บรรณานุกรม

กษมา บิลมาศ. (2528). **ผลของจินตนาการเกี่ยวกับผลของการลดน้ำหนักที่มีต่อพฤติกรรมลดน้ำหนักของสตรี.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงการณ์มหาวิทยาลัย.

กรมสุขภาพจิต. (2542). **คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย.**กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: (ม.ป.ท).

กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542.** กรุงเทพฯ.

จุฬารัตน์ ป้อมเสมา. (2549). **การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาอัฒมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิยาลัยเชียงใหม่.

ชวนชม บำรุงเสนา. (2546). **การสั่งจิตเพื่อบำบัดและเพิ่มศักยภาพ.** สงขลา. โรงพิมพ์ชานเมือง.

ชัชฎา ธรรมปัญญา. (2550). **วังวนเด็กติดเกม.** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สมุทบุค.

นิตยา วรรณรัตน์. (2546). **ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาเพื่อพัฒนาการควบคุมตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านแช่ฟ้า จังหวัดแพร่.** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

นิ่มอนงค์ งามประภาสม. (2549). **เอกสารคำสอนกระบวนวิชาหลักการสุขศึกษา.** ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ประณยา ปันปิ่น. (2551). **โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย.** วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์. (2545). **ผลกระทบวิดีโอเกมต่อเด็ก.** หนังสือพิมพ์แนวหน้า.

ยงยศ พรตปกรณ์. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ยงยุทธ วงค์ภิรมย์ศานติ์ และคณะ. (2544). **หลักและวิธการสอนทักษะชีวิต.** กรุงเทพฯ.

ยุพิน ชัยราชา. (2541). **การใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียใหม่.

ฤทธินันท์ สมุทรทัย. (2545). **เอกสารประกอบการสอนวิชา การวัดและประเมินผลทางการศึกษา.** เชียงใหม่: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วิกิมีเดีย. (2552). **ประเภทของเกม.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา http://wiki.thaigamedevx.com/index.php?title=GameGenre.

วิภา อุตมฉันท์. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิภาวี ใจยะวัง. (2551). **การพัฒนาสื่อประสมเพื่อรณรงค์การเล่นเกมคอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น : กรณีศึกษานักเรียนในจังหวัดเชียงใหม่.** การค้นคว้าอิสระ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วีนัส อุดมประเสริฐกุล และ ชยการ คีรีรัตน์. (2541). **พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา.** สถาบันวิทยศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549) .**จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย.** กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศุภรัตน์ เอกสมทราเมษฐ์. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2539). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม.** กรุงเทพฯ. สำนักพิมพ์จุฬาลงการณ์มหาวิทยาลัย.

สกุลยุช หอพิบูลสุข. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2549). **การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย** . วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สุรางค์ โค้วตระกูล. (2552). **จิตวิทยาการศึกษา.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.

หนังสือพิมพ์ไทยโพสต์. **ติดเกมมีทางแก้.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา http://www.thaipost.net/x-cite-kids/210309/2035.

เสถียร วงศ์สารเสริฐ. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

แสงเดือน ทวีสิน. (2545). **จิตวิทยาการศึกษา.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยเส็ง.

โสภา ชูพิชัยกุล. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อรัญญานี เชื้อไทย. (2541). **การใช้ทักษะชีวิตในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการป้องกันการติดยาบ้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอเมือง จังหวัดแพร่.** วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). **การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่.** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อำพล สูอำพัน. (2536). **สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบต่อวิดีโอเกมเด็ก.** โครงการส่งเสริมสื่อมวลชนเพื่อเด็ก มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Alfred D.Kornfeld. (1987). The Theory and Practice of Cognitive Behavioral Hypnosis. **Journal of Australian Society of Clinical Hypnotherapy**. Vol. 8 No. 2 September.

Bayot A. Capafons A. Cardena E. (1997). Emotional self-regulation therapy :a newand efficacious treatment for smoking. **Journal of clinical hypnosis.** Vol. 40(2), p.146-56.

Chalout L. ; Borgeat F. ; Elie R. (1988). Use of subconscious and conscious suggestionscombined with music as a relaxation technic. **Can-J-Psychiatry**, 33 (8) :734-740 .

Green , L. Krueter, M. (1999). **Health Promotion Planning an Education Approach.** (Third Edition). Toronto:Mayfield Publishing Company.

Hull, C.L. (1951). **Essential of behavior**. New Haven: Yale University Press.

Joan I.C. (2000). **Stress and mental health : A biobehavioral perspective.** Issues in Mental Health Nursing , 21, 185-202.

Kalish , H. (1981). **Learning:Principles and applications.** New York: McGraw-Hill.

Kazdin , A.E. (1978). **History of behavior modification : Experimental foundations of contemporary research.** Baltomore, MD: University Park Press.

Krasner, L. (1982). **Behavior therapy : On roots,contents, and growth. In G.T.Wilson & C.M. Franks (Eds.). Contemporary behavior therapy (pp.11-62).** New York: The Guilford.

Lazarus , A.A. (1971). **Behavior therapy and beyond.** New York : Mc Graw Hillo.

Mahoney , M.J., & Thoresen, C.E. (1974). Self-control:Power to the person.Monterey , CA : Brooks/Cole.

O'Leary, K.d., & Wilson, G.T. (1987). **Behavior therapy (2 nd ed).** Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Pavlov, I.P. (1928). **Lectures on conditioned reflexes.** (W.H. Grantttrans.). New York: International Publishers.

Skinner , B.F. (1989). **Recent issues in the analysis to behavior.** Columbus, Ohio: Merrill.

Stolz, S., Wienckowski, L., & Brown, B. (1975). **Behavior modification a perspective on critical issues.** American Psychologist, 30, 1027-1048.

Thorndike, E.L. (1931). **Human learning.** New York: Century.

UNICEF. (1998). **The Stage of the World's Children 1998.** Oxford:Oxford University Press.

Watson, J.B., & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. **Journal of Experimental Psychology**, 3 , 1-4.

Wolpe , J., & Lazarus, A.A. (1966). **Behavior therapy techniques.** Oxford:Pergamon.

WHO. (1994). **Life Skill Education for Children and Adolescent in School.** Geneva. Swizerland: WHO.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงกรรณิการ์ พรพัฒน์กุล	รองประธานโรงพยาบาลราชเวช จังหวัดเชียงใหม่
2. อาจารย์กนกวรรณ อังกสิทธิ์	ประธานกรรมการสาขาวิชาสุขศึกษา และการส่งเสริมสุขภาพ ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
3. นายสุพัฒน์ โตวิจักษณ์ชัยกุล	นักวิจัยระดับ 7 สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ทั้งหมด 5 กิจกรรม เป็นเวลา 10 สัปดาห์ ได้แก่

กิจกรรมที่ 1 มหันตภัยร้ายจากเกม

กิจกรรมที่ 2 ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน

กิจกรรมที่ 3 สื่อสารถูกต้อง สู่ สัมพันธภาพที่ดี

กิจกรรมที่ 4 ฉลาดเลือก

กิจกรรมที่ 5 อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามลักษณะทั่วไปและพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน

ส่วนที่ 2 แบบวัดด้านความรู้ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์

ส่วนที่ 3 แบบวัดด้านความตระหนักของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์

ส่วนที่ 4 แบบวัดด้านการปฏิบัติตัวของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์

ส่วนที่ 5 แบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน โดยแบ่งเป็น 2 ชุด โดยเป็นแบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนโดยครูประจำชั้นและผู้ปกครอง

ID.....

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามลักษณะทั่วไปและพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน

แบบสอบถามฉบับนี้สร้างขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสันติศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยข้อมูลที่ได้จากคำตอบของนักเรียนจะเป็นประโยชน์ในการศึกษาวิจัยเป็นอย่างยิ่ง จึงขอความร่วมมือขอให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริงทุกข้อ และผู้วิจัยขอขอบใจนักเรียนทุกคนที่ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามฉบับนี้มี 2 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 17 ข้อ ตอนที่ 2 เกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 25 ข้อ

2. วิธีตอบแบบสอบถาม ให้นักเรียนอ่านแบบสอบถามและใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด สำหรับในข้อคำตอบที่ให้เขียน ให้ตอบในช่องว่างที่เว้นไว้ และขอให้ตอบข้อคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง

ตอนที่ 1 เกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง

2. อายุ .....ปี (วัน / เดือน/ปีเกิด).....

3. ระดับการศึกษา

( ) ป.1 ( ) ป.2 ( ) ป.3 ( ) ป.4 ( ) ป.5 ( ) ป.6

( ) ม.1 ( ) ม.2 ( ) ม.3

4. ท่านเป็นบุตรคนที่

( ) ลูกคนเดียว

( ) คนที่ ..... จากจำนวนพี่น้อง.....คน

5. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร

( ) บิดามารดา ( ) บิดา ( ) มารดา

( ) ญาติ ( ) บุคคลอื่นที่ไม่ใช่บิดามารดาและญาติ

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

6. สถานภาพของบิดามารดา

( ) อยู่ด้วยกัน ( ) หย่าร้าง ( ) แยกกันอยู่

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

7. ระดับการศึกษาของบิดา

( ) ไม่ได้ศึกษา ( ) ประถมศึกษา ( ) มัธยมศึกษา

( ) อนุปริญญา (ปวช./ปวส.) ( ) ปริญญาตรี ( ) ปริญญาโท

( ) ปริญญาเอก ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

8. ระดับการศึกษาของมารดา

( ) ไม่ได้ศึกษา ( ) ประถมศึกษา ( ) มัธยมศึกษา

( ) อนุปริญญา (ปวช./ปวส.) ( ) ปริญญาตรี ( ) ปริญญาโท

( ) ปริญญาเอก ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

9. บิดาของท่านประกอบอาชีพ

( ) ข้าราชการ ( ) พนักงานรัฐวิสาหกิจ ( ) ธุรกิจส่วนตัว

( ) เกษตรกร ( ) ค้าขาย

( ) พนักงานบริษัท/ห้างร้าน/เอกชน ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

10. มารดาของท่านประกอบอาชีพ

( ) ข้าราชการ ( ) พนักงานรัฐวิสาหกิจ ( ) ธุรกิจส่วนตัว

( ) เกษตรกร ( ) ค้าขาย ( ) เกษตรกร

( ) พนักงานบริษัท/ห้างร้าน/เอกชน ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

11. รายได้ของบิดา.....บาทต่อเดือน

12. รายได้ของมารดา.....บาทต่อเดือน

13. รายได้ของนักเรียนเฉลี่ยที่ผู้ปกครองให้มาโรงเรียนรวมวันเสาร์และวันอาทิตย์.....บาทต่อวัน

14. รายได้ของครอบครัวพอเพียงหรือไม่

( ) พอ ( ) ไม่พอ

15. บิดามารดามีเวลาว่างให้ท่านหรือไม่

( ) มี ( ) ไม่มี เพราะ.....

16. กรณีที่ไม่ได้อยู่กับบิดามารดาเวลาท่านมีปัญหาท่านปรึกษาใคร.....

17. บิดามารดา/ผู้ปกครอง เลี้ยงดูท่านแบบใด

( ) เข้มงวด ( ) ตามใจ ( ) เข้มงวดเป็นบางครั้ง ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

1. ท่านมีคอมพิวเตอร์ที่บ้านหรือไม่

( ) มี ( ) ใช้ส่วนรวมนอกห้องนอน ( ) เป็นของตนเองใช้ในห้องนอน

( ) ไม่มี

2. ท่านเคยเล่นเกมคอมพิวเตอร์หรือไม่

( ) เคย ( ) ไม่เคย

3. ท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์ครั้งแรกอายุ .....ปี

4. ท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์มาเป็นระยะเวลานานเท่าไร

( ) .....วัน ( ) .....เดือน ( ) .....ปี

5. ความถี่ในการเล่น

( ) ทุกวัน วันละกี่ชั่วโมง (.....ชั่วโมง)

( ) สัปดาห์ สัปดาห์ละกี่วัน (.....วัน) วันละกี่ชั่วโมง (.....ชั่วโมง)

( ) เดือน เดือนละกี่ครั้ง (.....ครั้ง) ครั้งละกี่ชั่วโมง (.....ชั่วโมง)

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

6. ใครเป็นคนชวนท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์

( ) บิดามารดา ( ) ครูอาจารย์ ( ) ญาติพี่น้อง ( ) เพื่อน

( ) เล่นเอง ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

7. ท่านมีเพื่อนสนิทกี่คน .....คน

8. เพื่อนสนิทของท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์หรือไม่

( ) เล่นเกม ( ) ไม่เล่นเกม

9. บริเวณใกล้บ้านมีร้านเกมหรือไม่

( ) มี ( ) ไม่มี

10. ท่านมีญาติพี่น้องเล่นเกมหรือไม่

( ) มี.....คน ( ) ไม่มี

11.ปกติท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่ไหน

( ) บ้าน ( ) โรงเรียน ( ) ร้านเกม ( ) บ้านเพื่อน

( ) บ้านญาติพี่น้อง ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ) .....

12. ท่านชอบเล่นเกมลักษณะไหนมากที่สุด

( ) เกมออนไลน์ที่เสียเงิน

( ) เกมที่ใช้แผ่นเกม

( ) เกมฟรีในอินเตอร์เน็ตเวปไซต์ต่าง ๆ

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

13. ท่านชอบเล่นเกมประเภทไหนมากที่สุด

( ) เกมที่ใช้ความคิดในการพลิกแพลง ลับสมอง เช่น ตอติส

( ) เกมการเล่นหมากกระดานต่าง ๆ เช่น หมากฮอส หมากรุก ไพ่

( ) เกมแนวผจญภัย เช่น มาริโอ ร็อคแมน

( ) เกมกำหนดแบบแผน ยุทธวิธี เช่น การวางแผนรบในสงคราม

( ) เกมที่สวมบทบาทเป็นตัวละครแสดงไปตามเรื่อง

( ) เกมเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล ปิงปอง เป็นต้น

( ) เกมการต่อสู้

( ) เกมที่ใช้การยิงกัน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

14. ค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมต่อครั้ง.....บาท

15. ปกติท่านเล่นเกมช่วงใด

( ) วันธรรมดาหลังเลิกเรียน

( ) วันหยุดพิเศษ/วันนักขัตฤกษ์

( ) วันหยุดเสาร์-อาทิตย์

( ) วันปิดภาคเรียน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

16. ท่านเลือกเล่นเกมอย่างไร

( ) ความชอบตามประเภทของเกม

( ) การแนะนำจากเพื่อน/พี่/น้อง

( ) ความเป็นที่นิยมของตลาด/กลุ่มเพื่อน

( ) ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

17. ก่อนเล่นเกมท่านได้ศึกษาเกมคอมพิวเตอร์จากหนังสือแนะนำการเล่นเกมต่าง ๆ หรือไม่

( ) ศึกษา ( ) ไม่ศึกษา

18. เวลาท่านเล่นเกมท่านมักจะเล่นกับใคร

( ) บิดามารดา ( ) ครูอาจารย์ ( ) ญาติพี่น้อง ( ) 4เพื่อน

( ) เล่นเอง ( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

19. ส่วนใหญ่เกมที่ท่านเล่นอยู่นั้นผู้ปกครองของท่านมีส่วนในการพิจารณาเกี่ยวกับการเลือกเล่นเกมของท่านหรือไม่

( ) ทุกครั้ง ( ) บางครั้ง ( ) ไม่เคย

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

20. อะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้ท่านชอบเล่นเกม

.....

.....

21. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

( ) มี ( ) ไม่มี

22. ท่านมีปัญหาสุขภาพหรือไม่

( ) มี ( ) ไม่มี

23. ท่านมีปัญหาสุขภาพ อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

( ) ปวดศีรษะ ( ) ปวดข้อ ( ) ปัญหาเกี่ยวกับสายตา ( ) อ่อนเพลีย

( ) แพ้แสง ( ) ปวดหลัง ( ) เป็นโรคกระเพาะ ( ) น้ำหนักเกิน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

24. ท่านทราบหรือไม่ว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์มีผลเสียต่อสุขภาพ

( ) ทราบ มีอะไรบ้าง (โปรดระบุ).....

.....

( ) ไม่ทราบ

25. นอกเหนือจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ท่านใช้เวลาว่างทำกิจกรรมอื่น ๆ อะไรบ้าง

( ) ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา ( ) ดูทีวี ( ) ฟังเพลง

( ) อ่านหนังสือการ์ตูน ( ) ทบทวนบทเรียน ( ) ช่วยผู้ปกครองทำงานบ้าน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

.....ขอบคุณที่ท่านตอบแบบสอบถาม.....

ชื่อ..... สกุล.....เลขที่.....

ส่วนที่ 2 แบบวัดด้านความรู้ของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์ 30 ข้อ

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามให้ถูกต้อง

" แกเลิกเล่นเกมคอมพิวเตอร์เถอะ ไม่สงสารพ่อแม่เหรอ เกมมันทำให้เสียสุขภาพและเสียเรื่องการเรียน อีกทั้งเพื่อน ๆ ในกลุ่มก็เลิกคบแกหมดแล้ว เพราะแกอารมณ์ฉุนเฉียวง่าย โกรธง่ายและพูดจาไม่เพราะเหมือนเมื่อก่อนเลย" ใช้ตอบคำถามข้อ 1- 6

1. ข้อความนี้มีผู้พูดวัตถุประสงค์ใด

ก. ตักเตือน ข. ต่อว่า

ค. เยาะเย้ย ง. ให้กำลังใจ

2. ควรให้ชื่อข้อความนี้ว่าอย่างไร

ก. ความสุขของเพื่อน

ข. วิถีชีวิตของเด็กติดเกม

ค. ความสัมพันธ์ของกลุ่ม

ง. เด็กที่เกเร

3. ข้อความนี้แสดงถึงความรู้สึกอย่างไร

ก. เสียใจ ข. ห่วงใย

ค. ดีใจ ง. ชื่นชม

4. สิ่งใดที่มีความสำคัญต่อข้อความนี้น้อยที่สุด

ก. ครอบครัว

ข. เพื่อน

ค. สุขภาพ

ง. เงิน

5. คนที่พูดข้อความนี้น่าจะมีลักษณะเป็นบุคคลเช่นไร

ก. เกเร

ข. ชอบเล่นเกม

ค. เป็นห่วงเป็นใยผู้อื่น

ง. ชอบตามใจเพื่อน

6. นักเรียนคิดว่ามีสาเหตุอะไรบ้างที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ข้างต้น

ก. เพื่อน ข.ตนเอง ค. สื่อคอมพิวเตอร์ ง. ถูกทุกข้อ

" เด็กชายปอนเป็นเด็กดี ตั้งใจเรียน พูดจาไพเราะอ่อนหวาน มีความนอบน้อมถ่อมตน และเป็นที่รักของพ่อและแม่ ครูและเพื่อน ๆ ในชั้นเรียน แต่อยู่มาวันหนึ่งมีเด็กชายโก้ซึ่งอยู่ในห้องเดียวกันเข้ามาชวนให้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เด็กชายปอนตัดสินใจอยู่นาน แล้วก็ตอบตกลง หลังจากนั้นไม่นานพฤติกรรมของเด็กชายปอนก็เปลี่ยนไปกลายเป็นคนที่พูดจาไม่สุภาพ กิริยาท่าทางเปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดี ไม่มีใครเล่นด้วยโกหกพ่อแม่ มิหนำซ้ำยังแอบขโมยเงินของพ่อแม่และเพื่อนในห้อง เพื่อเอาไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์..... "

7. จากข้อความผู้เขียนมีวัตถุประสงค์ในการเขียนอย่างไร

ก. บอกเรื่องราวพ่อแม่ของเด็กชายปอน

ข. ให้ข้อคิดเรื่องการติดเกม

ค. ให้ข้อคิดกับเด็กชายปอน

ง. ไม่มีข้อถูก

8. ในความคิดของนักเรียนเหตุการณ์ต่อไปจะเป็นอย่างไร

ก. เด็กชายปอนเป็นที่รักของครู พ่อแม่ และเพื่อน

ข. เด็กชายปอนขยันเรียนขึ้น

ค. เด็กชายปอนสุขภาพเสื่อม

ง. เด็กชายปอนเป็นที่ชื่นชมของสังคม

9. ถ้านักเรียนเป็นเด็กชายปอนนักเรียนจะปฏิบัติตัวอย่างไร

ก. ปฏิเสธเด็กชายโก้ตั้งแต่ครั้งแรก

ข. เล่นเกมไปด้วยเรียนไปด้วย

ค. ไม่ต้องสนใจใครเล่นเกมต่อไป

ง. หาเงินเล่นเกมเอง

10. ผู้เขียนเขียนด้วยความรู้สึกอย่างไร

ก. โกรธ ข. รังเกียจ ค. ให้แง่คิด ง. รู้สึกเฉยๆ

11. สาเหตุประการแรกที่ทำให้เด็กชายปอนติดเกมคืออะไร

ก. เพื่อน ข. ครู ค.ร้านเกม ง. พ่อแม่

12. นักเรียนคิดว่าลักษณะของเด็กชายปอนในอนาคตจะเป็นอย่างไร

ก. เรียนในระดับสูง ข. มีงานทำที่ดี

ค. เป็นบุคคลที่ไม่มีอนาคต ง. เป็นคนที่มีเพื่อนเยอะ

" เกมคอมพิวเตอร์ให้ผลดี คือ ช่วยฝึกสมาธิ ช่วยให้เราจำอะไรได้ดี พิมพ์งานได้คล่องแคล่วขึ้น แต่เกมคอมพิวเตอร์ก็ให้โทษได้เช่นกัน คือ อดนอนตื่นสาย ทำให้เสียสุขภาพ ขาดเรียนทำให้เสียการเรียน ลักขโมย ทำให้เกิดปัญหาสังคม นอกจากนี้การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ยังส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และจิตวิญญาณ"

13. จากข้อความนักเรียนคิดว่าผู้เขียนมีจุดประสงค์เพื่ออะไร

ก. บอกข้อดีของเกม ข. บอกโทษของเกมต่อสังคม

ค. บอกข้อดีและโทษของเกม ง. บอกโทษของเกมต่อร่างกาย

14. ควรให้ชื่อเรื่องว่าอย่างไร

ก. ข้อดีของเกม ข. เกมน่ารู้

ค. ข้อดีและข้อเสียของเกม ง.ข้อเสียของเกม

15. จากข้อความข้อดีของการเล่นเกมมีอะไรบ้าง

ก. ช่วยฝึกสมาธิ ช่วยให้เราจำอะไรได้ดี ขาดเรียนทำให้เสียการเรียน

ข. พิมพ์งานได้คล่องแคล่วขึ้น ความจำดี ช่วยฝึกสมาธิ

ค. มีผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และจิตวิญญาณ

ง. อดนอนตื่นสาย ทำให้เสียสุขภาพ ขาดเรียนทำให้เสียการเรียน

16.ข้อใดเป็นลักษณะของการตระหนักในตนเอง

ก. คนเราไม่ควรมองแต่รูปร่างหน้าตา แต่ควรมองที่จิตใจของคนอื่นด้วย เพราะเขาเป็นคนดี

ข. เมื่อเห็นเพื่อนที่เล่นเกมเดือดร้อนนักเรียนจะเข้าไปช่วยเหลือ

ค. ฉันเป็นบุคคลสำคัญคนหนึ่งในชั้นเรียน

ง. เมื่อเห็นเพื่อนที่เล่นเกมเดือดร้อนนักเรียนจะเข้าไปช่วยเหลือ

17. ข้อใดเป็นลักษณะของการเห็นใจผู้อื่น

ก. เมื่อเพื่อนโดนเกรงฉันมักซ้ำเติมเสมอ

ข. เมื่อเพื่อนโดนครูว่าฉันจะชอบตำหนิ

ค. เมื่อเพื่อนมีปัญหาฉันมักช่วยเหลือเสมอ

ง. ถูกทุกข้อ

18. ข้อใดเป็นลักษณะของการสื่อสารที่ดี

ก. ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

ข. ทำให้ผู้อื่นเสียใจ

ค. ทำให้ผู้อื่นมีความสุข

ง. ทำให้ผู้อื่นอิจฉา

19. การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นข้อใดไม่ควรทำ

ก. แบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน

ข. ยุยงให้เพื่อนทะเลาะกัน

ค. ช่วยงานครู

ง. ช่วยงานพ่อแม่

20. ข้อใดเป็นทักษะของการแก้ปัญหา

ก.เมื่อก้อยเห็นเพื่อนทะเลาะกันก้อยจะเข้าไปช่วยโดยใช้กำลังต่อสู้

ข. เมื่อแดงปวดท้องกระเพาะจะปล่อยให้หายเอง

ค.แหวนลืมเอาเงินมาโรงเรียนจึงยอมอดข้าว

ง.แก้วไม่ได้เอาสมุดมาโรงเรียนแต่ก็ใช้กระดาษรายงานจดแทนไปก่อน

21. ข้อใดคือทักษะการตัดสินใจ

ก. แก้วเก็บเงินไว้ซื้อขนม

ข. แก้วไปประกวดร้องเพลง

ค. เพชรเลือกซื้อขนมที่มีประโยชน์

ง.กล้าชอบอยู่แบบเดิม ๆ

22. การจัดการอารมณ์และความเครียดสามารถทำได้อย่างไรบ้าง

ก. เล่นกีฬา ข. ร้องเพลง

ค.เล่นเกมที่รุนแรง ง. ถูกทั้งข้อ ก และ ข้อ ข

23. ความเครียดเกิดจากสาเหตุใดได้บ้าง

ก. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ข. การทะเลาะกัน

ค. การอ่านหนังสือเรียน ง. ถูกทุกข้อ

24. การพักผ่อนอย่างเพียงพอ ฟังเพลงที่ตนเองชอบ และออกกำลังกายสม่ำเสมอเป็นการใช้ทักษะชีวิตด้านใดมากที่สุด

ก. การคิดวิเคราะห์ ข. การตัดสินใจ

ค. ความตระหนักรู้ในตนเอง ง. การจัดการอารมณ์และความเครียด

25. นักเรียนที่เล่นเกมติดต่อกันหลายชั่วโมง มักจะแสบกระเพาะ เพราะไม่ได้กินข้าว สาเหตุนี้มาจากการขาดทักษะใด

ก. การคิดวิเคราะห์ ข. การตัดสินใจ

ค. ความตระหนักรู้ในตนเอง ง. การจัดการอารมณ์และความเครียด

26. กลัวเพื่อนเหงาจึงไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเพื่อน เป็นลักษณะของบุคคลเช่นไร

ก. รักเพื่อน ข. ขาดเพื่อนไม่ได้ ค. ไม่รู้จักคิด ง. ถูกทุกข้อ

27. อะไรเป็นสาเหตุที่สำคัญที่สุดของการติดเกมคอมพิวเตอร์

ก. ตนเอง ข. เพื่อนบ้าน ค. ครู ง. ร้านเกม

28. นักเรียนที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มักจะพูดถึงแต่เรื่องเกม กับเพื่อนที่เล่นเกมด้วยกัน นักเรียนคนนี้ขาดทักษะใด

ก. การคิดวิเคราะห์ ข. การตัดสินใจ

ค. การสร้างสัมพันธภาพที่ดี ง. การจัดการอารมณ์และความเครียด

29. นักเรียนจะเลือกปฏิบัติตามข้อใด

ก. เพื่อนชวนเล่นเกมเกรงใจเพื่อนจึงไปเล่นด้วย

ข. พูดไม่เพราะ อยากเก็บตัวอยู่คนเดียว

ค. ช่วยเพื่อนและตักเตือนเมื่อเพื่อนทำผิด

ง. ชอบแกล้งเพื่อนเพราะสนุกดี

30. นักเรียนคิดว่าเกมคอมพิวเตอร์ที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร

ก. สนุก ข. ระบายอารมณ์โกรธ

ค. มีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ง. ถูกทุกข้อ

เฉลย

1. ก	2.ข	3.ข	4.ง	5.ค	6.ง	7.ข	8.ค	9.ก	10.ค
11.ก	12.ค	13.ค	14.ค	15.ข	16.ค	17.ค	18.ค	19.ข	20.ง
21.ค	22.ง	23.ง	24.ง	25.ค	26.ง	27.ก	28.ค	29.ค	30.ง

ส่วนที่ 3 แบบวัดด้านความตระหนักของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์

คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องข้อความ "ใช่" หรือ
ใส่เครื่องหมาย ✗ ลงในช่องข้อความที่ "ไม่ใช่" ในช่องขวามือ

ลำดับ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	บ่อยครั้งที่ฉันอยากเกิดในครอบครัวอื่น		
2	ฉันเป็นที่ภาคภูมิใจของพ่อแม่		
3	ฉันไม่สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเท่าเทียม กับเพื่อน		
4	ฉันเป็นที่รักใคร่กับเพื่อนในกลุ่มที่เล่นเกมด้วยกัน		
5	เวลาอยู่ในกลุ่มเพื่อน ฉันรู้สึกว่าเป็นคนไม่มีประโยชน์		
6	เพื่อนๆ พอใจที่มีฉันเป็นเพื่อนคนหนึ่ง		
7	คนเราไม่แตกต่างกันเลย		
8	เพื่อนๆ เห็นว่าฉันเป็นคนดีมีความสามารถ		
9	ฉันเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือในสายตาของเพื่อน ๆ		
10	ฉันเป็นบุคคลสำคัญคนหนึ่งในชั้นเรียน		
11	อาชีพคนเก็บขยะ เป็นอาชีพต้อยต่ำ ไม่มีคนนับถือ		
12	คนที่มีอาชีพเป็นนักร้อง ดารา คือคนดี		
13	เมื่อเห็นเพื่อนที่เล่นเกมเดือดร้อนนักเรียนจะเข้าไปช่วยเหลือ		
14	นักเรียนชื่นชมเมื่อเพื่อนประกวดชนะการเล่นเกมคอมพิวเตอร์		
15	เวลาพูดจะพูดอย่างไรก็ได้ไม่ต้องสนใจใคร		
16	คนเราไม่ควรมองแต่รูปร่างหน้าตา แต่ควรมองที่จิตใจของคนอื่นด้วย เพราะเขาเป็นคนดี		
17	ฉันเลือกเล่นแต่เกมที่มีประโยชน์ต่อฉัน		
18	ฉันมักตามเพื่อนไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์เมื่อเพื่อนชวน		
19	เมื่อเพื่อนสอบตกเราควรหัวเราะเยาะ		
20	ฉันเป็นที่รักใคร่ชื่นชมของอาจารย์		

ส่วนที่ 4 แบบวัดด้านการปฏิบัติตัวของนักเรียนที่มีพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาว่า นักเรียนปฏิบัติตัวตามข้อความเหล่านี้ มีความถี่มากแค่ไหน แล้วตอบคำถาม โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ต้องการปฏิบัติจริงของนักเรียน

ลำดับ	รายการ	ความถี่ในการปฏิบัติตัว			
		ไม่เคยทำเลย	ทำ 1-3 วัน/สัปดาห์	ทำ 4-6 วัน / สัปดาห์	ทุกวัน หรือ ทุกครั้งที่มีโอกาส
1	โกรธเพื่อนมากจึงไปเล่นเกมยิง ๆ ฆ่า ฟัน				
2	เครียดเรื่องเรียนมาก ๆ ไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์				
3	ตามเพื่อนไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่ร้านเกม				
4	รู้ว่าตนเองเครียดเพราะอะไร แล้วหาทางแก้ที่สาเหตุ				
5	เล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นประจำ				
6	ชวนเพื่อนไปเล่นเกมโปรดที่ร้านคอม				
7	เล่นเกมคอมพิวเตอร์จนรู้สึกปวดตา				
8	เล่นเกมคอมพิวเตอร์ตามประเภทที่ชอบ				
9	ขโมยเงินพ่อแม่เพื่อมาเล่นเกมคอมพิวเตอร์				
10	ปฏิเสธทุกครั้งที่เพื่อนมาขอยืมเงินไปเล่นเกม				
11	เล่นเกมเพลินจนลืมเวลารับประทานอาหาร				
12	เลิกเล่นเกมแล้วรู้สึกหงุดหงิด				
13	อาระวาดเมื่อมีคนทำอะไรให้ไม่พอใจ				
14	เลือกเล่นเกมที่มีประโยชน์ต่อตนเองเท่านั้น				
15	พยายามลดการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ลง โดยการไปทำกิจกรรมอย่างอื่น				

ส่วนที่ 5 แบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน โดยแบ่งเป็น 2 ชุด โดยเป็นแบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนโดยครูประจำชั้น และผู้ปกครอง

แบบสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษา โรงเรียนสันติศึกษา
ในการทำกิจกรรมโดยครูประจำชั้น

แผนกิจกรรมที่.....เวลา.....ชั่วโมง

พฤติกรรมที่สังเกต	รายละเอียดพฤติกรรมที่สังเกตได้
1. ความสนใจต่อกิจกรรมการเรียนการสอน โดยใช้กิจกรรม	.....
2. ความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนการสอนของนักเรียนโดยใช้กิจกรรม	.....
2.1 บรรยากาศขณะที่เรียนโดยใช้กิจกรรม	.....
2.2 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน	.....
2.3 ปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน	.....

แบบสอบถามพฤติกรรมของเด็กติดเกมโดยผู้ปกครอง

ชื่อผู้สังเกต.....ความสัมพันธ์.....

ชื่อนักเรียน.....ชั้น.....

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามฉบับนี้เป็นเรื่อง เกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 8 ข้อ วิธีตอบแบบสอบถาม ให้ท่านอ่านแบบสอบถามและใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด สำหรับในข้อคำตอบที่ให้เขียนให้ตอบในช่องว่างที่เว้นไว้ และขอให้ตอบข้อคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง

1. ความถี่ในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของบุตรหลานของท่าน

( ) 1 - 2 วัน

( ) 3 - 4 วัน

( ) 5 - 6 วัน

( ) มากกว่า 7 วัน

( ) ทุกวัน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

2. ระยะเวลาในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของบุตรหลานของท่านในหนึ่งครั้ง

( ) 1 -2 ชั่วโมง ( ) 3-4 ชั่วโมง ( ) 5-6 ชั่วโมง ( ) 6-7 ชั่วโมง

( ) มากกว่า 7 ชั่วโมง

3. จากการสังเกตบุตรหลานของท่านชอบเล่นเกมประเภทไหนมากที่สุด

( ) เกมที่ใช้ความคิดในการพลิกแพลง ลับสมอง เช่น ตอติส

( ) เกมการเล่นหมากกระดานต่าง ๆ เช่น หมากฮอส หมากรุก ไพ่

( ) เกมแนวผจญภัย เช่น มาริโอ ร็อคแมน

( ) เกมกำหนดแบบแผน ยุทธวิธี เช่น การวางแผนรบในสงคราม

( ) เกมที่สวมบทบาทเป็นตัวละครแสดงไปตามเรื่อง

( ) เกมเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ เช่น ฟุตบอล บาสเกตบอล ปิงปอง เป็นต้น

( ) เกมการต่อสู้

( ) เกมที่ใช้การยิงกัน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

4. ท่านทราบหรือไม่ว่า ค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมต่อครั้งเท่าไหร่ ( )ทราบ .....บาท ( )ไม่ทราบ

5. ปกติท่านเห็นบุตรหลานท่านเล่นเกมคอมพิวเตอร์ช่วงใด

( ) วันธรรมดาหลังเลิกเรียน

( ) วันหยุดพิเศษ/วันนักขัตฤกษ์

( ) วันหยุดเสาร์-อาทิตย์

( ) วันปิดภาคเรียน

( ) อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

6. ท่านรู้สึกอย่างไรบ้างกับการเล่นเกมของบุตรหลาน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7. ท่านมีแนวทางในการจัดการเวลาเรื่องการเล่นเกมคอมพิวเตอร์หรือไม่

( ) มี อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

( ) ไม่มี

8. ท่านมีข้อเสนอแนะในการป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณที่ตอบแบบสอบถาม

คู่มือการใช้กิจกรรมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสันติศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

1. หลักการ

กิจกรรมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษานี้ เป็นกิจกรรมที่มุ่งให้นักเรียนเกิดความรู้ ความตระหนัก และมีทักษะชีวิตในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย

1) มีการจัดองค์ประกอบต่าง ๆ ไว้อย่างเป็นระบบ โดยเริ่มจากการกำหนดเนื้อหาไว้อย่างเป็นลำดับขั้นตอน มีการกำหนดวัตถุประสงค์ รายละเอียดขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ มีรายละเอียด ตัวอย่างสื่อการเรียนการสอนและการประเมินผลไว้ด้วย
2) โครงสร้าง และเนื้อหากิจกรรม สามารถนำไปใช้ หรือใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในด้านพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้ หรืออาจจัดกิจกรรมสอดแทรกไปในวิชาสุขศึกษาสัปดาห์ละครั้ง ต่อเนื่องกันไปจนครบทุกกิจกรรม
3) เวลาใช้ในการจัดกิจกรรมนี้อาจมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

2. วัตถุประสงค์

เพื่อฝึกให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่เหมาะสมในชีวิตประจำวัน และยังเป็นการส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น

3. โครงสร้างเนื้อหา

เนื้อหากิจกรรมเพื่อการส่งเสริมทักษะการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของเด็กชั้นประถมศึกษานี้ ประกอบด้วยแผนกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ทั้งหมด 5 กิจกรรมเป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ ได้แก่

กิจกรรมที่ 1 มหันตภัยร้ายจากเกม
กิจกรรมที่ 2 ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน
กิจกรรมที่ 3 สื่อสารถูกต้อง สู่ สัมพันธภาพที่ดี
กิจกรรมที่ 4 ฉลาดเลือก
กิจกรรมที่ 5 อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

โดยประยุกต์ใช้กิจกรรมทักษะชีวิตตามหัวข้อดังนี้

3.1 กิจกรรมทักษะด้านพุทธิพิสัย

3.2 กิจกรรมทักษะด้านจิตพิสัย

3.3 กิจกรรมทักษะด้านทักษะพิสัย

4. กิจกรรม

4.1 ลักษณะของกิจกรรม

ลักษณะของกิจกรรมทั้งหมด 5 กิจกรรม ซึ่งเป็นกิจกรรมรายบุคคลและกิจกรรมกลุ่ม ในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย สถานการณ์จำลองเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ การแสดงความคิดเห็น การอภิปรายหน้าชั้น การคิดวิเคราะห์ข้อมูล การแสดงบทบาทสมมติ ในแต่ละกิจกรรมจะใช้กิจกรรมที่แตกต่างกันไปตามความเหมาะสมของเนื้อหา

4.2 ส่วนประกอบของกิจกรรม ประกอบด้วย

4.2.1 ชื่อของกิจกรรม ประกอบด้วย เลขที่กิจกรรม ชื่อของกิจกรรม

4.2.2 คำชี้แจง เป็นส่วนที่ใช้อธิบายความมุ่งหมายหลักของกิจกรรม และลักษณะของการจัดกิจกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้น

4.2.3 วัตถุประสงค์ ประกอบด้วยกัน 2 ส่วน คือ

- **วัตถุประสงค์การเรียนรู้** บ่งบอกถึงจุดหมายปลายทางโดยทั่วไปของการสอนตามกิจกรรมนั้น

- **วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม** บ่งบอกถึงความสามารถที่คาดว่าผู้เรียนจะทำได้หลังจากจบบทเรียนไปแล้ว

4.3 เวลา

เวลาที่ใช้เป็นส่วนระบุจำนวนเวลาโดยประมาณว่ากิจกรรมนั้นใช้เวลาเท่าใด อาจปรับได้ตามความเหมาะสม

4.4 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม เป็นส่วนที่ระบุวิธีการจัดกิจกรรมเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

แผนกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 1

กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง " มหันตภัยร้ายจากเกม " ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552
ผู้จัดกิจกรรม นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

.....

คำชี้แจง

กิจกรรมนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของการติดเกมคอมพิวเตอร์ กับเยาวชน โดยให้นักเรียนทำกิจกรรมที่ได้กำหนดไว้

สาระสำคัญ

การติดเกมคอมพิวเตอร์ส่งผลกระทบต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ไม่ว่าจะเป็นด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลรอบข้าง การดำเนินชีวิตประจำวัน การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และที่สำคัญที่สุดคือด้านสุขภาพของตัวผู้ติดเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งส่งผลกระทบด้านร่างกาย ปัญหาสุขภาพด้านร่างกายไม่ว่าจะเป็นโรคกระเพาะ โรคเกี่ยวกับกระดูกส่วนต่าง ๆ โรคทางด้านสายตา โรคอ้วน ฯลฯ ปัญหาสุขภาพด้านจิตใจ ก่อให้เกิดภาวะความเครียด ซึมเศร้า ซึ่งเป็นอีกสาเหตุหนึ่งของการฆ่าตัวตาย ปัญหาสุขภาพด้านสังคม การอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมเกิดปัญหา และปัญหาสุขภาพด้านจิตวิญญาณ เด็กไม่สามารถแยกแยะว่าเหตุการณ์ไหนเป็นเหตุการณ์ที่ดีและเหตุการณ์ไหนเป็นเหตุการณ์ที่ไม่ดี เป็นต้น

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1) เพื่อให้นักเรียนมีทักษะความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์
2) นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของทักษะความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์
3) สามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

หลังจากทำกิจกรรม นักเรียนมีทักษะความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์ นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของทักษะความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์และนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

เนื้อหาสาระ

ทักษะความคิดสร้างสรรค์และความคิดวิเคราะห์ เกี่ยวกับการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน

สัปดาห์ที่ 1

วันจันทร์ที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำให้นักเรียนเล่นเกมเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย

2. ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนศึกษาเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ แล้วร่วมกันตอบคำถาม ดังนี้

- เกมคอมพิวเตอร์คืออะไร
- เกมคอมพิวเตอร์ที่เป็นที่นิยมในปัจจุบันคืออะไร มีลักษณะเป็นอย่างไร
- เกมคอมพิวเตอร์ก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบอะไรบ้าง อย่างไร

แล้วทำแผนผังความคิด แล้วนำเสนอ งานของกลุ่ม

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป

วันอังคารที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ให้นักเรียนดูภาพข่าวที่เกิดจากการติดเกมคอมพิวเตอร์แล้วร่วมกันตอบคำถาม โดยผู้นำใช้คำถาม ดังนี้

- จากข่าวนักเรียนรู้หรือไม่ว่าเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับอะไร
- อะไรเป็นสาเหตุให้เกิดเหตุการณ์นี้
- ผลกระทบที่ตามมาจากข่าวนักเรียนว่ามีอะไรบ้าง

2. ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนวิเคราะห์ข่าว ว่า ข่าวที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไรและผลกระทบของปัญหาดังกล่าวมีอะไรบ้าง ลงในใบงาน 1.1 หลังจากนั้นนำเสนอผลการวิเคราะห์ของกลุ่มผู้เรียนหน้าชั้นเรียน เพื่อสร้างเสริมความรู้ความเข้าใจร่วมกัน

2. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 1.2 นักเรียนสามารถป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดเหตุการณ์จากข่าวได้อย่างไรบ้าง และบอกประโยชน์ของการทำกิจกรรมครั้งนี้

3. *ขั้นสรุป*

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป

วันพฤหัสบดีที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น - 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1. ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน และสำรวจรายชื่อนักเรียน
2. ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า "นักเรียนรู้หรือไม่ว่าเกิดอะไรขึ้นกับเด็กในภาพนี้"
3. ผู้นำเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรม เขียนหัวข้อบนกระดาน "ติดเกมได้อย่างไร"

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 คน ให้แต่ละกลุ่มระดมสมอง สร้างแผนที่ความคิดเรื่อง ลักษณะของเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ ข้อดีข้อเสียของการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีอะไรบ้าง ลงในกระดาษโปสเตอร์ แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน

3. ขั้นสรุป

ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม

สัปดาห์ที่ 2

วันพฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น -09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน และสำรวจรายชื่อนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

นักเรียนนำข้อมูลที่ระดมความคิดในชั่วโมงที่ผ่านมาเขียนเรียบเรียงเป็นเรื่องราว เพื่อใช้ในการทำกิจกรรม คือ การแสดงบทบาทสมมติ ทุกกลุ่ม กลุ่มละ 10 นาที และทุกกลุ่มร่วมกันประเมินกิจกรรม

3. ขั้นสรุป

ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม

แหล่งการเรียนรู้

1. อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

2. ประณยา ปันปิ่น. (2551). โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย.วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

3. สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2549). การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย . วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สื่อ

1. ใบงานที่ 1.3
2. การ์ดความรู้เรื่องเกมคอมพิวเตอร์กับสุขภาพ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรม การนำเสนอผลงาน
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. แบบทดสอบ และแบบสังเกตพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 1 “ มหันตภัยร้ายจากเกม ”

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 1** **วันจันทร์ที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ผู้นำให้นักเรียนเล่นเกมเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย **2. ขั้นกิจกรรม** 1. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนศึกษาเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ แล้วร่วมกันตอบคำถาม ดังนี้ - เกมคอมพิวเตอร์คืออะไร - เกมคอมพิวเตอร์ที่เป็นที่นิยมในปัจจุบันคืออะไร มีลักษณะเป็นอย่างไร - เกมคอมพิวเตอร์ก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบอะไรบ้าง อย่างไรแล้วทำแผนผังความคิด แล้วนำเสนอ งานของกลุ่ม **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 1.1 - ใบงานที่ 1.2 - ใบงานที่ 1.3 - ข่าวจากแหล่งต่าง ๆ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**วันอังคารที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ให้นักเรียนดูภาพข่าวที่เกิดจากการติดเกมคอมพิวเตอร์แล้วร่วมกันตอบคำถาม โดยผู้นำใช้คำถาม ดังนี้ - จากข่าวนักเรียนรู้หรือไม่ว่าเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับอะไร - อะไรเป็นสาเหตุให้เกิดเหตุการณ์นี้ - ผลกระทบที่ตามมาจากข่าวนักเรียนว่ามีอะไรบ้าง **2. ขั้นกิจกรรม** 1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนวิเคราะห์ข่าว ว่า ข่าวที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไรและผลกระทบของปัญหาดังกล่าวมีอะไรบ้าง ลงในใบงาน 1.1 หลังจากนั้นนำเสนอผลการวิเคราะห์ของกลุ่มผู้เรียนหน้าชั้นเรียน เพื่อสร้างเสริมความรู้ความเข้าใจร่วมกัน 2. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 1.2 นักเรียนสามารถป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดเหตุการณ์จากข่าวได้อย่างไรบ้าง และบอกประโยชน์ของการทำกิจกรรมครั้งนี้ **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 1.1 - ใบงานที่ 1.2 - ใบงานที่ 1.3 - ข่าวจากแหล่งต่าง ๆ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**วันพฤหัสบดีที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น -09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** 1.ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน และสำรวจรายชื่อนักเรียน 2. ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า "นักเรียนรู้หรือไม่ว่าเกิดอะไรขึ้นกับเด็กในภาพนี้" 3. ผู้นำเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรม เขียนหัวข้อบนกระดาน "ติดเกมได้อย่างไร" **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 คน ให้แต่ละกลุ่มระดมสมอง สร้างแผนที่ความคิด เรื่อง ลักษณะของเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ ข้อดี ข้อเสียของการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีอะไรบ้าง ลงในกระดาษโปสเตอร์ **3. ขั้นสรุป** ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม	- ใบงานที่ 1.1 - ใบงานที่ 1.2 - ใบงานที่ 1.3 - ข่าวจากแหล่งต่าง ๆ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 2** **วันพฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น -09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน และสำรวจรายชื่อนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** นักเรียนนำข้อมูลที่ระดมความคิดเขียนเรียบเรียงเป็นเรื่องราว เพื่อใช้ในการทำกิจกรรม คือ การแสดงบทบาทสมมุติ ทุกกลุ่ม กลุ่มละ 10 นาที และทุกกลุ่มร่วมกันประเมินกิจกรรม **3. ขั้นสรุป** ผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม	- ใบงานที่ 1.1 - ใบงานที่ 1.2 - ใบงานที่ 1.3 - ข่าวจากแหล่งต่าง ๆ

ใบงานที่ 1.1

เรื่อง "มหันตภัยร้ายจากเกม "

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนวิเคราะห์ข่าวว่าข่าวที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไรและผลกระทบของปัญหาดังกล่าวมีอะไรบ้าง

สมาชิกกลุ่ม

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

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

5.....

1. จากข่าวมีสาเหตุมาจากอะไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ผลกระทบของปัญหามีอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 1.2

เรื่อง "มหันตภัยร้ายจากเกม "

ชื่อ.....เลขที่.....

<u>คำชี้แจง</u> จงตอบคำถามให้ถูกต้องและชัดเจน

1. นักเรียนสามารถป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดเหตุการณ์จากข่าวได้อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. บอกประโยชน์ของการทำกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ถ้าเกิดปัญหาตามข่าวกับนักเรียนนักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 1.3

เรื่อง "ติดเกมได้อย่างไร"

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนสร้างแผนที่ความคิดเรื่อง ลักษณะของเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ ข้อดีข้อเสียของการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีอะไรบ้าง ลงในกระดาษแล้วแต่งเรื่องสั้น ๆ

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

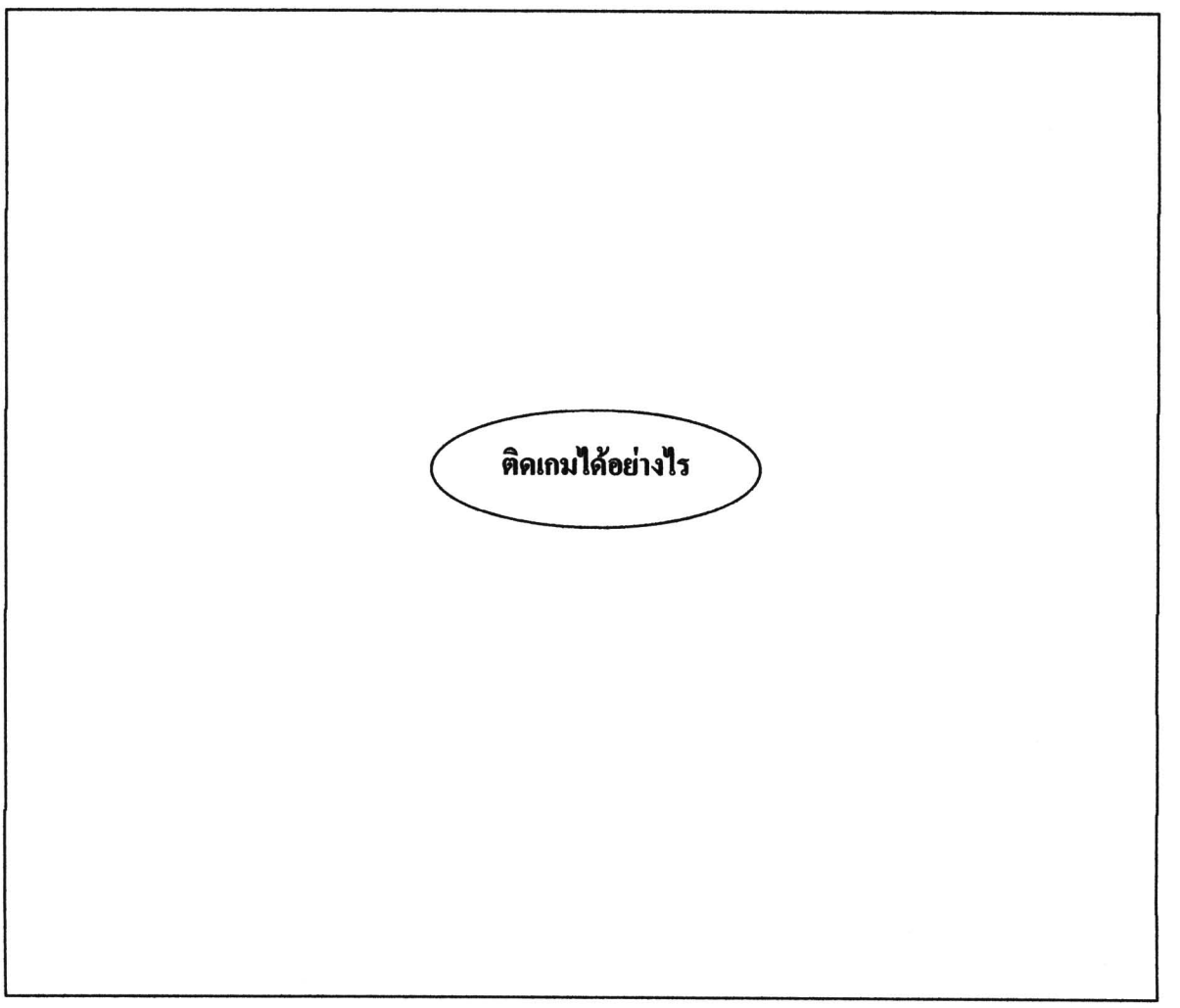
1.....

2.....

3.....

4.....

5.....



ใบงานที่ 2.2

เรื่อง "ติดเกมได้อย่างไร"

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนเขียนเรียบเรียงเป็นเรื่องราวสั้น ๆ เรื่อง ลักษณะของเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ ข้อดีข้อเสียของการติดเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อใช้ในการแสดงบทบาทสมมุติตามเรื่องราวที่สร้างขึ้น

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

ชื่อเรื่อง.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แผนกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 2

กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง " ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน " ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552
ผู้จัดกิจกรรม นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

.....

คำชี้แจง

กิจกรรมนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง

สาระสำคัญ

ความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1) เพื่อให้นักเรียนมีความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่นได้
2) นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของตนเองความเห็นใจผู้อื่นได้
3) นักเรียนสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตวิญญาณของตนเองได้

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

หลังจากทำกิจกรรม นักเรียนสามารถวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตวิญญาณของตนเองได้ นักเรียนตระหนักและเห็นความสำคัญของตนเอง และนักเรียนสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตวิญญาณของตนเองได้

เนื้อหาสาระ

1. เมื่อเราเป็นวัยรุ่น
2. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย
3. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์
4. การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม
5. การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

สัปดาห์ที่ 3

วันอังคารที่ 17 พฤศจิกายน พ.ศ.2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

- ให้นักเรียนบันทึกการเปลี่ยนแปลงในร่างกายของตนเองและความรู้สึกต่อการเปลี่ยนแปลงนั้น ในใบงานที่ 2

2. ขั้นกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มละ 5 คน
2. แต่ละกลุ่มระดมสมอง อภิปรายปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ สังคมและสติปัญญา ของวัยรุ่น
3. ตัวแทนนำเสนอข้อมูลหน้าชั้นและตอบคำถาม

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม แล้วสรุปร่วมกัน

วันพฤหัสบดีที่ 19 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียนและสำรวจชื่อ

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนวิเคราะห์อารมณ์ของตนเอง และอภิปรายร่วมกับเพื่อนและตอบคำถาม
2. เขียนเรียงความ เรื่อง ความรู้สึกที่ฉันมีต่อคนรอบข้าง

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม แล้วสรุปร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 4

วันอังคารที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ให้นักเรียนเล่นเกมเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในสังคม

1.2 ผู้นำถามคำถาม ดังนี้

- ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเราควรปฏิบัติตัวอย่างไร
- ทำอย่างไรเราจึงอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 คน ร่วมกันระดมสมองในหัวข้อเรื่อง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรบ้าง โดยนำมาเขียนเป็นแผนผังความคิด ลงในกระดาษโปสเตอร์แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

วันพฤหัสบดีที่ 26 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนเขียนเรียงความเรื่อง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรบ้าง

2. ให้ผู้แทนนักเรียน 1-2 คน ออกมานำเสนอเรียงความหน้าชั้นเรียนหน้าชั้นเรียน

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

แหล่งการเรียนรู้

1. อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
2. ประณยา ปันปิ่น. (2551). โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย.วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
3. สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2549). การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย . วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สื่อ

1. ใบงานที่ 2.1
2. การ์ดความรู้เรื่องเกมคอมพิวเตอร์กับสุขภาพ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรม การนำเสนอผลงาน
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. แบบทดสอบ และแบบสังเกตพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 2 “ ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน ”

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	**กิจกรรมการเรียนการสอน**	**เนื้อหา/สื่อ**
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 3** **วันอังคารที่ 17 พฤศจิกายน พ.ศ.2552** **เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** - ให้นักเรียนบันทึกการเปลี่ยนแปลงในร่างกายของตนเองและความรู้สึกต่อการเปลี่ยนแปลงนั้น ในใบงานที่ 2 **2. ขั้นกิจกรรม** 1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มละ 5 คน 2. แต่ละกลุ่มระดมสมอง อภิปราย ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สังคมและสติปัญญา ของวัยรุ่น 3. ตัวแทนนำเสนอข้อมูลหน้าชั้นและตอบคำถาม ***3. ขั้นสรุป*** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามแล้วสรุปร่วมกัน	- ใบงานที่ 2.1 - ใบงานที่ 2.2 - ใบความรู้

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**วันพฤหัสบดีที่ 19 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียนและสำรวจชื่อ **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ให้นักเรียนวิเคราะห์อารมณ์ของตนเอง และอภิปรายร่วมกับเพื่อนและตอบคำถาม 2. เขียนเรียงความ เรื่อง ความรู้สึกที่ฉันมีต่อคนรอบข้าง **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม แล้วสรุปร่วมกัน	- ใบงานที่ 2.1 - ใบงานที่ 2.2 - ใบความรู้

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 4** **วันอังคารที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** 1.1 ให้นักเรียนเล่นเกมเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในสังคม 1.2 ผู้นำถามคำถาม ดังนี้ - ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเราควรปฏิบัติตัวอย่างไร - ทำอย่างไรเราจึงอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 คน ร่วมกันระดมสมองในหัวข้อเรื่อง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรบ้าง โดยนำมาเขียนเป็นแผนผังความคิด ลงในกระดาษโปสเตอร์แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 2.1 - ใบงานที่ 2.2 - ใบความรู้

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**วันพฤหัสบดีที่ 26 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ให้นักเรียนเขียนเรียงความเรื่อง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรบ้าง 2. ให้ผู้แทนนักเรียน 1-2 คน ออกมานำเสนอเรียงความหน้าชั้นเรียนหน้าชั้นเรียน **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 2.1 - ใบงานที่ 2.2 - ใบความรู้

ใบงานที่ 2.1

เรื่อง " ฉันเจริญเติบโตขึ้น "

ชื่อ.....เลขที่.....

<u>คำชี้แจง</u> 1. ให้นักเรียนใส่เครื่องหมายถูก (✔) หน้าข้อความที่ตรงกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน

1. ..... เสียงเปลี่ยนไปจากเดิม (เสียงแหลม/เสียงห้าว)
2. .....มีสิวขึ้นบนใบหน้า
3. .....มีขนขึ้นตามร่างกาย
4. .....ความสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้น
5. .....สะโพกและหน้าอกใหญ่ขึ้น
6. .....มีประจำเดือน
7. .....มือและเท้าใหญ่ขึ้น
8. .....ร่างกายมีกล้ามเนื้อมากขึ้น

1. จงเติมคำตอบให้สมบูรณ์

1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรต่อการเปลี่ยนแปลงในร่างกายของตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนปรับตัวอย่างไรกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2.2

เรื่อง การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

คำชี้แจง จงเขียนเรียงความเรื่องการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องปฏิบัติตัวอย่างไรบ้าง

เรียงความ เรื่อง.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แผนกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 3

กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง " สื่อสารถูกต้อง สู่ สัมพันธภาพที่ดี" ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552

ผู้สอน นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

.....

คำชี้แจง

กิจกรรมนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจการสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในสังคมของนักเรียน

สาระสำคัญ

การสื่อสารเป็นสิ่งที่จำเป็นในชีวิตประจำวันเพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องอยู่ร่วมกัน การสื่อสารที่ดีย่อมก่อให้เกิดผลดีตามมามากมาย แต่เมื่อเราสื่อสารกันไม่ดีแล้วย่อมก่อให้เกิดผลเสียได้เช่นกัน การสื่อสารที่ดีจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นการอยู่กับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1) เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจการสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในสังคมของนักเรียน

2) นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในสังคม

3) สามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

หลังจากทำกิจกรรม นักเรียนสามารถสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดี และนักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

เนื้อหาสาระ

การสื่อสาร

สัปดาห์ที่ 5

วันอังคารที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ผู้นำใช้คำถามกระตุ้นการเรียนรู้ ดังนี้

1. นักเรียนชอบคนที่พูดจาอย่างไร ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น

1.2 ผู้นำขอตัวแทนนักเรียน 2 คนออกมาสาธิตการสื่อสารระหว่างเพื่อน หน้าชั้นเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนเล่นเกมการสื่อสาร โดยแข่งขันกันเป็นกลุ่ม ผู้นำมีประโยคการสื่อสารให้แล้วให้หัวแถวจำประโยคแล้วกระซิบบอกต่อถึงคนสุดท้าย

2. ผู้นำสรุปเกมที่เล่น

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

วันพฤหัสบดีที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. – 09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ผู้นำกล่าวทักทาย

1.2 ผู้นำเขียนหัวข้อบนกระดาน “สื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดี”

2. ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนกลุ่มเดิมช่วยกันคิดประโยคสื่อสารที่ทำให้ผู้อ่านฟังแล้วรู้สึกดี ลงในกระดาษโปสเตอร์หลังจากนั้นส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน

2. นักเรียนทำใบงาน เรื่องสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

แหล่งการเรียนรู้

1. อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
2. ประณยา ปันปิ่น. (2551). โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย.วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
3. สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2549). การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย . วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สื่อ

1. ใบงานที่ 3.1
2. เกม

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรม การนำเสนอผลงาน
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. แบบทดสอบ และแบบสังเกตพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 3 " สื่อสารถูกต้อง สู่ สัมพันธภาพที่ดี "

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	**กิจกรรมการเรียนการสอน**	**เนื้อหา/สื่อ**
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 5** **วันอังคารที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** 1.1 ผู้นำใช้คำถามกระตุ้นการเรียนรู้ดังนี้ - นักเรียนชอบคนที่พูดจาอย่างไร ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น 1.2 ผู้นำขอตัวแทนนักเรียน 2 คนออกมาสาธิตการสื่อสารระหว่างเพื่อน หน้าชั้นเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ให้นักเรียนแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนเล่นเกมการสื่อสาร โดยแข่งขันกันเป็นกลุ่ม ผู้นำมีประโยคการสื่อสารให้แล้วให้หัวแถวจำประโยคแล้วกระซิบบอกต่อถึงคนสุดท้าย 2. ผู้นำสรุปเกมที่เล่น **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 3.1 - เกม

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**วันพฤหัสบดีที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. – 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** 1.1 ผู้นำกล่าวทักทาย 1.2 ผู้นำเขียนหัวข้อบนกระดาน “สื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดี” **2. ขั้นกิจกรรม** 1.ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนกลุ่มเดิมช่วยกันคิดประโยคสื่อสารที่ทำให้ผู้อ่านฟังแล้วรู้สึกดี ลงในกระดาษโปสเตอร์หลังจากนั้นส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน 2. นักเรียนทำใบงาน เรื่องสื่อสารถูกต้องเพื่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดี **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	- ใบงานที่ 3.1 - เกม

ใบงานที่ 3.1
การสื่อสาร

คำชี้แจง

ตอนที่ 1 ให้นักเรียนใส่เครื่องหมายถูก (✔) ลงในช่องข้อความที่ถูกและใส่เครื่องหมายผิด (✘) ลงในช่องข้อความที่ผิด

1. ..... วันนี้เธอน่ารักจังเลย แต่งกายก็สะอาดดีนะ
2. .....วันนี้กูไม่อยากกินข้าวเลยวะ
3. .....โห เธอทำไมดำจริงๆๆๆ
4. ..... เกียจมันจริง ๆ วะ
5. .....คุณครูคะหนูขออนุญาติเข้าห้องคะ
6. .....แม่วันนี้มีไรกินมั้ง
7. .....เธอฉันขอยืมดินสอหน่อยนะ
8. .....ว้า...วันนี้เซ็งจังโว้ย....เบื่อชีวิต
9. ..... เธอขยันเรียนจัง อย่างนี้ต้องสอบได้ที่หนึ่งแน่เลย
10. ..... พี่คะ หนูขอทางหน่อยคะ

ตอนที่ 2 จงแต่งประโยคสื่อสารกับเพื่อนที่ทำให้เพื่อนฟังแล้วมีความสุข

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

เฉลย

ตอนที่ 1

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

ตอนที่ 2

ขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้สอน

ใบงานที่ 3.2
เรื่อง "สื่อสารถูกต้อง สู่สัมพันธภาพที่ดี"

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนวิเคราะห์ และอธิบายเหตุผล ตามหัวข้อที่กำหนด

รายชื่อสมาชิกกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

1. คิดว่าผู้ที่ล้อเลียนคนอื่น ต้องการอะไร และได้อะไรบ้างจากการล้อเลียน

.....

.....

.....

.....

2. เราจะรู้ได้อย่างไรว่าคำพูด หรือการกระทำของเราที่ล้อเลียนคนอื่น ส่งผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้ถูกล้อเลียน

.....

.....

.....

.....

3. หากเราพบว่าการล้อเลียนของเรา ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ เราจะทำอย่างไร

.....

.....

.....

.....

4. หากเราพบเพื่อนของเราล้อเลียนคนอื่น เราจะทำอย่างไร

.....

.....

.....

.....

5. ในการใช้ชีวิตประจำวัน พวกเรามีข้อเสนอต่อวิธีปฏิบัติตัวต่อคนรอบข้าง อย่างไรบ้าง เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ และความเข้าใจที่ดีต่อกัน

.....

.....

.....

แบบทดสอบ "สื่อสารถูกต้อง สู่สัมพันธภาพที่ดี"

คำสั่ง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย (✔) หน้าข้อความที่ถูก และใส่เครื่องหมาย (✘) หน้าข้อความที่ผิด

.....1. การสื่อสารที่ดีควรจะพูดอย่างเดียว

.....2. การโบกมือลา เป็นการสื่อสารชนิดหนึ่ง

.....3. เราสามารถสื่อสารกันโดยไม่ต้องพูด

.....4. เราจะพูดอะไรก็ได้โดยไม่ต้องคำนึงถึงผู้อื่น

.....5. การพูดที่ดีควรจะรักษาน้ำใจกับผู้ที่พูดด้วย

.....6. ล้อเลียนเพื่อนสนิทเป็นเรื่องธรรมดาของเพื่อนในกลุ่ม

.....7. คำพูดที่เราพูดกับเพื่อน เช่น มึง กู เราสามารถนำไปใช้กับ ครู หรือผู้ใหญ่ได้

.....8. เวลาถูกล้อเลียน จะโกรธ และเกลียดเพื่อนคนนั้น

.....9. เราพูดดีกับคนอื่น คนอื่นก็จะพูดดีกับเราด้วย

.....10. เราปฏิบัติตัวดี คนอื่นก็จะปฏิบัติตัวดีกับเรา

เฉลยแบบทดสอบ

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

แผนกิจกรรมการเรียนรู้ครั้งที่ 4

กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง " ฉลาดเลือก" **ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552**

ผู้สอน นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

.....

คำชี้แจง

กิจกรรมนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเลือกสื่อที่ดี

สาระสำคัญ

สื่อในปัจจุบันมีหลายประเภท มีทั้งสื่อที่ดีและสื่อที่ไม่ดี ผู้ที่บริโภคสื่อจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องวิเคราะห์ว่าสื่อไหนดีสื่อไหนที่ไม่ดี ซึ่งในกลุ่มเด็กเยาวชนถือว่าเป็นกลุ่มที่สำคัญอีกกลุ่มหนึ่งในสังคม การฝึกให้เด็กรู้จักวิเคราะห์แยกแยะสื่อ ก็จะส่งผลดีกับเด็กเหล่านี้

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1) เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการตัดสินใจและการแก้ปัญหาได้

2) นักเรียนตระหนักความสำคัญของการตัดสินใจและการแก้ปัญหาได้

3) สามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

หลังจากทำกิจกรรม นักเรียนสามารถตัดสินใจและการแก้ปัญหาได้ นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญการตัดสินใจและการแก้ปัญหา และนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

เนื้อหาสาระ

การตัดสินใจและการแก้ปัญหาได้

สัปดาห์ที่ 6

วันอังคารที่ 8 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. -09.00 น.

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำเอารูปการใช้สื่อมาให้นักเรียนดูแล้วให้นักเรียนตอบคำถาม

- รูปที่นักเรียนเห็นเป็นการใช้สื่ออย่างไร ดีหรือไม่ดี
- นักเรียนมีหลักในการเลือกใช้สื่ออย่างไรบ้าง

2. ขั้นกิจกรรม

ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คนร่วมกันวิเคราะห์ว่าสื่อในปัจจุบันมีอะไรบ้าง สื่อที่ดีเป็นอย่างไร สื่อที่ไม่ดีเป็นอย่างไร แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน หลังจากนั้นผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป ผู้นำเชื่อมโยงเข้าสู่ สื่อเป็นเกมคอมพิวเตอร์

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

สัปดาห์ที่ 7

วันอังคารที่ 15 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. -09.00 น.

1. ขั้นนำ

ผู้นำทักทายนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน นักเรียนกลุ่มเดิม ระดมสมองว่า เกมคอมพิวเตอร์ประเภทไหนที่เป็นเกมมีประโยชน์ และเกมคอมพิวเตอร์ประเภทไหนมีโทษ แล้วนักเรียนมีหลักในการเลือกเล่นเกมอย่างไร เขียนลงในกระดาษโปสเตอร์แล้วตกแต่งให้สวยงาม หลังจากนั้นจะนำข้อมูลที่ตกแต่งแล้วมาจัดบอร์ดให้สวยงาม

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

แหล่งการเรียนรู้

1. อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
2. ประณยา ปันปิ่น. (2551). โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
3. สุภัทร ชูประดิษฐ์. (2549). การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย . วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สื่อ

1. รูปภาพเหตุการณ์การใช้สื่อ
2. กระดาษโปสเตอร์
3. สีเมจิก,สีไม้
4. กระดาษสีสำหรับจัดบอร์ด
5. กรรไกร

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรม การนำเสนอผลงาน
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. แบบทดสอบ และแบบสังเกตพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 4 " ฉลาดเลือก "

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 6** **วันอังคารที่ 8 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา08.15 น. - 09.00 น.** **ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม** **1. ขั้นนำ** ผู้นำเอารูปการใช้สื่อมาให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนตอบคำถาม - รูปที่นักเรียนเห็นเป็นการใช้สื่ออย่างไร ดีหรือไม่ดี - นักเรียนมีหลักในการเลือกใช้สื่ออย่างไรบ้าง **2. ขั้นกิจกรรม** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน ร่วมกันวิเคราะห์ว่าสื่อในปัจจุบันมีอะไรบ้าง สื่อที่ดีเป็นอย่างไร สื่อที่ไม่ดีเป็นอย่างไร แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน หลังจากนั้นผู้นำและนักเรียนร่วมกันสรุป ผู้นำเชื่อมโยงเข้าสู่ สื่อเป็นเกมคอมพิวเตอร์ **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	1.รูปภาพเหตุการณ์การใช้สื่อ 2. กระดาษโปสเตอร์ 3. สีเมจิก,สีไม้ 4. กระดาษสีสำหรับจัดบอร์ด 5.กรรไกร

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 7** **วันอังคารที่ 15 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. - 09.00 น.** **1. ขั้นนำ** ผู้นำทักทายนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน นักเรียนกลุ่มเดิม ระดมสมองว่า เกมคอมพิวเตอร์ประเภทไหนที่เป็นเกมมีประโยชน์ และเกมคอมพิวเตอร์ประเภทไหนมีโทษ แล้วนักเรียนมีหลักในการเลือกเล่นเกมอย่างไร เขียนลงในกระดาษโปสเตอร์แล้วตกแต่งให้สวยงาม หลังจากนั้นจะนำข้อมูลที่ตกแต่งแล้วมาจัดบอร์ดให้สวยงาม **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป	1.รูปภาพเหตุการณ์การใช้สื่อ 2. กระดาษโปสเตอร์ 3. สีเมจิก,สีไม้ 4. กระดาษสีสำหรับจัดบอร์ด 5.กรรไกร

แผนกิจกรรมครั้งที่ 5

กิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง "อารมณ์นั้นสำคัญไฉน" ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 ผู้สอน นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

.....

คำชี้แจง

กิจกรรมนี้มุ่งเน้นให้นักเรียนมีการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคน ใช้วิธีการที่จะจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้ว่าวิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุพร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

สาระสำคัญ

อารมณ์โกรธ เป็นอารมณ์หนึ่งซึ่งเกิดขึ้นได้กับทุกคน การแสดงออกซึ่งอารมณ์โกรธอาจส่งผลกระทบทั้งต่อตัวเราเอง และความสัมพันธ์กับผู้อื่น การเท่าทันอารมณ์โกรธและรู้วิธีจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเอง จะช่วยให้เราสามารถลดผลกระทบในด้านลบที่อาจเกิดขึ้นได้ อีกทั้งเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้ว่าวิธีการควบคุมระดับของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุพร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1) เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการจัดการกับอารมณ์ และความเครียดได้อย่างถูกต้อง

2) นักเรียนตระหนักถึงการจัดการกับอารมณ์ และความเครียดได้อย่างถูกต้อง

3) เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการจัดการกับอารมณ์ และความเครียดได้อย่างถูกต้อง

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

หลังจากทำกิจกรรม เรื่อง "กำจัดจุดอ่อน" นักเรียนสามารถบอกวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้อย่างถูกต้อง

เนื้อหาสาระ

1. **ทักษะการจัดการกับอารมณ์** (Coping With Emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และความโศกเศร้า ที่ส่งผลลบต่อร่างกาย และจิตใจได้อย่างเหมาะสม
2. **ทักษะการจัดการกับความเครียด** (Coping With Stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียดเพื่อเกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม และไม่เกิดปัญหาต่อสุขภาพ

สัปดาห์ที่ 7

วันพฤหัสบดีที่ 17 ธันวาคม พ.ศ. 2553 เวลา 08.15 น. - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1. ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน
2. ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า “นอกจากการเล่นเกมแล้วนักเรียนมีวิธีคลายเครียดอะไรอีกบ้าง”
3. ผู้นำกิจกรรมเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน เขียนหัวข้อบนกระดาน “กำจัดจุดอ่อน”

2. ขั้นกิจกรรม

1. ครูแจกแผ่นกิจกรรมที่ 5.1 เรื่อง “ความโกรธ” และให้ทุกคนตอบคำถามในแผ่นกิจกรรม โดยให้นึกถึงเรื่องที่ทำให้ตัวเองรู้สึกโกรธครั้งล่าสุด หรือเรื่องที่ทำให้เราโกรธมาก และยังจำได้จนถึงบัดนี้ ให้เวลา 5 นาที

2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนแลกเปลี่ยนเรื่องที่ตัวเองโกรธกับเพื่อน ๆ โดยผลัดกันเล่า จากนั้นให้กลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ว่าวิธีการที่แต่ละคนแสดงออกเมื่อโกรธ เป็นวิธีการทางบวกหรือลบ เพราะเหตุใด จากนั้น ให้กลุ่มช่วยกันระดมพลังสมองวิธีการในการแสดงความโกรธ โดยแยกเป็นด้านบวกและด้านลบ เขียนลงบนกระดาษบรู๊ฟ แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป

3. ขั้นสรุป

ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และผู้นำให้นักเรียน ฝึกการหัวเราะบำบัดเครียด โดยการให้เปล่งเสียงหัวเราะเป็นเสียง " อึ อ่อย อึ เอ เอะ อู อุ" ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า "นักเรียนมีวิธีอื่นที่ทำคล้ายแบบนี้อีกหรือไม่" แล้วสรุปร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 8

วันอังคารที่ 22 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1. ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน
2. ผู้นำให้นักเรียนนั่งสมาธิ 3 นาที

2. ขั้นกิจกรรม

1. ผู้นำแจกแผ่นกิจกรรมที่ 5.2 เรื่อง " เครียดแล้วเป็นอย่างไร "ให้นักเรียนแต่ละคน คิดถึงเรื่องที่เราเครียดที่สุดในชีวิต สาเหตุและวิธีการผ่อนคลายความเครียด

2. ให้นักเรียนกลุ่มเดิม แลกเปลี่ยนเรื่องที่ตัวเองเครียดกับเพื่อน ๆ โดยผลัดกันเล่า จากนั้นให้นักเรียน เลือกเรื่องของเพื่อนในกลุ่มที่ชอบมากที่สุด เขียนเป็นเรื่องราวเพื่อนำมาแสดง บทบาทสมมติพร้อมวางแผนเตรียมการซักซ้อมเพื่อนำเสนอในชั่วโมงต่อไป

3. ขั้นสรุป

ผู้นำนัดหมายเรื่องการแสดงบทบาทสมมติว่าจะต้องเตรียมอุปกรณ์อะไรบ้างและสรุป ร่วมกัน

วันพฤหัสบดีที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

1. นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที

2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ ให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร

3. ขั้นสรุป (5นาที)

ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 9

วันอังคารที่ 29 ธันวาคม พ.ศ. 2552 เวลา 08.15 น. - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

1. นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 3 และกลุ่มที่ 4 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที

2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ ให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร

3. ขั้นสรุป

ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน

สัปดาห์ที่ 10

วันอังคารที่ 5 มกราคม พ.ศ. 2553 เวลา 08.15 น. - 09.00 น.

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

1. ขั้นนำ

ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน

2. ขั้นกิจกรรม

1. นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 5 และกลุ่มที่ 6 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที

2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ ให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร

3. ขั้นสรุป

ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน

แหล่งการเรียนรู้

1. สมใจ ปราบพล. (2544). ร่วมปฏิรูปการเรียนรู้กับครูต้นแบบ การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ การสอนแบบ "ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม". กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ,

2. อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2552). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาเขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

3. ประณยา ปันปิ่น. (2551). โปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพสารเสพติด ในนักเรียนประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย.วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

4. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2552). ความเครียด.[ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา http://www.dmh.go.th/

สื่อ

1. ใบงาน 5.1 เรื่อง “ความโกรธ”
2. ใบงานที่ 5.2 เรื่อง “เครียดแล้วเป็นอย่างไร”
3. สีเมจิก สีเทียน ดินสอสี
4. กระดาษบรู๊ฟ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจและความร่วมมือของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรม การนำเสนอผลงาน
2. การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
3. แบบทสอบ และแบบสังเกตพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 5 “ อารมณ์นั้นสำคัญไฉน ”

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**สัปดาห์ที่ 7** **วันพฤหัสบดีที่ 17 ธันวาคม พ.ศ. 2553** **เวลา 08.15 น. - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1.ขั้นนำ** 1. ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน 2. ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า “นอกจากการเล่นเกมแล้วนักเรียนมีวิธีคลายเครียดอะไรอีกบ้าง” 3.ผู้นำกิจกรรมเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน เขียนหัวข้อบนกระดาน “กำจัดจุดอ่อน” **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ครูแจกแผ่นกิจกรรมที่ 5.1 เรื่อง “ความโกรธ” และให้ทุกคนตอบคำถามในแผ่นกิจกรรม โดยให้นึกถึงเรื่องที่ทำให้ตัวเองรู้สึกโกรธครั้งล่าสุด หรือเรื่องที่ทำให้เราโกรธมาก และยังจำได้จนถึงบัดนี้ ให้เวลา 5 นาที 2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน ให้นักเรียนแลกเปลี่ยนเรื่องที่ตัวเองโกรธกับเพื่อน ๆ โดยผลัดกันเล่า จากนั้นให้กลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ว่าวิธีการที่แต่ละคนแสดงออกเมื่อโกรธ เป็นวิธีการทางบวกหรือลบ เพราะเหตุใด จากนั้นให้กลุ่มช่วยกันระดมพลังสมองวิธีการในการแสดงความโกรธ	-ใบงานที่ 5.1 -ใบงานที่5.2 - ดินสอ / ปากกา -สีเมจิก สีเทียน -ดินสอสี -กระดาษบรู๊ฟ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	โดยแยกเป็นด้านบวกและด้านลบ เขียนลงบนกระดาษบรู๊ฟ แล้วนำเสนอ หน้าชั้นเรียน ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป **3. ขั้นสรุป** ผู้นำเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และผู้นำให้นักเรียน ฝึกการหัวเราะบำบัดเครียดโดยการให้เปล่งเสียงหัวเราะเป็นเสียง " อึ อ่อย อึ เอ เอะ อู อุ" ผู้นำใช้คำถาม ถามนักเรียนว่า "นักเรียนมีวิธีอื่นที่ทำคล้ายแบบนี้อีกหรือไม่" แล้วสรุปร่วมกัน **สัปดาห์ที่ 8** **วันอังคารที่ 22 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. -09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1.ขั้นนำ** 1. ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** 1. ผู้นำแจกแผ่นกิจกรรมที่ 5.2 เรื่อง " เครียดแล้วเป็นอย่างไร "ให้นักเรียนแต่ละคนคิดถึงเรื่องที่เราเครียดที่สุดในชีวิต สาเหตุและวิธีการผ่อนคลายความเครียด 2. ให้นักเรียนกลุ่มเดิม แลกเปลี่ยนเรื่องที่ตัวเองเครียดกับเพื่อน ๆ โดยผลัดกันเล่า จากนั้นให้นักเรียน เลือกเรื่องของเพื่อนในกลุ่มที่ชอบมากที่สุด เขียนเป็นเรื่องราวเพื่อนนำมาแสดงบทบาทสมมติ พร้อมวางแผนเตรียมการซักซ้อมเพื่อนำเสนอในชั่วโมงต่อไป	-ใบงานที่ 5.1 -ใบงานที่5.2 - ดินสอ / ปากกา -สีเมจิก สีเทียน -ดินสอสี -กระดาษบรู๊ฟ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**3. ขั้นสรุป** ผู้นำนัดหมายเรื่องการแสดงบทบาทสมมติว่าจะต้องเตรียมอุปกรณ์อะไรบ้าง และสรุปร่วมกัน **วันพฤหัสบดีที่ 24 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1.ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** 1.นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที 2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ ให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร **3. ขั้นสรุป** ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน **สัปดาห์ที่ 9** **วันอังคารที่ 29 ธันวาคม พ.ศ. 2552** **เวลา 08.15 น. - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1.ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน	-ใบงานที่ 5.1 -ใบงานที่5.2 - ดินสอ / ปากกา -สีเมจิก สีเทียน -ดินสอสี -กระดาษบรู๊ฟ

องค์ประกอบของทักษะที่ใช้	กิจกรรมการเรียนการสอน	เนื้อหา/สื่อ
1. ด้านความรู้ - ความคิดสร้างสรรค์ -ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ 2. ด้านความตระหนัก - ความภาคภูมิใจในตนเอง - ความตระหนักในตนและความเห็นใจผู้อื่น 3. ด้านการปฏิบัติ - สร้างสัมพันธภาพ - การสื่อสาร -การใช้สื่ออย่างมีประสิทธิภาพ	**2. ขั้นกิจกรรม** 1.นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 3 และกลุ่มที่ 4 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที 2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร **3. ขั้นสรุป** ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน **สัปดาห์ที่ 10** **วันอังคารที่ 5 มกราคม พ.ศ. 2553** **เวลา 08.15 น. - 09.00 น.** **ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม** **1.ขั้นนำ** ผู้นำกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมสำรวจรายชื่อนักเรียน **2. ขั้นกิจกรรม** 1.นักเรียนนำเรื่องที่เตรียมมาออกมาแสดงบทบาทสมมติ โดยกลุ่มที่ 5 และกลุ่มที่ 6 ออกมาแสดงกลุ่มละ 10 นาที 2. นักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้แสดงบทบาทสมมติ ให้ช่วยกันวิเคราะห์ว่าสาเหตุ และวิธีผ่อนคลายความเครียดของนักเรียนกลุ่มที่แสดงบทบาทสมมตินั้นคืออะไร และดีอย่างไร **3. ขั้นสรุป** ผู้นำและนักเรียนสรุปร่วมกัน	-ใบงานที่ 5.1 -ใบงานที่5.2 - ดินสอ / ปากกา -สีเมจิก สีเทียน -ดินสอสี -กระดาษบรู๊ฟ

ใบงานที่ 5.1 เรื่อง “ ความโกรธ ”

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนวิเคราะห์เรื่อง “ที่ทำให้ตัวเองรู้สึกโกรธครั้งล่าสุด หรือเรื่องที่ทำให้เราโกรธมาก และยังจำได้จนถึงบัดนี้” ตามหัวข้อที่กำหนด

ชื่อ.....สกุล.....

1. เรื่องหรือเหตุการณ์ล่าสุด ที่ทำให้ฉันโกรธ หรือเรื่องที่จำได้ว่าเป็นเรื่องที่ตัวเองรู้สึกโกรธมากๆ (เขียนสั้นๆ ว่าเกิดอะไรขึ้นที่ทำให้โกรธ)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. รู้สึกอย่างไร และคิด เรื่องอะไรบ้างขณะที่โกรธ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. แสดงความโกรธออกมาอย่างไรบ้างในขณะนั้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 5.2 เรื่อง " เครียดแล้วเป็นอย่างไร"

ตอนที่ 1

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนวิเคราะห์ และอธิบาย ตามหัวข้อที่กำหนด

ชื่อ.....สกุล.....

1. คิดเรื่องที่ตนเองเครียดที่สุดเท่าที่เคยเจอมา

.....

.....

.....

2. สาเหตุของความเครียดนั้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. วิธีการแก้ไขปัญหาความเครียด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ 2

คำสั่ง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✔ หน้าข้อความที่ถูก และใส่เครื่องหมาย ✘ หน้าข้อความที่ผิด

.....1. อ้อโกรธหัวฟัดหัวเหวี่ยงเมื่อไม่พอใจ พ่อ แม่

.....2. หมูแดงทำร้ายสุนัข เมื่อเวลาโกรธ

.....3. หนูปลื้มเวลาโมโหมักจะออกไปวิ่งรอบ ๆ

.....4. แม้วปิดประตูเสียงดัง เมื่อมีคนขัดใจตนเอง

.....5. วินจะกลับมานึกทุกครั้ง เวลาที่โกรธใคร ว่าทำไมเราถึงโกรธ

.....6. ปลาเครียดเรื่องเรียนมาก ๆ ไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ จนกลายเป็นเด็กติดเกม

.....7. โรส เปิดเพลงฟัง สนุก ๆ ระบายอารมณ์เครียด

.....8. เวียร์เครียดสุด ๆ จึงออกไปว่ายน้ำให้หายเครียด

.....9. แพนเค้กตามหาสาเหตุที่แท้จริงว่าทำไมถึงเครียด

.....10. ว่านรู้ว่าตนเองเครียดเพราะอะไร แล้วหาทางแก้ที่สาเหตุ

เฉลย

ตอนที่ 1

ตามดุลยพินิจของผู้สอน

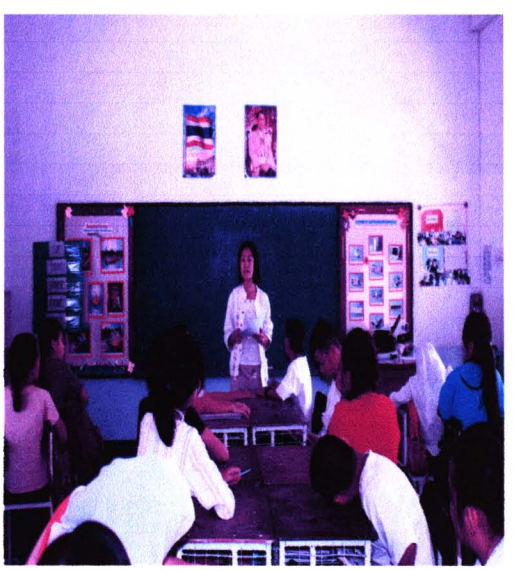
ตอนที่ 2

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

ภาคผนวก ค

ภาพการดำเนินการจัดกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ผู้วิจัยชี้แจงการทำกิจกรรม

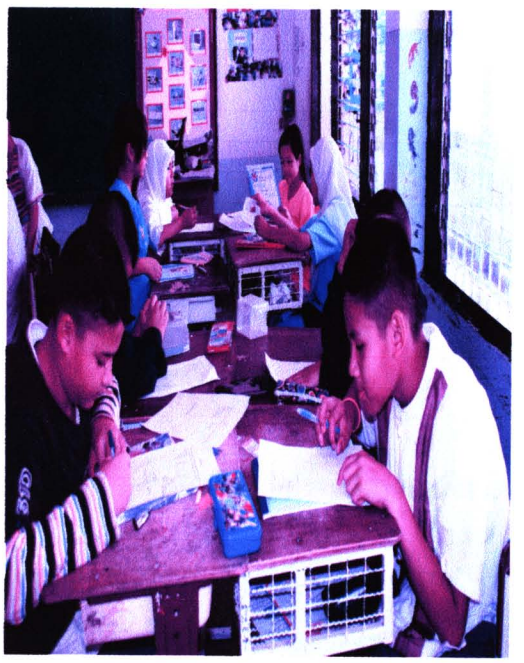


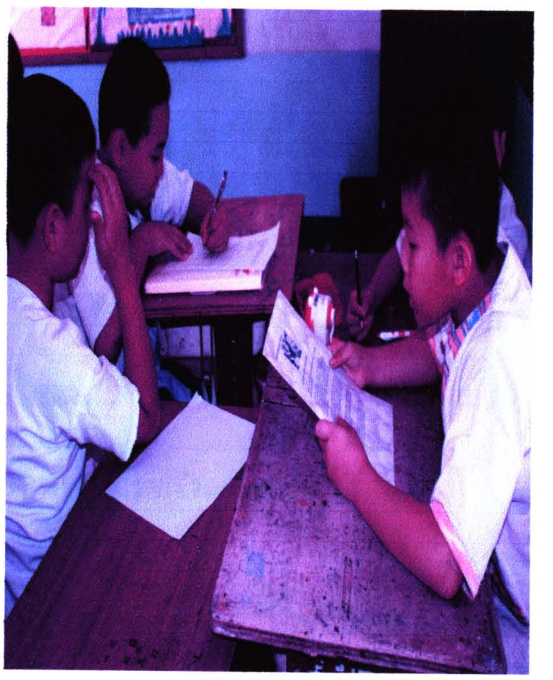
กิจกรรมที่ 1

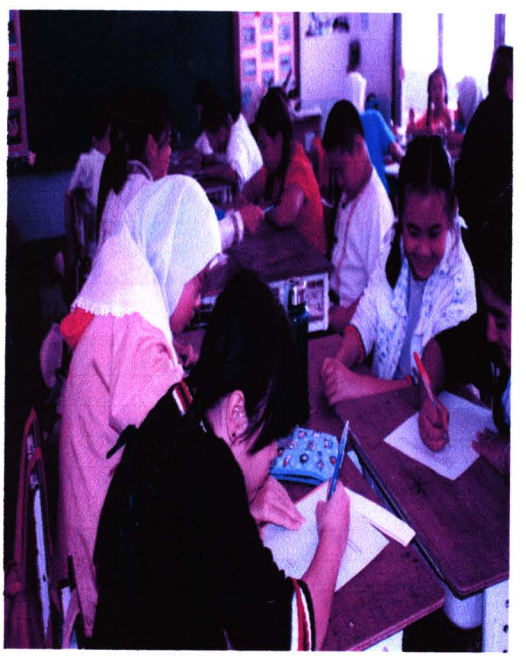
มหันตภัยร้ายจากเกม

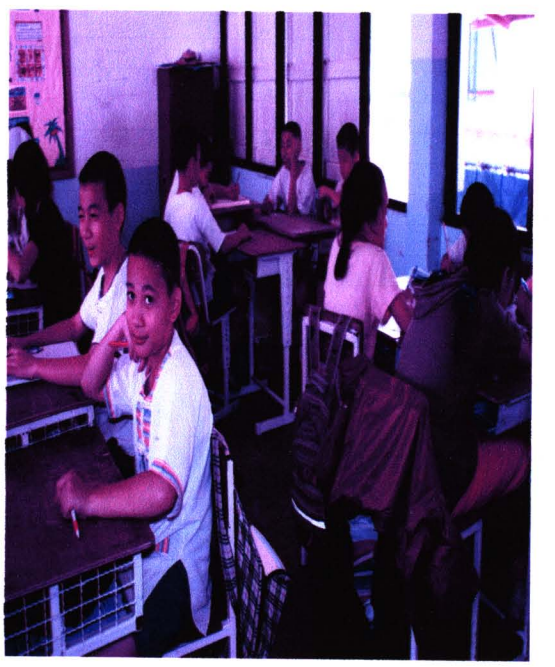
นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ข่าว

กิจกรรมที่ 1 (ต่อ)





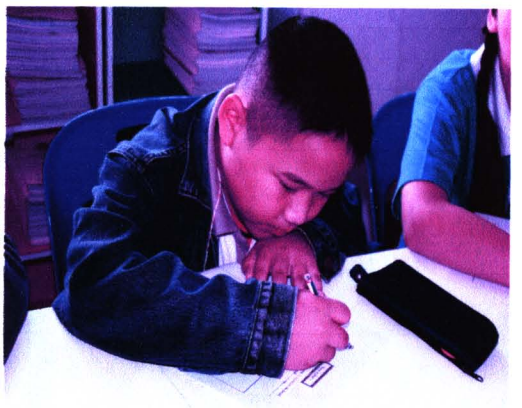




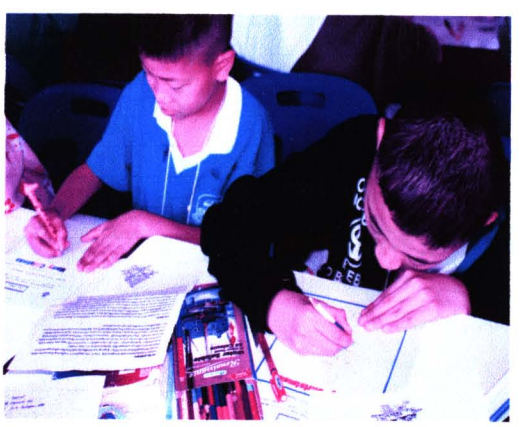
นักเรียนร่วมกันระดมสมองสร้างแผนผังความคิดเรื่องลักษณะของเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ และเรียบเรียงเป็นเรื่องราวเพื่อใช้ในการแสดงบทบาทสมมติ

กิจกรรมที่ 2

ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน



นักเรียนวิเคราะห์อารมณ์ของตนเองและอภิปรายร่วมกับเพื่อน



นักเรียนระดมสมองเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

กิจกรรมที่ 2 (ต่อ)

ตัวฉันและเธอสำคัญแค่ไหน

นักเรียนเล่นเกมเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันในสังคม

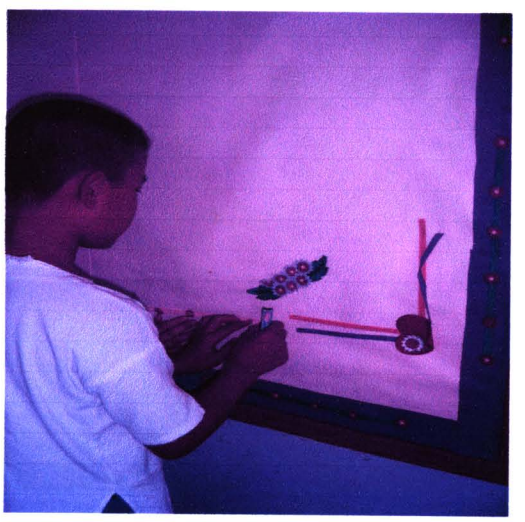
สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ ห้องสมุดงานวิจัย

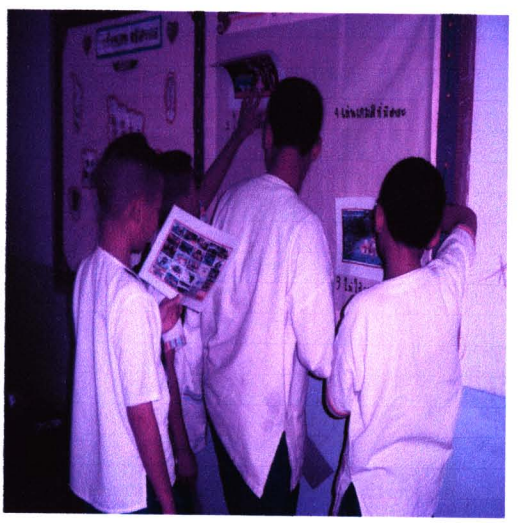
กิจกรรมที่ 3

สื่อสารถูกต้องสู่สัมพันธภาพที่ดี

กิจกรรมที่ 4

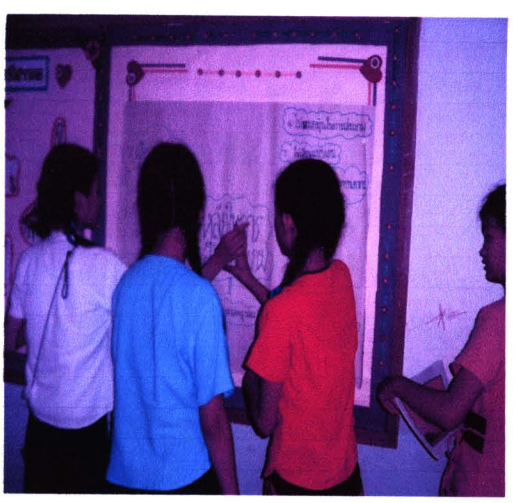
ฉลาดเลือก

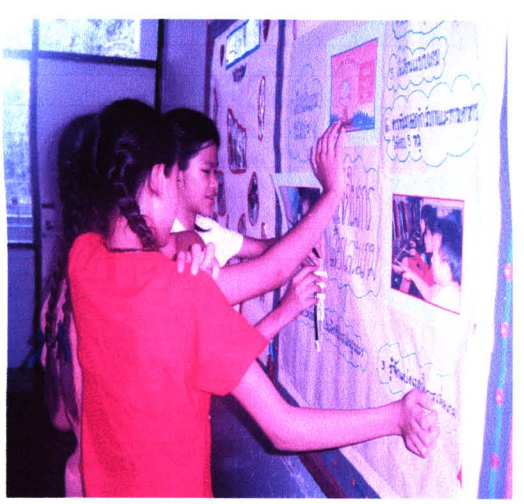




กิจกรรมที่ 4 (ต่อ)

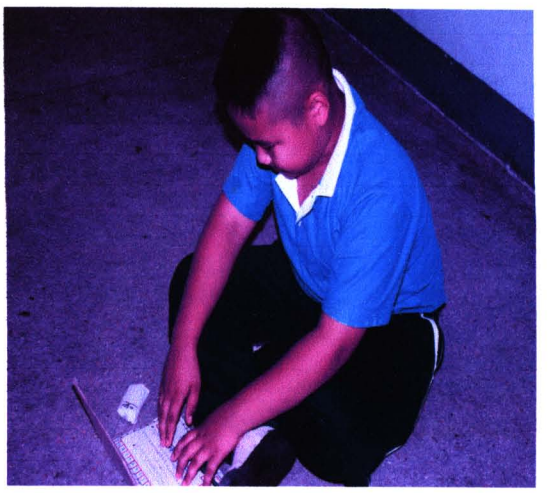
ฉลาดเลือก





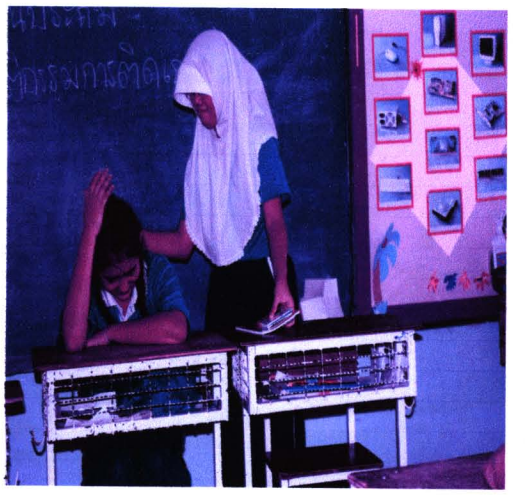
กิจกรรมที่ 5

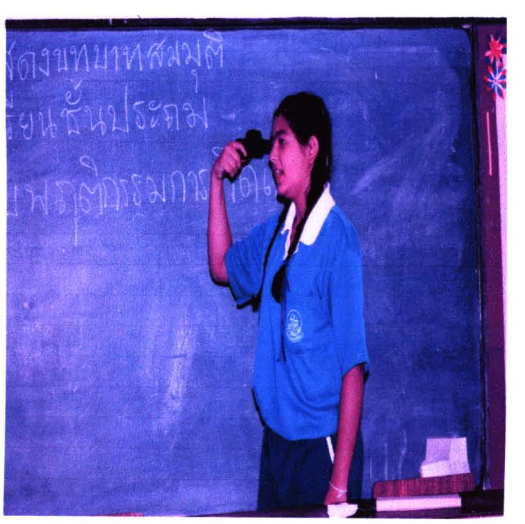
อารมณ์นั้นสำคัญไฉน



กิจกรรมที่ 5 (ต่อ)

อารมณ์นั้นสำคัญไฉน



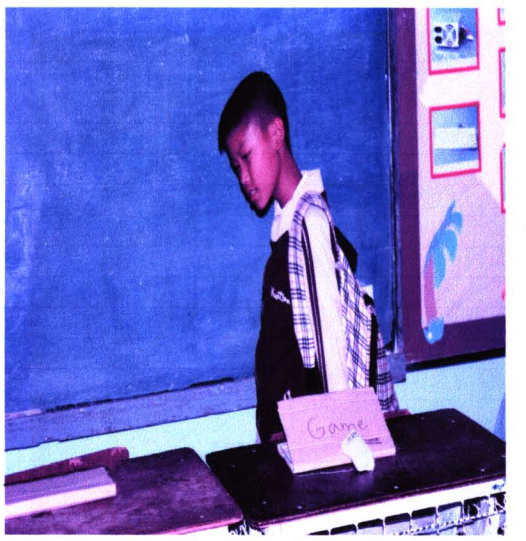


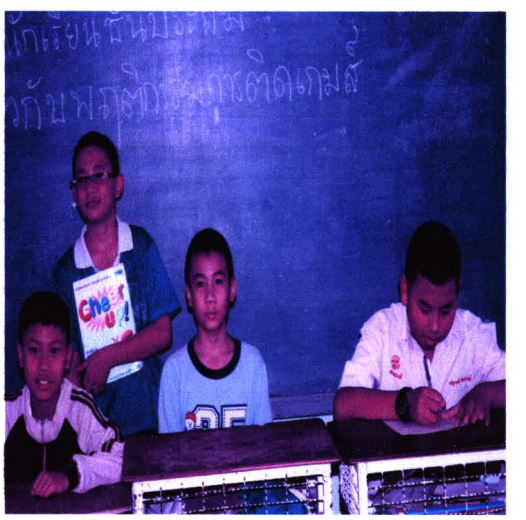
กิจกรรมที่ 5 (ต่อ)

อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

กิจกรรมที่ 5 (ต่อ)

อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

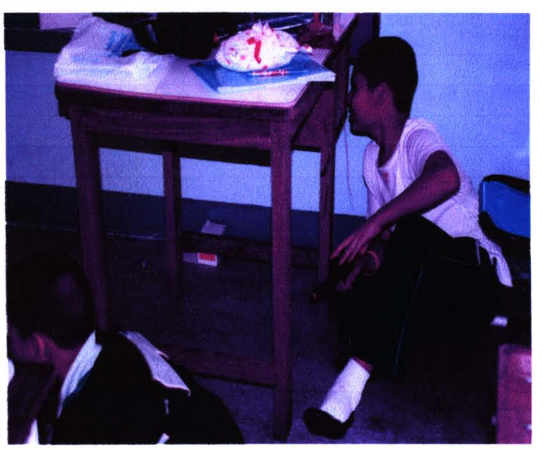


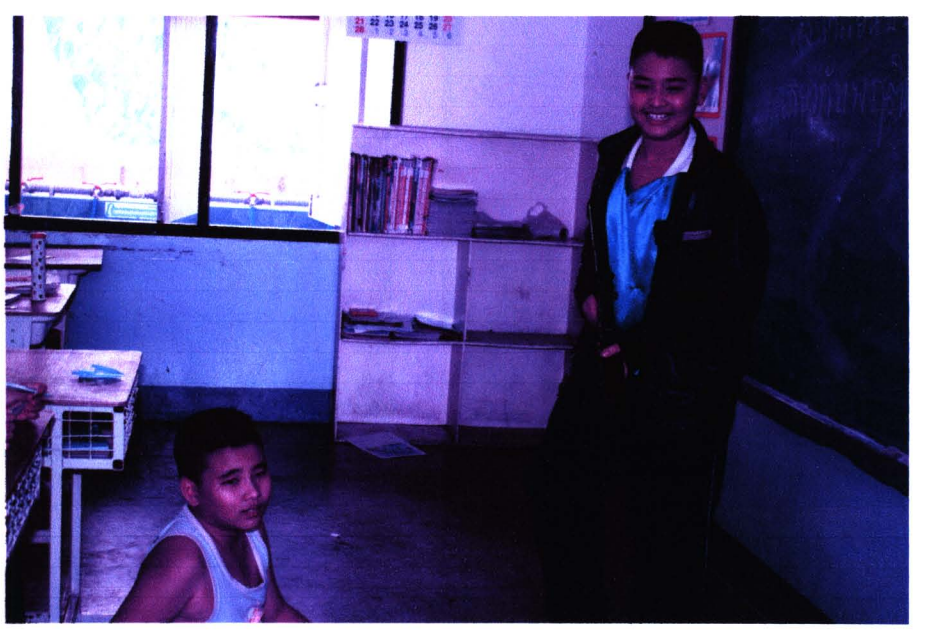


กิจกรรมที่ 5 (ต่อ)
อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

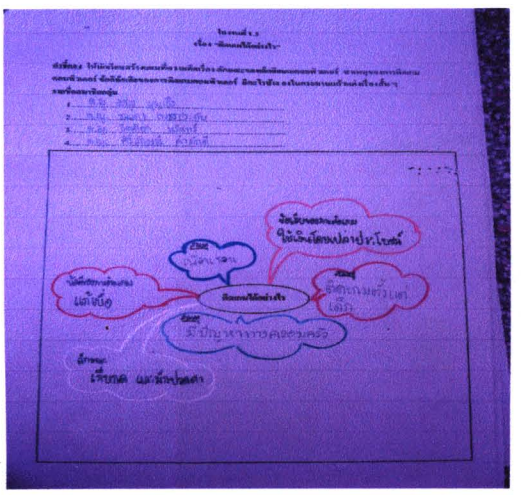
กิจกรรมที่ 5 (ต่อ)

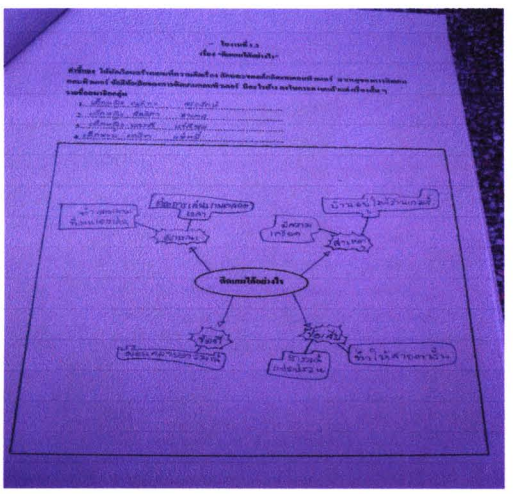
อารมณ์นั้นสำคัญไฉน

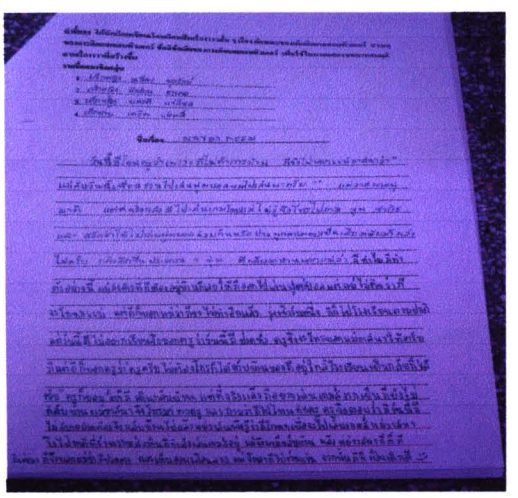


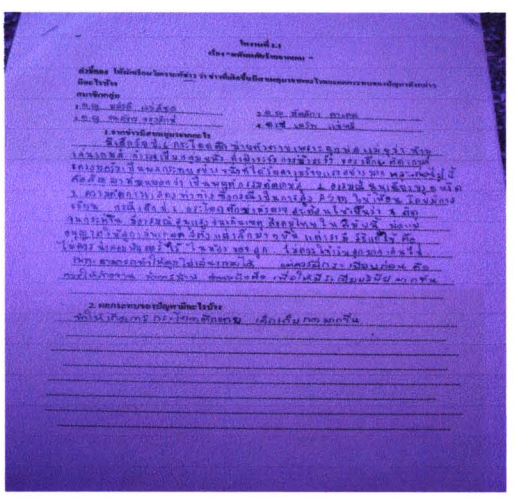


ผลงานนักเรียน



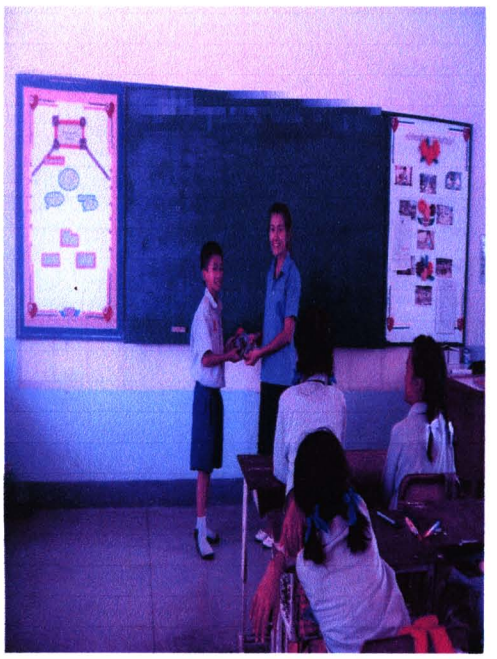


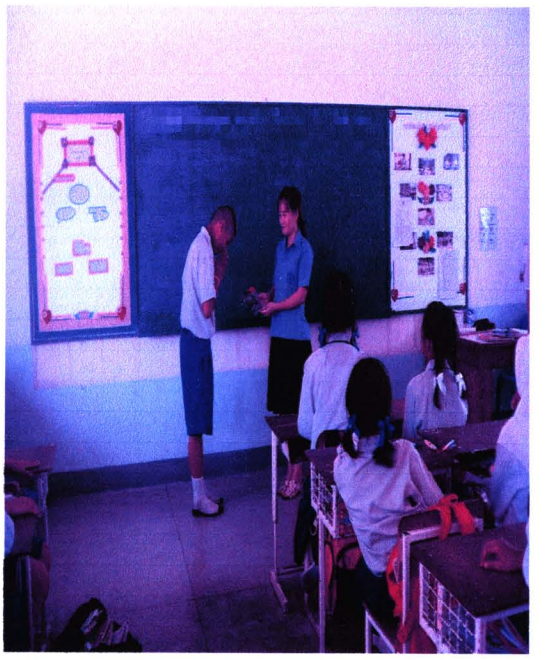




มอบของที่ระลึกให้โรงเรียน

มอบรางวัลให้นักเรียนที่ร่วมทำกิจกรรม





ถ่ายรูปรวมวันสุดท้ายของการทำกิจกรรม

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล นางสาวเจษฎาภรณ์ สายถิ่น

วัน เดือน ปี เกิด 21 พฤษภาคม 2527

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2539	ประถมศึกษา โรงเรียนชุมชนบ้านเหมืองหม้อ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
พ.ศ. 2545	มัธยมศึกษา โรงเรียนถิ่นโอภาสวิทยา อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
พ.ศ.2549	ศึกษาศาสตรบัณฑิต (สุขศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2547	นักศึกษาช่วยงานวิจัยภาคสนาม ศูนย์วิทยาการคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2548	นักศึกษาช่วยงานทั่วไป สถานวิชาการนานาชาติ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2549	ผู้ช่วยนักวิจัย ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2550	ผู้ช่วยนักวิจัย เดือนพฤษภาคม 2550- เดือนกันยายน 2550 สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2551	ผู้ช่วยนักวิจัย เดือนสิงหาคม 2551- เดือนมกราคม 2552 สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
พ.ศ. 2552-ปัจจุบัน	ครูผู้สอน โรงเรียนสันติศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่