



ครูผู้สอนดีเด่น

ด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้
เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต

นางชนนิภานต์ นันทราช ตำแหน่งครู

**โรงเรียนบ้านตาลเม็ງ (โพธิราชอำนวย)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 2
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน**

คำนำ

หากกล่าวถึง “เรื่องเพศ” คนส่วนใหญ่มักคิดว่า หมายถึงเพศสัมพันธ์ เช่นเดียวกับเมื่อพูดถึงการสอนเพศศึกษาหลายคนรู้สึกไม่สบายใจ เพราะเข้าใจไปเองว่าเป็นการสอนเด็กๆ เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ และเกรงว่าจะเป็นการชี้โพรงให้กระรอก หากแต่เรื่องเพศเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ เกี่ยวข้องกับทุกช่วงชีวิตตั้งแต่ก่อนเกิดจนถึงตาย สังคมและวัฒนธรรมมีส่วนในการกำหนด ความคิด ความเชื่อ บทบาท การแสดงออก ความสัมพันธ์ และพฤติกรรมเรื่องเพศของสมาชิกในสังคม

“เรื่องเพศหรือเพศวิถี” (Sexuality) จึงครอบคลุมเรื่องต่างๆ หลายมิติที่เกี่ยวกับตัวตนของมนุษย์ อาทิ การให้คุณค่าทัศนคติ พฤติกรรม ภาพลักษณ์ทางร่างกาย ความเชื่อ อารมณ์ บุคลิกภาพ รสนิยม กระบวนการหล่อหลอมทางสังคม ความสัมพันธ์ การแสดงออก รวมทั้งสรีระ และความพึงพอใจทางเพศ จะเห็นได้ว่ามิติทางเพศนั้นมีผลต่อความเข้าใจเรื่องเพศของมนุษย์ (Jennifer Robertson: 2005, 2) เพราะเรื่องเพศเกี่ยวโยงทั้งเรื่องชีววิทยา เช่น เราจะบอกว่าคนนั้นเป็นผู้ชายหรือผู้หญิง เรามักจะตัดสินจากอวัยวะเพศของคนๆ นั้นเป็นหลัก เกี่ยวข้องกับเรื่องสังคมและวัฒนธรรม เช่น การแสดงบทบาทผู้ชายจะต้องเข้มแข็ง อดทน เป็นผู้นำผู้หญิงจะต้องเรียบร้อยอ่อนหวานนุ่มนวล เป็นต้น เรื่องเพศจึงเป็นพรมแดนที่ธรรมชาติและวัฒนธรรมมาบรรจบกัน แต่ธรรมชาติทางเพศในตัวมนุษย์ ได้แก่ ฮอโมน อวัยวะ สรีระ ระบบประสาท ยีนส์ และพันธุกรรม มิได้ถูกปลดปล่อยอย่างอิสระแต่ถูกควบคุมและให้ความหมายผ่านค่านิยม พิธีกรรม ครอบครัวยุทธศาสตร์ และสถาบันทางสังคม (Jeffrey Weeks: 2003,21) สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นในวิถีชีวิตที่มีต่อการปฏิบัติทางเพศ เพศสภาพ และเพศวิถี ซึ่งเป็นสามส่วนที่หล่อหลอมให้มนุษย์ดำเนินชีวิตทางเพศตามค่านิยมที่สังคม กำหนดไว้ หรือท้าทาย/ขัดขืนค่านิยมเหล่านั้น

การสอนเพศศึกษา เป็นการชี้โพรงให้กระรอกหรือไม่ เป็นการสอนให้วัยรุ่นอยากรู้ อยากลองมากขึ้นหรือไม่ คำถามเหล่านี้ นับว่ามีความเป็นสากลอยู่มากพอสมควร เพราะองค์การระหว่างประเทศ เช่น องค์การอนามัยโลก และโครงการเอดส์แห่งสหประชาชาติ (UNAIDS) จึงได้ทำการเปิดประเด็นหลักการได้แนวคิดที่ว่า 1) กลุ่มวัยรุ่นที่ยังไม่มีเพศสัมพันธ์ การสอนเพศศึกษาช่วยชะลอการมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกออกไป 2) กลุ่มวัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์แล้ว เพศศึกษาจะช่วยให้วัยรุ่นเหล่านั้น มีการใช้วิธีคุมกำเนิดอย่างถูกต้อง และใช้ทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ 3) ไม่พบหลักฐานว่า การสอนเพศศึกษาจะเป็นการส่งเสริมให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กันมากขึ้น (UNESCO, 1998)

ดังนั้น เรื่องเพศจึงเหมือนเรื่องอื่นๆ ที่จำเป็นต้องสร้างการเรียนรู้ ทั้งยังเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต ข้าพเจ้าในฐานะครูผู้สอน จึงต้องการให้ความรู้ ทักษะ กับนักเรียนในการเรียนเพื่อปรับทัศนคติการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีของตนให้สอดคล้องกับการเติบโตและพัฒนาการในแต่ละช่วงวัย โดยไม่ปล่อยให้เป็นการเรียนรู้แบบลองผิดลองถูกเองตามสัญชาตญาณโดยไม่เท่าทันหลายเหตุปัจจัยที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางเพศ

ชนนิกานต์ นันทราช

21 สิงหาคม 2566

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	1
ส่วนที่ 2	
ตัวบ่งชี้ที่ 1 มีความรู้ความเข้าใจในหลักสูตรอบรมพัฒนาครูเพศวิถีศึกษา แบบออนไลน์	2
ตัวบ่งชี้ที่ 2 การขับเคลื่อนการดำเนินงาน	
เป็นผู้ได้รับมอบหมายให้จัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต	3
ตัวบ่งชี้ที่ 3 มีการขยายผลการดำเนินงานให้บรรลุตามเป้าหมายของโครงการ	
1. เป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) มีผลงานเชิงประจักษ์	4
2. มีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่หลากหลายตามสภาพจริง	9
3. เป็นผู้มีหน่วยการเรียนรู้/แผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต	18
แผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและทักษะชีวิตระดับ ชั้นม.1	
เรื่อง บอกหน่อย.....ฉันอยากรู้ (2 ชั่วโมง)	20
เรื่อง อะไรสำคัญสำหรับฉัน (2 ชั่วโมง)	26
เรื่อง เนื้อตัว.....ร่างกาย (1 ชั่วโมง)	29
4. มีจำนวนชั่วโมง/คาบการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต	
อย่างน้อย ๕ - ๘ ชั่วโมง/คาบ ต่อภาคเรียน ต่อระดับชั้น	31
5. เป็นผู้มีความสามารถให้คำปรึกษา คำแนะนำ และช่วยเหลือเกี่ยวกับเรื่อง	
เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตที่เหมาะสมกับนักเรียน	33

ภาคผนวก

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

โรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย) ตั้งอยู่ที่ 137 หมู่ที่ 7 บ้านดงสวรรค์ ตำบลตาลเนิ้ง อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร รหัสไปรษณีย์ 47240 สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนครเขต 2 อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร ห่างจากตัวจังหวัด 76 กิโลเมตร ห่างจากตัวอำเภอ 30 กิโลเมตร และมีอาณาเขตติดต่อกับอำเภอและจังหวัดใกล้เคียง ดังนี้

ทิศเหนือ	ตำบลแวง อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร
ทิศใต้	ตำบลวาริชภูมิ อำเภวาริชภูมิ จังหวัดสกลนคร
ทิศตะวันออก	ตำบลปลาไหล อำเภวาริชภูมิ จังหวัดสกลนคร
ทิศใต้	ตำบลหนองลาด อำเภวาริชภูมิ จังหวัดสกลนคร

ผู้อำนวยการโรงเรียน ชื่อ นางสาวสรณา วัชรสังกาศ

มีข้าราชการครูทั้งหมด 15 คน มีบุคลากรทางการศึกษาทั้งหมด 2 คน ได้ผ่านการอบรมโปรแกรมพัฒนาครูเพศวิถีศึกษาแบบออนไลน์ จำนวน 16 คน

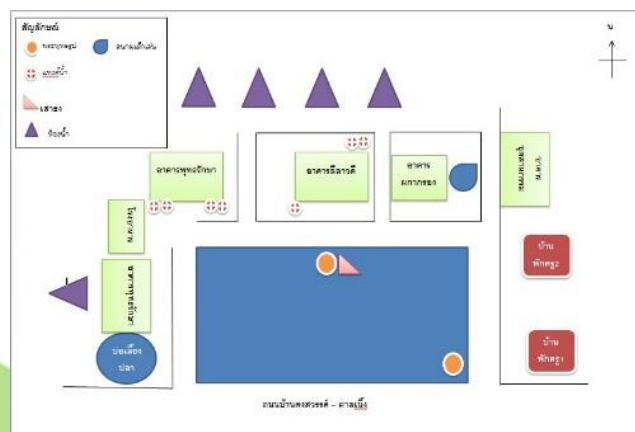
จำนวนนักเรียนทั้งหมด 123 คน (ข้อมูล DMC ณ วันที่ 10 มิถุนายน 2566) นักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต จำนวน 123 คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐๐ ของนักเรียนทั้งหมด

เปิดการเรียนการสอนระดับชั้นอนุบาล 2 ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

แหล่งเรียนรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่นและแหล่งเรียนรู้นอกสถานศึกษา

แหล่งเรียนรู้ในสถานศึกษา	แหล่งเรียนรู้นอกสถานศึกษา
1.ห้องสมุด	1. วัดธรรมสมโพธิ์
2.ห้องพยาบาล	2. ศาลเจ้าปู่ตา
3. ห้องวิทยาศาสตร์	3. แหล่งเรียนรู้สวนเกษตร-พอเพียง
4. ห้องคอมพิวเตอร์	4. แหล่งเรียนรู้ขนมไทย
5. ห้องคณิตศาสตร์	5. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตาลเนิ้ง
6. สหกรณ์ร้านค้าโรงเรียน	6. องค์การบริหารส่วนตำบลตาลเนิ้ง
7.บ่อเลี้ยงปลา	

ผังโรงเรียน



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

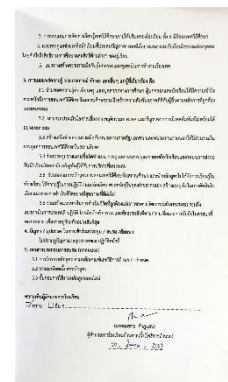
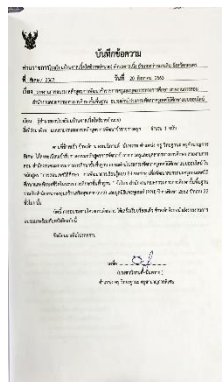
ส่วนที่ 2

ตัวบ่งชี้ที่ 1 มีความรู้ความเข้าใจในหลักสูตรอบรมพัฒนาครูเพศวิถีศึกษา แบบออนไลน์

ตามที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานและแจ้งแนวทางการขับเคลื่อนการพัฒนาครูให้สอนเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยให้ผู้บริหาร ครูผู้สอนเพศวิถีศึกษา ครูสุขศึกษาและพลศึกษา ครูแนะแนว และครูอื่นๆที่ได้รับการอบรมผ่านโปรแกรมพัฒนาครูเพศวิถีศึกษาแบบออนไลน์ทางเว็บไซต์ ข้าพเจ้า นางชนนิกานต์ นันทราช ตำแหน่ง ครู โรงเรียนบ้านตาลหนึ่ง (โพธิราชอำนวย) ได้ดำเนินการเข้ารับการอบรมเพศวิถีออนไลน์ ตามรายงานการอบรมโครงการพัฒนาครูรูปแบบครบวงจร ด้วยระบบออนไลน์ หลักสูตร ศึกษา “การสอนเพศวิถีศึกษา : การพัฒนาการเรียนรู้แบบ E-Learning เพื่อพัฒนาสมรรถนะครูให้สอนเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน” และได้สำเร็จการอบรมหลักสูตรการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา “การสอนเพศวิถีศึกษา : การพัฒนาการเรียนรู้แบบ E-Learning เพื่อพัฒนาสมรรถนะครูให้สอนเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน” เมื่อวันที่ 20 สิงหาคม พ.ศ. 2562 เลขที่วุฒิบัตร CSE-Elearning OBEC : 0018147



วุฒิบัตรผ่านการอบรมเพศวิถีศึกษา แบบออนไลน์



ตัวอย่างรายงานการอบรมเพศวิถีศึกษา แบบออนไลน์

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลหนึ่ง (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

ตัวบ่งชี้ที่ 2 การขับเคลื่อนการดำเนินงาน

เป็นผู้ได้รับมอบหมายให้จัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต



คำสั่งโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย)

ที่ ๓๖/๒๕๖๖

เรื่อง การมอบหมายงานในหน้าที่ การจัดชั้นเรียน และการมอบหมายงานพิเศษของข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา ประจำปีการศึกษา ๒๕๖๖

เพื่อให้การปฏิรูปการศึกษาและการบริหารจัดการภายในโรงเรียนบรรลุเป้าหมายอย่างต่อเนื่อง และมีประสิทธิภาพ ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา มีความคล่องตัว รวดเร็ว และถูกต้องในการปฏิบัติหน้าที่ที่สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๖๐ และเป็นไปตามหลักการของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๔๕ โดยให้มีการจัดระบบโครงสร้างและระบบการจัดการศึกษามีเอกภาพเชิงนโยบาย มีความหลากหลายในการปฏิบัติตามบทบัญญัติในมาตรา ๓๕ ความว่า "กำหนดให้กระทรวงกระจายอำนาจการบริหารและการจัดการศึกษาทั้งด้านวิชาการ งบประมาณ การบริหารงานบุคคล และการบริหารทั่วไป ไปยังคณะกรรมการและสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา และสถานศึกษา ซึ่งจะสะท้อนให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ พัฒนาตนเองให้เป็น คนดี คนเก่ง และมีความสุข"

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๘ แห่งมาตรา ๓๕ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. ๒๕๔๖ วัตถุประสงค์การบริหารจัดการและขอบเขตการปฏิบัติงานที่ของสถานศึกษาและให้สถานศึกษามีการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามมาตรา ๓๕ (๒) ที่ให้โรงเรียนมีฐานะเป็นนิติบุคคล สามารถบริหารจัดการให้สถานศึกษามีความคล่องตัว มีอิสระ จึงมอบหมายให้ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา รับผิดชอบงานในหน้าที่และงานพิเศษของโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง(โพธิราชอำนวย) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต ๒ ดังนี้

นางสาวสนญา วีระสังกาศ ผู้อำนวยการโรงเรียน

มีหน้าที่ บังคับบัญชา ควบคุม ติดตาม กำกับดูแล ส่งเสริม สนับสนุนนโยบาย ยุทธศาสตร์ แนวทางดำเนินงานในการบริหารจัดการภายในโรงเรียน ครอบคลุมถึง ๔ งาน คือ การบริหารวิชาการ การบริหารงบประมาณ การบริหารงานบุคคล และการบริหารทั่วไป ให้เกิดความคล่องตัวเพื่อต่อการบริหารจัดการและมีประสิทธิภาพต่อองค์กร

- ๔. จัดให้ครู นักเรียนมีส่วนร่วมในงานห้องสมุด
- มอบหมายหน้าที่ควบคุมการปฏิบัติงานของครู เจ้าหน้าที่ หรือผู้ช่วยงานห้องสมุด
- อบรมนักเรียน ให้ความรู้ความเข้าใจในงานห้องสมุด
- จัดและแต่งตั้งนักเรียนทำหน้าที่ประจำวัน เพื่อช่วยงานห้องสมุด
- ๕. งานประชาสัมพันธ์
- ประสานงานกับบุคลากรในโรงเรียนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- เป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำการให้บริการด้านค้นคว้าและหลักฐานอ้างอิง
- ๖. ประเมินผลและสรุปการดำเนินงาน
- รายงานด้านการจัดการ
- รายงานด้านการบริการ
- สรุปผลการดำเนินงาน ปัญหาอุปสรรค ข้อเสนอแนะและแนวทางการ

๔. ห้องคอมพิวเตอร์

๔.๑ นางชนนิกันต์ นันทพร

มีหน้าที่

- ๑. ดูแลระบบการทำงานในห้องคอมพิวเตอร์ / ห้องปฏิบัติการทางภาษา ให้มีประสิทธิภาพ สามารถใช้งานได้ตลอด
- ๒. ให้บริการเมื่อมีครู - นักเรียนมาใช้บริการห้องคอมพิวเตอร์ / ห้องปฏิบัติการทางภาษา
- ๓. จัดควบคุมดูแลรักษาความสะอาดห้องและอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ
- ๔. ครูผู้สอนเพศวิถีศึกษา

๕. ห้องวิทยาศาสตร์

๕.๑ นางรัชณีกร ผาสุ

มีหน้าที่

- ๑. ดูแลความสะอาดและอุปกรณ์ภายในห้องวิทยาศาสตร์
- ๒. สนับสนุนการใช้ห้องวิทยาศาสตร์
- ๓. จัดทำตารางการใช้ห้องวิทยาศาสตร์
- ๔. จัดทำทะเบียนการใช้ห้องวิทยาศาสตร์
- ๕. จัดควบคุมดูแลรักษาความสะอาดห้องและอุปกรณ์ต่างๆ ให้สะอาดเรียบร้อยอยู่เสมอ
- ๖. ติดตามและประเมินผล
- ๖. อาหารเสริม
- ๖.๑. นางรัชณีกร ผาสุ
- ๖.๒. นางปวีร์ สัตย์ย้อย
- ๖.๓. นางสาวสายบ้าน วงศ์ประทุม

มีหน้าที่

๖. สืบค้นงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์

- ๔.๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ นางสาวจินา จันทร์แก้ว ครูที่ปรึกษา คนที่ ๓ สอนวิชาภาษาอังกฤษ ชั้น ม.๑-๓ นายอุษุณีย์ วงศ์คำศรี ครูที่ปรึกษา คนที่ ๒ สอนวิชาศิลปศึกษา คนตรี และนาฏศิลป์ ชั้น ป.๔-๖ และ ม.๑-๓
 - ๔.๔ นางสาววอลจันทร์ มาลาทอง สอนวิชาสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม และวิชาประวัติศาสตร์ ชั้น ป.๔-๖ และ ม.๑-๓
 - ๔.๕ นางภัทรภรณ์ วงศ์ประทุม สอนวิชาภาษาอังกฤษ ชั้น ป.๔-๖ และ ม.๑-๓
- หัวหน้าระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ นางชนนิกันต์ นันทพร
วิชาการระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ นางสาวอริสา เจตติ

หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ ๔ กลุ่มสาระ

- ๑.กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย นางสาวกัญชัชชา คำภูแสน
- ๒.กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ นางสาวอริสา เจตติ
- ๓.กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ นางรัชณีกร ผาสุ
- ๔.กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม นางสาววอลจันทร์ มาลาทอง
- ๕.กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา นางชนนิกันต์ นันทพร
- ๖.กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ นายอุษุณีย์ วงศ์คำศรี
- ๗.กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี นางภัทรภรณ์ วงศ์ประทุม
- ๘.กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ นางสาววิภาลณี ทัศนกรรจ์
- ๘.กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน นางสาวราชใจ

ครูที่ปฏิบัติการสอนมีหน้าที่ดังต่อไปนี้

๑. การปฏิบัติการสอน

- ๑.๑ เตรียมการสอน
- จัดทำตารางการเรียนการสอน
- ศึกษาเอกสารหลักสูตร
- จัดทำกำหนดการสอน
- จัดทำแผนการเรียนรู้
- จัดทำสื่อและอุปกรณ์การสอน
- จัดเตรียมข้อมูลนักเรียนก่อนเข้าเรียน
- จัดเตรียมข้อมูลนักเรียนที่สอบซ่อมเสริม

- ๑๑.๑๓. นางสาววอลจันทร์ มาลาทอง ผู้ช่วย
- ๑๑.๑๔. นายอชิร แสงมณี ผู้ช่วย
- ๑๑.๑๕. นายอุษุณีย์ วงศ์คำศรี ผู้ช่วย
- ๑๑.๑๖. นางสาวสายบ้าน วงศ์ประทุม ผู้ช่วย


มีหน้าที่

- ๑. ประสานงานให้ครูดำเนินการตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ
- ๒. เสริมสร้างเจตคติที่ดี และทักษะในการปฏิบัติงานตามระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนแก่บุคลากรในโรงเรียน
- ๓. วางระบบ กำหนดโครงสร้างการดำเนินงาน บทบาทและภารกิจของบุคลากรในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- ๔. จัดทำปฏิทินดำเนินงาน การนิเทศ ติดตาม และการรายงานผลการปฏิบัติงาน
- ๕. จัดทำเอกสาร เครื่องมือเครื่องใช้ในการดำเนินงาน จัดประชุมชี้แจงและอบรมให้ความรู้แก่บุคลากร
- ๖. ให้ความช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกแก่คณะกรรมการดำเนินงานพัฒนาระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- ๗. รายงานสรุปผลการดำเนินงาน และเผยแพร่ประชาสัมพันธ์
- ๘. ปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

ให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายตามคำสั่งนี้ปฏิบัติหน้าที่และรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายด้วยความรวดเร็ว เรียบร้อย ถูกต้องตามระเบียบแบบแผนของทางราชการให้บังเกิดผลดี หากข้าราชการครูคนหนึ่งคนใด หรืองานหนึ่งงานใดมีมากหรืองานเร่งด่วนต้องการความช่วยเหลือ ให้ข้าราชการครูทุกคนให้ความช่วยเหลือ ซึ่งถึงและกัน ถือว่า งานของโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย) เป็นงานในหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องรับผิดชอบและผู้ที่ได้รับการเปลี่ยนแปลงงาน ให้มอบหมายงานในหน้าที่ต่อกันไปให้แล้วเสร็จ ภายใน ๑๕ วัน นับตั้งแต่คำสั่งนี้มีผลบังคับใช้

ทั้งนี้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(ลงชื่อ) 
(นางสาวสนญา วีระสังกาศ)
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย)

คำสั่งมอบหมายงานให้เป็นครูผู้สอนเพศวิถีศึกษา

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

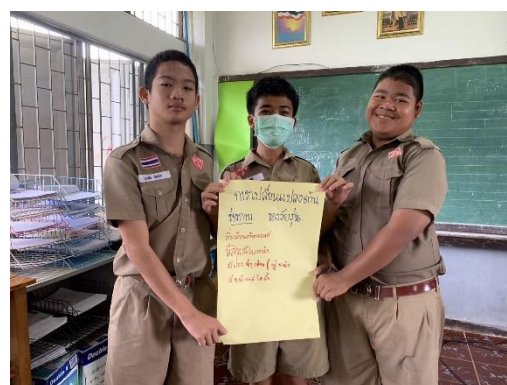
โรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย) สพ.สกลนคร เขต 2

ตัวบ่งชี้ที่ 3 มีการขยายผลการดำเนินงานให้บรรลุตามเป้าหมายของโครงการ

1. เป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) มีผลงานเชิงประจักษ์

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในลักษณะเชิงรุก(Active Learning) ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

โดยให้นักเรียนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน โดยการจับกลุ่มแล้วเขียนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์ของวัยรุ่น และ พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น พร้อมทั้งนำเสนองาน



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในลักษณะเชิงรุก (Active Learning)
ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

สอนให้นักเรียนรู้จักการป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ/การขอความช่วยเหลือ โดยใช้วิทยากรภายนอก



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในลักษณะเชิงรุก(Active Learning)
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สอนให้นักเรียนรู้จักการป้องกันตัวเองอภัยภัย/การขอความช่วยเหลือ การมีทักษะชีวิตโดยใช้วิทยากรภายนอก



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

การจัดกระบวนการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในลักษณะเชิงรุก(Active Learning)
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สอนให้นักเรียนรู้จักการมีทักษะชีวิตในการให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นอย่างถูกวิธี โดยใช้วิทยากรภายนอก



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

จัดกิจกรรมเพื่อนคู่คิด เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้เรียนรู้

การให้คำปรึกษาเบื้องต้น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ มีจิตอาสา มีทักษะในการรับฟังและให้คำปรึกษา ปฏิบัติหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เพื่อนนักเรียน สามารถให้คำปรึกษาเพื่อนที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกันที่ประสบปัญหา มีความกังวลหรือยุ่งยากลำบากใจ ให้เข้าใจปัญหาได้อย่างชัดเจนเห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาของตัวเอง และร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน โดยการดูแลชี้แนะอย่างใกล้ชิดจากครู



2. มีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่หลากหลายตามสภาพจริง

รายการวัด	วิธีวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
การประเมินระหว่างการจัดกิจกรรม 1) ผลงานนักเรียน 2) พฤติกรรมรายบุคคลจากการทำกิจกรรมในห้องเรียน 3) พฤติกรรมกลุ่มจากการทำกิจกรรมในห้องเรียน 4) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 4) การนำเสนองาน	-ประเมินผลงาน -ประเมินพฤติกรรมรายบุคคล -ประเมินพฤติกรรมทำงานกลุ่ม -สังเกตการณ์ใฝ่เรียนรู้ มี ความรับผิดชอบและมุ่งมั่นในการทำงาน -ประเมินการนำเสนองาน	- แบบประเมินผลงานกลุ่ม -แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล -แบบสังเกตพฤติกรรมทำงานกลุ่ม -แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - แบบประเมินผลงานกลุ่ม	คุณภาพอยู่ในระดับ ดี ผ่านเกณฑ์
การประเมินหลังเรียน 1) ใบงาน 2) แบบทดสอบหลังเรียน	- ตรวจใบงาน	- แบบประเมินใบงาน	คุณภาพอยู่ในระดับ ดี ผ่านเกณฑ์หรือ ร้อยละ 70 ขึ้นไป



แบบประเมินงาน เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย
จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ / ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การอธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	อธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน และเข้าใจง่าย	อธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศได้ ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน เป็นส่วนใหญ่ และเข้าใจง่าย	อธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศได้ ถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่ แต่เข้าใจยาก	อธิบายลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศได้ ถูกต้อง เป็นบางส่วน แต่เข้าใจยาก
2. การอธิบายวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	อธิบายวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน และเข้าใจง่าย	อธิบายวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ได้ ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน เป็นส่วนใหญ่ และเข้าใจง่าย	อธิบายวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ได้ ถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่ แต่เข้าใจยาก	อธิบายวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ได้ ถูกต้อง เป็นบางส่วน แต่เข้าใจยาก
3. การบอกแนวทางในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	บอกแนวทางในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม ละเอียด ชัดเจน และนำไปปฏิบัติได้ง่าย	บอกแนวทางในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม ละเอียด ชัดเจน เป็นส่วนใหญ่ และนำไปปฏิบัติได้ง่าย	บอกแนวทางในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม เป็น ส่วนใหญ่ แต่นำไปปฏิบัติได้ยาก	บอกแนวทางในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม เป็นบางส่วน แต่นำไปปฏิบัติได้ยาก

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	11 - 12	9 - 10	6 - 8	ต่ำกว่า 6
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

แบบประเมินผลงาน (กลุ่ม)

ชื่อกลุ่ม

สมาชิกกลุ่ม 1. 2.

3. 4.

คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องให้ตรงกับระดับคะแนน

ด้านที่	สิ่งที่ประเมิน	ระดับคะแนน				
		0	1	2	3	4
1	ผลงานนักเรียน					
2	การนำเสนอผลงาน					
3	การปฏิบัติงานกลุ่ม					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่...../เดือน...../.....

การประเมินผลโดยรวม (ทุกรายการที่ประเมินควรได้อย่างน้อย ระดับ 2 ขึ้นไปจึงจะถือว่าผ่าน)

ผ่าน

ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน

ด้านผลงานนักเรียน

ระดับ 4 (ขึ้นอยู่กับรายละเอียดชิ้นงาน)

ระดับ 3 (ขึ้นอยู่กับรายละเอียดชิ้นงาน)

ระดับ 2 (ขึ้นอยู่กับรายละเอียดชิ้นงาน)

ระดับ 1 (ขึ้นอยู่กับรายละเอียดชิ้นงาน)

ระดับ 0 (ขึ้นอยู่กับรายละเอียดชิ้นงาน)



ด้านการนำเสนอผลงาน

ระดับ 4 ชัดเจน ถูกต้อง มีเหตุผล

ระดับ 3 ชัดเจน ถูกต้อง ไม่มีเหตุผล

ระดับ 2 ชัดเจน ไม่ถูกต้อง ไม่มีเหตุผล

ระดับ 1 ไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง มีเหตุผล

ระดับ 0 ไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง ไม่มีเหตุผล

ด้านการปฏิบัติงานกลุ่ม

ระดับ 4 ทุกคนมีส่วนร่วม ทำงานโดยใช้กระบวนการกลุ่ม

ระดับ 3 มีนักเรียนบางคนไม่สนใจทำชิ้นงาน

ระดับ 2 นักเรียนจำนวนครึ่งหนึ่งของกลุ่มยังไม่ได้ร่วมงานกลุ่ม

ระดับ 1 นักเรียนบางคนทำชิ้นงาน และไม่กระตุ้นให้เพื่อนร่วมทำ

ระดับ 0 ต่างคนต่างทำ ไม่มีการปรึกษากันเลย

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

แบบประเมินผลงาน

ชื่อนักเรียน.....

วัน/เดือน/ปี ที่สังเกต.....เวลา.....

รายการพฤติกรรม	คุณภาพการปฏิบัติ			
	3	2	1	0
1. ทำความเข้าใจเกี่ยวกับงานก่อนที่จะลงมือปฏิบัติ				
2. มีการเตรียมสื่อ อุปกรณ์ในการปฏิบัติงานให้พร้อม				
3. มีการวางแผนและขั้นตอนการปฏิบัติงานก่อนปฏิบัติ				
4. สามารถปฏิบัติได้ตามขั้นตอนที่วางแผนไว้				
5. ผลงานที่สำเร็จตามที่วัตถุประสงค์				
รวมคะแนน				
	ระดับคุณภาพ.....			

เกณฑ์การให้คะแนนคุณภาพการปฏิบัติ

ปฏิบัติได้สมบูรณ์ชัดเจน	ได้ 3 คะแนน
ปฏิบัติได้แต่ยังมีข้อบกพร่องเล็กน้อย	ได้ 2 คะแนน
ปฏิบัติได้แต่ยังไม่มีข้อบกพร่องมาก	ได้ 1 คะแนน
ไม่ได้ปฏิบัติเลย	ได้ 0 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
12- 15	3 (ดีมาก)
8- 11	2 (ดี)
4- 7	1 (พอใช้)
0 - 3	0 (ปรับปรุง)

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
วันที่...../เดือน...../.....

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓

ลงในช่องว่างที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความตั้งใจใน การทำงาน			ความ รับผิดชอบ			การตรงต่อเวลา			ความสะอาด เรียบร้อย			ผลสำเร็จ ของงาน			รวม 15 คะแนน	
		3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- • • ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 3 คะแนน
- • • ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 2 คะแนน
- • • ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน

12 - 15

8 - 11

ต่ำกว่า 8

ระดับคุณภาพ

ดี

พอใช้

ปรับปรุง

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

กลุ่มสาระการเรียนรู้ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ภาคเรียนที่.....ปีการศึกษา.....

ชื่อ-สกุลนักเรียน.....ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงใน
ช่องว่างที่ตรงกับระดับคะแนน

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
		3	2	1
1. มีวินัย รับผิดชอบ	1 ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัวและโรงเรียน มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน มีความรับผิดชอบ			
2. ใฝ่เรียนรู้	4.1 ตั้งใจเรียน			
	4.2 เอาใจใส่ในการเรียน และมีความเพียรพยายามในการเรียน			
	4.3 เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ			
	4.4 ศึกษาค้นคว้า หาความรู้จากหนังสือ เอกสาร สิ่งพิมพ์ สื่อเทคโนโลยี ต่างๆ แหล่งการเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน และเลือกใช้สื่อได้อย่างเหมาะสม			
	4.5 บันทึกความรู้ วิเคราะห์ ตรวจสอบบางสิ่งที่เรียนรู้ สรุปเป็นองค์ความรู้			
	4.6 แลกเปลี่ยนความรู้ ด้วยวิธีการต่างๆ และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			
3. มุ่งมั่นในการทำงาน	6.1 มีความตั้งใจและพยายามในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย			
	6.2 มีความอดทนและไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคเพื่อให้งานสำเร็จ			

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

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

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	1 คะแนน

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

ตัวอย่างแบบทดสอบก่อน-หลังเรียน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ผื่นเปื่อย มีความหมายตรงกับข้อใด
 - ก. การผื่นขณะนอนหลับกลางคืน
 - ข. การมีน้ำลายไหลขณะนอนหลับ
 - ค. การหลั่งน้ำอสุจิขณะนอนหลับ
 - ง. การมีเพศสัมพันธ์ขณะนอนหลับ
2. ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่นหญิง
 - ก. โใบหน้าสโตไล
 - ข. มีไหล่กว้างมากขึ้น
 - ค. มีประจำเดือน
 - ง. เริ่มมีหน้าอก
3. การระบายอารมณ์ที่ถูกต้องเหมาะสม ตรงกับข้อใด
 - ก. ปอชวนเพื่อนเล่นเกมออนไลน์
 - ข. ป่านชวนเพื่อนไปเดินห้างสรรพสินค้า
 - ค. โป้งชวนเพื่อนไปขับซั้จักรยานยนต์
 - ง. บ้างชวนเพื่อนเล่นฟุตบอลที่สนามในหมู่บ้าน
4. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุที่ทำให้เกิดการเบี่ยงเบนทางเพศ
 - ก. พันธุกรรม
 - ข. การมีประสบการณ์ทางเพศที่ไม่เหมาะสม
 - ค. การเลี้ยงดูที่ไม่ถูกต้องตามเพศจากครอบครัว
 - ง. สภาพแวดล้อม สิ่งยั้ยู่ต่างๆ จากสังคม
5. ต่อมที่มีหน้าที่ผลิตฮอร์โมนที่ไปกระตุ้นให้เกิดลักษณะเฉพาะ เช่น เสียงห้าว คือต่อมใด
 - ก. ต่อมเพศ
 - ข. ต่อมหมวกไต
 - ค. ต่อมไพเนียล
 - ง. ต่อมไทรอยด์
6. การสร้างฮอร์โมนที่ควบคุมการเผาผลาญอาหาร เป็นหน้าที่ของต่อมในข้อใด
 - ก. ต่อมเพศ
 - ข. ต่อมหมวกไต
 - ค. ต่อมไพเนียล
 - ง. ต่อมไทรอยด์
7. เมื่อร่างกายขาดธาตุไอโอดีน ต่อมไทรอยด์จะมีลักษณะอย่างไร
 - ก. ต่อมไทรอยด์จะมีลักษณะคงที่
 - ข. ต่อมไทรอยด์จะมีลักษณะหดตัวสั้นลงกว่าปกติ
 - ค. ต่อมไทรอยด์จะมีลักษณะขยายตัวใหญ่ขึ้น
 - ง. ต่อมไทรอยด์จะมีลักษณะที่ยืด หดตัวอยู่ตลอดเวลา
8. เมื่อถึงวัยชรา ต่อมในข้อใดมีลักษณะการเจริญเติบโตช้าลง
 - ก. ต่อมไทมัส
 - ข. ต่อมหมวกไต
 - ค. ต่อมไพเนียล
 - ง. ต่อมไทรอยด์
9. การเบี่ยงเบนอารมณ์ทางเพศส่งผลได้อย่างไร
 - ก. ทำให้สมองปลอดโปร่ง
 - ข. ทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น
 - ค. ทำให้มีปัญหาทางเพศลดลง
 - ง. ทำให้มีความสุขในการทำกิจกรรมอื่นๆ
10. ข้อใดไม่จัดว่าเป็นพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ
 - ก. เสียนแบบพฤติกรรมของเพศตรงข้าม
 - ข. พุดจาหรือหยอกล้อในเรื่องลามก
 - ค. มีเอกลักษณ์ทางเพศตามสถานภาพตนเอง
 - ง. มีการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ

เฉลย

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

ตัวอย่างใบงาน

ใบงานที่

3.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น จะเริ่มเปลี่ยนแปลงในช่วงอายุใด
.....
.....
2. วัยรุ่นชายจะมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างไร
.....
.....
3. วัยรุ่นหญิงจะมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างไร
.....
.....
4. การเจริญเติบโตด้านร่างกายของวัยรุ่นชายแตกต่างจากวัยรุ่นหญิงอย่างไร
.....
.....
5. การผื่นเป็นขี้ และการมีประจำเดือน มีความสัมพันธ์กันอย่างไร
.....
.....

ใบงานที่

3.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของวัยรุ่น



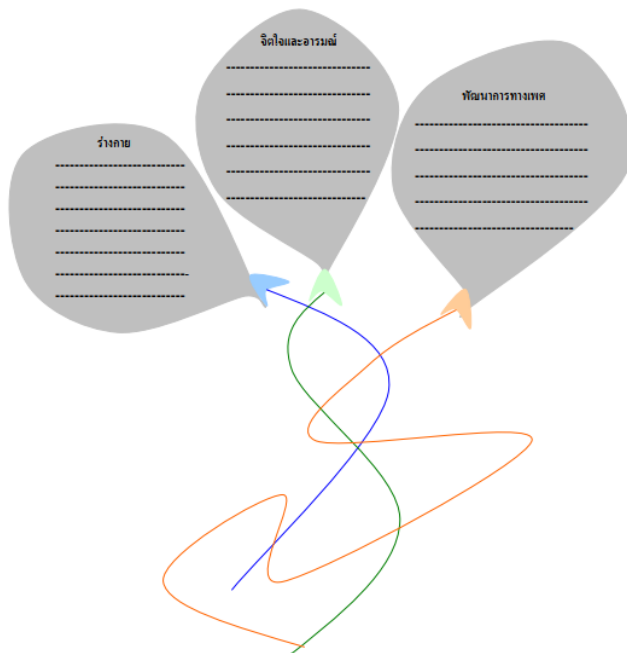
คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น จะเริ่มเปลี่ยนแปลงในช่วงอายุใด
ในช่วงอายุ 10-14 ปี
.....
.....
2. วัยรุ่นชายจะมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างไร
เสียงแตกหนุ่ม มีหนวดเครา มีขนขึ้นบริเวณรักแร้ หน้าแข้งและอวัยวะเพศ มีกลิ่นตัว มีสิ่วขึ้นตามใบหน้า
นมขึ้นท่อนหรือนมตั้งท่อน ผื่นเป็นขี้ มีลำคัมหรือและกระดูกที่แข็งแรง สะโพกแคบ ไหล่กว้าง แขนยาว
อวัยวะเพศจะโตขึ้น
.....
.....
3. วัยรุ่นหญิงจะมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างไร
มีสิ่วขึ้นบนใบหน้า มีเสียงแหลม มีกลิ่นตัว มีหน้าอกที่โตขึ้น ร่างกายเจริญเติบโต สะโพกขยายออก เอวคอดเล็กลง
มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศและรักแร้ มีประจำเดือนหรือมีระดู
.....
.....
4. การเจริญเติบโตด้านร่างกายของวัยรุ่นชายแตกต่างจากวัยรุ่นหญิงอย่างไร
ในช่วงแรกของการเข้าสู่วัยรุ่น วัยรุ่นหญิงจะมีการเจริญเติบโตที่รวดเร็วกว่าวัยรุ่นชาย และมีอายุ 14 ปี
วัยรุ่นชายจะมีรูปร่างที่โตกว่าวัยรุ่นหญิง วัยรุ่นชายจะมีการผื่นเป็นขี้ วัยรุ่นหญิงจะมีประจำเดือน วัยรุ่นชายจะโตแคบ
วัยรุ่นหญิงจะโตขยาย
.....
.....
5. การผื่นเป็นขี้ และการมีประจำเดือน มีความสัมพันธ์กันอย่างไร
การผื่นเป็นขี้เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงการมีพัฒนาทางเพศของวัยรุ่นชาย ส่วนการมีประจำเดือนเป็นสิ่งที่แสดง
ให้เห็นถึงการมีพัฒนาทางเพศของวัยรุ่นหญิง
.....
.....

ใบงานที่ 5.1

เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น

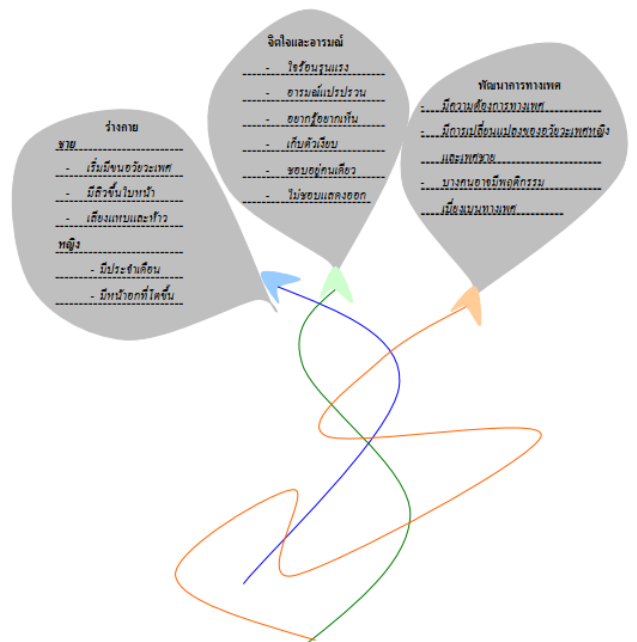


เฉลย

ใบงานที่ 5.1

เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น




ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

3. เป็นผู้มีหน่วยการเรียนรู้/แผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต

บันทึกข้อความขออนุมัติแผนการจัดการเรียนรู้



บันทึกข้อความ

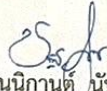
ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านตาลเนิน(โพธิราชอำนวย)
ที่.....๖๕...../๒๕๖๖ วันที่ ๑๖ เดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖
เรื่อง ขออนุมัติใช้แผนการจัดการเรียนรู้

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย)


ตามที่ข้าพเจ้า นางชนนิกันต์ นันทราช ตำแหน่ง ครู หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติการสอนเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต โดยนำไปบูรณาการกับรายวิชาสุขศึกษา ในภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๖ นั้น

ข้าพเจ้าได้ทำการวิเคราะห์หัวข้อชีวิต/ผลการเรียนรู้ คำอธิบายรายวิชา โครงสร้างรายวิชา เพื่อจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๐ โดยจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อที่จะได้นำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้บรรลุเป้าหมายของหลักสูตรฯ ต่อไป


จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต


 (นางชนนิกันต์ นันทราช)
 ตำแหน่ง ครู

- เห็นชอบ


 (นางสาววิภาสินี ทศกรรจ์)
 หัวหน้ากลุ่มบริหารวิชาการ

- อนุมัติ


 (นางสาวสรญา วัชรสังาศ)
 ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านตาลเนิน(โพธิราชอำนวย)

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

บันทึกความเห็นของผู้ตรวจแผนการจัดการเรียนรู้

บันทึกความเห็นของผู้ตรวจแผนการจัดการเรียนรู้

ได้ทำการตรวจแผนการจัดการเรียนรู้แล้ว มีความคิดเห็น ดังนี้

เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ดีมาก ดี พอใช้ ควรปรับปรุง เนื่องจาก.....

.....

ลงชื่อ.....

(นางรัชฌีย์กร ผาสุข)

หัวหน้ากลุ่มสาระ

บันทึกความเห็นของกลุ่มบริหารวิชาการ

เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ดีมาก ดี พอใช้ ควรปรับปรุง เนื่องจาก.....

สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ หัวข้อต้น สมรรถนะหลัก จุดประสงค์-
ด้าน ทักษะสังคม และ กระบวนการใน ๑๗ ม.ว.ร. ม.ท. ๕๑ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีสื่อประกอบการใช้ได้อย่างเหมาะสม

ลงชื่อ.....

(นางสาววิภาสิณี หัตถกรรจ์)

หัวหน้ากลุ่มบริหารวิชาการ

ข้อเสนอแนะของหัวหน้าสถานศึกษา

เป็นแผนการจัดการเรียนรู้ที่

ดีมาก ดี พอใช้ ควรปรับปรุง เนื่องจาก.....

สอดคล้องกับ มาตรฐานการเรียนรู้ ข้อที่ ๑๗ ม.ว.ร. ม.ท. ๕๑ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีสื่อประกอบการใช้ได้อย่างเหมาะสม

ลงชื่อ.....

(นางสาวสรญา วัชรเส็งภาค)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย)

แผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีและทักษะชีวิตระดับชั้น...ม.1..ภาคเรียนที่ 1 รหัสวิชา พ21103 สุขศึกษา
มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการมนุษย์

เรื่อง บอกหน่อย.....ฉันอยากรู้ (2 ชั่วโมง)

มาตรฐาน พ 1.2 เข้าใจและเห็นคุณค่า ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

เรื่อง อะไรสำคัญสำหรับฉัน (2 ชั่วโมง)

เรื่อง เนื้อตัว.....ร่างกาย (1 ชั่วโมง)

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการมนุษย์

แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง บอกหน่อย.....ฉันอยากรู้ (2 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

การมีข้อมูลในเรื่องเพศที่ถูกต้องช่วยลดความกังวลใจ และเสริมสร้างความมั่นใจในตนเอง

จุดประสงค์

1. เข้าใจว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่คุยกันได้ไม่ใช่เรื่องน่าอาย
2. มั่นใจในการหาข้อมูลหากมีคำถามเรื่องเพศ และบอกแหล่งข้อมูลเรื่องเพศที่น่าเชื่อถือได้
3. ตอบคำถามเบื้องต้นเรื่องสรีระร่างกายชาย/หญิง และการจัดการอารมณ์เพศได้

อุปกรณ์ และสื่อ

1. แผ่น “คำถามจากสาว ๆ” และ “คำถามจากหนุ่ม ๆ” จากเว็บไซต์ www.teenpath.net
2. กระดาษเอสี่ตัดครึ่งตามแนวนอน จำนวน 10 แผ่น ต่อกลุ่ม
3. กระดาษฟลิปชาร์ต ปากกาเคมี กระดาษขาว

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ครูถามว่า ใครเคยอ่านคอลัมน์ถามตอบเรื่องเพศในสื่อต่าง ๆ เช่น หนังสือนิตยสาร หนังสือพิมพ์ หรือในเว็บไซต์บ้าง ให้อาสาสมัคร มายกตัวอย่างคำถามที่มักอ่านพบในคอลัมน์เหล่านั้น
2. ชี้แจงว่า กิจกรรมในวันนี้มีตัวอย่างคำถามจากวัยรุ่น จากเว็บไซต์ www.teenpath.net มาให้นักเรียนวิเคราะห์คำถามและข้อสงสัยของวัยรุ่นในเรื่องเพศ
3. แบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม หญิงล้วน 2 กลุ่ม ชายล้วน 2 กลุ่ม
 - แจกแผ่น “คำถามจากสาว ๆ” ให้กลุ่มหญิง และแจก “คำถามจากหนุ่ม ๆ” ให้กลุ่มชาย และแจกกระดาษสี่ตัดครึ่ง จำนวน 10 แผ่น ต่อกลุ่ม และปากกาเคมี
 - ให้แต่ละกลุ่มอ่านคำถามที่ได้รับโดยผลัดกันอ่านจนจบทุกข้อ จากนั้น ให้เลือกคำถามมา 5 คำถาม ที่กลุ่มต้องการรู้มากที่สุด โดยอาจตั้งคำถามขึ้นมาเองก็ได้ เขียนคำถามลงกระดาษเอสี่ที่แจกให้คำถามละ 1 แผ่น

- จากนั้น สลับ “แผ่นคำถาม” ระหว่างกลุ่มชายหญิง ให้กลุ่มพิจารณาคำถามและเลือกคำตอบที่ต้องการรู้ หรือเขียนคำถามเพิ่มเติมที่กลุ่มสนใจเกี่ยวกับเพศตรงข้าม อีก 5 คำถาม

4. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอคำถามที่กลุ่มตัวเองอยากรู้ และติดไว้บนกระดาน โดยแยกคำถามสำหรับหญิงและชาย จัดคำถามที่เป็นเรื่องเดียวกัน

5. หลังจากทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ครูชวนผู้เรียนแลกเปลี่ยนตามคำถาม ดังนี้

คำถามชวนคิด

- มีข้อสังเกตต่อคำถามเรื่องเพศของวัยรุ่นในเว็บไซต์อย่างไร มีความเหมือนหรือความต่างระหว่างหญิงชายอย่างไร

- คำถามส่วนใหญ่เหมือนหรือจากจากสิ่งที่นักเรียนอยากรู้ อย่างไรบ้าง

- คำถามส่วนใหญ่เป็นเรื่องเกี่ยวกับร่างกายตัวเอง เพราะเหตุใดวัยรุ่นจึงมีคำถาม หรือขาดความรู้ในเรื่องเหล่านี้

- นักเรียนคิดว่านอกจากเว็บไซต์แล้ว วัยรุ่นจะคุยเรื่องเหล่านี้ได้กับใครอีกบ้าง

- เราจะมั่นใจได้อย่างไรว่าคำตอบที่ได้หรือข้อมูลที่ได้รับมาถูกต้องและเชื่อถือได้

- วัยรุ่นสามารถถามคำถามเหล่านี้กับพ่อแม่ได้หรือไม่ เพราะเหตุใด

6. ครูอธิบายว่า คำถามที่ทุกคนช่วยกันเลือก เป็นคำถามที่เราทุกคนอยากรู้ด้วยกัน ดังนั้น จะขอให้ทุกคนช่วยกันหาคำตอบ โดยมอบหมายให้นักเรียนจับกลุ่มตามจำนวนคำถามหรือถ้ามีคำถามมากกว่า 1 คนต่อ 1 คำถาม

7. ให้แต่ละกลุ่มเขียนคำตอบ พร้อมแหล่งข้อมูลที่ได้หาคำตอบมา (อาจเป็นแหล่งข้อมูลที่คุ้นเคยหรือที่สะดวก หรืออาจค้นคว้าเพิ่มเติม ไม่จำกัดรูปแบบ) เพื่อนำมาเรียนรู้ร่วมกันในชั่วโมงถัดไป

ชั่วโมงที่ 2

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ครูถามว่า ทุกคนไปหาคำตอบสำหรับคำถามเรื่องเพศมาได้หรือไม่ หาได้ยากหรือง่ายอย่างไร

2. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอคำถามและคำตอบที่ตนเองหามาได้พร้อมบอกแหล่งข้อมูล โดยครูเป็นผู้เพิ่มเติมข้อมูลหากคลาดเคลื่อนหรือไม่ครบถ้วน

3. สรุปการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียนโดยใช้คำถามเหล่านี้

คำถามชวนคิด

คิดว่าการเรียนรู้เรื่องเพศ มีประโยชน์กับตัวเองอย่างไรบ้าง

- คำถามส่วนใหญ่เหมือนหรือจากจากสิ่งที่นักเรียนอยากรู้ อย่างไรบ้าง

- ต่อจากนี้หากนักเรียนมีข้อสงสัย จะไปถามข้อมูลได้จากใคร ที่ไหน

- ทำอย่างไรจะช่วยให้วัยรุ่นวัยเดียวกับนักเรียนได้เรียนรู้เรื่องเหล่านี้ เพื่อดูแลตัวเองหรือสร้างความมั่นใจในตัวเองได้

4. ครูอธิบายเพิ่มเติมพร้อม

- พูดคุยซักถามเรื่องสรีระร่างกายของตนเองและต่างเพศ ไม่ใช่สิ่งที่น่าอาย เพราะเป็นการสื่อสารเพื่อความรู้ที่ถูกต้อง หรือแก้ไขความเชื่อที่ผิด และไม่ควรมานำมาล้อเลียน ล้อเล่นกัน
- หญิงชายแต่ละครมีรูปร่างและขนาดของอวัยวะต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับน้ำหนัก ส่วนสูงของตน โดยเป็นผลจากกรรมพันธุ์ที่สืบทอดจากพ่อแม่ การดูแลสุขภาพ และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ
- การพูดคุยแลกเปลี่ยนกันเรื่องสรีระร่างกายกับผู้อื่นอย่างเปิดเผย โดยไม่คิดเปรียบเทียบกัน จะช่วยให้เรารู้สึกพึงพอใจต่อสิ่งที่เราเป็น และยังได้เห็นถึงความเหมือนความต่างของแต่ละคนว่าเป็นเรื่องปกติ ที่ธรรมชาติสร้างเรามาให้แตกต่างกันและหลากหลาย

ข้อระมัดระวัง

- ควรสร้างบรรยากาศที่เป็นการแลกเปลี่ยนเพื่อได้เรียนรู้ร่วมกัน และระมัดระวังคำถามไม่ให้เกิดการล้อเลียนกัน
- ผู้สอนควรจดคำถามในช่วงที่ 1 เพื่อไปค้นหาข้อมูลมาประกอบการพูดคุยในช่วงที่ 2

การวัดและประเมินผล

สังเกตการณ์ทำกิจกรรมในกลุ่ม การอภิปรายและเปลี่ยนแปลง การนำเสนอ การตอบคำถามท้ายบท

การตอบคำถามท้ายบท

- ยกตัวอย่างความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับเรื่องเพศ หรือความต้องการทางเพศ และอธิบายข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความเชื่อนั้น
- บอกหรืออธิบายลักษณะของแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือเกี่ยวกับเรื่องเพศ

คำถามจากสาว ๆ

ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net

๑. ทำยังไงให้ห้วนมของหนูเป็นสีชมพูอะคะ..ตอนนี้ห้วนมของหนูมันเป็นสีคล้ำๆ
๒. กินน้ำอสุจิเข้าไปจะทำให้หน้าอกขยายขึ้น..จริงป่าวคะ?
๓. ทำไงให้หน้าอกใหญ่ขึ้นเร็ว
๔. เคยอ่านในหนังสือว่าโกนขนนั้นก็จะดีอะคะเพื่อไม่ให้เกิดเชื้อโรค แต่บางทีก็บอกว่าไม่จำเป็นต้องโกน แต่ตัวเราอะคะเคยโกนแล้วครั้งนึง พอโกนเสร็จมันก็คันมาก มันมีขนที่โกนไปแล้วทิ่มอะคะ พอครั้งต่อมาก็เลยไม่กล้าโกน เลยปล่อยให้มันยาวอะคะ แล้วเวลาเดินมันจะเหมือนบริเวณขาหนีบดึงขนไปด้วย มันเจ็บอะคะ แต่ในใจมันก็กลัวว่าโกนอีกมันจะคันอีก ก้อเลยใช้กรรไกรเล็มๆ เอา แต่มันก็ยังคงคันอยู่ แต่น้อยลงแล้วละคะ ก้อเลยสงสัยว่า ตกลงมันจำเป็นมั๊ย
๕. การขมิบอวัยวะเพศหญิง จะช่วยให้ ช่องคลอดเล็กกระชับขึ้นจริงป่าว
๖. หนูอายุ ๑๔ ประจำเดือนของหนูมาไม่ค่อยปกติ หนูเป็นครั้งแรกตอน ๑๓ ปี เดือนเมษา แล้วก็ไม่มีมาอีก ๔ เดือน หลังจากนั้นก็เป็นตามปกติบางครั้งก็ไม่มา ๑ เดือนบ้าง ๒ เดือนบ้าง เดียวมาเดี๋ยวไม่มา หนูอยากรู้มากเลยคะ
๗. ผู้หญิงส่วนมากจะมีขนที่ส่วนลับมั๊ย อยากรู้มากเลย

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

คำถามจากสาว ๆ

ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net

๘. เวลาที่หนูมีความต้องการทางเพศนะหนูก็จะเข้าห้องน้ำแล้วก็เอาน้ำมาฉีดเข้าไปในน้องสาวของหนูนะค่ะ แล้วความต้องการทางเพศมันก็จะลดน้อยลง (ความรู้สึกเหมือนว่ามีเพศสัมพันธ์จริงๆเลยนะ) แต่ทำไมเจ็บการฉีดน้ำเข้าไปบางทีก็แรงมากแล้วแต่ขณะเวลาที่อยู่ที่ประมาณไม่เกิน ๒ นาที อยากรู้อะไรบ้างจะมีอันตรายมั๊ยคะ แล้วต้องแก้ไขยังไง
๙. ขนตรงบริเวณนั้นของหนูมันรู้สึกคดและหนามากอะค่ะ อยากรู้ว่า ออกบ้าง คืออยากรู้ว่าถ้าเราเริ่มไปแล้ว ขนที่ขึ้นใหม่มันจะตก และหนากว่าเดิมรีเปลา่คะ มีวิธีทำให้ไม่รกหนามากเกินไปบ้างรีเปลา่
๑๐. น้าอสุจิเป็นน้ำอะไรคะ เพื่อนบอกว่ามันอร่อยมาก รสชาติมันเป็นใจคะ และการช่วยตัวเองของผู้หญิงทำใจคะ
๑๑. อยากรู้อะไรว่า สีที่ขึ้นบนใบหน้าของเราเยอะๆ นะคะ จะขึ้นจำนวนมากหรือน้อย มันเกี่ยวกับการมีอารมณ์ทางเพศมาก หรือความต้องการทางเพศมาก/บ่อยครั้งหรือเปล่าคะ
๑๒. การช่วยตัวเองนี่เป็นสิ่งที่ดีปะคะ คือหนูเคยช่วยตัวเองนะค่ะ ค่อนข้างบ่อยด้วย แต่ว่าหนูเป็นเด็กเรียบร้อยนะค่ะยังไม่เคยมีอะไรกับใครแล้วก็ยังไม่มีความคิด หนูเคยคิดว่าการช่วยตัวเองเป็นเรื่องน่าอาย แต่หนูเคยอ่านหนังสือเจอว่าการช่วยตัวเองเป็นสิ่งที่ดีไม่ต้องอาย ไข่ม้อยคะ แล้วจะมีผลเสียอะไรมั๊ย
๑๓. ผู้หญิงถ้าช่วยตัวเองบ่อยๆ จะมีผลเสียอะไรกับร่างกายมั๊ยคะ คือว่าหนูมีระดูขาวออกมามีน้ำเมือกนะค่ะ เวลากลางวันก็มีนะค่ะ แล้วก็กลิ่นเหม็นหน่อย ที่แปลกก็คือ ประจำเดือนหนูยังไม่มาเลยคะ ๒ เดือนแล้วนะค่ะ หนูกังวลด้วยนะค่ะ ว่าทำไมประจำเดือนไม่มาซะทีและก็เวลาหนูเล่นเน็ตหรือเจออะไรที่มันขำๆ หนูก็จะเกิดอารมณ์บ่อยมากเลยนะค่ะ
๑๔. ประจำเดือนไม่มา ๑ เดือน แต่ไม่เคยมีย sex นะคะ แล้วต้องทำยังไง
๑๕. จุดซ่อนเร้นมีกลิ่นเกิดจากอะไรคะ แล้วทำยังไงถึงจะหาย
๑๖. หนูอยู่ ม.ปลาย แล้ว แล้วแบบชอบช่วยตัวเองบ่อยๆ ไม่ใช่สอดใส่คะแบบจำพวกที่ใช้น้ำฉีดเอา พี่ว่าหนูโรคจิตป่าวคะ
๑๗. การช่วยตัวเองโดยการเอาน้ำจากฝักบัวฉีดเบาๆบริเวณคลิตอริส และช่องคลอด จะเป็นอันตรายหรือป่าวคะ
๑๘. ขนของหนูมันมากคะ เวลาใส่กางเกงในมันจะโผล่ออกมาเป็นเส้น และเหมือนว่ามันจะเยอะขึ้นเรื่อยๆ ค่ะ จะทำยังไงดี
๑๙. หนูมีปัญหาเรื่องหน้าอก มันเล็กผิดปกติ ตั้งแต่เริ่มมีประจำเดือนมา ๕ ปี นมหนูยังไม่โตเลย นูนขึ้นมาแค่ ๑ นิ้วเอง เป็นเพราะอะไร หนูร่างกายก็แข็งแรง กินอาหารปกติ ออกกำลังกายปกติ แต่หน้าอกไม่มี รู้สึกอายไม่อยากจะเสริม มีวิธีแก้ไขมั๊ย
๒๐. หนูมีปัญหาเรื่องหัวนมคะ จากการที่เข้าไปดูคำถามที่เพื่อนๆ ได้ถามที่แพ่งเกี่ยวกับเรื่องสีปานหัวนมแล้วทำให้หนูเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสีของหัวนมพอควรแล้ว แต่ไม่มีใครมีปัญหาเหมือนหนูเลย หนูเลยอยากถามว่า ทำไมเสื้อชั้นในที่หนูใส่อยู่พอใส่ไปประมาณ ๒ อาทิตย์มันจะมีคราบสีออกน้ำตาลเข้มติดที่เสื้อชั้นในตรงบริเวณหัวนมคะ
๒๑. เยื่อพรหมจารีย์เป็นยังไง มีรูปให้ดูไหม
๒๒. คู่ยั้งใจคะว่าผู้ชายซิง อยากรู้อะไรๆ ค่ะ ขอละเอียดคียบๆๆๆ ใครรู้ช่วยบอกที
๒๓. คือนมหนูเริ่มมีเมื่อ ๕ ปีแล้ว ตอนแรกก็ปกติคือโตขึ้นมาไซส์เอ ๖๕ อะคะ แต่ตอนนี้ก็ยิ่งเท่าเดิมเลย เล็กลงด้วยคะ หนูอยากรู้อะไรผิดปกติหรือป่าวคะ และมันจะหยุดเจริญเติบโตเมื่อไหร่คะ ตอนนี้หนู ๑๖ แล้วคะ บำรุงเยอะมากไม่ได้ขึ้นเลย

คำถามจากสาว ๆ

ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net

๒๔. การที่ผู้หญิงช่วยตัวเองอะคะเค้าทำกันยังไงหรือคะ แล้วเค้ามีการเอาอะไรสอดใส่หรือป่าวคะ แล้วถ้ามีการสอดใส่มันจะไม่ทำให้เยื่อพรหมจารีย์ขาดหรือคะ ช่วยตอบทีคะอยากรู้มาก
๒๕. หนูอายุ ๑๖ คือนมโอบอกกับเพื่อน ๗ คน ที่เสียตัวเพราะตัวเองอยากลองด้วยคะเพราะยังไม่เคย พวกเขาจะปล่อยในทุกครั้งที่ทำกัน หนูเองก็ไม่ได้รู้ตัวว่าเป็นน้ำอะไรเห็นมันอุ่นๆ ก็เลยปล่อยไปเพราะชอบด้วย มีอะไรกันมาตั้งแต่วันที่ ๒๖ พ.ค ๒๕๕๔ มาจนถึงทุกวันนี้ไม่เคยกินยา ไม่เคยใช้ถุงยาง พวกนั้นบอกกันว่าพวกนั้นล้างน้ำออกมันก็ไม่ท้องแล้วก็เลยเชื่อกัน หนูอยากถามว่าหนูจะท้องมั๊ยคะ
๒๖. หนูมีโรคแพน ซึ่งแพนไม่เคยไปมีโรคอะไร มีไรกันก็หลายครั้งแล้ว ใส่ถุงบ้างไม่ใส่บ้าง แล้วครั้งนึงไม่ใส่ .. และเค้าก็แตกข้างนอก แต่หนูก็รู้สึกกลัวว่ามันจาท้องมั๊ยอะคะที่ .. ถ้าแตกแล้วมันไปโดนตรงปากช่องคลอด แต่ไม่ได้เอาเข้าไปข้างในอะคะ และก้อรีบเช็ดๆๆ อะคะ แล้วถ้าท้องจะรู้ตอนไหนหรือคะ .. แล้วถ้ารู้แล้วกินยาขับเลือด มันจาท่าให้ไม่ท้องได้มั๊ยคะ!! ที่ช่วยหนูด้วยนะค่ะ หนูเคยเครียดมากเลยคะ เมื่อก่อนยังไม่มาเลยอะคะ ที่บ้านหนูดูด้วยอะ
๒๗. คือหนูมีอะไรคะแพนโดยไม่ได้สอดใส่ และใช้วันครั้งแรก แล้วเค้าใส่กางเกงในแล้วเอาตรงนั้นมาถูปากช่องคลอด พอแก้ออสุจิใส่หน้าอก แล้ววันนั้นหนูเป็นวันที่เซกซๆคะ แล้วถึงวันประจำเดือนมา ตอนนี้อย่างไรมาเลยคะ จะท้องได้มั๊ยคะ
๒๘. หนูมีอะไรกับแพน ปกติแล้วก็จะใส่ถุงยางนะค่ะ แต่พอตีวันนั้นมันเกิดเหตุสุดวิสัย เราก็เลยไม่ได้ใส่ แต่ใช้วิธีหลังนอกแพน แต่ก้อยกที่ ๓ แล้วอะคะ ๒ ยากแรกใส่ถุงยางคะ หนูเลยอยากรู้อะไรว่า โอกาสจะท้องมั๊ยคะ แล้วถ้าเกิดว่าหนูนับหลังโดยไม่ได้นับรอบเดือนแบบละเอียด ใช้หลัง ๗ จะปลอดภัยมั๊ยคะ
๒๙. ในหนัง X ที่น้ำของผู้หญิงมันไหลออกมาเวลาทำอะไรกับผู้ชาย หรือที่พวกวัยรุ่นเรียกว่า "น้ำแตก" ที่จริงแล้วน้ำนี่คืออะไรอะไร แล้วมันมาจากไหนคะ
๓๐. มีเพศสัมพันธ์กับเพศเดียวกันนี้หมายถึงเสียความบริสุทธิ์เหมือนกันป่าว...ยังงัยก้อเป็นเดดลีได้มั๊ยคะ?...แล้วจะป้องกันงัยอะ

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

คำถามจากหนุ่มๆ

ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net

๑. ถ้าจะให้เส้นสองสสิ่งขาด ทำไงอะครับ แล้วมันจะเจ็บมากมัยครับ ของผมรู้สึกจะยังไม่ขาด แล้วถ้ามันขาดหัวจะบานขึ้นรีเปล่าครับ อยากให้หัวบานเหมือนของเพื่อนครับ จริงๆ แล้วก็รู้ว่าไม่ขาดก็ไม่เป็นไร แต่อยากให้มีขนาดอะครับ
๒. อวัยวะเพศโค้งไปทางซ้ายอยากทราบว่าจะมี sex ได้เปล่า และช่วยตัวเองทุกวัน วันละ ๕ ครั้ง มีอันตรายเปล่า
๓. อยากจะขลิบหนังครับ หัวมันไม่เปิดเวลาแข็งอะ เจ็บมัย ที่ไหนทำมัย ใครรู้ช่วยบอกด้วย
๔. อวัยวะเพศของผมมันงอลงครับ แต่ยังมีเพศสัมพันธ์ได้ครับ แต่มันคิดว่าแฟนของผมเค้าจะเจ็บจนทำให้เขาไม่อยากจะมีอะไรกะผม พอมีวิธีแก้ไขบ้างไหมครับ กินยา ฉีดยา รีว่าผ่าตัด มีที่แนะนำบ้างไหมครับ เครียดมาก รู้สึกว่าตัวเองมีมด้อย ไม่รู้จะแก้ไขทีสองหลายวิธีแล้วครับ
๕. อวัยวะเพศผมยังไม่เปิดเลยอ่าะ อายุจะ ๑๕ แล้ว แล้วเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ จะเจ็บไข่มัยครับ ถ้ายังไม่เปิด ควรทำอย่างไรดีครับ ช่วยตอบด้วยนะครับ
๖. ทำไมของคนอื่นยาวกันมากๆ เลย ตั้ง ๖-๘ นิ้ว ผมอยู่ ม.๕ แล้วทำไมยังยาวแค่ ๔.๕ นิ้วเอง แล้วผมจามีโอกาสยาวกว่านี้ไหมครับ อวัยวะเพศของเราเนี่ยสามารถเพิ่มขนาดความใหญ่เองตามอายุใช่หรือไม่ครับ? ขนาดอวัยวะเพศจะหยุดใหญ่และเป็นขนาดที่คงที่ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในช่วงอายุก็ปีครับ
๗. ตอนนี้ผมอายุ ๑๑ ปี อยู่ชั้น ป.๕ ผมมีขนขึ้นตรงจู้แล้วผมอยากทราบว่าร่างกายของผมผิดปกติหรือเปล่า ทำไมมันถึงขึ้นเร็วจัง ผมถามพี่ชายผมซึ่งอายุ ๑๕ เขาก็บอกว่าของเขาขึ้นตอนอายุ ๑๓ ปี แล้วเขาก็บอกผมอีกว่าให้ซักว่าได้แล้วซึ่งผมก็ทำไม่เป็น ที่ผมก็เลยทำให้ดู ผมสงสัยอีกว่าทำไมจู้ของผมถึงใหญ่มากๆ แล้วขนก็เยอะด้วย
๘. เส้นสองสสิ่งคืออะไร อยู่ตรงไหน และถ้าขาดจะเป็นอะไรไหม อายุประมาณ ๑๑ - ๑๒ มาตรฐานยาวกี่เซนติ
๙. ผมมีอั้นทะใบเดียว แต่ไม่แน่ใจว่าใบเดียวไหม แต่เห็นว่ามันเป็นหนังหุ้มอยู่ ข้างในมี ๒ ลูกรีปาว แต่คาดว่าน่าจะลูกเดียว จึงอยากถามว่า จะเป็นหนังไหมคับ
๑๐. ระหว่างขลิบอวัยวะเพศกับไม่ขลิบเนี่ย แบบไหนให้ความสุขผู้หญิงได้มากกว่ากันครับ
๑๑. เมื่อจู้แข็งตัว มันก็จ้อเอียงไปข้างหนึ่ง มันเอียงไปข้างซ้าย เอียงมากด้วย เพราะอะไร
๑๒. ผมเพิ่งอายุ ๑๔ ได้ แต่น้องชายผม เวลาโตมัน ๔.๕ นิ้ว มันยาวไปปาวคับ แล้วช่วยโพสต์ด้วยนะครับว่า ขนาดเท่าไรกันบ้าง ตอนอายุ ๑๔
๑๓. ผู้หญิงมีที่รู เพื่อนบอกว่ามี ๓ รูจริงปะ แล้วปุ่มคลิตอริสมันอยู่ตรงไหน แล้วก็ผู้หญิงที่โดนแล้วเป็นยังไง พอตีแฟนผมอดีตเคยมีเพศสัมพันธ์มาแล้ว หัวนมเลยดำเหมือนคนที่มีลูกแล้ว
๑๔. เวลาอวัยวะเพศของผมแข็งตัวสุดก็ ๖ นิ้ว อยากทราบว่าขนาดมาตรฐานของเพศชายเท่าไรครับ ผมอายุ ๑๕ ปี สูง ๑๗๕ หน้า ๕๗ พอดีไหม
๑๕. ของผมมันใหญ่แต่มันสั้น ทำยังไงให้อวัยวะเพศชายยาวครับ
๑๖. อั้นทะสองข้างไม่เท่ากัน มองเห็นได้ชัดเลย จะเป็นอะไรหรือเปล่า และมีทางแก้ไขไหม

คำถามจากหนุ่มๆ

ในคอลัมน์คลินิกสุขภาพ www.teenpath.net

๑๗. ทำอย่างไรดีให้จู่ของเรามีลักษณะแบบตรงๆ เพราะตอนนี้จู่มันงอลงอยู่ วิธีไหนบ้างที่ได้ผล
๑๘. คือน้องชายเล็กทำให้อายุใหญ่ครับ วิธีทำให้ใหญ่ครับ
๑๙. ผมอายุ ๑๘ ปี สูง ๑๗๕ หนัก ๘๐ แต่จู่ของผมมันยาวแค่ ๓ นิ้วเองผิดปกติไหม
๒๐. เวลาผมช่วยตัวเองทุกครั้งใช้เวลาไม่ถึงนาทีก็เสร็จแล้ว กังวลมากเลยครับ มันเร็วเกินไปหรือเปล่า มีวิธีแก้ไขอย่างไรบ้างครับ
๒๑. ผื่นเปียกเกิดขึ้นก็วันหลังการเก็บสะสม
๒๒. พอชักว่าวจนเสียวมากแล้ว ผมก็จะชักให้เร็วขึ้นเพื่อให้ถึงจุดสุดยอด แต่พอเสียวมากๆ แล้ว อยู่ๆมันก็จะหายไปเลย ไม่มีน้ำอสุจิออกมา มีแต่น้ำหล่อลื่นนิดหน่อย อยากทราบว่าทำไมถึงยังงั้นน้ำอสุจิออกมาและถึงจุดสุดยอดอะ
๒๓. มีวิธีลดอารมณ์ทางเพศไหมครับ เพราะผมมีอารมณ์บ่อยมาก แล้วเห็นเค้าว่าถ้าจะลดอารมณ์ทางเพศต้องช่วยตัวเอง แล้วมันจะผ่อนคลายและจะหมดอารมณ์ทางเพศจริงหรือเปล่าครับ เพราะผมไม่เคยช่วยตัวเองชักครั้งมาก่อนเลย และถ้าจะช่วยตัวเองต้องทำยังไง
๒๔. เพื่อนผมเนี่ย เค้าช่วยตัวเองทุกวันเลย (ผู้ชาย) คือเค้าฝากมาถามว่าจะเกิดอะไรขึ้นไหม ถ้าช่วยตัวเองทุกวัน มันจะมีผลต่อองคชาตหรือไม่? หรือมันจะทำให้หน้าอสุจิหมด? สมรรถภาพทางเพศจะเสื่อมเร็วหรือไม่? หรือมีผลทำให้เป็นหมันมั๊ยครับ แล้วจะมีผลกระทบต่ออะไรบ้างกับตัวเองบ้าง คือเค้าอยากรู้ แล้วผมก็อยากรู้ด้วยครับ
๒๕. ถ้าผู้หญิงช่วยตัวเองแล้ว จะถือว่าผู้หญิงนั้นไม่เป็นสาวพรหมจรรย์แล้วใช่ไหมครับ
๒๖. การช่วยตัวเองของชายนั้น ๑ - ๒ ครั้งต่อวันนั้น ถือว่ามากเกินไปหรือไม่ และหากทำมากเกินไปจะมีผลเสียหรือเปล่า
๒๗. มีวิธีไหนบ้างที่จะสำเร็จความใคร่โดยไม่ต้องหลั่งอสุจิ และจะทำยังไงให้น้ำอสุจิมียามากๆ มีวิธีไหมครับ
๒๘. ตอนนี้ผมอายุ ๑๕ ส่วนน้องชายผมอายุ ๑๓ ตอนนี้ยังนอนห้องเดียวกันครับ แต่ผมชอบช่วยตัวเองในห้องนอน ก็เลยต้องทำคอนมันไม่อยู่ หรือไม่ก็ทำได้ห้าห่มก่อนนอน แต่ช่วงหลังๆ น้องมันเริ่มมาถามแล้วว่าทำไมผมชอบนอนใส่กางเกงในตัวเอง แลผมบางที่ยังลืมทิ้งทิชชูไว้บนเตียงนอนอีก ความจริงน้องชายผมมันก็เป็นหนุ่มแล้ว ถ้าจะสอนมันชักว่าวเลยดีไหม
๒๙. การสำเร็จความใคร่ของชายเวลาเสร็จแล้วจะมีน้ำอสุจิพุ่งออกมา ส่วนฝ่ายหญิงเวลาสำเร็จความใคร่จะเป็นยังไงเหมือนชายหรือป่าว
๓๐. อยากทราบว่าวิธีช่วยตัวเองแบบไหนที่เหมือนการร่วมเพศกับผู้หญิงจริงๆ ไหมครับ อยากรู้และอยากลองมาก ช่วยตอบทีนะครับถ้าใครรู้อะ
๓๑. ผมอายุ ๑๖ ชักว่าวทุกวันเลยจะมีปัญหาอะไรเปล่าครับ แล้วเพื่อนๆ ชักบ่อยไหม
๓๒. ถ้าแฉะชักว่าวจะผิดศีลไหมครับตอนนี้อายุ ๑๘ ถ้าสมมุติมีอะไรกับแฉะ (เพศสัมพันธ์) จะผิดไหมครับ ช่วยตอบหน่อยนะคับ

มาตรฐาน พ 1.2 เข้าใจและเห็นคุณค่า ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง อะไรสำคัญสำหรับฉัน (2 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

การสำรวจว่าตนเองมีคุณค่ากับเรื่องใด หรือสิ่งใดที่มีความหมายกับชีวิตเราบ้าง จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถจัดลำดับความสำคัญ และมีเป้าหมายในชีวิต เพื่อวางแผนให้สามารถไปถึงเป้าหมายมรรวางไว้ได้

จุดประสงค์

1. ระบุสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญ
2. บอกได้ว่าตนเองให้เวลาหรือกระทำ ในสิ่งที่ให้ความสำคัญในชีวิตของตนเองได้มากน้อยเพียงใด
3. อธิบายที่มาของการให้ความสำคัญในเรื่องต่าง ๆ ของแต่ละบุคคล

อุปกรณ์ และสื่อ

1. ตัวอย่างข้อความ เขียนเป็นบัตรคำติดไว้บนกระดาน
2. กระดาษเอสี่เท่าจำนวนผู้เรียน
3. ปากกาเคมี กระดาษขาว

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ครูชี้แจงกิจกรรมว่าเป็นการสำรวจสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญ มีความหมาย ให้คุณค่ามากที่สุดว่ามีเรื่องใดบ้าง เพราะเหตุใด จึงให้ความหมายให้คุณค่ากับสิ่งเหล่านั้น และสิ่งที่สำคัญที่สุดเกี่ยวข้องกับเป้าหมายของชีวิตเราอย่างไร

2. ครูให้นักเรียนทุกคนพิจารณาข้อความบนกระดานอย่างช้า ๆ เงียบ ๆ
3. จากนั้นให้แต่ละคนจัดลำดับความสำคัญและให้บอก

- 3 ลำดับของสิ่งที่เราให้คุณค่า ให้ความสำคัญมากที่สุด โดยให้เรียงลำดับความสำคัญ
- 3 ลำดับของสิ่งที่เราให้คุณค่า ให้ความสำคัญน้อยที่สุด

โดยลอกข้อความเหล่านั้นแล้วเขียนลงในกระดาษเปล่า 1 แผ่น หากไม่มีข้อความใดบนกระดานที่ตรงกับความรู้สึกของตนเองให้เขียนขึ้นมาใหม่ได้

4. ให้ทุกคนบอกถึงการจัดลำดับของตัวเอง พร้อมเหตุผล
5. จากนั้นครูถามถึงสิ่งที่สำคัญที่สุด (ลำดับที่ 1)ของผู้เรียนในห้องนี้ว่าคืออะไรบ้าง เพื่อดูว่ามีเรื่องอะไรบ้างที่ผู้เรียนแต่ละคนให้ความสำคัญมากที่สุด
6. ครูชวนคุยโดยใช้คำถามชวนคิด เชื่อมโยงข้อความต่างๆ ที่อยู่บนกระดาน

คำถามชวนคิด

- เมื่อจัดลำดับออกมาแล้วรู้สึกแปลกใจกับการจัดอันดับของตัวเองบ้างไหม เพราะอะไร
- การมองเห็นว่า สิ่งใดสำคัญสำหรับเรา และสิ่งใดไม่สำคัญมีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร

- ถ้าให้พ่อแม่จัดลำดับความสำคัญของข้อความเหล่านี้ให้กับเรา คิดว่าจะเหมือนหรือต่างจากที่เราจัด อย่างไร เพราะอะไร
- เพราะเหตุใด ที่คนในห้องให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆแตกต่างกัน
- จำเป็นหรือไม่ที่คนเป็นเพื่อนกัน คนในครอบครัวเดียวกัน หรือคนที่รักกัน ต้องให้ความสำคัญกับเรื่องต่างๆ เหมือนกัน เพราะเหตุใด
- เป็นไปได้หรือไม่ว่า การให้ความสำคัญกับเรื่องที่แตกต่างกัน อาจนำไปสู่ความขัดแย้งระหว่างคนสองคนให้ยกตัวอย่าง และบอกวิธีลดความขัดแย้งนั้นๆ
- เป็นไปได้หรือไม่ว่า ลำดับความสำคัญของเราอาจเปลี่ยนแปลงได้ เพราะเหตุใด
- เรากำลังทำ หรือให้เวลากับสิ่งที่เราให้ความสำคัญที่สุด 3 อันดับแรกอยู่หรือไม่ อย่างไร
- เป็นไปได้หรือไม่ที่แม้เราจะรู้ว่าอะไรสำคัญสำหรับเรา แต่เราไม่ได้ให้ความสำคัญหรือไม่ได้ให้เวลาที่จะทำ/สนใจอย่างเต็มที่ เพราะเหตุใด

7. ให้ทุกคนไปคิดสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับตัวเองอีกครั้งเพื่อนำมาเรียนรู้ร่วมกันในชั่วโมงถัดไป

ชั่วโมงที่ 2

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ครูพูดว่า ทุกคนไปหาคำตอบสำหรับคำถามว่าสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับตัวเอง น่าจะเรียบร้อยแล้ว
 2. ให้แต่ละคนเขียนบรรยายสั้น ๆ ในสองประเด็น คือ
 - สิ่งที่เราให้ความสำคัญที่สุดได้สะท้อนอยู่ในการใช้ชีวิตประจำวันของเราหรือไม่ อย่างไร
 - คิดว่าตนเองให้เวลา ให้ความสนใจ หรือมีโอกาสดำเนินการในสิ่งที่เราคิดว่าสำคัญที่สุดในชีวิต หรือเพื่อไปถึงสิ่งที่ให้ความสำคัญ มากน้อยเพียงใด
 3. ให้นักเรียนทุกคนอ่านในสิ่งที่ตนเองเขียน
 4. ครูชวนผู้เรียน สรุปว่า เราได้อะไรจากกิจกรรมทั้ง 2 ชั่วโมงนี้ และเพิ่มเติมประเด็น ดังนี้
 - ทุกคนล้วนแต่มีสิ่งให้คุณค่า ให้ความสำคัญแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม การเลี้ยงดู รวมทั้งอิทธิพลจากเพื่อน และสังคม ทั้งนี้ การให้คุณค่ากับเรื่องต่างๆ อาจเปลี่ยนแปลงได้ ตามวัย เวลา และประสบการณ์ชีวิตที่มีมากขึ้น รวมทั้งอาจเป็นผลมาจากกลุ่มเพื่อน อิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม หรือคนที่มีความสำคัญกับเรา
 - เมื่อคนเราต้องปฏิบัติตัวต่างจากที่เรายึดถือให้คุณค่า ก็อาจเกิดความขัดแย้งในตัวเองได้
- นอกจากนั้น เราไม่ควรตัดสินคนอื่นโดยใช้เกณฑ์การให้คุณค่าของตนเอง เพราะแต่ละคนล้วนมีสิ่งที่ส่งผลต่อความคิด ความเชื่อ และการให้คุณค่าต่อเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตต่างกัน

ข้อระมัดระวัง

- ควรให้กำลังใจผู้เรียนในการทำในสิ่งที่ตนเองให้ความสำคัญ และชวนคิดว่าจะมีวิธีใดที่จะได้ทำในสิ่งเหล่านั้นมากขึ้น

การวัดและประเมินผล

สังเกตการณ์ทำกิจกรรมในกลุ่ม การอภิปรายและเปลี่ยนกัน การนำเสนอ การตอบคำถามท้ายบท

การตอบคำถามท้ายบท

- เขียนเป้าหมายที่ต้องการทำหลังเรียนจบ ม.3 และเพื่อให้สำเร็จ จะต้องทำอย่างไร

สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตฉัน

๑. ทำทุกอย่างให้สำเร็จด้วยตนเอง
๒. ได้เรียนในสาขาวิชา/คณะที่ตนเองตั้งใจไว้
๓. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรัก
๔. ได้เรียนหนังสือจนจบระดับที่ตั้งใจไว้
๕. รู้ว่าตัวเองต้องการอะไร
๖. ได้ทำในสิ่งที่ตัวเองชอบ/รัก
๗. ช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของพ่อแม่
๘. มีเงินเก็บของตัวเอง
๙. อุทิศตัวรับใช้ศาสนาที่ตนศรัทธา
๑๐. มีเพื่อนแท้ที่คบกันตลอดชีวิต
๑๑. ได้รับความไว้วางใจและเชื่อถือจากพ่อแม่
๑๒. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง
๑๓. มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
๑๔. ให้ความรักกับคนในครอบครัว
๑๕. ให้ความรักกับคนที่เรารัก
๑๖. ไม่เอาเปรียบคนอื่น
๑๗. ไม่ทำให้พ่อแม่เสียใจ
๑๘. ไม่ทำสิ่งที่ขัดแย้งกับสิ่งที่ตนเองเชื่อ
๑๙. เป็นคนมีชื่อเสียงในสังคม
๒๐. ช่วยเหลือสังคม
๒๑. เป็นตัวของตัวเอง
๒๒. ได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง

มาตรฐาน พ 1.2 เข้าใจและเห็นคุณค่า ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

แผนการจัดการเรียนรู้ เรื่อง เรื่อง เนื้อตัว.....ร่างกาย (1 ชั่วโมง)

สาระสำคัญ

ความคิดความรู้สึก ที่มีต่อเนื้อตัวร่างกายส่งผลต่อความมั่นใจในตนเอง และการดำเนินชีวิต การเข้าใจธรรมชาติของพัฒนาการมนุษย์ และการเท่าทันอิทธิพลของค่านิยม และกระแสสังคม ที่มีต่อภาพลักษณ์ร่างกายของหญิงชายซึ่งมักถูกนำเสนอผ่านสื่อต่าง ๆ จะช่วยให้วัยรุ่นตระหนักในความเป็นตัวของตัวเองและสามารถดูแลตนเองได้อย่างเหมาะสม

จุดประสงค์

1. สำรวจความรู้สึก ค่านิยมของตนเองที่มีต่อเนื้อตัว ร่างกาย
2. บอกถึงค่านิยมทางสังคมในเรื่องภาพลักษณ์ร่างกาย ซึ่งส่งผลต่อความรู้สึกมั่นใจในตนเองของวัยรุ่นหญิงชาย
3. บอกถึงผลกระทบของการพยายามปรับเปลี่ยนหรือตัดแปลงร่างกายให้เป็นไปตามภาพลักษณ์ที่คิดว่าเป็นที่ยอมรับ

อุปกรณ์ และสื่อ

ปากกาเคมี กระดาษขาว กระดาษฟลิปชาร์ต

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ครูชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ ว่ากิจกรรมเนื้อตัว ร่างกาย จะชวนเราสำรวจความคิด ความรู้สึกที่มีต่อร่างกายเราเอง รวมทั้งวิเคราะห์สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความคิดของเราต่อร่างกายตนเอง

2. แบ่งกลุ่มผู้เรียนเป็นหญิงล้วน 2 กลุ่ม ชายล้วน 2 กลุ่ม

3. ให้แต่ละกลุ่มอภิปรายและบอกถึงสิ่งที่ผู้หญิงและผู้ชายส่วนใหญ่กังวลเกี่ยวกับร่างกายตนเอง 5 เรื่อง และเขียนลงในกระดาษฟลิปชาร์ต ดังตัวอย่าง

สิ่งที่วัยรุ่นหญิงกังวลเกี่ยวกับร่างกายตนเองคือ	สิ่งที่วัยรุ่นชายกังวลเกี่ยวกับร่างกายตนเองคือ
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

จากนั้น ให้กลุ่มอภิปรายว่า หญิงชายมีวิธีการจัดการความกังวลเหล่านี้ได้อย่างไร

4. ให้ความคุยกันในกลุ่มย่อย จากนั้นให้กลุ่มออกมาแนะนำเสนอ ถามเพื่อนๆ ในกลุ่มอื่นๆ ที่ละกลุ่ม ถึงคำตอบที่แตกต่างจากกลุ่มแรก โดยครูเขียนเพิ่มเติมในกระดาษฟลิปชาร์ตของกลุ่มแรกที่น่าเสนอ และดูประเด็นที่ทุกกลุ่มเห็นเหมือนกัน เพื่อดูเรื่องที่วัยรุ่นมักกังวลใจ

5. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอ ครูชวนคุย โดยใช้คำถาม ดังนี้

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

การตอบคำถามท้ายบท

- อธิบายถึงวิธีการที่ปลอดภัยที่สุด หากต้องการเปลี่ยนแปลงขนาดและรูปร่างของตนเอง เช่น ลกความอ้วน กำจัดสิว ฯลฯ

4. มีจำนวนชั่วโมง/คาบการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต

อย่างน้อย ๕ – ๘ ชั่วโมง/คาบ ต่อภาคเรียน ต่อระดับชั้น

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา

โครงสร้างเวลาเรียนโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง(โพธิราชอำนวย) ปีการศึกษา ๒๕๖๖

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดโครงสร้างเวลาเรียนดังนี้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ /รายวิชา/กิจกรรม	ระดับประถมศึกษา						ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น		
	ป.๓	ป.๔	ป.๕	ป.๖	ม.๑	ม.๒	ม.๓	ม.๓	ม.๓
๑. สาระการเรียนรู้ พื้นฐานตามหลักสูตร									
ภาษาไทย	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๒๖๐	๒๖๐	๒๖๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐
คณิตศาสตร์	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๒๖๐	๒๖๐	๒๖๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๔๐	๔๐	๔๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐
สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐
ประวัติศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐
ศิลปะ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐
การทำงานอาชีพ	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐
ภาษาต่างประเทศ	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๘๐	๘๐	๘๐	๓๒๐	๓๒๐	๓๒๐
รวมเวลาเรียนพื้นฐาน	๘๕๐	๘๕๐	๘๕๐	๘๕๐	๘๕๐	๘๕๐	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐
๒. สาระเพิ่มเติม									
ภาษาไทย	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
คอมพิวเตอร์	-	-	-	-	-	-	๘๐	๘๐	๘๐
ทักษะอาชีพ	-	-	-	-	-	-	๘๐	๘๐	๘๐
รวมเวลา	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐
๓. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน									
กิจกรรม "ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้"									
แนะแนว	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
ลูกเสือ - เนตรนารี	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐
ชุมนุม	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐
รวมเวลาเรียน	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐
เวลาเรียนทั้งหมด	๑๐๐๐	๑๐๐๐	๑๐๐๐	๑๐๐๐	๑๐๐๐	๑๐๐๐	๑๒๐๐	๑๒๐๐	๑๒๐๐

หมายเหตุ

จำนวนชั่วโมงที่จัดให้นักเรียนระดับประถมศึกษา (ป.๑-ป.๖) เรียนทั้งปี เท่ากับ ๑,๐๐๐ ชั่วโมง ระดับชั้นมัธยมศึกษา (ม.๑-ม.๓) เท่ากับ ๑,๒๐๐ ชั่วโมง วิชาหน้าที่พลเมืองทุกระดับชั้นนำไปบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม สาระเพศวิถีศึกษาทุกระดับชั้นนำไปบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา การใช้หลักสูตรด้านทุจริตนั้นนำไปบูรณาการกับกิจกรรมพัฒนา

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย)

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

5. เป็นผู้มีความสามารถให้คำปรึกษา คำแนะนำ และช่วยเหลือเกี่ยวกับเรื่อง เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตที่เหมาะสมกับนักเรียน

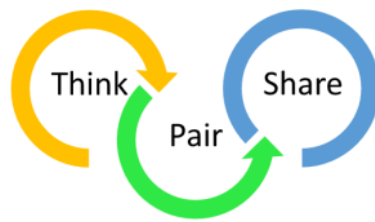
เป็นผู้มีความสามารถให้คำปรึกษา แนะนำ และช่วยเหลือเกี่ยวกับเรื่องเพศวิถีศึกษาและ ทักษะชีวิต แก่ผู้เรียนด้วยท่าทีที่เป็นมิตร มีทัศนคติที่ดี มีทักษะการสอนที่เหมาะสม และมีจิตวิทยาการเรียนรู้ ของนักเรียน แต่ระดับขั้น เช่น

จัดกิจกรรมเพื่อนคู่คิด เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้เรียนรู้

การให้คำปรึกษาเบื้องต้น มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ มีจิตอาสา มีทักษะ ในการรับฟังและให้คำปรึกษา ปฏิบัติหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เพื่อนนักเรียน สามารถให้คำปรึกษาเพื่อนที่มีอายุ รุนราวคราวเดียวกันที่ประสบปัญหา มีความกังวลหรือยุ่งยากลำบากใจ ให้เข้าใจปัญหาได้อย่างชัดเจนเห็น แนวทางในการแก้ไขปัญหาของตัวเอง และร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน โดยการดูแลชี้แนะ อย่างใกล้ชิดจากครู



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2



Think

ประชุมอภิปรายกลุ่ม ร่วมกันระหว่าง ครู นักเรียน เพื่อวางแผนการดำเนินงาน การปลูกฝัง การพัฒนาให้มีความรู้ ความสามารถในการให้คำปรึกษาเบื้องต้น และปฏิบัติหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เพื่อนได้

Pair

นักเรียนจับกันเป็นคู่ ๆ เพื่อแลกเปลี่ยน ให้คำปรึกษาปัญหาที่ประสบ หรือมีความกังวลบอกเล่า แนวทางแก้ปัญหาของตัวเอง และร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน

Share

สลายกลุ่มผู้เรียนที่จับกันเป็นคู่ แล้วสรุปผลการแลกเปลี่ยนร่วมกันอีกครั้งหนึ่ง เพื่อแลกเปลี่ยน ความรู้ สรุปผล และอภิปรายผลการพูดคุย รวมทั้งให้ข้อสรุปหรือเสนอแนะใดๆ ต่อผู้สอนได้



รูปภาพให้คำปรึกษา คำแนะนำ และช่วยเหลือเกี่ยวกับเรื่องเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต
ที่เหมาะสมกับนักเรียน



ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา
โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

รูปภาพความรูสึกของผู้มารับคำปรึกษา คำแนะนำ และช่วยเหลือเกี่ยวกับเรื่องเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิต

ดิฉันได้ทบทวนศรัทธาณ์ เยี่ยมชมวันที่ได้มาปรึกษาคุณครู
 หนึ่งกานต์ นันทราช เนื่องจากมีเรื่องกังวลใจอยู่เรื่องหนึ่ง ดิฉันไม่รู้
 จะไปปรึกษาใครก็เลยมาปรึกษาคุณครูท่านนี้ ซึ่งระหว่างที่ดิฉันได้เล่าเหตุ
 การนั้นไปคุณครูก็ได้ให้คำปรึกษาที่ก็มาก ปกติดิฉันไม่ค่อยได้สนิทกับ
 คุณครูท่านนี้ แต่ดิฉันได้มาปรึกษาคุณครูเพื่อที่กังวลใจให้ทราบถึงกานต์ พ่อ
 นินหัวว่าคุณครูแฟนดีมากๆ คุณกับที่โสดมาแต่ที่ เคยต้อง คุณครู
 ให้อภัยมากๆ เป็นกันเวยสๆ ขอขอบคุณคุณครูหนึ่งกานต์ นันทราช
 ที่คอยให้คำปรึกษาที่ก็แก่ดิฉันและคิดว่าถ้าวันนี้นะได้มีโอกาสตอบ
 แทนคุณกานต์นะ ขอขอบคุณ

กระผม ด.ช. พิชฌมวณ เด็ดแสม วันที่ได้มาปรึกษา
 กับ ด.ช. หนึ่งกานต์ นันทราช เนื่องจากมีเรื่องทะเลาะ
 กับเพื่อนในห้องเรียน จึงมาปรึกษากับคุณครู ซึ่งระหว่าง
 ที่ได้มาปรึกษากับคุณครู ผมก็ได้บอกเล่าเรื่องราวที่ผมทะเลาะ
 กับเพื่อนในห้องเรียน คุณครูก็ได้ให้คำปรึกษาที่ดี
 ซึ่งจากที่กระผมได้คุยกับคุณครู ท่านนี้ไป ผมก็ได้รู้ว่า การที่ผม
 ทะเลาะกับเพื่อนในห้องเรียนนั้นที่สาเหตุมาแต่หรือว่า แต่สาเหตุอันนี้
 กับให้คำปรึกษาหรือคำสอนที่ก็แก่กระผมและกระผมจะนำคำสอน
 ของคุณครูมาพัฒนาตัวเองให้ดีกว่าแต่ก่อน ขอขอบคุณครับ

ครูผู้สอนดีเด่นด้านการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตในสถานศึกษา

โรงเรียนบ้านตาลเนิน (โพธิราชอำนวย) สพป.สกลนคร เขต 2

ลิงค์เอกสารหลักฐานอ้างอิง

รายการ	QR Code
<p>แบบวิเคราะห์ผู้เรียนรายบุคคล</p> <p>ลิงค์ย่อ : https://shorturl.asia/GBUfV</p>	
<p>นักเรียนทำแบบวิเคราะห์ผู้เรียนรายบุคคล</p> <p>ลิงค์ย่อ : https://shorturl.asia/f1B9V</p>	
<p>มอบหน้าที่สอนเพศวิถีศึกษา</p> <p>คำสั่งมอบหมายงานในหน้าที่</p> <p>ลิงค์ย่อ : https://shorturl.asia/xOfKa</p>	
<p>ตัวอย่างแผนการจัดการเรียนรู้เพศวิถีศึกษา</p> <p>ลิงค์ย่อ : https://shorturl.asia/cuQEP</p>	





การสอน
เพศวิถีศึกษา



โรงเรียนบ้านตาลเนิ้ง (โพธิราชอำนวย)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 2
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน