนประจำ

3. วัยรุ่นหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าวัยรุ่นชายประมาณกี่ปี

- ก. ครึ่งปี
- ข. 1-2 ปี
- ค. 2-3 ปี
- ง. 3-4 ปี

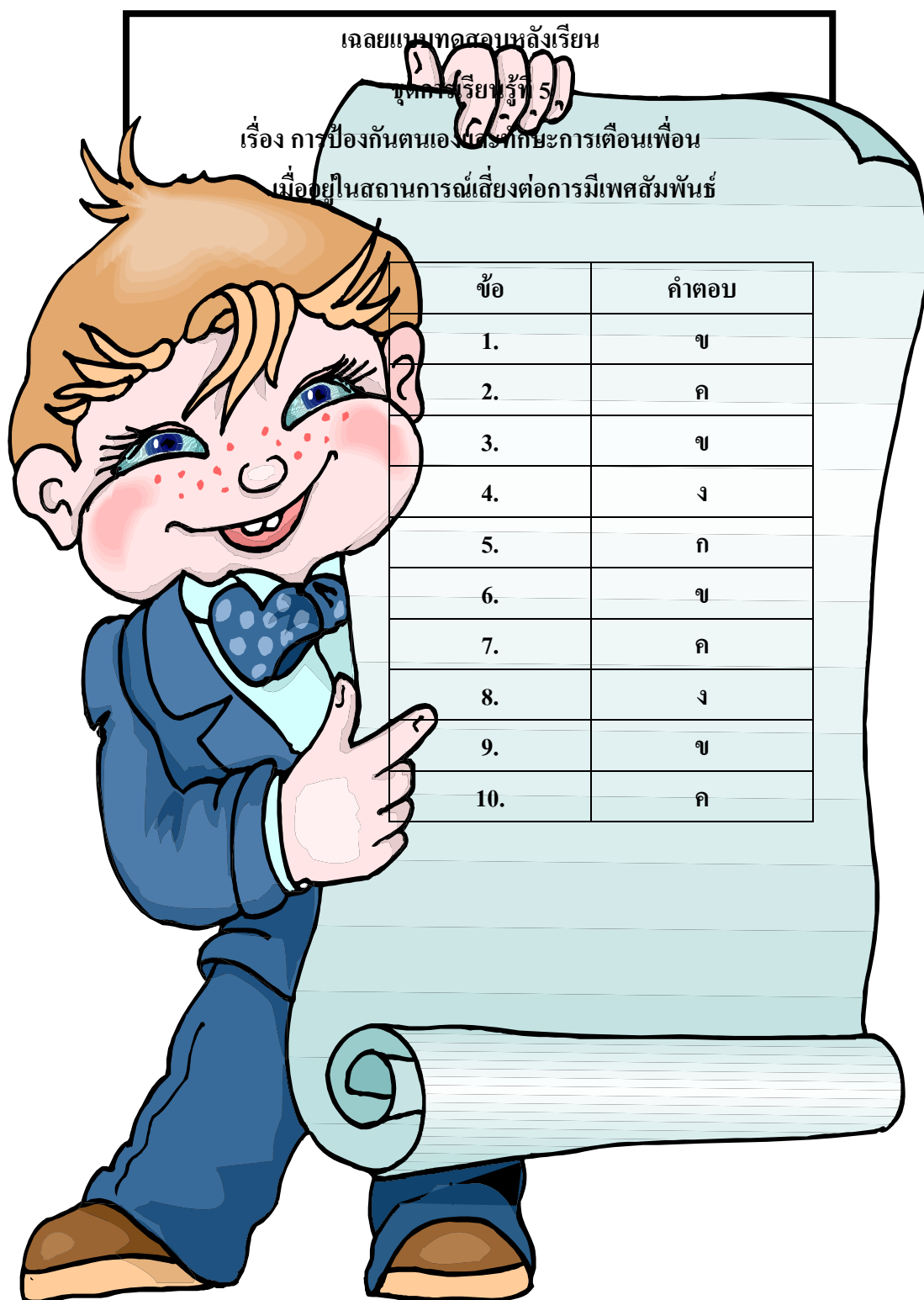
4. การที่นักศึกษาชายหญิงบางคู่อยู่กินกันแบบสามีภรรยา นั้น พ่อแม่ทั้งสองฝ่ายจะยอมรับหรือไม่เพราะเหตุใด

- ก. ยอมรับ เพราะผิดพลาดไปแล้ว
- ข. ไม่ยอมรับ เพราะยังเป็นนักศึกษาอยู่
- ค. ไม่ยอมรับ เพราะเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล
- ง. มีความเป็นไปได้ทั้ง 3 กรณี

5. ถ้าตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงจะถูกผู้ชายที่เป็นแฟนข่มขืน จะใช้คำห้ามปรามใด

- ก. ไม่/อย่า/หยุด
- ข. หนี/เร็ว/ไป
- ค. สู้/หลบ/หลีกเลี่ยง
- ง. ระวัง/เลิกคบ/บอกแม่

6. ผู้หญิงวัยใดที่ถูกหลอกไปมีเพศสัมพันธ์ได้ง่ายที่สุด เพราะเหตุใด
- วัยรุ่นตอนต้น เพราะอ่อนต่อโลก มีความคิดไม่รอบคอบ
 - วัยรุ่นตอนปลาย เพราะเป็นวัยที่มีความมั่นใจมากกว่าไม่ถูกหลอก
 - วัยผู้ใหญ่กลางคน เพราะคิดว่า ตนเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว เอาตัวรอดได้
 - วัยผู้ใหญ่ เพราะคิดว่าคงไม่มีใครมากล้าหลอก และมั่นใจด้วยว่าจะไม่ถูกหลอก
7. ปัญหาการทำแท้ง การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ การนำเด็กที่เพิ่งคลอดไปทิ้ง ควรจะแก้ที่จุดใดจึงจะตรงเป้าที่สุด
- แพทย์
 - ผู้ปกครอง
 - ตัววัยรุ่นเอง
 - เจ้าหน้าที่ตำรวจ
8. ถ้ากล่าวใดที่ถูกผู้หญิงมากที่สุด ที่ผู้หญิงควรจะแก้ไขภาพพจน์นี้
- ผู้หญิงขี้เรื้อ
 - ผู้หญิงไม่รู้เท่าใบพุทรา
 - มารยาทหญิงร้อยเล่มเกวียน
 - ผู้หญิงเปรียบเสมือนดอกไม้ริมทาง
9. เพราะเหตุใดคนโบราณจึงกล่าวว่ามีลูกสาวเหมือนมีตัวมอยู่หน้าบ้าน
- สมัยโบราณมักปลูกส้มบริเวณหน้าบ้าน
 - มีลูกสาวต้องหวง คอยดูแลอย่าให้มีเรื่องไม่ดี
 - ผู้หญิงมีโอกาสเสียเปรียบ เพียงพลั่วต่อผู้ชาย
 - ถ้าผู้หญิงเสียหายต่อผู้ชาย พ่อแม่จะอับอายไปนาน
10. การที่ผู้หญิงไม่หวังตัวปล่อยให้ผู้ชายตะเะเนื้อต้องตัวได้ง่ายๆ ผู้ชายจะคิดว่า ผู้หญิงคนนี้น่าจะ ดังนั้นผู้หญิงควรมีพฤติกรรมอย่างไร
- ปล่อยเหมือนเดิม เพราะผู้หญิงไม่คิดอะไร
 - ปล่อยเหมือนเดิม เพราะผู้ชายไม่น่าจะคิดเกินเลย
 - หวงตัวบ้าง เพราะจะทำให้ชายไม่คิดว่าเราเป็นคนง่าย
 - หวงตัวบ้าง เพราะจะทำให้ผู้ชายสำนึกได้ว่าไม่ควรทำเช่นนั้น



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล

นางบังอร อาจิชัย

ที่อยู่ปัจจุบัน

25 ถนนศรีสำราญ 2 ตำบลสองพี่น้อง อำเภอสองพี่น้อง
จังหวัดสุพรรณบุรี 72110

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2526

สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6)

โรงเรียนวชิรธรรมสาธิต

พ.ศ.2530

สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี ครุศาสตร์บัณฑิต

วิชาเอกพลศึกษา วิทยาลัยครูเพชรบุรีวิทยาลงกรณ์ ในพระบรม

ราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี

พ.ศ.2547

ศึกษาต่อระดับปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ

ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

พ.ศ.2551

สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการ

นิเทศ ภาควิชาหลักสูตรและวิธีสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย

ศิลปากร

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2536

เข้ารับราชการตำแหน่งเจ้าหน้าที่สันทนการ 3 เทศบาลตำบลสองพี่น้อง

จังหวัดสุพรรณบุรี

พ.ศ.2542

อาจารย์ 2 ระดับ 6 โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ)

เทศบาลตำบลสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี

ปัจจุบัน

ตำแหน่งครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

โรงเรียนเทศบาล ๑ ตลาดบางลี่ (พานิชอุทิศ) เทศบาลเมืองสองพี่น้อง

จังหวัดสุพรรณบุรี