

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1
2. คำชี้แจงสำหรับผู้ใช้หลักสูตร รายวิชาเพิ่มเติม (เพศศึกษา)
3. เอกสารประกอบหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 (แผนการจัดการเรียนรู้)
4. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
5. แบบวัดเจตคติของนักเรียนต่อการเรียนรู้หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1



นางโสภา ฮ่อมป่า
โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์
ตำบลด่านม่วงคำ อำเภอโคกศรีสุพรรณ จังหวัดสกลนคร
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

คำชี้แจงสำหรับผู้ใช้หลักสูตร รายวิชาเพิ่มเติม (เพศศึกษา)

1. ในหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย 4 หน่วยการเรียนรู้ 6 แผนการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 พัฒนาการทางเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงปัจจัยที่ผลกระทบต่อ
เปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่น เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มทำงาน นักเรียนร่วมกันศึกษาใบ
ความรู้ 1.1 เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น และ ใบงานที่ 1.2 เรื่อง ปัจจัย
ที่ผลกระทบต่อเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่น

ชั่วโมงที่ 2 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มทำงาน นักเรียนร่วมกันทำใบงาน
ที่ 1.1 เรื่อง การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่น

ชั่วโมงที่ 3 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มทำงาน นักเรียนร่วมกันสรุป
ความรู้ และเฉลยใบงานที่ 1.1 เรื่อง การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆของวัยรุ่น

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่องการปรับตัวของวัยรุ่น เวลา 2 ชั่วโมง

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มทำงาน นักเรียนร่วมกันศึกษาใบ
ความรู้ 1.1 เรื่อง การปรับตัวของวัยรุ่นกับบุคคลต่างๆ ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้

ชั่วโมงที่ 2 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มทำงาน นักเรียนร่วมกันนำเสนอ
แผนผังความคิด เรื่อง การปรับตัวของวัยรุ่นกับบุคคลต่างๆ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 สุขอนามัยทางเพศ ประกอบด้วย

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์ และสุขอนามัยทางเพศ
เวลา 3 ชั่วโมง

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มเพื่อศึกษาเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์
และสุขอนามัยทางเพศ ด้วยกิจกรรม จิกซอ

ชั่วโมงที่ 2 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มเพื่อทำใบงานที่ 3.1
เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์

ชั่วโมงที่ 3 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มเพื่อทำและใบงานที่ 3.2
เรื่องสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่องโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มเพื่อศึกษาเรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และทำใบงาน

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 วัยรุ่น วัยใส ป้องกันภัยตนเอง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่องทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง จำนวน 5 ชั่วโมง

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม เพื่อศึกษาข่าวการทำแท้งเถื่อน และทำแบบทดสอบเรื่องการวิเคราะห์ปัญหาจากภาพข่าว

ชั่วโมงที่ 2 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มศึกษาใบความรู้ เรื่องพฤติกรรม การป้องกันความเสี่ยงทางเพศ

ชั่วโมงที่ 3 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติ

ชั่วโมงที่ 4 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม นำเสนอการแสดงบทบาทสมมติ

ชั่วโมงที่ 5 จัดการเรียนรู้โดยการร่วมกันสรุปความรู้ด้วยการอภิปรายสรุป และทดสอบหลังเรียน

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคมเช่น การตัดสินใจและปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ

ชั่วโมงที่ 1 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม เพื่อศึกษาใบความรู้ เรื่อง ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคม

ชั่วโมงที่ 2 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม ศึกษาใบความรู้ เรื่อง เพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์

ชั่วโมงที่ 3 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม ศึกษาและร่วมกันวิเคราะห์ข่าว เกี่ยวกับการทำแท้ง

ชั่วโมงที่ 4 จัดการเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายสรุป และแสดงความคิดเห็น และทัศนคติเกี่ยวกับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ผลเสีย และการป้องกัน การเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

การดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

1. ทดสอบก่อนเรียนด้วยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จำนวน 30 ข้อ ใช้เวลา 30 นาที แล้วบันทึกคะแนนที่ได้จากการทดสอบเป็นคะแนนก่อนเรียน
2. ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามลำดับโดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามขั้นตอนที่ระบุไว้ในแผนการจัดการเรียนรู้
3. เมื่อสิ้นสุดการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ให้นักเรียนทำแบบทดสอบย่อยเป็นรายบุคคล ตรวจสอบแบบทดสอบและบันทึกผลคะแนน
4. เมื่อดำเนินการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แล้ว ให้ทดสอบหลังเรียนด้วยแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ชุดเดิม จำนวน 30 ข้อ ใช้เวลา 30 นาที แล้วบันทึกคะแนนที่ได้จากการทดสอบเป็นคะแนนหลังเรียน

บทบาทครู

1. ครูศึกษาคำชี้แจงสำหรับผู้ใช้หลักสูตร รายวิชา (เพศศึกษา) และแผนการจัดการเรียนรู้อย่างละเอียด เพื่อให้เกิดความเข้าใจในขั้นตอนการดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เข้าใจกิจกรรมที่ปฏิบัติ
2. เตรียมเอกสาร สื่อการสอน และอุปกรณ์ต่างๆ ให้พร้อม
3. ดำเนินจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามขั้นตอนในแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา
4. เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง โดยการใช้คำถามที่กระตุ้นให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น
5. ส่งเสริมให้นักเรียนเรียนรู้ด้วยตนเองด้วยวิธีการเรียนเป็นกลุ่ม นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ จากการฝึกปฏิบัติและทำกิจกรรม ฝึกการคิด และการอภิปรายแสดงความคิดเห็น ฝึกทักษะกระบวนการทำงานกลุ่ม ฝึกกระบวนการสืบค้นข้อมูล การค้นคว้า และสามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลที่ได้โดยนำมาเขียนสรุปความรู้ได้

6. ส่งเสริมปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างครูกับนักเรียน นักเรียนกับนักเรียน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือกันระหว่างนักเรียนเก่ง และนักเรียนที่อ่อน

7. ขณะที่นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมครูผู้สอนควรดูแลอย่างใกล้ชิด ถ้าเกิดปัญหา ระหว่างเรียนจะได้ให้ความช่วยเหลือทันที รวมทั้งอธิบายข้อสงสัยในการเรียนเป็น รายบุคคล

8. สังเกตและประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง

สิ่งที่ครูต้องเตรียมล่วงหน้า

1. เตรียมสภาพแวดล้อมในห้องเรียนให้เอื้อต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
2. เตรียมศึกษาหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แผนการจัดการเรียนรู้ ให้เข้าใจในขั้นตอนและวิธีดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
3. เตรียมสื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ที่ระบุไว้ในแผนการจัดการเรียนรู้ให้พร้อมที่จะใช้ เช่น วีดิทัศน์ เครื่องฉายวีดิทัศน์ คอมพิวเตอร์ โปรเจกเตอร์

การจัดชั้นเรียน

จัดแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆละ 5-7 คน หรือแบ่งตามความเหมาะสม โดยในแต่ละกลุ่มคละนักเรียนเก่ง ปานกลาง และอ่อน ที่มีความสามารถต่างกันให้อยู่ด้วยกัน เพื่อสามารถเรียนรู้ร่วมกัน และช่วยเหลือกันในการเรียน

บทบาทนักเรียน

1. ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมของกลุ่ม จนเกิดความรู้ความเข้าใจ ด้วยตนเอง
2. พยายามทำแบบทดสอบ ตอบคำถาม อภิปรายกับเพื่อนๆ ภายในกลุ่ม เดียวกันเกี่ยวกับเนื้อหาที่เรียนอย่างเต็มความสามารถ
3. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการเรียนกับเพื่อนๆ และครู
4. มีวินัย มีความตรงต่อเวลา และมีความรับผิดชอบ
5. เมื่อพบปัญหา หรือเกิดความสงสัยในเนื้อหาส่วนใดส่วนหนึ่ง สามารถขอรับ คำปรึกษา หรือคำแนะนำจากครูได้
6. ประเมินและปรับปรุงตนเองอย่างต่อเนื่องจากการทำงานในใบงานและ แบบทดสอบย่อยประจำหน่วยการเรียนรู้

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

หลักการและเหตุผล

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ 2 พุทธศักราช 2545 มาตรา 23 ข้อที่ 4 ได้กำหนดให้สถานศึกษาสามารถจัดทำ การพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นของตนโดยใช้ควบคู่กับหลักสูตรแกนกลาง และให้สอดคล้องกับสภาพ ปัญหา และความต้องการของชุมชน เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ชีวิตของตนเอง ซึ่งใน สภาวะการณ์ปัจจุบันนี้จะพบว่า ปัจจุบันพบว่าวัยรุ่นเกิดปัญหาทางเพศมากขึ้น เนื่องจาก สภาพสังคม สิ่งแวดล้อมที่พัฒนาเปลี่ยนแปลงไปพร้อมกับความเจริญก้าวหน้าทาง วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สิ่งกระตุ้นยั่วยู่ทางเพศมีมากขึ้น เนื่องจากการรับรู้ข่าวสาร บางอย่างที่ไม่เหมาะสม เกิดพฤติกรรมการเลียนแบบจากนักร้อง ดารา นางแบบ หรือ บุคคลที่มีชื่อเสียง อีกทั้งการรับเอาค่านิยมจากชาวตะวันตกเข้ามาใช้ในชีวิตประจำวันโดย มิได้ไตร่ตรองว่าสิ่งใดที่เหมาะสมกับสังคมไทย โดยเฉพาะเรื่องเพศสัมพันธ์ที่พบว่าวัยรุ่น ไทยในยุคนี้มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร โดยไม่รู้จักวิธีป้องกันตนเองจากโรคภัยอันได้แก่ โรคเอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ผลกระทบประการสำคัญที่เกิดจาก พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นนอกจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และ การตั้งครรภ์ อันไม่พึงประสงค์

โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ อำเภอโคกศรีสุพรรณ จังหวัด สกลนคร เป็นโรงเรียนที่มีนักเรียนกลุ่มเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เริ่มมี พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์มากขึ้นและพบกรณีตัวอย่างของนักเรียน มีปัญหาดังนี้ นักเรียนออกกลางคันเพื่อแต่งงาน ปัญหาชู้สาว และปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ โดยที่ไม่มีความพร้อมสำหรับการมีชีวิตคู่ต้องมีภาระเลี้ยงดูบุตร ทำให้เกิดปัญหาครอบครัว ซึ่งนำไปสู่การหย่าร้างในที่สุด ผู้บริหารโรงเรียน ครูผู้สอน คณะกรรมการสถานศึกษา ผู้ปกครองและผู้เกี่ยวข้องได้มีการประชุมและเห็นควรจัดทำหลักสูตรรายวิชาเพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่

ประชากรราษฎรสงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเป็นวัยรุ่น ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ บังคับปรามกลุ่มเสี่ยงและให้ความรู้อย่างถูกต้องในเรื่องเพศศึกษา

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชากรราษฎรสงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 เป็นหลักสูตรที่มุ่งพัฒนาให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศศึกษา มีทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต และรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง สามารถเตรียมความพร้อมในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

วิสัยทัศน์

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชากรราษฎรสงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 เป็นหลักสูตรที่เน้นกระบวนการใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคม ค่านิยมที่ถูกต้องในเรื่องเพศ และรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม เตรียมความพร้อมในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม สามารถดำรงชีวิตอย่างปลอดภัยและมีความสุข

จุดมุ่งหมายของหลักสูตร

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชากรราษฎรสงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 มุ่งพัฒนาผู้เรียนได้เรียนรู้ที่เน้นกระบวนการไปสู่องค์ความรู้ มีจุดมุ่งหมายดังนี้

1. เพื่อให้เกิดความเข้าใจการเปลี่ยนแปลง และผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญในการปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อสร้างเสริมสุขนิสัยที่ดีในการดูแลวัยระเปศของตนที่เปลี่ยนแปลงไปเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ตลอดจนเข้าใจและรู้จักการป้องกันโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์
3. เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจวิธีการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น การปรับตัวและการวางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้ามบนความเสมอภาคทางเพศ

4. เพื่อสร้างทักษะการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งเป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

5. เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดี มีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เหมาะสม และมีสภาพจิตใจที่สมบูรณ์ในการควบคุมอารมณ์ทางเพศของตน อันจะส่งเสริมให้เป็นลูกที่ดีของครอบครัว และพัฒนาเป็นบิดา-มารดาที่ดีในอนาคต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

หลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ในฐานะเป็นพลเมืองไทยและ พลโลก ดังนี้

1. ใฝ่เรียนรู้และแสวงหาความรู้เพื่อเตรียมความพร้อมในการปรับตัว
2. มีทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต
3. รู้จักเลือกรับข้อมูลข่าวสารที่จะนำมาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาชีวิต
4. มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมอันพึงประสงค์
5. ตระหนักถึงคุณค่าของวัฒนธรรมการดำรงชีวิตของไทย
6. สำนึกในคุณค่า ศักยภาพและความเป็นตัวของตัวเอง

คุณภาพผู้เรียน

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระ การเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 มุ่งพัฒนาแบบองค์รวมเพื่อให้เป็นคนดี โดยผู้เรียนมีลักษณะดังนี้

เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและ พัฒนาการที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่างๆ ยอมรับ และสามารถปรับตัวต่อการ เปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ความเสมอภาคทางเพศ สร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่เหมาะสม มีทักษะชีวิตในการประเมินอิทธิพลของเพศ เพื่อน ครอบครัว ชุมชนและวัฒนธรรมที่มีต่อ เจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพและชีวิต และสามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม ป้องกัน

และหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ การใช้สารเสพติด และความรุนแรง รู้จักสร้างเสริมความปลอดภัยให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน แสดงความตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี สำนึกในคุณค่า ศักยภาพและความเป็นตัวของตัวเอง

สาระการเรียนรู้ และ ผลการเรียนรู้

สาระการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้
1. พัฒนาการทางเพศ 1.1 การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่น 1.2 ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ของวัยรุ่น 1.3 การปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่างๆ	1. วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่นได้ 2. บอกปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่นได้ 3. เสนอแนวทางในการปรับตัว ของวัยรุ่นเพศชาย และเพศหญิงต่อบุคคลต่างๆ
2. สุขอนามัยทางเพศ 2.1 ส่วนประกอบและหน้าที่ของอวัยวะสืบพันธุ์เพศชายและเพศหญิง 2.2 สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ 2.3 โรคทางเพศสัมพันธ์	1. อธิบายความหมาย ส่วนประกอบและหน้าที่เกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายและเพศหญิง 2. บอกวิธีดูแลสุขภาพและสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและอวัยวะเพศหญิง 3. อธิบายความหมายและสาเหตุของการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์
3. วัยรุ่น วัยใส ป้องกันภัยตนเอง 3.1 การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น 3.2 ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่นการใช้ทักษะการตัดสินใจและการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ	1. วิเคราะห์การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ 2. รู้วิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น 3. บอกทักษะจำเป็นในการตัดสินใจ และปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ

สาระการเรียนรู้ และ ผลการเรียนรู้ (ต่อ)

สาระการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้
4. เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	1. อธิบายความหมายของเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
4.1 เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์	2. อธิบายพฤติกรรมและเลือกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
4.2 สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์	3. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
4.3 ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	4. อธิบายทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคม ในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
4.4 การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษา วิเคราะห์ อภิปราย เกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ของวัยรุ่นเพศชาย เพศหญิง ต่อมไร้ท่อที่ทำหน้าที่ควบคุมการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย การปรับตัวของวัยรุ่น การวางตัวต่อเพศตรงข้าม สุขอนามัยทางเพศ ประกอบและหน้าที่ของอวัยวะสืบพันธุ์ สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ โรคทางเพศสัมพันธ์ การสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพ ความเสมอภาคทางเพศ การปรับตัวและการวางตัวต่อเพศตรงข้าม เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ สถานการณ์ และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคม

โดยใช้กระบวนการสืบเสาะหาความรู้ กระบวนการสืบค้น กระบวนการกลุ่ม กระบวนการคิด วิเคราะห์ กระบวนการทางสังคม เพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการทางสังคม การแก้ปัญหา การให้เหตุผล และการสื่อสารทางสังคม เพื่อให้เกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านความซื่อสัตย์สุจริต ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย ตลอดจนมีสมรรถนะด้านการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้ทักษะชีวิต และการใช้เทคโนโลยี และสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุข

ผลการเรียนรู้

1. วิเคราะห์ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่นได้
2. บอกปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่นได้
3. เสนอแนวทางในการปรับตัว ของวัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงต่อบุคคล ต่างๆ ได้
4. อธิบายส่วนประกอบและหน้าที่เกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายและ เพศหญิง
5. บอกวิธีดูแลสุขภาพและสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและอวัยวะ เพศหญิง
6. อธิบายความหมายและสาเหตุของการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์
7. บอกวิธีการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น วิธีการปรับตัวและการ วางตัวต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสม
8. วิเคราะห์การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
9. รู้วิธีป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
10. บอกทักษะจำเป็นได้แก่ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ เพื่อป้องกัน ตนเองจากภัยทางเพศ
11. อธิบายความหมายของเพศสัมพันธ์และการตั้งครรรภ์ได้
12. อธิบายพฤติกรรมและเลือกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยง ต่อการมีเพศสัมพันธ์
13. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
14. อธิบายทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคม ในการป้องกันการ ตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

รวม 14 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม) เพศศึกษา

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศงขลา เขต 1 นี้ ได้จัดประสบการณ์เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ เกิดทักษะชีวิตและมีคุณลักษณะที่ดี เพื่อเตรียมความพร้อมในการปรับตัวในการดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ใช้เวลาเรียน 18 ชั่วโมง ดังนี้

หน่วยที่	แผนการเรียน	สาระการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	เวลาเรียน
1 พัฒนา การทาง เพศ	แผนการจัดการเรียนรู้ ที่ 1 เรื่องการ เปลี่ยนแปลงและ ปัจจัยที่มีผลกระทบ ต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านต่างๆ ของวัยรุ่น	- การเปลี่ยนแปลง ด้านต่างๆ ของวัยรุ่น - ปัจจัยที่มีผลกระทบ ต่อการเปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่น	1. วิเคราะห์ลักษณะการ เปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญาในวัยรุ่น 2. บอกปัจจัยที่มีผลกระทบ ต่อการเปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ สังคมของวัยรุ่นได้	3
	แผนการจัดการเรียนรู้ ที่ 2 เรื่อง การปรับตัว ของวัยรุ่นต่อบุคคล ต่างๆ	- การปรับตัวของวัยรุ่น ต่อบุคคลต่างๆ	เสนอแนวทางในการปรับตัว ของวัยรุ่นเพศชายและเพศ หญิงต่อบุคคลต่าง ๆ	2
2 สุข อนามัย ทางเพศ	แผนการจัดการเรียนรู้ ที่ 3 เรื่อง อนามัย เจริญพันธุ์และ สุขอนามัยทางเพศ	- ความหมายของอนามัย เจริญพันธุ์ - ส่วนประกอบและ หน้าที่ของอวัยวะสืบพันธุ์ เพศชายและเพศหญิง - สุขปฏิบัติเกี่ยวกับเพศ	1. อธิบายส่วนประกอบและ หน้าที่เกี่ยวกับอวัยวะสืบพันธุ์ ของเพศชายและเพศหญิง 2. บอกวิธีดูแลสุขภาพและสุข ปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ ชาย และอวัยวะเพศหญิง	3

หน่วยที่	แผนการเรียน	สาระการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	เวลาเรียน
2. สุขอนามัยทางเพศ	แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	3. อธิบายความหมายและสาเหตุของการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	1
3. วัยรุ่นวัยใสป้องกันภัยตนเอง	แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง	1. วิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น 2. ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคม เช่น การตัดสินใจและปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ	1. วิเคราะห์การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ 2. รู้วิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น 3. บอกทักษะจำเป็นในการตัดสินใจ และปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ	5
4. การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกัน การมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	- เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ - สถานการณ์และพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ - ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ - การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	1. อธิบายความหมายของเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ 2. อธิบายพฤติกรรมเสี่ยงและเลือกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ 3. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ 4. อธิบายทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในสังคม ในการป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์	4

แนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

เพื่อให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนตามหลักสูตรบรรลุจุดมุ่งหมาย จึงกำหนดแนวปฏิบัติในการจัดการเรียนการสอน ดังนี้

1. การจัดการเรียนการสอน จัดให้ครูที่มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหา เพศศึกษา เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนการสอน
2. การจัดตารางเวลาเรียน ควรยืดหยุ่นตามความเหมาะสมของช่วงเวลา เรียน เพื่อสะดวกในการสอน
3. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้จัดให้มีการจัดการเรียนรู้มีดังนี้
 - 3.1 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในภาคทฤษฎีควรจัดการเรียนรู้โดย ครูผู้สอน โดยใช้หลักการจัดการเรียนการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่ม การใช้ทักษะการจัดการ เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
 4. ครูผู้สอนควรจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอนในลักษณะกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3 – 5 คน เพื่อความสะดวกต่อการจัดกิจกรรมและการสังเกตการทำงานของนักเรียนแต่ละคน ให้หมั่นสังเกตเด็กที่เรียนรู้ช้า เพื่อจะดูแลช่วยเหลือ ส่วนเด็กที่เรียนรู้ได้เร็วควร ส่งเสริมบทบาท โดยให้ความช่วยเหลือแนะนำเพื่อนที่เรียนรู้ได้ช้า
 5. ควรเน้นการทำงานร่วมกับผู้อื่น เพราะเป็นคุณสมบัติที่จำเป็นของการอยู่ร่วมกันในสังคมปัจจุบัน โดยในชั้นแรกต้องให้ความรู้เรื่องบทบาทหน้าที่ของตนและสมาชิก ฝึกทักษะที่จำเป็นในการทำงานกลุ่ม เช่น ทักษะการพูด การฟัง เป็นต้น ต่อจากนั้นจึงเป็นเรื่องของวิธีการทำงาน
 6. สื่อ อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอน ให้ความสำคัญ ประหยัด การนำวัสดุใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่ และใช้อุปกรณ์ในห้องให้มากที่สุด
 7. จัดการเรียนรู้เชื่อมโยงบูรณาการระหว่างสาระการเรียนรู้อื่น
 8. สอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมอันพึงประสงค์

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

ในการจัดการเรียนรู้ เรื่องเพศศึกษา ผู้เรียน ผู้สอนสามารถศึกษาหาความรู้ หรือเรียนรู้จากแหล่งเรียนรู้ที่มีอยู่ในท้องถิ่น ดังนี้

1. ภูมิปัญญาท้องถิ่น ประชาชนชาวบ้านที่มีความรู้ความสามารถ มีประสบการณ์ในเรื่องเพศศึกษา

- 1.1 นายนิรันดร์ แสนเมืองโคตร ปัจจุบันดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านม่วงไข่
- 1.2 นางอุทรทิพย์ พลราชมน นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพโรงพยาบาลส่งเสริม
สุขภาพตำบลบ้านม่วงไข่
2. แหล่งการเรียนรู้ในชุมชน ได้แก่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
บ้านม่วงไข่ อำเภอโคกศรีสุพรรณ จังหวัดสกลนคร
3. สื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ ได้แก่ แผ่นพับ วารสาร หนังสือพิมพ์ ใบงาน ใบความรู้
ที่เกี่ยวกับเพศศึกษา
4. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น อินเทอร์เน็ต ซีดี-รอม วีซีดี คอมพิวเตอร์ช่วยสอน
เป็นต้น
5. สื่อการเรียนการสอน ได้แก่ ใบความรู้ ใบงาน
6. แหล่งเรียนรู้ในโรงเรียน ได้แก่ ห้องสมุด ห้องคอมพิวเตอร์

การวัดผลและประเมินผล

ในการวัดผลและประเมินผลการเรียนการสอนตามหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)
เพศศึกษาดำเนินการวัดผล ประเมินผล ตามสภาพจริง ตามผลการเรียนรู้ในแผนการ
จัดการเรียนการสอน และบันทึกผลการประเมินสะสมไว้ เพื่อสรุปผลการประเมินวัดระดับ
คุณภาพปลายภาคเรียน ดังนี้

1. การวัดและประเมินผลเพื่อพัฒนา โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผลการ
เรียนและการเรียนรู้ของผู้เรียนในระหว่างการเรียนการสอนอย่างต่อเนื่อง เป็นการประเมิน
ระหว่างการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ ด้วยการใช้วิธีการและเครื่องมือการ
ประเมินที่หลากหลาย ดังนี้
 - 1.1 การสังเกตพฤติกรรมในการทำใบงาน
 - 1.2 การซักถาม
 - 1.3 การระดมความคิดเห็น
 - 1.4 การตรวจใบงานและใบบันทึกกิจกรรมกลุ่ม
 - 1.5 ผลงานจากการร่วมทำงานกลุ่ม เมื่อครูให้ทำงานกลุ่ม
 - 1.6 การประเมินผลการปฏิบัติงาน
 - 1.7 การตรวจผลงาน
 - 1.8 การวัดเจตคติต่อการเรียน

2. การวัดเพื่อตัดสินผลการเรียน มีการวัดผลประเมินผลตามหลักสูตรในอัตราส่วน 70 : 30 (คะแนนเต็ม 100 คะแนน) โดยแบ่งการประเมินออกได้ดังนี้

2.1 คะแนนสอบปลายภาค	30	คะแนน
2.2 คะแนนเก็บระหว่างเรียน	70	คะแนน
ประเมินโดยใช้แบบทดสอบ จำนวน	4	ฉบับ
2.2.1 ทดสอบหน่วยการเรียนรู้ที่ 1	10	คะแนน
2.2.2 ทดสอบหน่วยการเรียนรู้ที่ 2	10	คะแนน
2.2.3 ทดสอบหน่วยการเรียนรู้ที่ 3	20	คะแนน
- แบบอัตนัย 5 ข้อ	10	คะแนน
- แบบปรนัย 4 ตัวเลือก	10	คะแนน
2.2.4 ทดสอบหน่วยการเรียนรู้ที่ 4	30	คะแนน
- แบบอัตนัย 3 ชุด ๆ ละ 5 ข้อ	30	คะแนน

2.3 การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

2.4 การให้ระดับผลการเรียน

การตัดสินเพื่อให้ระดับผลการเรียนหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข
พระราชราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1
ใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น 8 ระดับ

ช่วงคะแนนเป็นร้อยละ	ระดับผลการเรียน	ความหมายของผลการประเมิน
80-100	4	ดีเยี่ยม
75-79	3.5	ดีมาก
70-74	3	ดี
65-69	2.5	ค่อนข้างดี
60-64	2	ปานกลาง
55-59	1.5	พอใช้
50-54	1	ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ
0-49	0	ต่ำกว่าเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้

หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์



นางโสภา ฮ่มป่า

โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์
 อำเภอโคกศรีสุพรรณ จังหวัดสกลนคร
 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศ	เวลา 5 ชั่วโมง
เรื่อง การเปลี่ยนแปลงและปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลง ด้านต่างๆ ของวัยรุ่น	เวลา 3 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

วัยรุ่น เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และมีการพัฒนาการทางเพศอย่างชัดเจน ดังนั้น วัยรุ่นจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้นกับตนเพื่อให้สามารถปรับตัว ต่อการเปลี่ยนแปลงของตนเอง รวมถึงการปรับตัว ต่อบุคคลอื่นๆ สามารถปฏิบัติตนและ อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

ผลการเรียนรู้

1. วิเคราะห์ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่นได้
2. บอกปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่นได้

สาระการเรียนรู้

1. การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่น
2. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่น

กิจกรรมการเรียนรู้

1. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ ของวัยรุ่น และครูตรวจและแจ้งผลคะแนนท้ายชั่วโมง

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

2. ร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายของวัยรุ่น โดยให้นักเรียนสังเกตร่างกายของตนเอง แล้วร่วมกันอภิปรายในหัวข้อต่อไปนี้
 - ร่างกายของนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเมื่อเรียนอยู่ชั้น ป.5-6 อย่างไร

- นักเรียนคิดว่าการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายมีปัญหาคือนักเรียนหรือไม่
อย่างไร

ขั้นศึกษาและทำกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1 3. นักเรียน จับคู่และร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 1.1 เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่น และ ใบความรู้ที่ 1.2 เรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ สังคมของวัยรุ่น แล้วสรุปความรู้เป็นแผนผังความคิด

ชั่วโมงที่ 2 4. นักเรียนจับคู่เพื่อทำใบงานที่ 1.1 เรื่องการวิเคราะห์ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่น

5. ครูยกตัวอย่าง เพื่อนในห้องเรียน คนที่ตัวเล็กกับคนที่ตัวโต เพื่อให้เพื่อนช่วยกันเปรียบเทียบ การเปลี่ยนแปลง และอธิบายเพิ่มเติมถึงปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของวัยรุ่น

ขั้นสรุปและนำไปใช้

ชั่วโมงที่ 3 6. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ และเฉลยใบงานที่ 1.1 โดยครูสุ่มนักเรียนเฉลยทีละข้อ และให้เพื่อนๆ ร่วมออกความคิดเห็นที่แตกต่าง

7. ครูอธิบายเพิ่มเติมให้คำตอบสนองบูรณยิ่งขึ้น

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 1.1 เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ ของวัยรุ่น
2. ใบความรู้ที่ 1.2 เรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์และสังคมของวัยรุ่น
3. ใบงานที่ 1.1 เรื่อง ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่างๆ ของวัยรุ่น
4. แบบทดสอบก่อนเรียน

การวัดผลและประเมินผล

1. วิธีการวัดผล

- 1.1 ตรวจแผนผังความคิดโดยใช้เกณฑ์ Rubric
- 1.2 สังเกตพฤติกรรม

2. เครื่องมือวัดผล

- 2.1 เกณฑ์การประเมินแผนผังความคิด (Rubric)
- 2.2 แบบสังเกตพฤติกรรม

3. การประเมินผล

ผลการประเมินอยู่ในระดับผ่าน ขึ้นไป

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....
.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....
.....

ด้านคุณลักษณะ

.....
.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....
.....

ข้อเสนอแนะ

.....
.....

ลงชื่อ ครูผู้สอน

(นางโสภกา สุ่มป่า)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นายจำลอง คล่องดี)

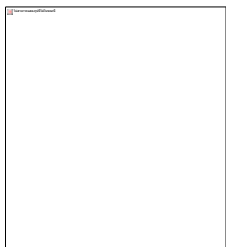
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ใบความรู้ที่ 1.1

เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่น

การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย



ในช่วงวัยรุ่นอายุระหว่าง 13-15 ปี เด็กหญิง เด็กชาย จะเกิดการเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกายทั้งรูปร่าง เสียง ความสูง และน้ำหนัก กล่าวคือ ทั้งสองเพศจะมีความสูงและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อย่างเห็นได้ชัด กล่าวคือ

เด็กชายจะตัวสูงขึ้นและน้ำหนักเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว กล้ามเนื้อแข็งแรง หน้าอกและไหล่กว้างขึ้น มีหนวดเครา มีขนขึ้นที่อวัยวะเพศและรักแร้ เสียงแตกพร่า จะเริ่มมีน้ำอสุจิ มีการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เด็กหญิงจะเริ่มมีประจำเดือน สะโพกขยายออก เอวคอด หน้าอกโตขึ้น เสียงหวานแหลม มีขนขึ้นที่อวัยวะเพศและรักแร้

การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์

จากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ดังนี้



1. วัยรุ่นเกิดความรู้สึกวิตกกังวล ในรูปร่างหน้าตาของตน และยิ่งเกิดปัญหาสิ่วหนุมสิ่วสาว ความวิตกกังวลก็จะยิ่งมีมากขึ้น วัยรุ่นสามารถนำปัญหาเหล่านี้ไปปรึกษา พ่อแม่ ผู้ปกครอง เพื่อขอคำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการดูแลรักษา ความสะอาดใบหน้าที่ต้อง
2. สำหรับลูกสาววัยรุ่น ควรปรึกษากับแม่ที่เป็นเพศเดียวกัน เพื่อแนะนำวิธีดูแลรักษาความสะอาดในช่วงของการมีประจำเดือนด้วย

3. ลักษณะทางอารมณ์ที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งของวัยรุ่น คือ การมีอารมณ์ที่เรียกว่า พายุบุแคม (Storm & Stress) คือ มีความรุนแรงแต่อ่อนไหวไม่มั่นคง ถ้าต้องการจะทำอะไร ก็ต้องทำให้ได้ ถ้าถูกขัดขวางจะตอบโต้อย่างรุนแรง แต่ความต้องการนั้น จะเปลี่ยนแปลงได้ง่าย หันเหไปสู่ความต้องการความสนใจใหม่ๆ อยู่เสมอ พ่อแม่ต้องรู้เท่าทันอารมณ์ของวัยรุ่น รู้จัก โอนอ่อนผ่อนตามอย่างเหมาะสม เมื่อเห็นน้ำเชียวก็อย่าเอาเรื่อง ไปขวาง แต่จงใช้ความเข้าใจ ความเห็นอกเห็นใจ เป็นเครื่องค้ำจุน ให้วัยรุ่น สามารถผ่าน พันอันตราย อันเกิดจากลักษณะทางอารมณ์ ของวัยนี้ไปได้อย่างปลอดภัยการเพิ่มความต้องการทางเพศ ทำให้วัยรุ่นเกิดความ สนใจในเพื่อนต่างเพศ ต้องการให้ตนเป็นที่รู้จัก เป็นที่สนใจของต่างเพศ ต้องการความรู้เพศศึกษา และการแนะนำในการเตรียม ตัวเข้าสังคมวัยรุ่นชายและหญิง

การเปลี่ยนแปลงความต้องการทางสังคม

เมื่อวัยรุ่นพบความแปลกใหม่ในร่างกายของตน ก็จะมี ความไม่แน่ใจ มีความทุกข์ ต้องการปรับตัวให้เหมาะสม จึงหันหน้าเข้าหาผู้ที่มีปัญหาเดียวกัน คือ เพื่อนรุ่นเดียวกัน

- วัยรุ่นจึงเห็นความสำคัญ ของเพื่อนวัยรุ่น เชื่อเพื่อนมาก และเชื่อพ่อแม่ น้อยลง อาจทำตัวอ่อนกว่าวัยเพราะวัยรุ่นต้องการกลับเป็นเด็กอีก ไม่อยากเติบโต ไม่อยากเข้าสังคมใหม่

- ความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่น กับพ่อแม่จะเปลี่ยนรูปแบบไป วัยรุ่นไม่ต้องการให้พ่อแม่ บังคับ ควบคุม แต่ต้องการผู้ช่วยคิดช่วยแนะนำและอยากให้พ่อแม่เป็นเพื่อนที่ดีของตน

- วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระและการเป็นหัวหน้าครอบครัวและหัวหน้างานต่อไป พ่อแม่จึงต้องเปลี่ยน เป็นผู้แนะนำมากกว่าผู้ออกคำสั่งและควบคุมเข้มงวด

- วัยรุ่นจะเปรียบเทียบคุณสมบัติของพ่อแม่กับผู้ใหญ่อื่นๆ พ่อแม่ ขาดคุณสมบัติใด วัยรุ่นก็จะไปหาได้จากครูหรือผู้มีชื่อเสียงในสังคม เป็นบุคคลทดแทน

การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ในช่วงวัยรุ่นอาจกลับไปมีลักษณะใจเร็วด่วนได้ อดไม่ได้ รอคอยไม่ได้ จะเอาเดี๋ยวนี้ทันทีต่างๆ ที่เมื่อเป็นเด็กเคยใจเย็นและ พุดกันรู้เรื่อง นอกจากนั้นใน บางครั้งวัยรุ่นอาจรู้สึกเกียจคร้าน อยากอยู่เฉยๆ ไม่ทำงาน ไม่หยิบจับช่วยงานในบ้าน เพราะสาเหตุ ทางร่างกายและอารมณ์ ถ้าเป็นอยู่เพียงบางครั้ง ผู้ปกครองก็ ไม่ควรเร่งเร้า ดุด่าว่ากล่าว แต่ถ้าจะติดเป็นนิสัยก็ไม่เหมาะสม ต้องดักเตือนกันพัฒนาการที่เหมาะสมของ วัยรุ่น ควรสิ้นสุด โดยมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. ความสำเร็จในการแยกเป็นอิสระ ไม่ต้องพึ่งพาพ่อแม่
2. การมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม
3. รับผิดชอบต่อการงาน
4. มีจริยธรรมประจำใจ
5. ความสามารถที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ลึกซึ้ง และถาวรกับผู้อื่น
6. การกลับไปมีสัมพันธภาพกับพ่อแม่ด้วยความเข้าใจที่ดีขึ้น



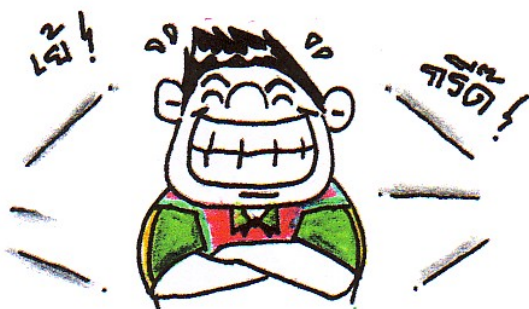
การเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญา

ความเปลี่ยนแปลงทางสติปัญญาของวัยรุ่น จะพัฒนาขึ้น อย่างรวดเร็วเช่นเดียวกับ ด้านร่างกาย ขนาดของม้านสมองจะ ขยายออกมากขึ้น ดังนั้น

1. วัยรุ่นจึงเป็นผู้ชอบคิด อยากรู้ อยากเห็น ช่างซักถาม ใช้เหตุผล และแสดงความ คิดเห็นวิพากษ์วิจารณ์ต่างๆ
2. วัยรุ่นจะชอบ แก้ปัญหา และตัดสินใจทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง มีความรับผิดชอบ บิดามารดาต้องให้การสนับสนุน ปล่อยให้ลูกได้ใช้ความคิดเป็นของตนเอง และความ คิดสร้างสรรค์ก็จะสูงขึ้นได้

ใบความรู้ที่ 1.2

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเปลี่ยนแปลง ทางด้านจิตใจ อารมณ์และสังคมของวัยรุ่น



* การได้รับความนิยมน้อยจากเพื่อนๆ จะส่งผลในลักษณะเป็นมิตร กล้าแสดงออก และมีความเชื่อมั่นในตนเอง วางตัวในสังคม ได้เป็นอย่างดี

* วัยรุ่นที่ไม่เป็นที่นิยมของเพื่อนจะรู้สึก เศร้า เครียด พยายามที่จะยอมรับและ คล้อยตามการกระทำทุกอย่างของเพื่อน ๆ ทั้งที่ไม่เต็มใจทำ



* ฐานะทางเศรษฐกิจสังคม ศาสนา เชื้อชาติ และอื่นๆ ก็เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลง ของวัยรุ่นในสังคมนั้น เด็กจะมีเพื่อนฝูงและมีสังคม มีความรัก ความผูกพัน กับคนทั่วไปและมีการปรับตัว ได้ดี เมื่อเข้า กับบุคคลอื่น

ใบงานที่ 1.1

ให้นักเรียนวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่นต่อไปนี้

(ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา)

รูปภาพ	การเปลี่ยนแปลง	ลักษณะที่เปลี่ยนแปลง	ผลกระทบ
	ด้านร่างกาย	<ul style="list-style-type: none"> - ร่างกายโต - มีหนวด - เสียงห้าว - มีสิ่ว - กล้ามใหญ่ 	<ul style="list-style-type: none"> กังวลกับร่างกาย - สับสนกับการ วางตัวระหว่าง ความเป็นเด็กกับ ผู้ใหญ่
	
	
	
	
	
	

ใบงานที่ 1.1

ให้นักเรียนวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของวัยรุ่นต่อไปนี้ **เฉลย**

รูปภาพ	การเปลี่ยนแปลง	ลักษณะที่เปลี่ยนแปลง	ผลกระทบ
	ด้านรูปร่างกาย	- ร่วงกายโต - มีหนวด- มีสิว - เสียงห้าว - กล้ามใหญ่	- กังวลกับรูปร่างกาย - สัมพันธกันการวางตัวระหว่างความเป็นเด็กกับผู้ใหญ่
	ด้านจิตใจ	- ต้องการความรัก - จิตใจอ่อนไหวง่าย - สนใจเพศตรงข้าม - เป็นตัวของตัวเอง	- กลัวแสดงออก - รู้จักวางตัวในสังคม
	ด้านอารมณ์	- เกรี้ยวกราด - อุนเฉียว โมโหง่าย - ควบคุมตนเองไม่ได้	- เกรี้ยวกราด - หงุดหงิดง่าย - ทะเลาะวิวาท
	ด้านอารมณ์ (ด้านสังคม)	สนใจเพศตรงข้าม - มักจะได้ตอบอย่างรุนแรง - อ่อนไหว ไม่มั่นคง	- ต้องการการยอมรับ - คล้อยตามเพื่อน
	ด้านสังคม	- เห็นความสำคัญของเพื่อน - เชื้อเพื่อน - ชอบทำตามแฟชั่น	- ออกจากครอบครัว - ฟังพว. ไวใจ - เพื่อนกว่าพ่อแม่
	ด้านสังคม	- ไม่ชอบการถูกบังคับ - รักความเป็นอิสระ - ไม่ชอบทำงานเกินจรรยา - รักความสะอาด สบาย	- มีกลุ่มเพื่อนฝูงและมีสังคม - มีความรัก - ปรารถนาได้ดี
	ด้านสติปัญญา	- ชอบคิด. อยากรู้อยากเห็น - ช่างซักถาม ใช้เหตุผล - แสดงความคิดเห็น - ชอบแก้ปัญห	- คิด วิเคราะห์ได้ - ด้วยตนเอง - เรียนรู้และเข้าใจ - สิ่งต่างๆ ได้ง่าย

(อยู่ในดุลพินิจของครูผู้สอน)

การประเมินแผนผังความคิด

ข้อที่	รายการประเมิน	ผลการประเมิน			
		ไม่ผ่าน (1)	ผ่าน (2)	ผ่านดี (3)	ผ่านยอดเยี่ยม (4)
1	เวลาในการส่งงาน				
2	รูปแบบ ของชิ้นงาน				
3	ความสมบูรณ์ของเนื้อหา				
	รวม				

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมินแผนผังความคิด

ข้อที่	รายการประเมิน	เกณฑ์การประเมิน
1	ไม่ส่งงาน	ไม่ผ่าน
	ส่งงานแต่ไม่ทันเวลา	ผ่าน
	ส่งงานทันเวลาพอดี	ผ่านดี
	ส่งงานก่อนหมดเวลา	ผ่านยอดเยี่ยม
2	รูปแบบลึบสน ไม่สวยงาม และไม่สร้างสรรค์	ไม่ผ่าน
	รูปแบบดูเข้าใจได้ แต่ไม่สวยงาม ไม่สร้างสรรค์	ผ่าน
	รูปแบบดูเข้าใจง่าย สวยงาม แต่ไม่สร้างสรรค์	ผ่านดี
	รูปแบบดูเข้าใจง่าย สวยงาม และสร้างสรรค์	ผ่านยอดเยี่ยม
3	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง ไม่ครบ	ไม่ผ่าน
	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจน เขียนถูกต้อง แต่ไม่ครบถ้วน	ผ่าน
	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจนนัก เขียนถูกต้อง ครบถ้วน	ผ่านดี
	สรุปเนื้อหาชัดเจน เขียนถูกต้อง ครบถ้วน	ผ่านยอดเยี่ยม

- หมายเหตุ**
1. ผ่านการประเมินต้องได้คะแนนรวมอย่างน้อย 6 คะแนน
 2. ไม่ผ่านต้องทำใหม่ จนกว่าจะผ่าน

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศ	เวลา 5 ชั่วโมง
เรื่อง การปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่างๆ	เวลา 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

การศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวต่อบุคคลต่างๆ ของวัยรุ่น จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวต่อบุคคลต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม สามารถปฏิบัติตนและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ผลการเรียนรู้

1. เสนอแนวทางในการปรับตัว ของวัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงต่อบุคคลต่างๆ ได้

สาระการเรียนรู้

การปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่างๆ

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ชั่วโมงที่ 1 1. ทบทวนเนื้อหาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคมของวัยรุ่นจากการศึกษาเนื้อหาในครั้งที่ผ่านมา

2. ร่วมกันสนทนา และแสดงความคิดเห็นโดยครูใช้คำถามนำดังนี้

- นักเรียนคิดว่าควรมีการปรับตัวต่อเพื่อนหรือไม่ เพราะอะไร
- ในชีวิตประจำวันของนักเรียนนอกจากเพื่อนแล้ว นักเรียนควรปรับตัวต่อบุคคลใดอีกบ้าง และมีวิธีการปรับตัวอย่างไร
- หากคนเราอยู่ร่วมกันแต่ไม่ปรับตัวเข้าหากัน นักเรียนคิดว่าผลจะเป็นอย่างไร

ขั้นศึกษาและทำกิจกรรม

3. นักเรียนจับคู่เพื่อร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 2.1 เรื่องการปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่างๆ
4. นักเรียนแต่ละคู่ร่วมกันสรุปความรู้เป็นผังความคิด

ขั้นสรุปและนำไปใช้

ชั่วโมงที่ 2 5. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอแผนผังความคิด เพื่อนๆปรับมือให้กำลังใจ และร่วมกันอภิปรายสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษาจากบทเรียน เช่น

- วัยรุ่นควรมีการปรับตัวต่อบุคคลใดบ้าง และปรับตัวอย่างไร
- การวางตัวอย่างเหมาะสมของวัยรุ่นมีประโยชน์อย่างไร
- ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นในปัจจุบัน มีอะไรบ้าง และวัยรุ่นควรมี

บทบาทในการปัญหาเหล่านั้นได้อย่างไร

6. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน เพื่อเก็บคะแนนรายหน่วย

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 2.1 เรื่อง การปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่าง ๆ
2. แบบทดสอบหลังเรียน

การวัดผลและประเมินผล

1. วิธีการวัดผล

- 1.1 ตรวจสอบแผนผังความคิด
- 1.2 ตรวจสอบแบบทดสอบหลังเรียน

2. เครื่องมือวัดผล

- 2.1 เกณฑ์การประเมินแผนผังความคิด (Rubric)
- 2.2 แบบทดสอบหลังเรียน

3. การประเมินผล

- 3.1 ผลการประเมินอยู่ในระดับผ่านขึ้นไปทุกข้อ
- 3.2 ทำแบบทดสอบถูกต้อง 6 ข้อขึ้นไป

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....

ด้านคุณลักษณะ

.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

ลงชื่อ ครูผู้สอน

(นางโสภา ฮ่อมป่า)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....

(ลงชื่อ)

(นายจำลอง คล่องดี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ใบความรู้ที่ 2.1

เรื่องการปรับตัวของวัยรุ่นต่อบุคคลต่างๆ

การปรับตัวของวัยรุ่นชายต่อเพื่อนหญิง

การปรับตัวของวัยรุ่นชายที่ปฏิบัติตัวต่อวัยรุ่นหญิง ควรปฏิบัติดังนี้

- ☞ วัยรุ่นชายให้เกียรติวัยรุ่นหญิงไม่ล่วงเกินทางกายในทุกโอกาส รู้จักยับยั้งชั่งใจและอารมณ์ของตนให้ได้
- ☞ ให้ความช่วยเหลือแก่ฝ่ายหญิงเท่าที่มีโอกาสสามารถกระทำได้
- ☞ ไม่พูดจาเกี้ยวพาราสีให้ฝ่ายหญิงเสียหายหรือแสดงกิริยาที่แสดงว่าตัวเองเป็นเจ้าของชอบพอกันมากเกินไปเป็นที่น่ารังเกียจของผู้พบเห็น
- ☞ ไม่พูดจาโอ้อวดหรือหลอกลวงผู้หญิงซึ่งจะทำให้ฝ่ายหญิงหลงเชื่อหรือเกิด ความเสียหาย
- ☞ เข้ากับญาติของฝ่ายหญิงได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

การปรับตัวของวัยรุ่นหญิงที่มีต่อเพื่อนชาย

- ☞ ไม่ควรให้ฝ่ายชายออกเงินค่าใช้จ่ายแก่ตนเองฝ่ายเดียวหรือรับของกำนัลจากฝ่ายชายบ่อย ๆ
- ☞ ไม่ชวนฝ่ายชายไปเที่ยวสองต่อสองในที่สาธารณะ หรือในสถานที่เร่รุ่มต่างๆ เช่น ผับ บาร์ ห้องอาหาร ร้านคาราโอเกะ ฯลฯ
- ☞ ฝ่ายหญิงไม่ควรทำตัวสนิทสนมกับฝ่ายชายมากเกินไป ไม่ว่าจะทางด้านกิริยา ท่าทาง หรือวาจา
- ☞ ฝ่ายหญิงควรให้เกียรติฝ่ายชาย และไม่ควรให้ฝ่ายชายแตะเนื้อต้องตัวจนทำให้เกิดความเข้าใจผิดกัน

คำถามชวนคิด

1. การปรับตัวของเพื่อนชายที่ปฏิบัติต่อเพื่อนหญิงควรปฏิบัติอย่างไร
2. เพื่อนชาย ควรให้เกียรติเพื่อนหญิงอย่างไร
3. การปรับตัวของวัยรุ่นหญิงที่มีต่อเพื่อนชายควรปฏิบัติอย่างไร
4. การกระทำใดที่เป็นการขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีไทย

การวางตัวต่อเพื่อนต่างเพศ



การที่เราทำงานอดิเรก เล่นกีฬา เล่นดนตรี หรือทำกิจกรรม นันทนาการในกลุ่ม เพื่อนต่างเพศ เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้วัยรุ่นที่เป็น

เยาวชนชายและหญิงมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันแต่ต้องควบคุมอารมณ์ทางเพศให้ได้วัยรุ่นหญิงควรวางตัวให้เหมาะสม รู้จักระมัดระวังไม่ให้เกิดความสนิทสนมมากเกินไปจนทำให้ฝ่ายชายมีโอกาสล่วงเกินได้ง่าย ขณะเดียวกันวัยรุ่นชายจะต้องทำตัวเป็นสุภาพบุรุษ ไม่ล่วงเกินฝ่ายหญิงให้เกียรติ ฝ่ายหญิง ยกย่องฝ่ายหญิง ทำให้ฝ่ายหญิงนับถือ รู้จักวางตัวให้เหมาะสม มีความเป็นสุภาพบุรุษ

วัยรุ่นกับคุณพ่อ คุณแม่ และญาติผู้ใหญ่



- ☞ ให้ความเคารพและเชื่อฟัง คำอบรมสั่งสอน และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้ใหญ่
- ☞ แสดงกิริยาท่าทางเรียบร้อย มีมารยาทสุภาพ อ่อนน้อม อ่อนหวาน

- ☞ เข้าร่วมกิจกรรมกับครอบครัวเมื่อมีโอกาสอันควร
- ☞ ไม่กระทำการใดๆ ที่ต้องทำให้คุณพ่อ คุณแม่ต้องมีความวิตกกังวล เช่น ดื่มสุรา ติดสารเสพติด เล่นการพนัน การชกต่อยทะเลาะวิวาท หนีเรียน

คำถามชวนคิด

1. บุคลิกภาพใดที่ทำให้วัยรุ่นวางตัวต่อเพื่อนต่างเพศได้เหมาะสม
2. การกระทำใดของฝ่ายหญิงที่เปิดโอกาสให้ฝ่ายชายมีโอกาสล่วงเกินได้ง่าย
3. วัยรุ่นมีการปฏิบัติต่อคุณพ่อ คุณแม่ อย่างไรบ้าง
4. ความวิตกกังวลของพ่อแม่ที่มีต่อลูกในวัยรุ่นคืออะไร

การประเมินแผนผังความคิด

ข้อที่	รายการประเมิน	ผลการประเมิน			
		ไม่ผ่าน (1)	ผ่าน (2)	ผ่านดี (3)	ผ่านยอดเยี่ยม (4)
1	เวลาในการส่งงาน				
2	รูปแบบ ของชิ้นงาน				
3	ความสมบูรณ์ของเนื้อหา				
รวม					

ลงชื่อ..... ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมินแผนผังความคิด

ข้อที่	รายการประเมิน	เกณฑ์การประเมิน
1	ไม่ส่งงาน	ไม่ผ่าน
	ส่งงานแต่ไม่ทันเวลา	ผ่าน
	ส่งงานทันเวลาพอดี	ผ่านดี
	ส่งงานก่อนหมดเวลา	ผ่านยอดเยี่ยม
2	รูปแบบสับสน ไม่สวยงาม และไม่สร้างสรรค์	ไม่ผ่าน
	รูปแบบดูเข้าใจได้ แต่ไม่สวยงาม ไม่สร้างสรรค์	ผ่าน
	รูปแบบดูเข้าใจง่าย สวยงาม แต่ไม่สร้างสรรค์	ผ่านดี
	รูปแบบดูเข้าใจง่าย สวยงาม และสร้างสรรค์	ผ่านยอดเยี่ยม
3	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง ไม่ครบ	ไม่ผ่าน
	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจน เขียนถูกต้อง แต่ไม่ครบถ้วน	ผ่าน
	สรุปเนื้อหาไม่ชัดเจนนัก เขียนถูกต้อง ครบถ้วน	ผ่านดี
	สรุปเนื้อหาชัดเจน เขียนถูกต้อง ครบถ้วน	ผ่านยอดเยี่ยม

หมายเหตุ 1. ผ่านการประเมินต้องได้คะแนนรวมอย่างน้อย 6 คะแนน

2. ไม่ผ่านต้องทำใหม่ จนกว่าจะผ่าน

แบบทดสอบหลังเรียนหน่วยที่ 1 พัฒนาการทางเพศ

<p>1. ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นชาย</p> <p>ก. มีขนขึ้นบริเวณที่ลับ</p> <p>ข. แขน ขายาวและใหญ่ขึ้น</p> <p>ค. มีผิวพรรณดูสดใส สะอาดขึ้น</p> <p>ง. มีกล้ามเนื้อเป็นมัดๆ แข็งแรง</p> <p>2. พัฒนาการทางด้านร่างกายคือ อะไร</p> <p>ก. การมีสติปัญญาดีขึ้น</p> <p>ข. การปรับตัวให้เข้ากับสังคมดีขึ้น</p> <p>ค. การเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย</p> <p>ง. การที่ร่างกายมีความสูงเพิ่มขึ้นและมีน้ำหนักมากขึ้นด้วย</p> <p>5. ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเด็กวัยรุ่นหญิง</p> <p>ก. ผิวพรรณเปล่งปลั่ง</p> <p>ข. เต้านมเจริญเติบโต</p> <p>ค. เสียงแตกพร่า เสียงห้าว</p> <p>ง. หน้าอกขยายใหญ่ขึ้น เหวคอด</p> <p>6. การที่วัยรุ่นทั้งชายและหญิงเริ่มคบเพื่อนต่างเพศนั้นจัดว่าเป็นการเปลี่ยนทางด้านใด</p> <p>ก. ด้านร่างกาย ข. ด้านจิตใจ อารมณ์</p> <p>ค. ด้านสังคม ง. ด้านสติปัญญา</p> <p>7. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการทางด้านร่างกายของวัยรุ่นชาย ที่เห็นได้ชัดเจนคือข้อใด</p> <p>ก. นมตั้งพาน</p> <p>ข. มีเสียงแหลม</p>	<p>ค. อวัยวะเพศขยายใหญ่ขึ้น</p> <p>ง. มีกล้ามเนื้อเป็นมัดๆ ดูเป็นชาย</p> <p>17. การปฏิบัติต่อตนเองอย่างเหมาะสมสำหรับวัยรุ่นมีหลายประการ ยกเว้นข้อใด</p> <p>ก. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์</p> <p>ข. รักษาสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ</p> <p>ค. ระมัดระวังในเรื่องการเรียนอย่าให้ผลการเรียนตกต่ำ</p> <p>ง. ดูแลเรื่องการแต่งกายและกิริยาท่าทางที่เหมาะสม</p> <p>18. พฤติกรรมใดที่วัยรุ่นไม่ควรปฏิบัติตน ต่อคุณพ่อและคุณแม่</p> <p>ก. อ่อนน้อมถ่อมตน</p> <p>ข. เคารพเชื่อฟัง คำสั่งสอน</p> <p>ค. ประณินับดีเมื่อท่านเจ็บป่วย</p> <p>ง. ร้องขอความเสมอภาค</p> <p>19. นักเรียนควรเลือกคบเพื่อนตามข้อใดมากที่สุด</p> <p>ก. สุนิสา ปากว่ามีมือถึง</p> <p>ข. นิตยา ช่วยทำการบ้านให้เสมอ</p> <p>ค. สุชาติ ให้การช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องการเงิน</p> <p>ง. ประภาพร พูดจาสุภาพเรียบร้อยและให้เกียรติเพื่อน</p> <p>20. ความเชื่อมั่นในตนเองของวัยรุ่นเกิดขึ้นได้อย่างไร</p> <p>ก. ได้รับความรักจากคูรัก</p> <p>ข. บิดา มารดาให้ความมั่นใจ</p> <p>ค. ได้รับการยกย่องจากกลุ่มเพื่อน</p> <p>ง. ต้องการแสดงความเก่งกล้า ความสามารถของตนเอง</p>
--	--

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 2 สุขอนามัยทางเพศ	เวลา 4 ชั่วโมง
เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และสุขอนามัยทางเพศ	เวลา 3 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง การมีความสมบูรณ์ของร่างกายพร้อมที่จะสืบทอดเผ่าพันธุ์รวมถึงการดูแลและรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ ซึ่งเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญและมีส่วนประกอบหลายอย่าง การดูแล รักษา ความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์อย่างถูกวิธีจะช่วยให้อวัยวะสืบพันธุ์สะอาด ส่งผลต่อร่างกายให้มีความสมบูรณ์แข็งแรง ทำหน้าที่ได้อย่างปกติและปราศจากโรคภัยต่าง ๆ

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์ ส่วนประกอบและหน้าที่ของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายและเพศหญิง
2. บอกวิธีดูแลสุขภาพและสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศชายและอวัยวะเพศหญิง

สาระการเรียนรู้

1. ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์
2. ส่วนประกอบและหน้าที่ของอวัยวะสืบพันธุ์เพศชายและเพศหญิง
3. สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ

กิจกรรมการเรียนรู้

- ชั่วโมงที่ 1
1. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยที่ 2 สุขอนามัยทางเพศของวัยรุ่น
ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน
 2. ร่วมกันสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับโรคหรือความผิดปกติที่เกิดกับอวัยวะสืบพันธุ์ ของคนเรา ดังนี้
 - หากเรารักษาความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์ไม่ดีพอ จะเกิดโรคหรือความผิดปกติอะไรบ้าง และส่งผลกระทบต่อสุขภาพหรือไม่ อย่างไร**ขั้นศึกษาและทำกิจกรรม**
 3. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆ ละ 4 คน คณะกรรมการให้ตั้งเป็นกลุ่มครอบครัว

โดย ในเวลา 20 นาทีนี้สมาชิกในครอบครัวแต่ละคน แบ่งหน้าที่ให้ไปเข้ากลุ่มผู้เชี่ยวชาญในแต่ละเรื่องดังนี้

- ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 ศึกษาเรื่องอนามัยเจริญพันธุ์และอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชาย
- ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 ศึกษาเรื่อง อวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิง
- ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 ศึกษาเรื่องสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะของเพศชายและเพศหญิง
- ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 ศึกษาเรื่องการเป็นประจำเดือน และฝันเปียก

4. เมื่อครบ 20 นาที ให้แต่ละคนกลับไปที่ครอบครัวของตน เพื่อถ่ายทอดสิ่งที่ตนเองได้ศึกษามาให้สมาชิกในครอบครัวฟังและบันทึกความรู้ในสมุด

ชั่วโมงที่ 2

5. นักเรียนเข้ากลุ่มตามเดิม และร่วมกันทำใบงานที่ 3.1 เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์และใบงานที่ 3.2 เรื่อง สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ

6. ให้แต่ละกลุ่มเปลี่ยนกันตรวจคำตอบ และให้คะแนน

ขั้นสรุปและนำไปใช้

5. อภิปรายสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษาในประเด็นต่อไปนี้

- อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง อะไร
- ส่วนประกอบของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชายมีอะไรบ้าง และมีหน้าที่อย่างไร
- ส่วนประกอบของอวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิงมีอะไรบ้าง และมีหน้าที่อย่างไร

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 3.1 เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์
2. ใบความรู้ที่ 3.2 เรื่องสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ
3. ใบงานที่ 3.1 เรื่องอนามัยเจริญพันธุ์
4. ใบงานที่ 3.2 เรื่องสุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ

การวัดและประเมินผล

1. วิธีการวัดประเมินผล
 - ตรวจใบงาน
2. เครื่องมือวัดประเมินผล
 - 2.1 เกณฑ์การให้คะแนนใบงาน
3. เกณฑ์การวัดประเมินผล
 - 3.1 ผลคะแนนใบงาน 8 คะแนน ขึ้นไป

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....
.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....
.....

ด้านคุณลักษณะ

.....
.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....
.....

ข้อเสนอแนะ

.....
.....
.....

ลงชื่อ ครูผู้สอน

(นางโสภกา ฮ่อมป่า)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นายจำลอง คล่องดี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ใบความรู้ที่ 3.1

เรื่อง อนามัยเจริญพันธุ์

อนามัยเจริญพันธุ์



อนามัยเจริญพันธุ์ หมายถึง การมีความสมบูรณ์ของร่างกาย พร้อมทั้งจะสืบทอดเผ่าพันธุ์ ตลอดทั้งการดูแล ป้องกัน และการรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์ เพื่อให้อวัยวะส่วนต่างๆ อยู่ในสภาพที่ดี ทำหน้าที่ได้อย่างปกติ และปราศจากโรคภัย

ต่างๆ วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการของระบบสืบพันธุ์ เมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่น อาจจะมีอวัยวะเพศมีการเจริญเติบโต เริ่มมีเซลล์สืบพันธุ์และผลิตฮอร์โมนเพศ จึงควรรู้จักวิธีการ และการดูแลรักษาสุขภาพอนามัยทางเพศ

อวัยวะสืบพันธุ์ของเพศชาย

1. ลิงค์หรือองคชาติ เป็นอวัยวะที่แสดงให้เห็นเป็นเพศชาย มีลักษณะยื่นออกมา เป็นลักษณะกล้ามเนื้อเหนียวคล้ายฟองน้ำ สามารถยืดและหดได้ และมีท่อปัสสาวะผ่านตลอดลำลึงค์ เพื่อใช้ขับถ่ายปัสสาวะและยังเป็นทางผ่านน้ำอสุจิ
2. อัณฑะ ลักษณะคล้ายไข่ไก่ฟองเล็ก มีถุงอัณฑะห่อหุ้มอยู่มี 2 ลูก อัณฑะจะมีหลอดสร้างเชื้ออสุจิ ทำหน้าที่ผลิตตัวอสุจิและฮอร์โมนในเพศชาย
3. หลอดน้ำอสุจิ เป็นท่อเล็กๆ ต่อจากอัณฑะ ทำหน้าที่พาตัวอสุจิและน้ำอสุจิ ไหลขึ้นไปตามหลอด เข้าไปในถุงน้ำอสุจิ
4. ถุงน้ำอสุจิ เป็นถุงรูปสามเหลี่ยม ติดต่อกันกับหลอดฉีดน้ำอสุจิ มีหน้าที่สร้างน้ำอสุจิหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าน้ำกาม
5. หลอดฉีดน้ำอสุจิ อยู่เหนือต่อมลูกหมาก มีหน้าที่ฉีดน้ำอสุจิเข้าไปในตัวลึงค์
6. ต่อมลูกหมาก ตั้งอยู่ด้านล่างของกระเพาะปัสสาวะ มีท่อปัสสาวะ และท่อถุงน้ำอสุจิเข้าสู่ต่อมลูกหมาก ต่อมลูกหมากมีหน้าที่ หลั่งสารที่เป็นต่าง อย่างอ่อนเข้าไปในท่อ ปัสสาวะให้ปนไปกับน้ำอสุจิ ซึ่งจะช่วยให้อสุจิมีการเคลื่อนไหวได้ดี
7. อสุจิ มีขนาดเล็ก รูปร่างคล้ายลูกธนู ประกอบด้วย ส่วนหัว ส่วนคอ ส่วนหาง ในการหลั่งอสุจิ ครั้งหนึ่งๆ จะมีตัวอสุจิ ประมาณ 400 ล้านตัว มีอายุประมาณ 24-48 ชั่วโมง
8. น้ำกาม เป็นของเหลวที่ขับออกมาจากอัณฑะ ช่วยให้ตัวอสุจิแก่ขึ้นและเคลื่อนไหวได้อย่างรวดเร็วในท่ออสุจิ น้ำกามจะหลั่งออกมาครั้งละ ประมาณ 5-6 ลูกบาศก์เซนติเมตร

อวัยวะสืบพันธุ์ของเพศหญิง

อวัยวะสืบพันธุ์ภายนอก

1. เนินหัวหน่าว อยู่ตอนบน มีผิวหนังหนูนูนขึ้นมา เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นหรือวัยสาว จะมีขนขึ้นบริเวณนี้
2. แคมใหญ่ เป็นกลีบเนื้อนูนด้านนอกทั้งสองข้าง ของช่องคลอด อยู่ใต้เนินหัวหน่าวลงมา ประกอบด้วยไขมัน เส้นประสาท หลอดเลือด
3. แคมเล็ก เป็นกลีบเนื้อเล็กๆ สีแดงคล้ายริมฝีปาก อยู่ด้านในขนานกับแคมใหญ่ มีผิวหนังอ่อนนุ่ม ไม่มีขน ด้านบนจดกันที่คลิตอริส ล้อมคลิตอริสไว้ มีต่อมน้ำมัน และ หลอดเลือดมาเลี้ยงจำนวนมาก
4. คลิตอริส ลักษณะเป็นปุ่มยื่นออกมาประมาณ 2-3 เซนติเมตร อยู่ตรงกลางรอยต่อของแคมเล็ก เป็นอวัยวะที่มีความรู้สึกทางเพศมาก เนื่องจากมีหลอดเลือดและเส้นประสาทไปหล่อเลี้ยงเป็นจำนวนมาก สามารถเปลี่ยนขนาดใหญ่ได้เมื่อมีความรู้สึกทางเพศ
5. เยื่อพรหมจารี เป็นเยื่อบางๆ อยู่รอบปากช่องคลอด มีช่องเล็กๆ เพื่อเป็นทางออกของประจำเดือน อาจฉีกขาดได้เมื่อมีการร่วมเพศครั้งแรก

อวัยวะสืบพันธุ์ภายใน

1. รังไข่ เป็นต่อมสืบพันธุ์ของเพศหญิง มี 2 ต่อม อยู่ข้างขวาและข้างซ้าย รังไข่มีหน้าที่ผลิตเซลล์สืบพันธุ์เพศหญิงที่เรียกว่า “ไข่” เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นรังไข่จะผลิตไข่ข้างซ้ายและข้างขวาสลับกันทุกเดือน ไข่จะเจริญเติบโตเต็มที่ หากได้รับการผสมจากอสุจิ ก็ จะเจริญเติบโตต่อไปเป็นทารก ถ้าไม่ได้รับการผสมพันธุ์ ก็จะสลายตัวออกมาทางช่องคลอด จากผนังมดลูกที่เรียกว่า “การมีประจำเดือน”
2. ท่อรังไข่ มีอยู่ 2 ข้าง มีกล้ามเนื้อพิเศษ บุด้วยเยื่อที่มีขนและบีบรัดตัวอยู่เสมอ มีหน้าที่โบกพัดเอาไข่ที่สุกจากรังไข่ เข้าไปในท่อรังไข่ ส่งไปสู่มดลูก
3. มดลูก อยู่อุ้งเชิงกรานระหว่างกระเพาะปัสสาวะ และทวารหนัก ลักษณะคล้ายผลชมพู่ เป็นกล้ามเนื้อหนา ขยายโตขึ้นเมื่อตั้งครรภ์ มดลูกมีหน้าที่รองรับการฝังตัวของไข่ ที่ผสมพันธุ์แล้ว และยังเป็นที่อยู่ของทารกในครรภ์
4. ช่องคลอด เป็นส่วนหนึ่งที่ต่อจากปากมดลูก ช่องคลอดเป็นทางผ่านของตัวอสุจิ เพื่อเข้าไปผสมพันธุ์กับไข่ในท่อรังไข่ และเป็นทางคลอดของทารก

ใบความรู้ที่ 3.2

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะเพศ

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะของเพศชาย

ขณะที่เราอาบน้ำควรทำความสะอาดอวัยวะเพศ โดยใช้สบู่ล้าง เช็ดให้แห้งทุกครั้ง ควรสวมใส่กางเกงในที่สะอาด ไม่อับชื้น เพราะจะทำให้เกิดเชื้อรา ตลอดทั้งใช้ห้องน้ำที่ถูกสุขลักษณะ หากสงสัยว่าเป็นโรคทางเพศสัมพันธ์ หรือผิดปกติ ทางอวัยวะเพศ



ควรรีบปรึกษาแพทย์ทันที ไม่ควรให้อวัยวะเพศถูกกระทบกระเทือนแรงๆ เพราะจะทำให้เกิดการอักเสบได้

สุขปฏิบัติเกี่ยวกับอวัยวะของเพศหญิง



เวลาอาบน้ำควรใช้สบู่ฟอกชำระร่างกาย และอวัยวะเพศให้สะอาด และเช็ดตัวให้แห้งอยู่เสมอ ตลอดทั้งสวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด กางเกงในจะต้องมีขนาดเหมาะสมไม่ใช่ ชุดชั้นในร่วมกับผู้อื่น ในขณะที่เป็นประจำเดือน ต้องระมัดระวังในเรื่อง

ความสะอาดของอวัยวะเพศเป็นพิเศษ ใช้ผ้าอนามัย ผลัดเปลี่ยนวันละ 2-3 ครั้ง ระวังอย่าให้อวัยวะเพศถูกกระทบกระเทือนอย่างแรงๆ หากสงสัยว่าเป็นโรคหรือมีอาการผิดปกติของอวัยวะเพศ ให้รีบไปปรึกษาแพทย์ทันที

การฝันเปียก



การฝันเปียก หมายถึง การที่วัยรุ่นเพศชายที่เป็นธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ ของวัยรุ่น โดยลูกอัณฑะทำหน้าที่สร้างฮอร์โมนเพศ ตัวอสุจิจะผสมไว้ในถุงเก็บน้ำอสุจิ และฮอร์โมนเพศจะมีผลทำให้มีความรู้สึกสนใจเพศตรงข้าม ร่างกายมีการผลิตน้ำอสุจิเก็บไว้มากขึ้น ประกอบกับจิตใจ อารมณ์ มีการเปลี่ยนแปลงทำให้เกิดความเครียด ขณะนอนหลับอาจฝัน เกี่ยวกับเรื่องเพศ ทำให้ถุงน้ำอสุจิรัดตัว น้ำหล่อเลี้ยงจะถูกบีบเข้าสู่ท่อปัสสาวะ และขับเคลื่อนออกมาภายนอกเราเรียกว่า “ฝันเปียก”

การเป็นประจำเดือน

การเป็นประจำเดือน คือ ปรากฏการณ์ที่เป็นธรรมชาติของเพศหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่น รังไข่จะสร้างฮอร์โมนเพศหญิงและผลิตไข่ ปกติไข่จะเจริญเติบโตและสุกเดือนละ 1 ฟอง สลับกันระหว่างรังไข่ด้านซ้ายและด้านขวา ไข่สุกจะหลุดออกจากรังไข่ และถูกพัดพาเข้าท่อรังไข่หรือปีกมดลูก เพื่อรอรับการผสมพันธุ์จากตัวอสุจิ ถ้าไม่ได้รับการผสมพันธุ์เยื่อบุมดลูก ก็จะค่อยๆ หลุดออก หลุดเลือดบริเวณเยื่อบุมดลูก ก็จะลอกหลุดและฉีกขาด เกิดมีเลือดไหลออกมาทางปากมดลูก ผ่านช่องคลอด ที่เราเรียกว่า “ประจำเดือน” นั่นเอง

อาการที่เป็นประจำเดือน และการปฏิบัติตนเมื่อมีประจำเดือน

อาการเมื่อเป็นประจำเดือน จะมีความรู้สึกปวดศีรษะ ท้องอืดท้องเฟ้อ ปวดเมื่อย ตามกล้ามเนื้อและบั้นเอว เต้านมตึงและเจ็บ หงุดหงิดง่าย อารมณ์ไม่ปกติ เบื่ออาหาร คลื่นไส้อาเจียน



อาการจะหายเป็นปกติเมื่อประจำเดือนหยุดประมาณ 5-7 วัน

การปฏิบัติตนขณะเป็นประจำเดือน ต้องใช้ผ้าอนามัยอย่างถูกต้อง ล้างมือให้สะอาดก่อนเปลี่ยนผ้าอนามัยทุกครั้ง และทำความสะอาดบริเวณอวัยวะเพศเสมอ รักษาความสะอาดของเสื้อผ้าที่สวมใส่ พักผ่อนให้เพียงพอ ทำจิตใจให้ร่าเริงอยู่เสมอ ออกกำลังกายให้น้อยลง

ผ้าอนามัย คือแผ่นที่ใช้ซับเลือดประจำเดือนของสตรี ลักษณะใช้แล้วทิ้ง มีรูปแบบการใช้งานตามแต่ละประเภท ส่วนใหญ่ทำจากวัสดุที่มีความสามารถซึมซับของเหลวได้ดี มีความนุ่ม และห่อหุ้มด้วยผ้าสำลี บางชนิดเพิ่มกลิ่นหอม เพื่อดับกลิ่นประจำเดือนด้วย

ประเภทของผ้าอนามัย

ผ้าอนามัยแบบใช้ภายนอก (maxi pad)

-แบบแผ่นหนาแบ่งตามขนาดมี 3 แบบ คือ แบบปกติ แบบพิเศษ และแบบสำหรับกลางคืน -แบ่งตามลักษณะใช้งาน 3 แบบ คือ แบบมีห่วง แบบแถบปลาย และแบบแถบยาว

ผ้าอนามัยแบบสอด

เวลาใช้ผ้าอนามัยชนิดนี้จะต้องสอดเข้าช่องคลอด ผ้าอนามัยชนิดนี้พบเห็นได้ไม่บ่อยนัก เหมาะสำหรับใช้ในบางโอกาสเท่านั้น เช่น ใช้เมื่อแข่งขันว่ายน้ำ

ใบงานที่ 3.1

1. คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์สุขปฏิบัติเกี่ยวกับเพศ (6 คะแนน)

สุขปฏิบัติ	วิธีการปฏิบัติ	ข้อควรระวัง
อวัยวะเพศชาย
อวัยวะเพศหญิง
การมีประจำเดือน

2. คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับเพศแล้วตอบคำถามต่อไปนี้ (4 คะแนน)

1. ฟันเป็ยกเกิดจากอะไร (1 คะแนน)

.....
.....

2. ประจำเดือนเกิดจากอะไร (1 คะแนน)

.....
.....

3. ฟัอนน้ามัยมีกี่ประเภท อะไรบ้าง จงอธิบาย (2 คะแนน)

.....
.....
.....
.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 2 สุขอนามัยทางเพศของวัยรุ่น	เวลา 4 ชั่วโมง
เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์	เวลา 1 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ป่วยหรือการสัมผัสกับเลือดของผู้ป่วย ซึ่งทำให้เกิดอันตรายร้ายแรงและเรื้อรัง ทำลายสุขภาพและสุขจิตของผู้ป่วย ส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัวและประเทศชาติ

การศึกษาเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จะช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจ และสามารถป้องกันตนเองไม่ให้เกิดโรคทางเพศสัมพันธ์ได้

ผลการเรียนรู้

อธิบายความหมายและสาเหตุของการเกิดโรคทางเพศสัมพันธ์

สาระการเรียนรู้

โรคทางเพศสัมพันธ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดอวัยวะสืบพันธุ์เพศชายและหญิง
2. ร่วมกันสนทนาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ดังนี้

- นักเรียนรู้จักโรคทางเพศสัมพันธ์หรือไม่ ถ้ารู้ให้บอกชื่อโรค สาเหตุ และอาการของโรค ถ้าไม่รู้ให้นักเรียนร่วมกันระดมความคิดเห็นว่าน่าจะเป็นโรคที่มีลักษณะหรือมีอาการอย่างไร

- ในหมู่บ้านของนักเรียนมีผู้ป่วยเป็นโรคทางเพศสัมพันธ์หรือไม่ ถ้ามีนักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร และจะปฏิบัติต่อผู้ป่วยโรคนี้ได้อย่างไร

ขั้นศึกษาและทำกิจกรรม

3. ครูทบทวนขั้นตอนในการศึกษาใบความรู้ที่ 4.1 เรื่อง โรคทางเพศสัมพันธ์
4. นักเรียนทำใบงาน เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

ขั้นสรุปและนำไปใช้

6. ร่วมกันเฉลยคำตอบ และอภิปรายสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษา เช่น
 - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้แก่โรคอะไรบ้าง
 - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีวิธีป้องกันอย่างไร
 - หากในครอบครัวของนักเรียนมีผู้ป่วยเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

นักเรียนจะทำอย่างไร

7. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน ตรวจสอบคำตอบและเฉลยพร้อมกัน

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 4.1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
2. ใบงานที่ 4.1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
3. แบบทดสอบหลังเรียน

การวัดผลและประเมินผล

1. วิธีการวัดประเมินผล
 - 1.1 ตรวจใบงาน
 - 1.2 ตรวจแบบทดสอบหลังเรียน
2. เครื่องมือวัดประเมินผล
 - 2.1 ใบงานที่ 4.1 เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์
 - 2.2 แบบทดสอบหลังเรียน
3. เกณฑ์การวัดประเมินผล
 - 3.1 ผ่านเกณฑ์การทำใบงานถูกต้อง 6 ข้อขึ้นไป
 - 3.2 ผ่านเกณฑ์การทำแบบทดสอบหลังเรียน 8 ข้อขึ้นไป

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....
.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....
.....

ด้านคุณลักษณะ

.....
.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....
.....

ข้อเสนอแนะ

.....
.....

ชื่อ.....ครูผู้สอน

(นางโสภา สัมปา)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....
.....

(ลงชื่อ)

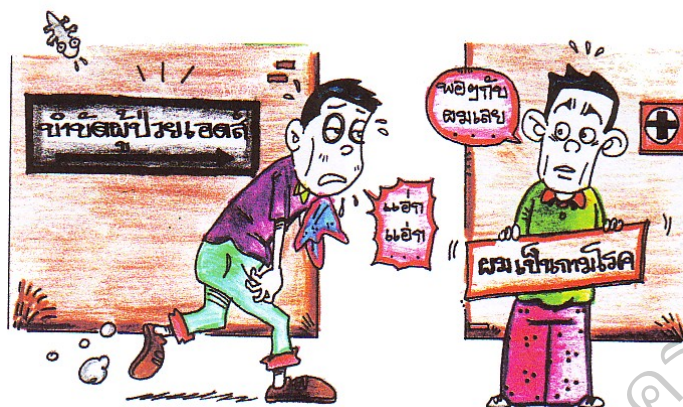
(นายจำลอง คล่องดี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ใบความรู้ที่ 4.1

เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นโรคติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ป่วย หรือ การสัมผัส กับเลือดของผู้ป่วย ซึ่งทำให้เกิดอันตรายร้ายแรงและเรื้อรัง ทำลายสุขภาพ ร่างกายและสุขภาพทางจิตของผู้ป่วย ทำให้เกิดปัญหาทางสุขภาพทางสังคม ทาง เศรษฐกิจและทางครอบครัว เช่น โรคเอดส์ และกามโรค เช่น หนองใน แผลริมอ่อน ฝีมะม่วง ซิฟิลิส ฯลฯ

1. โรคเอดส์

โรคเอดส์ คือ โรคที่เกิดจากภูมิคุ้มกันในร่างกายเสื่อมหรือบกพร่อง เนื่องจากได้รับเชื้อ ไวรัส H.I.V. ที่ทำให้เม็ดเลือดขาวที่เป็นภูมิคุ้มกันถูกทำลายลง ทำลายน้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำอสุจิ และน้ำในช่องคลอด พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์คือ การเที่ยว ส่ำสอน ทางเพศ การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น การสัมผัสกับเลือดของผู้อื่นที่เกิดแผล หรือถูกจาก ใบมีดโกนบาด และจากมีดตัดเล็บ

การป้องกันโรคเอดส์ ได้แก่ ไม่เที่ยวส่ำสอนทางเพศ ควรใช้ถุงยางอนามัย ทุกครั้ง เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ไม่ควรเสพหรือฉีดยาเสพติดร่วมกับผู้อื่น ป้องกันการเป็น บาดแผลของตนเอง ไม่ให้ติดเลือดจากผู้อื่น หญิงและชายควรไปตรวจร่างกายก่อนแต่งงาน

2. โรคกามโรค

กามโรค เป็นกลุ่มโรคที่

เกิดจากการติดเชื้อหลายชนิด ได้แก่

1. โรคซิฟิลิส เป็นโรคติดต่อ

เรื้อรัง ร้ายแรง เกิดแผลที่อวัยวะเพศ

ลูกกลาม สู่ระบบ ประสาท กระดูก

ข้ออักเสบ ทำให้เกิดพิการ สมรรถภาพร่างกายเสื่อม

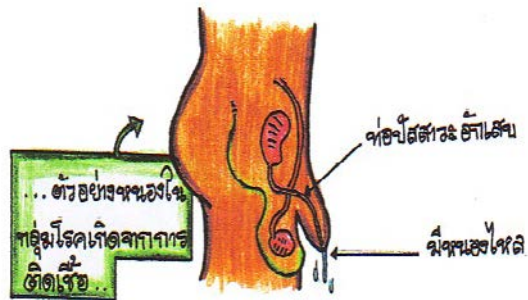
2. โรคหนองใน ติดต่อย่างทำให้ท่อปัสสาวะอักเสบ มีหนองไหล ทำให้เกิด

การอักเสบที่ท่อปัสสาวะ และเป็นหมันได้

3. แผลริมอ่อน เริ่มเป็นตุ่มที่อวัยวะเพศ กลายเป็นหนองและแตกออกมีหลาย
แผล ทำให้เกิดเจ็บแสบที่อวัยวะเพศ ไม่รักษาทำให้อวัยวะเพศแห้งได้

4. กามโรคที่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณขาหนีบ เรียกว่าฝีมะม่วง เกิดจากเชื้อ
แบคทีเรีย ทำให้อ่อนน้ำเหลืองอักเสบที่ขาหนีบ บวมโต กลายเป็นฝีได้

5. หนองในเทียม ทำให้ทางเดินปัสสาวะอักเสบ เพศชายต่อมลูกหมากจะบวม
โต ลูกอัณฑะ อักเสบ เพศหญิงทำให้มดลูกและปีกมดลูกอักเสบ



การป้องกันและการรักษาโรค

เราควรป้องกันและรักษาโรค

กามโรคได้โดยที่เราไม่ไปสัมผัส

ทางเพศ ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมี

เพศสัมพันธ์ ไม่ใช่เสื้อผ้าร่วมกัน

กับผู้ป่วย หลีกเลี่ยงพฤติกรรม

การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ตั้งใจ

หญิงและชายควรไปตรวจร่างกายก่อนแต่งงาน

และเมื่อมีอาการผิดปกติ ควรรีบปรึกษาแพทย์ เพื่อตรวจหาเชื้อกามโรคต่อไป



ใบงานที่ 4.1

เรื่อง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

1. การมีพฤติกรรมใดที่มีโอกาสติดโรคทางเพศได้
.....
2. เรามีวิธีการป้องกันตนเองไม่ให้เกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้อย่างไร
.....
3. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หมายความว่าอย่างไร
.....
4. โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ทำให้เกิดปัญหาด้านใดบ้าง
.....
5. ให้นักเรียนยกตัวอย่างโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มาอย่างน้อย 5 โรค
.....
6. โรคเอดส์เกิดจากการที่เราได้รับเชื้อโรคชนิดใด
.....
7. เรามีวิธีการป้องกันโรคเอดส์ได้อย่างไร
.....
8. กามโรคชนิดใดที่มีหนองไหลออกมา ทำให้ท่อน้ำสวะอักเสบและเป็นหมันได้
.....
9. ลักษณะของโรคแผลริมอ่อนมีลักษณะเป็นอย่างไร
.....
10. การรับประทานอาหารร่วมกับผู้ป่วยโรคทางเพศสัมพันธ์ จะติดโรคด้วยหรือไม่เพราะเหตุใด
.....

เฉลย

1. การไปเที่ยวล่าสอนทางเพศ การใช้เสื่อผ้าร่วมกับผู้อื่น การใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้ป่วย
2. เราควรป้องกันและรักษาได้โดยที่เราไม่ไปล่าสอนทางเพศ ใช้ถุงยางอนามัย
เมื่อมีเพศสัมพันธ์ ไม่ใช้เสื่อผ้าร่วมกับผู้ป่วย
3. โรคติดต่อที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ป่วยที่เป็นโรคติดต่อ
4. ทางสุขภาพกาย สุขภาพจิต ทางสังคม เศรษฐกิจและทางครอบครัว
5. โรคเอดส์, โรคหนองใน, ฝีมะม่วง, แผลริมอ่อน, ซิฟิลิส
6. เชื้อไวรัส ที่มีชื่อว่า H.I.V.
7. การที่เราไม่ล่าสอนทางเพศ ใช้ถุงยางอนามัยขณะร่วมเพศ หลีกเลี่ยงการติดเลือดจาก
ผู้ป่วย ระมัดระวังในการเป็นแผล ไม่เสพหรือฉีดสารเสพติด
8. โรคหนองใน
9. เริ่มเป็นผื่นที่อวัยวะเพศ กลายเป็นหนองและแตกออก มีหลายแผลทำให้เกิดเจ็บแสบ
ที่อวัยวะเพศ
10. ไม่ติด เพราะไม่ได้สัมผัสเลือด หรือน้ำหนองของผู้ป่วยโดยตรง

แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

หน่วยที่ 2 เรื่อง สุขอนามัยทางเพศของวัยรุ่น

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย (X) ทับอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. ที่เห็นว่าถูกที่สุดเพียงข้อเดียว ลงในกระดาษคำตอบที่แจกให้

1. ข้อใดไม่ใช่ความหมายของอนามัยเจริญพันธุ์
 - ก. ความสมบูรณ์ของร่างกายพร้อมที่จะสืบทอดเผ่าพันธุ์
 - ข. การดูแลป้องกันรักษาความสะอาดของอวัยวะสืบพันธุ์
 - ค. การทำให้อวัยวะสืบพันธุ์ ทำหน้าที่ได้อย่างปกติ
 - ง. การทำให้อวัยวะสืบพันธุ์ เกิดโรคร้ายต่างๆ
2. วัยรุ่นควรรักษาความสะอาดในเรื่องใด
 - ก. ร่างกาย
 - ข. อวัยวะเพศ
 - ค. เสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่ม
 - ง. ถูกทุกข้อ
3. องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์มีกี่องค์ประกอบ
 - ก. 8 องค์ประกอบ
 - ข. 9 องค์ประกอบ
 - ค. 10 องค์ประกอบ
 - ง. 12 องค์ประกอบ
4. ข้อใดไม่ใช่องค์ประกอบของอนามัยการเจริญพันธุ์
 - ก. เพศศึกษา
 - ข. อนามัยวัยรุ่น
 - ค. โรคติดต่อทางพันธุกรรม
 - ง. การวางแผนครอบครัว
5. วิธีทำความสะอาดอวัยวะเพศที่ดีที่สุดคือข้อใด
 - ก. ใช้น้ำสะอาดล้าง
 - ข. ใช้กระดาษชำระ
 - ค. ใช้ยาฆ่าเชื้อโรค
 - ง. ใช้สบู่ล้างและเช็ดให้แห้ง
6. เชื้อพรหมจรรย์ เป็นเชื้อบางๆ ที่ปกปิดอยู่กับอวัยวะส่วนใด ของเพศหญิง
 - ก. ช่องคลอด
 - ข. แคมใหญ่
 - ค. แคมเล็ก
 - ง. ปากมดลูก
7. ข้อใดคือการผันเป็ยก
 - ก. อสุจิเคลื่อนออกมาขณะอาบน้ำ
 - ข. อสุจิเคลื่อนออกมาเองขณะหลับ
 - ค. มีอสุจิเคลื่อนออกมาตอนใดก็ได้
 - ง. อสุจิเคลื่อนออกมาขณะร่วมเพศ
8. ช่องคลอดของเพศหญิงตั้งอยู่ระหว่างส่วนใด
 - ก. มดลูกกับทวารหนัก
 - ข. ท่อปัสสาวะกับทวารหนัก
 - ค. ท่อปัสสาวะกับคลิตอริส
 - ง. กระเพาะปัสสาวะกับคลิตอริส

9. ข้อใดไม่ใช่ส่วนประกอบของอวัยวะสืบพันธุ์ภายนอกของเพศหญิง
 ก. แคมเล็ก ข. คลิตอริส ค. ปากมดลูก ง. เยื่อพรหมจารี
10. ผู้ติดเชื้อหรือผู้ป่วยกับคนปกติควรป้องกันตนเองจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โดยวิธีใด
 ก. ทำสะอาดร่างกาย ข. ทำสะอาดอวัยวะเพศ ค. ใช้ถุงยางอนามัย ง. ใส่ห่วงอนามัย
11. ฝ้ายอนามัยแบบใดที่ไม่เหมาะสำหรับการใช้เป็นประจำ
 ก. แบบกางเกง ข. แบบมีห่วง ค. แบบสอด ง. แบบแถบยาว
12. การฝืนเปียกมีลักษณะใกล้เคียงกับข้อใด
 ก. กลืนตัว ข. สุขอนามัย
 ค. อนามัยเจริญพันธุ์ ง. การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
13. อวัยวะเพศชายที่ทำหน้าที่ผลิตอสุจิ คือข้อใด
 ก. อัณฑะ ข. องคชาติ ค. ถุงเก็บน้ำอสุจิ ง. ต่อมลูกหมาก
14. โดยทั่วไปการหลั่งน้ำอสุจิแต่ละครั้งจะมีตัวอสุจิประมาณเท่าใด
 ก. 100 ล้านตัว ข. 200 ล้านตัว ค. 300 ล้านตัว ง. 400 ล้านตัว
15. ขณะมีประจำเดือนมักมีอาการมากที่สุดคือ ข้อใด
 ก. ปวดท้อง ข. ปวดศีรษะ ค. เวียนศีรษะ ง. คลื่นไส้อาเจียน
16. โรคกามโรคชนิดใดที่มีน้ำหนองไหลออกมา ทำให้ปัสสาวะอักเสบและเป็นหมันได้
 ก. โรคซิฟิลิส ข. โรคหนองใน
 ค. แผลริมอ่อน ง. โรคต่อมน้ำเหลืองอักเสบ
17. โรคเอดส์เกิดจากเชื้อโรคชนิดใด
 ก. ไวรัส H.I.V ข. แบคทีเรีย ค. ปรสิต--ง. เชื้อรา
18. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการติดเชื้อเอดส์
 ก. การสัมผัสทางเพศ ข. พาหนะนำมาติดคือถุงยาง
 ค. ใช้อุปกรณ์ร่วมกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อเอดส์ ง. ร่วมใช้เข็มฉีดยากับผู้ป่วยที่มีเชื้อเอดส์
19. อสุจิเพศชายเมื่อเข้าสู่ช่องคลอดของเพศหญิงแล้ว จะมีชีวิตอยู่ได้นานที่สุดเท่าใด
 ก. 12 ชั่วโมง ข. 24 ชั่วโมง ค. 36 ชั่วโมง ง. 48 ชั่วโมง
20. ถ้าตัดรังไข่ออกข้างใดข้างหนึ่ง จะทำให้เป็นผลตามข้อใด
 ก. มีลูกได้ตามปกติ ข. จิตใจผิดปกติ
 ค. ไม่มีประจำเดือน ง. อายุสั้นกว่าปกติ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 3 วัยรุ่น วัยใส ป้องกันภัยตนเอง	เวลา 5 ชั่วโมง
เรื่อง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง	เวลา 5 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

สังคมไทยปัจจุบัน วัยรุ่นชายหญิงมีโอกาสอยู่ใกล้ชิดอยู่กับตามลำพังมากขึ้น หากทั้งคู่ไม่มีการยับยั้งอาจเกิดโอกาสมีเพศสัมพันธ์กันได้ง่าย โดยยังไม่มีความพร้อมและยังไม่มีควมรับผิดชอบ อาจก่อให้เกิดปัญหาตามมา เช่น การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ การทำแท้ง การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และปัญหาด้านการเรียน ดังนั้นจะต้องมีการเรียนรู้วิธีที่จะป้องกันตนเองก่อนเหตุการณ์จะเกิดขึ้น การหลีกเลี่ยงสถานการณ์ต่างๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองได้

ผลการเรียนรู้

1. วิเคราะห์การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
2. รู้วิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
3. บอกทักษะที่จำเป็นได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากภัยทางเพศ

สาระการเรียนรู้

1. วิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น
2. ทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในสังคม การใช้ทักษะการตัดสินใจและทักษะการปฏิเสธ

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูนำภาพที่เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่น เช่น การแต่งตัวไปการออกเที่ยวกลางคืน การดื่มสุรา ให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น

ชั้นศึกษาและทำกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1

1. ครูสนทนาเกี่ยวกับข่าวการ กลุ่มวัยรุ่นชายหญิงเที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์ ดำรวจจับกลุ่มวัยรุ่นชายหญิงมั่วสุมเสพยาเสพติด วัยรุ่นชายหญิงประพฤติตัวไม่เหมาะสม ตามสวนสาธารณะ

2. นักเรียนดูภาพข่าวการทำแท้งเถื่อนและทำแบบทดสอบ เรื่องการวิเคราะห์ ปัญหาจากภาพข่าว

ชั่วโมงที่ 2

3. นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้

3.1 ตัวอย่างความเสียหายที่เคยพบเห็น และมีวิธีการหลีกเลี่ยงความเสี่ยงนั้น
อย่างไร

3.2 ตัวอย่างพฤติกรรมเสี่ยง

4. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 5.1 เรื่อง พฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงทาง
เพศ

5.นักเรียนจับคู่ ทำใบงานที่ 5.1 เรื่อง พฤติกรรมการป้องกันความเสี่ยงทางเพศ

6. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนเฉลยใบงาน และอภิปรายร่วมกัน

ชั่วโมงที่ 3

7. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่มกลุ่มละ 4-5 คน แล้วจับสลากเลือก
กรณีศึกษา แล้วเตรียมการแสดงบทบาทสมมติ ใช้เวลา 10 นาที

8. นักเรียนที่จับสลากได้ กรณีศึกษาที่ 1-3 แสดงบทบาทสมมติตามที่ได้รับ
โดยใช้เวลาแสดงกลุ่มละ 5-7 นาที

9. หลังการแสดงบทบาทสมมติสิ้นสุดลงทั้ง 3 กลุ่ม นักเรียนร่วมกันสรุปทักษะ
การปฏิเสธที่ได้จากการแสดง และ เสนอทักษะการปฏิเสธเพิ่มเติม

ชั่วโมงที่ 4

10. นักเรียนที่จับสลากได้ กรณีศึกษาที่ 4-6 แสดงบทบาทสมมติตามที่ได้รับ
โดยใช้เวลาแสดงกลุ่มละ 5-7 นาที

11. หลังการแสดงบทบาทสมมติสิ้นสุดลงทั้ง 3 กลุ่ม นักเรียนร่วมกันสรุปทักษะ
การตัดสินใจที่ได้จากการแสดง และ เสนอทักษะการตัดสินใจเพิ่มเติม

12. ครูให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ วิธีการควบคุมอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่นหญิง ชาย แนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด

ขั้นสรุปและนำไปใช้

ชั่วโมงที่ 5

13. ศึกษาใบความรู้ที่ 5.2 เรื่องทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิต

14. นักเรียนทำใบงานที่ 5.2 เรื่อง ทักษะการตัดสินใจและทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง

15. ทำแบบทดสอบหลังเรียน

สื่อการเรียนรู้

1. ภาพข่าวเกี่ยวกับปัญหาอันเกิดจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ
 - กลุ่มวัยรุ่นชายหญิงเที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์
 - ตำรวจจับกลุ่มวัยรุ่นชายหญิงมั่วสุมเสพยาเสพติด
 - วัยรุ่นชายหญิงประพฤติดัวไม่เหมาะสม
2. ใบความรู้ที่ 5.1 เรื่อง พฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศ
3. ใบความรู้ที่ 5.2 เรื่อง ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิต
4. แบบทดสอบ เรื่อง การวิเคราะห์ปัญหาจากภาพข่าว
5. ใบงานที่ 5.1 พฤติกรรมป้องกันความเสี่ยงทางเพศ
6. ใบงานที่ 5.2 ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง
7. กรณีศึกษาที่ 1-6
8. แบบทดสอบหลังเรียน

การวัดผลและประเมินผล

1. วิธีการวัดประเมินผล

- 1.1 ตรวจใบงาน
- 1.2 สังเกตกระบวนการกลุ่ม
- 1.3 ทดสอบหลังเรียน

2. เครื่องมือวัดประเมินผล

- 2.1 แบบสังเกตกระบวนการกลุ่ม
- 2.2 แบบทดสอบ

3. เกณฑ์การวัดประเมินผล

3.1 ทำแบบทดสอบถูกต้องอย่างน้อย 3 ข้อ ใน 5 ข้อ

3.2 ทำแบบทดสอบหลังเรียนถูกต้องอย่างน้อย 5 ข้อ ใน 10 ข้อ

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....

ด้านคุณลักษณะ

.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

ชื่อ.....ครูผู้สอน

(นางโสภา สัมปา)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....

.....

(ลงชื่อ)

(นายจำลอง คล่องดี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ภาพพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น

ภาพที่ 1 การแต่งตัวโป้



ภาพที่ 2 การออกเที่ยวกลางคืน การดื่มสุรา



ภาพข่าวเกี่ยวกับปัญหาอันเกิดจากพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

ภาพที่ 1 พบซากทารกที่ถูกทำแท้งจำนวนมาก



ภาพที่ 2 สภาพวัยรุ่นที่ทำแท้ง



ภาพที่ 3 ศพเด็กทารกถูกทิ้งในถังขยะ



ภาพที่ 4 เด็กทารกถูกนำไปทิ้งไว้บนทางเท้า



แบบทดสอบ

เรื่อง การวิเคราะห์ปัญหาจากภาพข่าว

คำชี้แจง ให้นักเรียนดูภาพข่าวที่ 1-4 แล้วตอบคำถามต่อไปนี้ (5 ข้อ 10 คะแนน)

1. นักเรียนดูภาพซากทารกที่ถูกทำแท้งจำนวนมากแล้ว นักเรียนรู้สึกอย่างไร จงอธิบาย

.....

.....

.....

2. จากภาพข่าว วัยรุ่นทำแท้ง นักเรียนคิดว่า ผลของการทำแท้งเป็นอย่างไร จงอธิบาย

.....

.....

.....

3. จากภาพข่าวศพเด็กทารกถูกทิ้งในถังขยะนักเรียนคิดว่า พฤติกรรมเลวร้ายใดบ้างที่ทำให้เกิดเหตุการณ์อย่างในภาพข่าว

.....

.....

.....

4. นักเรียนคิดว่า มีสาเหตุใดบ้างที่ทำให้เด็กทารกถูกนำไปทิ้ง

.....

.....

.....

5. นักเรียนมีวิธีป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาในภาพข่าวได้อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

คะแนนที่ได้ ผลการประเมิน ผ่าน ไม่ผ่าน

ใบความรู้ที่ 5.1

เรื่องพฤติกรรมกำบังกำบังความเสี่ยงทางเพศ

1. พฤติกรรมกำบังกำบังความเสี่ยงทางเพศ

พฤติกรรมกำบังกำบังความเสี่ยงทางเพศ หมายถึงการกระทำหรือพฤติกรรมปฏิบัติของนักเรียนที่แสดงเจตนาเพื่อป้องกันมิให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของนักเรียน ในการศึกษาครั้งนี้อยู่ในขอบข่ายของพฤติกรรมกำบังกำบัง 6 ด้าน ดังนี้

1.1 การใช้สารเคมีกระตุ้นอารมณ์ทางเพศและดื่มของมึนเมา หมายถึงการรับประทานยาที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศ เช่น ยาอี ยาเลิฟ รวมไปถึงการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสมเช่น สุรา เบียร์ ไวน์

1.2 การเที่ยวสถานบันเทิงหรือสถานพักผ่อนหย่อนใจ หมายถึงการไปในสถานที่ที่เปิดโอกาสให้แสดงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เช่น โรงภาพยนตร์ สวนสาธารณะ สถานบริการทางเพศ

1.3 การรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อสาธารณะ ในลักษณะการกระตุ้นอารมณ์ทางเพศหมายถึง การอ่านหนังสือกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ การดูวิดีโอ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต ที่แสดงถึงการกอดจูบ การร่วมเพศ

1.4 การแต่งตัวสัมผัสเชิงชู้สาวหมายถึง การปฏิบัติต่อกันกับเพศตรงข้ามในทางชู้สาวได้แก่ การจับมือถือแขน การกอดจูบร่างกายเพศตรงข้าม

1.5 การอยู่กับเพศตรงข้ามตามลำพัง หมายถึงเพศหญิงหรือเพศชาย อาจเป็นเพื่อนหรือคนรักอยู่ในสถานที่หนึ่งที่ใดในที่สาธารณะ หรือลับตาคน เช่นในห้องหรือบริเวณที่ไกลตาผู้คน

1.6 การแต่งกายที่ล่อแหลม หมายถึงการแต่งกายที่โชว์ให้เห็นสัดส่วนต่างๆของร่างกายมากเกินไป เช่น เสื้อเกาะอก เสื้อผ้าที่บาง เสื้อรัดรูปที่จนเห็นสัดส่วน เสื้อเอวลอย ใส่กระโปรงสั้น

2.1 ปัญหาและพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ

พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศมี 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 เริ่มต้นด้วยมิตรภาพ

2.2 มีความรัก

2.3 มีความสัมพันธ์ทางเพศ

หญิงที่นั่นจะมีพฤติกรรมตามขั้นตอน คือเริ่มจาก ขั้นตอนที่ 1 ขั้นตอนที่ 2 และขั้นตอนที่ 3 ส่วนเพศชายอาจจะเริ่มด้วย ขั้นตอนที่ 1 แล้วไปขั้นตอนที่ 3 หรือบางคนเริ่มจาก ขั้นตอนที่ 3 เลย ซึ่งทำให้ขาดความรับผิดชอบเท่าที่ควร จะเป็นการมีความสัมพันธ์ทางเพศก่อนการสมรสก่อนบรรลุความพร้อมทางเศรษฐกิจและสังคมจะมีผลต่อปัญหาทางด้านครอบครัวและสังคมในที่สุด

3. วิธีควบคุมอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น

- 1.1 สนใจและเอาใจใส่ต่อการศึกษาเล่าเรียนเพื่อความก้าวหน้าของตนเอง และนำความสำเร็จมาสู่ชีวิต
- 1.3 คำมั่นถึงบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง
- 1.4 ผ่อนคลายความรู้สึกทางเพศด้วยการออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมนันทนาการอื่นที่ชอบและถนัด
- 1.5 วางตัวให้เหมาะสมกับเพศตรงข้าม
- 1.6 ถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับอารมณ์ทางเพศ ควรปรึกษาพ่อแม่หรือแหล่งข้อมูลที่ต้องดีกว่าคุยกับเพื่อนด้วยกันเองที่มีความรู้ไม่แตกต่างกัน

4. แนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่นำไปสู่การมี

เพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด

- 4.1 ไม่ควรให้ความใกล้ชิดสนิทสนมแม้กับคนที่ไว้วางใจและคนใกล้ชิด เพราะความไม่คาดคิดหรือขาดความระมัดระวังอาจทำให้ถูกชักจูง ถูกบีบบังคับ หรือถูกลอกให้มีเพศสัมพันธ์กับตนใกล้ชิดได้เป็นการระบายความต้องการทางเพศของผู้ชักจูง
- 4.2 ไม่ควรไปไหนตามลำพังสองต่อสองกับเพศตรงข้ามหรืออยู่ด้วยกันตามลำพังในที่ลับตาคน เช่น ห้องพักส่วนตัวของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง
- 4.3 ฝ่ายหญิงควรระมัดระวังตัวในขณะที่อยู่ใกล้ชิดกับเพื่อนต่างเพศ ควรมีการคาดการณ์ไว้ล่วงหน้าว่าอาจมีเหตุการณ์ที่เกินเลยเกิดขึ้นในบรรยากาศบางอย่าง เช่น การไปงานเลี้ยง การไปค้างคืนตามลำพัง ซึ่งอาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่คาดคิด
- 4.4 ควรแต่งกายสุภาพเรียบร้อย ไม่ควรแต่งกายในลักษณะยั่วยุเปิดเผยหรือดึงดูดใจของเพศตรงข้าม

5. ปัญหาของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน จะเกิดขึ้นหรือไม่ขึ้นอยู่กับ

5.1 ความรู้ความเข้าใจในเรื่องเพศของบุคคลนั้น การอบรมสั่งสอน เช่น เด็กผู้ชายได้รับการอบรมสั่งสอนให้เอาเปรียบเพศหญิงหรือเห็นเพศหญิงเป็นเครื่องเล่น มีความรับผิดชอบต่อเพศตรงข้ามหรือไม่อย่างไร

5.2 มีความพร้อม หมายถึงความเป็นผู้ใหญ่มีภาวะสมบูรณ์พร้อมในด้านสังคม คือไม่อยู่ใน วัยเรียน มีอาชีพ มีรายได้ พร้อมที่จะรับผิดชอบต่อเรื่องที่จะเกิดขึ้น

5.3 เด็กหญิงให้รู้จักป้องกันตัวไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของเพศตรงข้ามที่ไม่หวังดี

5.4 การมีเจตคติต่อการมีความสัมพันธ์ทางเพศ โดยคิดว่าจะผูกมัดผู้ชายที่ตนชอบและจะนำไปสู่การแต่งงานจริงๆ

6. ข้อคิดเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ของเพศหญิง

6.1 ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

6.2 ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายที่ไม่มีความรับผิดชอบ หรือพิจารณาดูแล้วว่าไม่สามารถรับผิดชอบต่อปัญหาที่จะเกิดขึ้นได้ เช่น จากลักษณะนิสัย กำลังศึกษาเล่าเรียน หรือผู้ชายที่แต่งงานแล้ว

6.3 ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์เพื่อที่จะผูกมัดเพื่อนชาย หรือเพื่อต้องการให้เขาทราบ ว่า รักเขามาก หรือจากการที่เขาบอกรักเท่านั้น

6.4 ไม่ควรมีเพศสัมพันธ์กับใครเลย ควรรักษาความบริสุทธิ์ไว้ให้ชายที่เรารัก และรักเรามากที่สุด

7. หลักการปฏิเสธและหาทางออก มี 3 ขั้นตอน คือ

7.1 ความรู้สึกเป็นข้ออ้างประกอบเหตุผล เพราะ การใช้เหตุผลอย่างเดียวมัก ถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกจะทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น

7.2 การขอปฏิเสธ เป็นการบอกปฏิเสธให้ชัดเจนเป็นคำพูด

7.3 การขอความเห็นชอบ เพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวนและควรกล่าวขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับการหาทางออกเมื่อถูกเข้าชี้หรือสบประมาท หรือการที่ผู้ชวนเข้าชี้ต่อเพื่อชวนให้สำเร็จ

ผู้ถูกชวนไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเพราะจะทำให้ขาดสมาธิในการหาทางออก ควรยืนยันในการปฏิเสธด้วยท่าทางมั่นคงและหาทางออกโดยเลือกวิธีต่อไปนี้

7.3.1 ปฏิเสธซ้ำ โดยไม่ต้องใช้ข้ออ้าง พร้อมทั้งบอกไปแล้วเดินจากไปทันที

7.3.2 การต่อรอง โดยการชวนทำกิจกรรมอื่นที่ดีกว่า

7.3.3 การผัดผ่อน โดยการขอยืดระยะเวลาออกไปเพื่อให้ผู้ชวนเปลี่ยน

ความตั้งใจ

8. การปฏิเสธอย่างประนีประนอม มีขั้นตอนการเจรจา 4 ขั้นตอนได้แก่

8.1 การอธิบายความรู้สึกของเราต่อเหตุการณ์ หรืออธิบายปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับเรา

8.2 เสนอแนวทางที่เราอยากจะให้

8.3 สอบถามความรู้สึกกับคู่เจรจากับข้อเสนอของเรา

8.4 กล่าวสรุปเมื่อคู่เจรจาเห็นด้วยกับข้อเสนอแนะของเรา

9. การทำความเข้าใจในการเจรจาเพื่อปฏิเสธเมื่อถูกรุกเร้าหรือสร้างแรงกดดัน มี 6 แบบ ได้แก่

9.1 การดูถูก

9.2 การโต้แย้ง

9.3 การข่มขู่

9.4 การพยายามมองไม่เห็นปัญหา

9.5 การอ้าง

9.6 การพยายามออกนอกเรื่อง

เราสามารถเลือกปฏิบัติได้ 3 ประการตามความเหมาะสมได้แก่

- การปฏิเสธอย่างจริงจัง
- การผัดผ่อน เป็นความพยายามที่จะไม่ปฏิบัติหรือการกระทำตามโดยยืดเวลา

ออกไป

- การต่อรอง เป็นความพยายามที่จะให้โอกาสตัดสินใจเพื่อกระทำในสิ่งที่ดีกว่า



ใบความรู้ที่ 5.2 เรื่อง ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการดำรงชีวิต (LIFE SKILL)

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ทักษะชีวิตหลัก 10 ประการ ดังนี้

1. การตัดสินใจ (Decision making) การตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ โดยมีการประเมินทางเลือกและผลจากการตัดสินใจเลือกทางเลือกนั้นๆ
2. การแก้ปัญหา (Problem solving) ทักษะการแก้ปัญหาจะช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตของเขาได้
3. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) สนับสนุนการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ในการค้นหาทางเลือกต่างๆ ช่วยให้บุคคลสามารถนำประสบการณ์ที่ผ่านมา มาใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม
4. ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารและประเมินปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรม เช่น ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน อิทธิพลจากสื่อต่างๆ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) ความสามารถในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนอย่างเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความปรารถนา ความต้องการ การขอร้อง การเตือนและการขอความช่วยเหลือ
6. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship skills) สามารถช่วยให้บุคคลมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และสามารถที่จะรักษาและดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี
7. ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) เป็นความสามารถในการเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองปรารถนา และไม่พึงปรารถนา และเข้าใจในความแตกต่างจากบุคคลอื่น
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น
9. การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions) รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนองและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม เช่น อารมณ์รุนแรงต่างๆ
10. การจัดการกับความเครียด (Coping with Stress) เป็นความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุของความเครียด และรู้ถึงหนทางในการควบคุมระดับความเครียดเป็นการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมต่างๆ ในวิถีชีวิต การเรียนรู้วิธีผ่อนคลายเมื่ออยู่ในภาวะความตึงเครียดได้อย่างเหมาะสม

ตัวอย่างกรณีศึกษา เพื่อการฝึกทักษะการตัดสินใจ การปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง

กรณีศึกษาที่ 1

เด็กหญิงเจเน็ต เป็นนักเรียนโรงเรียนเอกชนแห่งหนึ่งมีคู่รักชื่อว่า เด็กชายไมค์ ซึ่งเป็นเพื่อนข้างบ้าน วันหนึ่งครอบครัวของเด็กหญิงเจเน็ต ไปต่างจังหวัดจึงฝากเด็กหญิงเจเน็ตไว้กับป้า แต่เด็กหญิง เจเน็ต แอบป้าออกมาหา เด็กชายไมค์ เมื่อไปถึงบ้าน

เด็กชายไมค์ อยู่กับเพื่อนชายกลุ่มหนึ่งรวมถึงพี่สาวของเด็กชายไมค์ ซึ่งกำลังนั่งดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์กันอยู่ในบ้านเปิดเพลงเต้นรำกันอย่างสนุกสนาน เด็กชายไมค์

จึงชวนเด็กหญิงเจเน็ต เข้าไปในบ้าน เด็กชายไมค์ ส่งเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ให้เด็กหญิงเจเน็ตแต่เด็กหญิงเจเน็ต ปฏิเสธ เด็กชายไมค์ จึงแสดงอาการไม่พอใจ บอกว่าจะไม่ทำอะไรล่วงเกิน และถ้าไม่ดื่มแสดงว่าไม่รักกันจริง

กรณีศึกษาที่ 2

พราวมีเพื่อนทางอินเทอร์เน็ตชื่อตัน ซึ่งเป็นนักเรียนต่างโรงเรียน พราวจะคุยกับตันทางทางอินเทอร์เน็ตทุกวัน ตันมักจะส่งคลิปวิดีโอลามกแสดงการกอดจูบมาให้พราวบ่อยครั้ง วันหนึ่งพราวกับตันนัดเจอกันที่ศูนย์การค้าแต่ฝนตกหนัก

ตันจึงชวนพราวไปแวะที่บ้านซึ่งอยู่ติดกับศูนย์การค้าก่อน เมื่อฝนหยุดตกจะพาไปส่งที่บ้าน พราวตัดสินใจไปที่บ้านตัน เมื่อไปถึงตันต้อนรับอย่างดี ซึ่งที่บ้านตันไม่มีใครอยู่บ้าน ตันเปิดคลิปวิดีโอซึ่งมีภาพที่กระตุ้นอารมณ์ทางเพศให้พราวดู และมานั่งดูใกล้ชิดกับพราวด้วย

กรณีศึกษาที่ 3

แอนกับเอกเป็นเพื่อนที่สนิทสนมกันมาตั้งแต่อยู่อนุบาลและได้เรียนร่วมชั้นเรียน

มัธยมศึกษาปีที่ 1 ห้องเดียวกันเอกมีใจชอบพอแอนโดยที่แอนไม่รู้ตัว วันหนึ่งเอกชวนแอนไปสวนสาธารณะใกล้โรงเรียน ในเวลา 17.00 น แอนคิดว่าสวนสาธารณะคงไม่น่าเกลียดเพราะมีคนอยู่มาก แอนจึงไปกับเอก เมื่อไปถึงสวนสาธารณะเอกพยายามเลือกที่นั่งลับตาคนและถือโอกาสจับมือ โอบกอดแอนเมื่อไม่มีผู้คนเดินผ่านมา

กรณีศึกษาที่ 4

เด็กชายนาวิ เป็นเพื่อนสนิทของนักเรียน วันหนึ่งเด็กชายนาวิ ชวนนักเรียนไปเที่ยวสถานบันเทิงสำหรับวัยรุ่นโดยเด็กชายนาวิ พุดโฆษณาชวนเชื่อว่าเป็นสถานบันเทิงที่เปิดใหม่หากมีผู้หญิงเข้าไปด้วยจะไม่เสียค่าบริการ เด็กชายนาวิ สัญญาว่าจะมาส่งนักเรียนไม่เกินเที่ยงคืน

กรณีศึกษาที่ 5

แก้มบุ่มมีความรู้สึกชื่นชมในตัวของรุจ ซึ่งเป็นนักกีฬาว่ายน้ำของโรงเรียน แก้มบุ่มพยายามแต่งตัวเปรี้ยวๆ เช่น เสื้อสายเดี่ยวรัดรูป กระโปรงสั้น เพื่อดึงดูดความสนใจจากรุจ โดยที่กลุ่มเพื่อนของแก้มบุ่มมักเตือนแก้มบุ่มเสมอว่ารุจเจ้าชู้มีแฟนหลายคน วันหนึ่งเพื่อนในห้องเดียวกันกับรุจชวนแก้มบุ่มไปเที่ยวทะเล แก้มบุ่มรู้ว่ารุจไปด้วยจึงตัดสินใจไป แต่เมื่อไปถึงที่นัดหมายแล้วมีแต่รุจมาคนเดียว แก้มบุ่มจึงตัดสินใจไปกับรุจเพียงลำพังสองต่อสอง เพราะคิดว่าคงไม่เสียหายอะไรและไม่ได้ไปค้างคืน

กรณีศึกษาที่ 6

ไอรดา นิยมแต่งกายตามดารานักร้องและตามแฟชั่น เช่น กระโปรงสั้น กางเกงขาสั้นรัดรูป เสื้อคอกว้าง เสื้อสายเดี่ยว ทุกวันก่อนออกจากบ้านไอรดาจะใช้เวลาเลือกเสื้อผ้าที่ใส่ให้หล่อแหลมทำให้เธอดูน่าสนใจต่อกลุ่มเพศตรงข้าม เช่นเดียวกับเด็กชายเวฟที่ชอบใส่เสื้อรัด รูปกางเกงที่รัดรูป ทำให้เห็นสรีระชัดเจน ชอบปลดกระดุมเสื้อเพื่อให้เห็นกล้ามเนื้อและขนหน้าอก ในปัจจุบันวัยรุ่นส่วนใหญ่แต่งตัวตามแฟชั่น ตามกระแสนิยมเป็นจำนวนมาก วันหยุดสุดสัปดาห์ ไอรดา และเวฟ ชักชวนเพื่อนในห้องไปเที่ยวห้างสรรพสินค้าเพราะมีดาราชื่อดังมาเปิดตัวสินค้าแฟชั่น

ใบงานที่ 5.1

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่ศึกษาใบงาน และตอบคำถามดังต่อไปนี้

1. พญัตติกรรมที่มีความเสี่ยงทางเพศที่เกิดขึ้นได้ง่ายที่สุดได้แก่พญัตติกรรมใด จงอธิบาย

.....

.....

.....

2. ปัญหาพญัตติกรรมเสี่ยงทางเพศมีกี่ขั้นตอน และขั้นตอนใดมีความเสี่ยงมากที่สุด

.....

.....

.....

3. จงบอกวิธีควบคุมอารมณ์ทางเพศของวัยรุ่น

.....

.....

.....

4. จงวิเคราะห์ปัญหาของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

.....

.....

.....

5. การปฏิเสธเพื่อรักษาน้ำใจของผู้ชวนเมื่อถูกเข้าชั้นนักเรียนควรหาทางออกอย่างไร

จงอธิบาย

.....

.....

.....

ใบงานที่ 5.2

เรื่อง ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนเข้ากลุ่มเดิมเพื่อร่วมกันระดมความคิด อภิปรายในกลุ่มและตอบคำถามดังต่อไปนี้

1. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร ต่อการแต่งตัวของวัยรุ่นทั้งชายและหญิงในปัจจุบัน

.....

2. นักเรียนจะแต่งตัวตามแฟชั่นหรือไม่ และถ้าหากเพื่อนในกลุ่มเป็นอย่างนี้ นักเรียนจะเตือนเพื่อนอย่างไร

.....

3. จากกรณีศึกษาที่ 2 หากเป็นนักเรียนจะตัดสินใจไปกับเด็กชายนาวิ หรือไม่ และมีวิธีการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศอย่างไร

.....

4. จากกรณีศึกษาที่ 3 ถ้านักเรียนเป็นพราว เมื่อถูกชวนทางอินเทอร์เน็ตให้ไปเที่ยวด้วยกันนักเรียนจะไปหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

5. ถ้าหากนักเรียนเป็นพราว และได้ไปกับต้นจริงเมื่อต้นเปิดคลิบวีดีโอให้ดู นักเรียนจะทำอย่างไร

.....

6. จากกรณีศึกษาที่ 4 ถ้านักเรียนเป็นแอน เมื่อถูกลวนลาม นักเรียนจะทำอย่างไร และจะเตือนเอกอย่างไร

.....

7. จากกรณีศึกษาที่ 5 ถ้านักเรียนเป็นแก้มบวมเมื่อถูกชวนไปเที่ยวทะเลตามลำพัง นักเรียนจะไปหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

8. ถ้านักเรียนถูกชักชวนไปในที่ลับตาผู้ปกครองตามลำพัง แล้วนักเรียนไม่ไป นักเรียนจะปฏิเสธอย่างไร

.....

.....

.....

9. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรกับการแต่งกายตามแฟชั่น ดารา ที่วัยรุ่น ต่ออารมณ์ทางเพศ

.....

.....

.....

10. หากนักเรียนถูกเพื่อนสนิทชักชวนให้แต่งตัวล่อแหลมออกไปเที่ยวห้างสรรพสินค้า นักเรียนจะปฏิเสธ และให้เหตุผลอย่างไร

.....

.....

.....



แบบทดสอบหลังเรียนหน่วยที่ 3
เรื่องวัยรุ่น วัยใส ป้องกันภัยตนเอง

1. การมีเพศสัมพันธ์ระหว่างบุคคลคนที่เป็นเรื่องปกติโดยไม่ผิดศีลธรรมคือข้อใด
ก. คนรู้จักกัน ข. สามีภรรยา ค. คนใกล้ชิด ง. คนรักกัน
2. พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมน้อยที่สุด สำหรับนักเรียนคือข้อใด
ก. การจับมือถือแขน ข. ไปค้างคืนสองต่อสอง
ค. นอนหนุนตักฝ่ายหญิง ง. พุดคุยจีบกันทางโทรศัพท์
3. องค์ประกอบสำคัญในการหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร คืออะไร
ก. จิตใจและอารมณ์ ข. บุคคลที่อยู่ใกล้ชิด
ค. สถิติปัญญาหรือความรอบรู้ ง. การศึกษาเล่าเรียนตามปกติ
4. “ชิงสุกก่อนห่าม” มีความหมายตรงกับข้อใด
ก. การข่มขืนกระทำชำเรา ข. การอยู่กินแบบสามีภรรยา
ค. การมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน ง. การมีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่นที่มีใช้ภรรยา
5. การตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์คืออะไร
ก. การตั้งครรรค์มากกว่าสองครั้งขึ้นไป ข. การตั้งครรรค์ของผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว
ค. การตั้งครรรค์ที่มารดาไม่ต้องการให้มีขึ้น ง. การตั้งครรรค์เมื่อมีอายุน้อยกว่า 20 ปี
6. การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเอง จากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์ ควรใช้สุภาภิตในการดำเนินชีวิตใด
ก. น้ำขึ้นให้รีบตัก ข. ช้าช้าได้พริ้วเล่มงาม
ค. การป้องกันดีกว่าแก้ไข ง. ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น
7. การมีเพศสัมพันธ์กันโดยไม่คาดคิดมักเกิดขึ้นในสถานการณ์ใด
ก. การอยู่กับครอบครัว ข. การอยู่กันตามลำพัง
ค. การอยู่ร่วมกับญาติพี่น้อง ง. การอยู่กับเพื่อน ๆ
8. กลวิธีในการป้องกันและหลีกเลี่ยงการตั้งครรรค์ที่ไม่พึงประสงค์คือข้อใด
ก. การต่อสู้ ข. การต่อรอง ค. การปฏิเสธ ง. กระบวนการคิด
9. การมีความคิดสร้างสรรค์จะสามารถสนับสนุนทักษะชีวิตข้อใดมากที่สุด
ก. การแก้ปัญหา ข. การตัดสินใจ ค. การสื่อสาร ง. การจัดการกับอารมณ์
10. หากต้องตกอยู่ในสภาวะอันตรายเราจะใช้ทักษะการสื่อสารใด
ก. แสดงความคิดเห็น ข. ความต้องการ ค. การขอร้อง ง. การขอความช่วยเหลือ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
หน่วยที่ 4 การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ ที่ไม่พึงประสงค์	เวลา 4 ชั่วโมง
เรื่อง การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ ที่ไม่พึงประสงค์	เวลา 4 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์เป็นวิธีการป้องกันการตั้งครรภ์ได้ดีที่สุด ดังนั้น ทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิงจะต้องรู้แนวทางตัวให้เหมาะสม และตัดสินใจอย่างถูกต้องเพื่อหลีกเลี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ เป็นปัจจัยที่จะนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ ผู้หญิงจึงควรหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากสถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ การศึกษาเกี่ยวกับปัญหา และผลกระทบ ตลอดจนการใช้ทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต จะช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจสามารถหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากสถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายความหมายของเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
2. อธิบายพฤติกรรมและเลือกวิธีการป้องกันตนเองจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
3. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
4. บอกทักษะชีวิตที่จำเป็นในการป้องกันไม่ให้เกิดการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์

สาระการเรียนรู้

- เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
- สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
- ปัญหาและผลกระทบจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ได้
- การใช้ทักษะชีวิตที่จำเป็นในการต่อการดำรงชีวิตในสังคม

กิจกรรมการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1-2

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

2. ร่วมกันแสดงความคิดเห็นจากข่าวจากหนังสือพิมพ์ ในหัวข้อต่อไปนี้
 - นักเรียนได้ดูหรือฟังข่าวที่มีคนนำเด็กไปทิ้งในถังขยะ แล้วรู้สึกอย่างไร
 - นักเรียนได้ดูหรือฟังข่าวที่มีวัยรุ่นหญิงไปทำแท้งที่คลินิกเถื่อน หรือข่าวตำรวจบุกจับเจ้าของคลินิกทำแท้ง แล้วมีความคิดเห็นอย่างไร
 - ปัจจุบันเหตุการณ์เหล่านี้มีมากขึ้นหรือน้อยลง เพราะเหตุใด
 - หากเหตุการณ์เหล่านี้มีมากขึ้นเรื่อยๆ สังคมไทยเราจะเป็นอย่างไร

ขั้นศึกษาและทำกิจกรรม

3. ครูชี้แจงการศึกษาไปความรู้เรื่องเรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
4. นักเรียนศึกษาไปความรู้ที่ 6.1 เรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์

ขั้นสรุปและนำไปใช้

5. ร่วมกันอภิปรายและสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษาจากใบงาน เช่น
 - วัยรุ่นควรมีเพศสัมพันธ์หรือไม่ เพราะอะไร
 - วัยรุ่นหญิงมีความพร้อมในการตั้งครรภ์และเลี้ยงดูบุตรหรือไม่ เพราะอะไร
 - วิธีการหลีกเลี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์ทำได้อย่างไร
6. ทำแบบทดสอบ เรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
7. เฉลยแบบทดสอบ, ตรวจและประเมินผล

ชั่วโมงที่ 3

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
2. ร่วมกันแสดงความคิดเห็น จากข่าวจากหนังสือพิมพ์ ในหัวข้อต่อไปนี้
 - กลุ่มวัยรุ่นชายหญิงเที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์
 - ตำรวจจับกลุ่มวัยรุ่นชายหญิงมั่วสุมเสพยาเสพติด
 - วัยรุ่นชายหญิงประพฤติตัวไม่เหมาะสมตามสวนสาธารณะ

ชั้นศึกษาและทำกิจกรรม

3. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 6.2 เรื่องสถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

4. นักเรียนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นถึงสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ และคัดกันตั้งคำถาม-ตอบว่าหากต้องตกอยู่ในสถานการณ์นั้นควรจะทำอย่างไรจึงจะปลอดภัย

ขั้นสรุปและนำไปใช้

5. ร่วมกันอภิปรายและสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษาไปงาน เช่น

- สถานที่ใดบ้างที่วัยรุ่นไม่ควรเข้าไป
- วัยรุ่นควรปฏิบัติอย่างไร จึงจะหลีกเลี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์ได้

6. ทำแบบทดสอบ เรื่อง สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

7. เฉลยแบบทดสอบ, ตรวจและประเมินผล

ชั่วโมงที่ 4-5

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ทบทวนความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

2. ร่วมกันแสดงความคิดเห็น จากข่าวจากหนังสือพิมพ์ ในหัวข้อต่อไปนี้

- กลุ่มวัยรุ่นชายหญิงเที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์
- ตำรวจจับกลุ่มวัยรุ่นชายหญิงมั่วสุมเสพยาเสพติด
- วัยรุ่นชายหญิงประพฤติดัวไม่เหมาะสมตามสวนสาธารณะ

ชั้นศึกษาและทำกิจกรรม

3. นักเรียนศึกษาเรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

4. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 6.3 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

ขั้นสรุปและนำไปใช้

5. ร่วมกันอภิปรายและสรุปเนื้อหาที่ได้ศึกษาไปงาน เช่น

- วิธีการหลีกเลี่ยงและป้องกันการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีอะไรบ้าง

- ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีอะไรบ้าง
6. ทำแบบทดสอบ เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึง

ประสงค์

7. เฉลยแบบทดสอบ, ตรวจและประเมินผล

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 6.1 เรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
2. ใบความรู้ที่ 6.2 เรื่อง สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
3. ใบความรู้ที่ 6.3 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
4. แบบทดสอบ เรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
5. แบบทดสอบ เรื่อง สถานการณ์และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์
6. แบบทดสอบ เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึง

ประสงค์

7. ข่าวหนังสือพิมพ์เรื่อง
 - แม่ทิ้งลูกในถังขยะ
 - วัยรุ่นหญิงไปทำแท้งที่คลินิกเถื่อน
 - ตำรวจบุกจับเจ้าของคลินิกทำแท้ง

การวัดผลและประเมินผล

1. วิธีการวัดประเมินผล
 - 1.1 ทดสอบก่อนเรียน
 - 1.2 ตรวจใบงาน
2. เครื่องมือวัดประเมินผล
 - 2.1 แบบทดสอบก่อนเรียน
 - 2.2 แบบประเมินใบงาน
 - 2.3 แบบทดสอบหลังเรียน
3. เกณฑ์การวัดประเมินผล
 - 3.1 ผ่านเกณฑ์การประเมินใบงานระดับ ดี ขึ้นไป
 - 3.2 ผ่านเกณฑ์การทำแบบทดสอบหลังเรียน ร้อยละ 80 ขึ้นไป

บันทึกหลังการจัดการเรียนรู้

สรุปผลการเรียนรู้

ด้านความรู้

.....
.....

ด้านทักษะกระบวนการ

.....
.....

ด้านคุณลักษณะ

.....
.....

แนวทางในการแก้ไขและพัฒนา

.....
.....

ข้อเสนอแนะ

.....
.....

ชื่อ.....ครูผู้สอน

(นางโสภกา สุ่มป่า)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ความคิดเห็นของผู้บริหาร

.....
.....

(ลงชื่อ)

(นายจำลอง คล่องดี)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์

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

ภาพพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่น
 ภาพวัยรุ่นชายหญิงประพฤติตัวไม่เหมาะสมตามสวนสาธารณะ
 ภาพที่ 1 กลุ่มวัยรุ่นชายหญิงเที่ยวเตร่ตามสถานเริงรมย์



ภาพข่าวที่ 2 จับ 22 โจ้เข้าบ้านทรูพทยาเสพยามัว



ภาพที่ 3 วัยรุ่นชายหญิงประพาศิตัวไม่เหมาะสมตามสวนสาธารณะ



ภาพที่ 4 วัยรุ่นชายหญิงประพาศิตัวไม่เหมาะสมตามสวนสาธารณะ



ภาพที่ 5 ทารกถูกทิ้ง



เหตุผลที่แม่ใจร้ายทอดทิ้งลูกหรือนำศพทารกมาทิ้งยังคงเกิดขึ้นรายวัน ล่าสุดพบเด็กทารกเพิ่งคลอดที่ห้องสุขาภายในมหรณงานกาชาด จ.พระนครศรีอยุธยา และอีกรายพบศพทารกเพศชายถูกทิ้งแถวย่านซอยเอกชัย

ภาพที่ 6 เปิดโรงเรียนแม่วัยรุ่น



ปัญหาวัยรุ่น "ท้องไม่พร้อม" หรือ "แม่วัยทีน-แม่วัยใจ" กำลังจะกลายเป็นวาระแห่งชาติสืบเนื่องจากการวิจัยระบุว่า ทั่วประเทศไทยมีเด็กทารกประมาณ 1 แสนคน ที่เกิดจากแม่อายุต่ำกว่า 20 ปี ล่าสุด มีการผลักดัน "กฎหมายคุ้มครองอนามัยเจริญพันธุ์" เพื่อเปิดโอกาสให้แม่วัยทีนกลุ่มนี้ได้ศึกษาเล่าเรียนต่อ แต่มีบางคนกลัวว่ากฎหมายฉบับนี้ จะทำให้เกิดพฤติกรรมเลียนแบบท้องในวัยเรียน

ภาพที่ 7 วิทยุรันทำแห่ง



ตะลึง! ดร.บุกคลินิกทำแท้งเถื่อนพบซากทารกหญิงเพิ่งถูกรีดสด แม่นอนอิดโรย
พดส.ภ.2 บุกจับคลินิกทำแท้งเถื่อนเมืองพัทยา พบซากศพทารกเพศหญิงถูกรีดพร้อม
สาววัย 20 ปี นอนพักฟื้นหลังทำแท้งเสร็จ สารภาพทำกันเป็นขบวนการ ดร.ควบคุมตัว
ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมดดำเนินคดีต่อไป

ภาพที่ 8 จับคลินิกทำแท้งเถื่อน



สาธารณสุข บุกจับคลินิกทำแท้งเถื่อนย่านจอมทองได้คาหนังคาเขา พร้อมดำเนินคดี
ผู้ช่วยพยาบาล และเจ้าของคลินิก ซ้ำหาเปิดสถานพยาบาลโดยไม่ได้รับอนุญาต ไม่มีใบ
ประกอบวิชาชีพ และทำให้หญิงแท้งลูกโดยหญิงนั้นยินยอม สารภาพเปิดรักษาโรคทั่วไป
มานาน 5 ปี และรับทำแท้งให้หญิงวัยรุ่นย่านฝั่งธนฯ ที่ตั้งครรภ์ไม่เกิน 3-6 เดือน

ใบความรู้ที่ 6.1

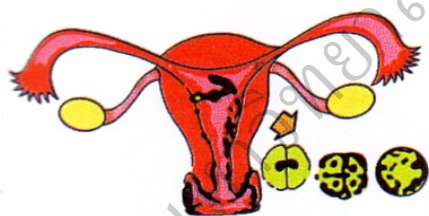
เรื่อง เพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์

เพศสัมพันธ์คืออะไร

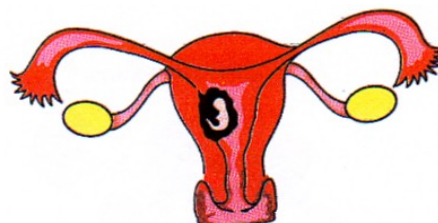
เพศสัมพันธ์ หมายถึง รูปแบบของการแสดงความรักต่อกันระหว่างหญิงและชาย นอกจากนี้แล้วยังหมายถึงการขยายเผ่าพันธุ์ ถือเป็นเรื่องธรรมชาติของการดำรงเผ่าพันธุ์ ของมนุษย์ ซึ่งจะเหมาะสมก็ต่อเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่บรรลุนิติภาวะ สามารถดูแลและรับผิดชอบตนเองได้แล้ว รวมทั้งมีวุฒิภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และครอบครัว

การปฏิสนธิ การตั้งครรภ์

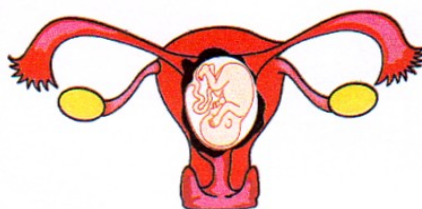
การตั้งครรภ์ เกิดจากการผสมระหว่างไข่ที่มาจากรังไข่ของเพศหญิง และอสุจิที่มาจากเพศชายกลายเป็นตัวอ่อน ฝังอยู่ในโพรงมดลูก และเจริญเติบโตในครรภ์เป็นเวลา ประมาณ 40 สัปดาห์ หรือ 9 เดือนเศษ จึงคลอดออกมาเป็นทารก



ตัวอ่อนที่เกิดจากการผสมของไข่และอสุจิ
เคลื่อนมาฝังตัวที่โพรงมดลูก
และมีการแบ่งเซลล์



ตัวอ่อนเจริญเติบโตมีรูปร่างเหมือนมนุษย์
ส่วนของโลกศีรษะใหญ่กว่า
ส่วนอื่นๆ ของร่างกาย



ทารกมีขนาดใหญ่ขึ้น มีการเจริญเติบโตเต็มที่
อวัยวะต่าง ๆ พัฒนาจนสมบูรณ์
และอยู่ในท่าเตรียมคลอด

แบบทดสอบที่ 6.1

เรื่องเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์

คำชี้แจง ให้ตอบคำถามต่อไปนี้

1. เพศสัมพันธ์หมายถึงอะไร

ตอบ

.....

2. การมีเพศสัมพันธ์มีความเหมาะสมเมื่อใด

ตอบ

.....

3. การตั้งครรภ์เกิดขึ้นได้อย่างไร

ตอบ

.....

4. การเจริญเติบโตในครรภ์ใช้เวลานานประมาณเท่าใด

ตอบ

.....

5. การผสมระหว่างไข่ที่มาจากรังไข่ของเพศหญิง และอสุจิที่มาจากเพศชาย เรียกว่าอะไร

ตอบ

.....

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

คะแนนที่ได้ผลการประเมิน ผ่าน ไม่ผ่าน

ใบความรู้ที่ 6.2

เรื่อง สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์



การที่ฝ่ายชายและฝ่ายหญิงไม่คิดว่าเป็นสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์นั้น แต่แล้วสถานการณ์นั้นเป็นสถานการณ์เสี่ยง ควรหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์นั้นดังนี้

การเสพของมีเมา เช่น ยาบ้า ยาอี ยาเลิฟ สุรา การไปที่บ้านตนเอง บ้านเพื่อน หรือหอพัก การยอมให้สัมผัสร่างกาย การดูสื่อลามกทางเพศด้วยกัน การอยู่ในรถยนต์ การอยู่ในสถานเริงรมย์ การอยู่ในโรงภาพยนตร์ ซึ่งสถานการณ์ดังกล่าว ถือว่าเป็นสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์



การตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ คือ การตั้งครรภ์ที่มารดาไม่ต้องการให้มีบุตรแต่กลับมีขึ้น มักจะนำไปสู่การทำแท้ง ซึ่งเป็นอันตรายมากสำหรับผู้หญิง ถ้าสามารถหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้ หรือหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้ อาจเนื่องมาจากไม่สามารถขัดขืนได้ หรือจิตใจมักคล้อยตาม การมีเพศสัมพันธ์จะต้องเกิดขึ้นแน่นอน และจะทำให้ปัญหาเกิดขึ้นตามมาทีหลัง

แบบทดสอบที่ 6.2

เรื่อง สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

คำชี้แจง ให้วิเคราะห์สถานการณ์เสี่ยงและตอบคำถามต่อไปนี้

1. สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ได้แก่สถานการณ์ใดบ้าง

ตอบ

.....

2. การเสปของมีนเมาเป็นสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์อย่างไร

ตอบ

.....

3. การตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงประสงค์หมายความว่าอย่างไร

ตอบ

.....

4. การหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ไม่ได้เนื่องมาจากสาเหตุใด

ตอบ

.....

5. หากอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง นักเรียนควรจะทำอย่างไรจึงจะปลอดภัย

ตอบ

.....

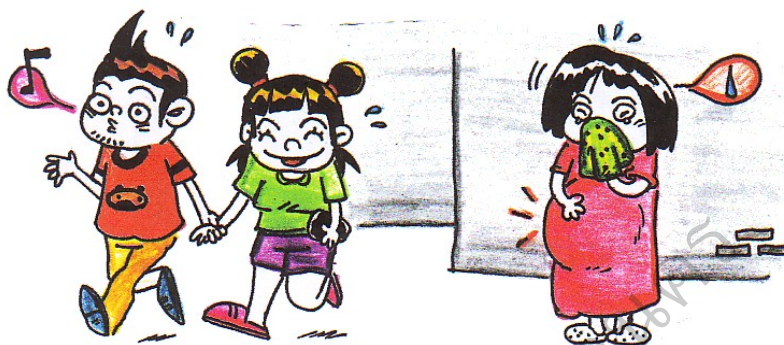
ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

คะแนนที่ได้ผลการประเมิน ผ่าน ไม่ผ่าน

ใบความรู้ที่ 6.3

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

ข้อเตือนใจสำหรับฝ่ายหญิง



ความรักความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้งซึ่งประกอบกับความเห็นแก่ตัวของฝ่ายชาย จึงทำให้ผู้หญิงยอมมีเพศสัมพันธ์กับผู้ชาย ลองมาพิจารณาข้อเตือนใจสำหรับผู้หญิง เพื่อ อาจเปลี่ยนความคิดและทัศนคติของผู้หญิงได้ดังนี้

ผู้ชายมักเห็นความบริสุทธิ์ของผู้หญิงเป็นเรื่องเล็กน้อย ผู้หญิงถ้าเสียความบริสุทธิ์แล้วครั้งหนึ่ง จะไม่สามารถเรียกร้องเอาความบริสุทธิ์นั้นกลับมาได้ ผู้หญิงต้อง ระมัดระวังให้มากในคำพูดอ่อนหวานและเต็มไปด้วยเหตุผลของฝ่ายชาย

ผู้หญิงไม่ควรยินยอมให้ฝ่ายชายสัมผัสร่างกายได้ “การชิงสุกก่อนห่าม” เป็น การไม่สมควรอย่างยิ่ง ความเป็นสาวพรหมจารี หรือสาวบริสุทธิ์นั้นมีความค่ามาก ไม่มีผู้ชาย คนใด ที่อยู่ใว้เรียนแล้วจะรับผิดชอบเมื่อผู้หญิงตั้งครรภ์ขึ้นมา

ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ขึ้นมาจะเกิดปัญหาและผลกระทบหลาย ประการ ดังนี้

1. เกิดความอับอาย เมื่อเป็นนักเรียนอายุน้อย แล้วเกิดการตั้งครรภ์ขึ้นมา พ่อแม่ และญาติพี่น้องของฝ่ายหญิงก็จะเกิดความอับอาย
2. เสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล สังคมไทยไม่ยอมรับเมื่อเกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่ ถูกต้อง
3. เสียอนาคต เมื่อเกิดการตั้งครรภ์ต้องออกจากโรงเรียน ต้องเลี้ยงบุตรอยู่บ้าน
4. เด็กที่เกิดมาอาจได้รับการเลี้ยงดูไม่ดี เนื่องจากแม่อายุน้อย
5. เด็กอาจถูกนำไปทิ้ง หรือเกิดการทำแท้ง อาจเป็นโรคเอดส์

การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากพฤติกรรม ที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์



“การป้องกันดีกว่าการแก้ไข” คำนี้มีความหมาย และใช้ได้ดีกับเรื่องหลายๆ เรื่อง พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ก็เช่นกัน ควรจะป้องกันและหลีกเลี่ยงไว้ก่อน ซึ่งมีวิธีการดังนี้

1. ไม่ยอมให้ตกอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง
2. ไม่ยินยอมให้ฝ่ายชายมีเพศสัมพันธ์ด้วย ฝ่ายหญิงอย่าใจอ่อนกับการอ้างเหตุผลต่างๆ ของฝ่ายชาย
3. ไม่ยินยอมให้ฝ่ายชายลวงเงินได้โดยง่าย เพราะอาจจะทำให้ตนเองไร้คุณค่าเมื่อเราจ่าย เขาก็ทิ้งเราง่ายเช่นกัน



วัฏจักรของชีวิตครอบครัว

ทุกคนเกิดมาไม่ว่าจะเป็นชนชาติใด ภาษาใด และศาสนาใด ย่อมมีความจริงในชีวิตต้องเผชิญอยู่ 3 ช่วง คือ การเกิด การดำรงชีวิต และการตาย จะเห็นได้ว่าช่วงการดำรงชีวิตจะยาวนานที่สุด เพราะเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับชีวิตครอบครัวเกือบทั้งหมด เมื่อเป็นจริงเช่นนี้ วัฏจักรชีวิตของครอบครัวมีขั้นตอน คือ การเริ่มต้นชีวิต การพัฒนาชีวิต และวาระสุดท้ายชีวิต

แบบทดสอบ ที่ 6.3

เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

คำชี้แจง ให้ตอบคำถามต่อไปนี้

1. การที่ฝ่ายหญิงเสียความบริสุทธิ์ให้ฝ่ายชายแล้วมีความหมายเหมือนกับสิ่งใด

ตอบ

2. คำว่า “สาวพรหมจารี” หมายถึงใคร

ตอบ

3. ผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์มีอะไรบ้าง บอกมาอย่างน้อย 3 ข้อ

ตอบ

4. ผลกระทบจากเรื่องใด ที่ทำให้เด็กอาจถูกนำไปทิ้ง หรือเกิดการทำแท้ง และอาจติดโรคเอดส์ได้

ตอบ

5. วิธีการป้องกันพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ควรปฏิบัติอย่างไร

ตอบ

6. การกระทำใดที่แสดงถึงการทำให้ตัวเองไร้คุณค่า

ตอบ

7. วัฏจักรชีวิตของครอบครัว มีอะไรบ้าง

ตอบ

8. วัฏจักรชีวิตช่วงใด ที่ยาวนานที่สุด

ตอบ

ชื่อ ชั้น เลขที่.....

คะแนนที่ได้ ผลการประเมิน ผ่าน ไม่ผ่าน

แนวคำตอบ

แบบทดสอบที่ 6.1 เรื่องเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์

1. การแสดงความรักต่อกันระหว่างหญิงและชาย เป็นการขยายเผ่าพันธุ์ ถือเป็นเรื่องธรรมชาติของการดำรงเผ่าพันธุ์ของมนุษย์
2. จะเหมาะสมก็ต่อเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่บรรลุนิติภาวะ สามารถดูแลและรับผิดชอบตนเองได้แล้ว
3. เกิดจากการผสมระหว่างไข่ที่มาจากรังไข่ของเพศหญิงและอสุจิ
4. ประมาณ 40 สัปดาห์ หรือ 9 เดือนเศษ
5. การตั้งครรภ์

แบบทดสอบที่ 6.2 เรื่อง สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์

1. การอยู่ในรถยนต์ การอยู่ในสถานเริงรมย์ การอยู่ในโรงภาพยนตร์ฯ
2. การเสพของมีนเมาทำให้ขาดสติ ไม่สามารถป้องกันตัวเองได้
3. การตั้งครรรภ์ที่มารดาไม่ต้องการให้มีบุตรแต่กลับมีขึ้น ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาภายหลัง
4. ไม่สามารถขัดขืนได้ หรือจิตใจมักคล้อยตาม
5. ควรรู้จักปฏิเสธ กล้าตัดสินใจในการหลบหนี และพยายามเข้าหาผู้คนที่ไว้ใจ เพื่อขอความช่วยเหลือ

แบบทดสอบที่ 6.3 เรื่อง ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

1. สิ่งของที่มีน้แตกแล้ว ทำอย่างไรก็ไม่ดีเหมือนเดิมได้
2. หญิงสาวที่ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์มาก่อน
3. เกิดความอับอาย เสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล เสียอนาคต ติดโรคเอดส์ไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่ดี
4. จากการตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
 - ไม่ตกอยู่ในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการตั้งครรรภ์ที่ไม่พึงประสงค์
 - ไม่ยินยอมให้ฝ่ายชายมีเพศสัมพันธ์ด้วย
 - ไม่ยินยอมให้ฝ่ายชายล่วงเกินได้โดยง่าย
5. การยินยอมให้ฝ่ายชายล่วงเกินได้โดยง่าย
6. คือการเกิด การดำรงชีวิต และการตาย
7. การดำรงชีวิต

แบบประเมินแบบทดสอบอัตนัย

เรื่อง.....

ข้อ	รายการประเมิน	เกณฑ์คะแนน				
		5	4	3	2	1
1	คำตอบถูกต้องตรงประเด็น					
2	ความถูกต้องของการคิด วิเคราะห์					
3	การยกตัวอย่างเหตุการณ์ / เรื่องราว/ อื่นๆ					
4	ความสะอาด ความสวยงามของลายมือ					
รวม คะแนน						

เกณฑ์การผ่านการประเมิน

1. คะแนนรวม 18-20 คะแนน อยู่ในระดับ ดีเยี่ยม
2. คะแนนรวม 15-17 คะแนน อยู่ในระดับ ดี
3. คะแนนรวม 11-14 คะแนน อยู่ในระดับ ผ่าน
4. คะแนนรวมต่ำกว่า 10 คะแนน อยู่ในระดับ ต้องปรับปรุง

แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังเรียน
 หลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่
 ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1
 คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย (X) ทับอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. ลงในกระดาษคำตอบ
 เพียงข้อเดียว

-
1. พัฒนาการทางด้านร่างกายคืออะไร
 - ก. การมีสติปัญญาดีขึ้น
 - ข. การปรับตัวให้เข้ากับสังคมดีขึ้น
 - ค. การเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย
 - ง. การที่ร่างกายมีความสูงเพิ่มขึ้นและมีน้ำหนักมากขึ้นด้วย
 2. ข้อใดไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเด็กวัยรุ่นหญิง
 - ก. ผิวพรรณเปล่งปลั่ง
 - ข. เต้านมเจริญเติบโต
 - ค. เสียงแตกพราว เสียงห้าว
 - ง. หน้าอกขยายใหญ่ขึ้น เอวคอด
 3. การเจริญเติบโตของร่างกายคืออะไร
 - ก. การที่ร่างกายสูงใหญ่ขึ้น
 - ข. การที่อวัยวะต่างๆ ของร่างกายทำงานได้ดี
 - ค. การเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต
 - ง. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
 4. อวัยวะของเพศชายทำหน้าที่ผลิตอสุจิคือข้อใด
 - ก. องคชาติ
 - ข. ลูกอัณฑะ
 - ค. ถุงเก็บน้ำดี
 - ง. ต่อมลูกหมาก

5. อวัยวะส่วนใดทำหน้าที่ผลิตเซลล์สืบพันธุ์ในเพศหญิง
- ไข่
 - รังไข่
 - มดลูก
 - ต่อมไทรอยด์
6. พฤติกรรมใดที่วัยรุ่น**ไม่ควร**ปฏิบัติตน ต่อคุณพ่อและคุณแม่
- อ่อนน้อมถ่อมตน
 - เคารพเชื่อฟัง คำสั่งสอน
 - ปรนนิบัติเมื่อท่านเจ็บป่วย
 - ร้องขอความเสมอภาค
7. ข้อใดคือการผันเปียงก
- อสุจิเคลื่อนออกมาขณะอาบน้ำ
 - อสุจิเคลื่อนออกมาเองขณะหลับ
 - มีอสุจิเคลื่อนออกมาตอนใดก็ได้
 - อสุจิเคลื่อนออกมาขณะร่วมเพศ
8. การผันเปียงกมีลักษณะใกล้เคียงกับข้อใด
- กลืนตัว
 - สุขอนามัย
 - อนามัยเจริญพันธุ์
 - การสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง
9. โรคกามโรคชนิดใดที่มีน้ำหนองไหลออกมา ทำให้ปัสสาวะอักเสบและเป็นหมันได้
- โรคซิฟิลิส
 - โรคหนองใน
 - แผลริมอ่อน
 - โรคต่อมน้ำเหลืองอักเสบ

10. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการติดเชื้อเอดส์
- การสัมผัสผ่านทางเพศ
 - พาหนะนำมาติดคือถุงสาย
 - ใช้อุปกรณ์ร่วมกับผู้ป่วยที่ติดเชื้อเอดส์
 - ร่วมใช้เข็มฉีดยากับผู้ป่วยที่มีเชื้อเอดส์
11. ความเชื่อมั่นในตนเองของวัยรุ่นเกิดขึ้นได้อย่างไร
- ได้รับความรักจากคู่อรัก
 - บิดา มารดาให้ความมั่นใจ
 - ได้รับการยกย่องจากกลุ่มเพื่อน
 - ต้องการแสดงความเก่งกล้า ความสามารถของตนเอง
12. ถ้าคบกันแบบคู่อรัก ฝ่ายชายควรปฏิบัติต่อฝ่ายหญิง อย่างไร
- ล่วงเกินบ้างเล็กน้อย
 - ปฏิบัติตัวตามสบาย
 - ต้องให้เกียรติฝ่ายหญิง
 - อยู่ใกล้ชิดอย่างสนิทสนม
13. การวางตัวต่อเพศเดียวกันอย่างถูกต้อง และเหมาะสมมีความสำคัญอย่างไร
- เพื่อสังคมที่ดี
 - เพื่อรักษามิตรภาพให้ยาวนาน
 - เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีแก่คนอื่น
 - เพื่อมิให้เกิดเรื่องทะเลาะเบาะแว้งระหว่างเพื่อนหรือพี่น้อง
14. บุคคลประเภทใดน่าจะปรับตัวเข้ากับเพศตรงข้ามได้ยาก
- ชอบพูดมาก
 - ชอบเอาเปรียบเพื่อน
 - เป็นคนเห็นแก่ตัว
 - พูดน้อยแต่ฟังมาก
15. การสวมใส่เครื่องแต่งกายของวัยรุ่นหญิง ควรจะมีลักษณะอย่างไร
- ใส่โชว์สัดส่วน
 - ใส่ให้พอดี
 - ใส่ให้หลวมๆ

16. เพื่อนคนใดทำร้ายเพื่อนมากที่สุด
- สัพทิตยไม่ให้อเพื่อนยืมเงิน
 - สมบัติชักชวนเพื่อนให้อเสพยาบ้ำ
 - สถาพรให้อเพื่อนลอกการบ้ำนเป็นประจ้ำ
 - สมชายพาไปเล่นเกมโดยไม้อเข้ามาเรียนหนังสือ
17. ข้อใดต่อไปนี้อ เป็นการวางตัวที่เหมะสมสำหรับวัยรૂน
- วัยรૂนหญิงรับของฝากจากคนรัก
 - วัยรૂนชายพูดจาหลอกลวงวัยรૂนหญิง
 - วัยรૂนหญิงไปเที่ยวกับวัยรૂนชายตามล้ำฟงสองต่อสอง
 - วัยรૂนชายต้องให้อเกียรติวัยรૂนหญิงอย่งเสมอต้นเสมอปลาย
18. “ซึ่งสุกก่อนท้ำม” มีควมหมายตรงกับข้อใด
- การข่มขืนกระทำชำเรา
 - การออยู่กินแบบสามีภรรยา
 - การมีเพศสัมพันธ์ก่อนการแต่งงาน
 - การมีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่นที่มีใช้ภรรยา
19. การวางตัวที่เหมะสมควรยึดลิ่งใดเป็นเรื่อสำคัญที่สุด
- หลักธรรมทางศาสนา
 - อารยธรรมของชาวตะวันตก
 - หลักประเพณีนิยมของสากล
 - ขนบธรรมเนียม ประเพณีอันดั้งม
20. การหลีกเลี่ยงและบ้องกันตนเอง จากพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการตั้งครรรที่ไม้อพึงประสงค์ ควรใช้สุภษิตในการดำเนินชีวิตใด
- น้ำขื่นให้อรับดัก
 - ซ้ำซ้ำได้พรำเล่มงาม
 - การบ้องกันดิกว่าแก้อ
 - ควมพยายามอยู่ที่ไหนควมล้ำเรื่ออยู่ที่นั้น

21. ความรักของวัยรุ่นมักจะเป็นพฤติกรรมที่ควบคู่กันไปกับสิ่งใด
- ก. ความซึ้ง
 - ข. ความใคร่
 - ค. ความสวยงาม
 - ง. ความหวานหอม
22. กลวิธีในการป้องกันและหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์คือข้อใด
- ก. การต่อสู้
 - ข. การต่อรอง
 - ค. การปฏิเสธ
 - ง. กระบวนการคิด
23. การที่วัยรุ่นมีความสนใจเพศตรงข้ามเป็นเพราะอะไร
- ก. อายุมากขึ้น
 - ข. อิทธิพลจากสื่อต่างๆ
 - ค. เลียนแบบอารยธรรมตะวันตก
 - ง. พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิง
24. เพราะเหตุใดจึงต้องรู้จักวางตัวต่อเพศเดียวกัน
- ก. เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคม
 - ข. เพื่อความต้องการทางจิตใจ
 - ค. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน
 - ง. เพื่อรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของไทย
25. ผลกระทบจากการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ข้อใดรุนแรงที่สุด
- ก. การเรียนตกต่ำลง
 - ข. เกิดความอับอาย
 - ค. พ่อแม่เกิดความทุกข์ใจ
 - ง. เกิดการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์

26. ข้อใดเป็นการทำลายชนบทรรมนิยมประเพณีอันดีงามของไทยมากที่สุด
- นักเรียนชายและนักเรียนหญิงเป็นเพื่อนกัน
 - วัยรุ่นหญิงนิยมใส่เสื้อสายเดี่ยว
 - นักศึกษาเช่าหอพักอยู่ด้วยกันแบบสามี ภรรยา
 - วัยรุ่นทั้งชายและหญิงชอบไปเที่ยวสวนสาธารณะ
27. วัยรุ่นควรรักษาความสะอาดในเรื่องใด
- ร่างกาย
 - อวัยวะเพศ
 - เสื้อผ้าและเครื่องนุ่งห่ม
 - ถูกทุกข้อ
28. วิธีทำความสะอาดอวัยวะเพศที่ดีที่สุดคือข้อใด
- ใช้น้ำสะอาดล้าง
 - ใช้กระดาษชำระ
 - ใช้ยาฆ่าเชื้อโรค
 - ใช้สบู่ล้างและเช็ดให้แห้ง
29. วิธีป้องกันและหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์คือข้อใด
- การต่อสู้
 - การปฏิเสธ
 - การต่อรอง
 - กระบวนการคิด
30. การป้องกันตนเอง จากพฤติกรรมเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ปลอดภัยที่สุดคือข้อใด
- เมื่อเสพของมีนเมา ต้องระมัดระวังตัวเป็นพิเศษ
 - ยอมรับให้สัมผัสร่างกายได้บ้าง แต่ตั้งใจแข็ง
 - เมื่ออยู่กับเพศตรงข้ามต้องไม่เปิดโอกาสให้ล่วงเกิน
 - ต้องตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่ยอมให้ล่วงเกินแม้จะไปค้างคืนกันสองต่อสอง

แบบแบบวัดเจตคติต่อหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนบ้านม่วงไข่
พระราชราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

คำชี้แจง

แบบวัดเจตคติเป็นแบบวัดความรู้สึกของนักเรียน ที่มีต่อหลักสูตรรายวิชา
(เพิ่มเติม) เพศศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนบ้านม่วงไข่พระราชราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา
สกลนคร เขต 1

โดยทำ เครื่องหมาย \checkmark ลงในช่องระดับความคิดเห็นที่ตรงกับความรู้สึกและความคิดเห็น
ของนักเรียนดังนี้

มากที่สุด ให้คะแนน 5

มาก ให้คะแนน 4

ปานกลาง ให้คะแนน 3

น้อย ให้คะแนน 2

น้อยที่สุด ให้คะแนน 1

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

แบบวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
 โรงเรียนบ้านม่วงไข่ประชาราษฎร์สงเคราะห์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
 ประถมศึกษาสกลนคร เขต 1

รายการประเมิน	ระดับความรู้สึก				
	5	4	3	2	1
1. รายวิชาเพศศึกษามีเนื้อหาที่น่าสนใจ					
2. ความรู้ที่ได้จากการเรียนเพศศึกษาสามารถเป็นแนวทาง ในการดำเนินชีวิตได้
3. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาทำให้ข้าพเจ้ามีทักษะชีวิตใน การดำเนินชีวิตในปัจจุบัน.....
4. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาทำให้ข้าพเจ้ามีความเข้าใจ ธรรมชาติของเพศและรู้จักรักตนเองมากขึ้น
5. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาทำให้ข้าพเจ้ามีความ กระตือรือร้นมากขึ้น
6. กิจกรรมการเรียนรู้ในรายวิชาเพศศึกษา สนุก น่าสนใจ
7. สื่อการเรียนรู้ในรายวิชาเพศศึกษา ตื่นเต้น ได้รับความสนใจ
8. ข้าพเจ้ามีโอกาสใช้แหล่งเรียนรู้ในการสืบค้นข้อมูล
9. ข้าพเจ้าชอบเรียนรายวิชาเพศศึกษามากกว่าวิชาอื่น.....
10. การเรียนวิชาเพศศึกษา ทำให้ข้าพเจ้าไม่รู้สึกรัดกักรวลงใน เรื่องเพศอีกเลย.....

รายการประเมิน	ระดับความรู้สึก				
	5	4	3	2	1
11. ข้าพเจ้าสนใจเรียนรู้เรื่องเพศศึกษามากเพราะเป็นเรื่องใกล้ตัว
12. การเรียนเรื่องเพศศึกษานอกจากได้ความรู้แล้วยังได้ทำงานร่วมกับเพื่อนๆ
13. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาทำให้ข้าพเจ้ารู้จักตนเองและเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น
14. ข้าพเจ้ามีความพอใจในประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเรียนรายวิชาเพศศึกษา.....
15. การเรียนรายวิชานี้ข้าพเจ้ามีความมั่นใจว่าสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตบางช่วงวัยได้ด้วยตัวเอง
16. รายวิชาเพศศึกษาส่งเสริมให้ข้าพเจ้ารู้จักแก้ปัญหา.....
17. รายวิชาเพศศึกษาส่งเสริมให้ข้าพเจ้า มีนิสัยรักตัวเองและและเคารพสิทธิของผู้อื่น.....
18. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาทำให้ข้าพเจ้าสามารถแนะนำความรู้เรื่องเพศศึกษาให้กับคนอื่นได้
19. ข้าพเจ้าเรียนรายเพศศึกษาด้วยความเต็มใจ
20. การเรียนรายวิชาเพศศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในอนาคตได้ อย่างปลอดภัย

**แบบสอบถามความต้องการและความคิดเห็นเกี่ยวกับ
การจัดการเรียนการสอนโดยหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา**

1. ข้อมูลทั่วไป

สถานภาพทางสังคม

- ผู้บริหารโรงเรียน ครู ผู้ปกครอง
 คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน อื่นๆ.....

เพศ

- ชาย หญิง

วุฒิการศึกษา

- ประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย /ปวช
 อนุปริญญา /ปวส ปริญญาตรี สูงกว่าปริญญาตรี อื่นๆ

2. ความต้องการและความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนโดยหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม)เพศศึกษา

1. ท่านทราบความเป็นมา ความสำคัญ ของเพศศึกษา หรือไม่
 ทราบ ไม่ทราบ
2. ท่านคิดว่าควรจัดการเรียนการสอนวิชาเพศศึกษา ในโรงเรียนหรือไม่
 ควร ไม่ควร
3. ท่านคิดว่าเพศศึกษา มีความสำคัญ พอที่จะนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรสถานศึกษาหรือไม่
 มีความสำคัญ ไม่สำคัญ
4. ท่านต้องการให้มีการเรียนการสอนโดยใช้หลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษาหรือไม่
 ต้องการ ไม่ต้องการ
5. ท่านคิดว่าหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หรือไม่
 เหมาะสม ไม่เหมาะสม
6. ถ้าโรงเรียนจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา ท่านคิดว่าใครเหมาะสมที่จะเป็นผู้จัดการเรียนการสอน (ตอบได้หลายข้อ)
 ครู วิทยากรเชี่ยวชาญด้านเพศศึกษา
 อื่นๆ (ระบุ)

7. ท่านคิดว่าการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษาควรใช้รูปแบบใด (ตอบได้หลายข้อ)

- บรรยาย อภิปราย สาธิต อื่นๆ

8. ท่านคิดว่าวิธีประเมินผลการจัดการเรียนรู้ ตามหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษาอย่างไร

- การทดสอบ การสังเกต อื่นๆ

9. ถ้าให้สนับสนุน และให้ความร่วมมือเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน ตามหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา ท่านยินดีที่จะให้ความร่วมมือและสนับสนุนในด้านใดบ้าง

- ยินดีให้การสนับสนุน โดย สนับสนุนอุปกรณ์/สื่อการสอน
 งบประมาณ
 ให้ความรู้ /ข้อเสนอแนะการเรียนรู้อื่นๆ
 แหล่งเรียนรู้

- ไม่ให้การสนับสนุน เพราะ ไม่เห็นด้วยกับการสอนเพศศึกษาในโรงเรียน
 อื่นๆ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

แบบสอบถามความต้องการและความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน
โดยหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา สำหรับผู้มีความรู้ ด้านสาธารณสุข

1. ข้อมูลทั่วไป

สถานภาพทางสังคม

- เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข ครู
 อื่นๆ.....

เพศ

- ชาย หญิง

วุฒิการศึกษา

- ปริญญาตรี สูงกว่าปริญญาตรี อื่นๆ.....

2. ความต้องการและความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนโดยหลักสูตร รายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา

1. ท่านคิดว่าควรจัดการเรียนการสอนวิชาเพศศึกษา ในโรงเรียนหรือไม่

- ควร ไม่ควร

2. ท่านคิดว่าหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 1 หรือไม่

- เหมาะสม ไม่เหมาะสม

3. ถ้าโรงเรียนจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษา ท่าน
คิดว่าใครเหมาะสมที่จะเป็นผู้จัดการเรียนการสอน (ตอบได้หลายข้อ)

- ครู วิทยากรเชี่ยวชาญด้านเพศศึกษา
 อื่นๆ(ระบุ)

4. ท่านคิดว่าการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรรายวิชา(เพิ่มเติม)เพศศึกษาควรใช้
รูปแบบใด (ตอบได้หลายข้อ)

- บรรยาย อภิปราย สาธิต อื่นๆ

5. ท่านคิดว่าวิธีประเมินผลการจัดการเรียนรู้ ตามหลักสูตรรายวิชา (เพิ่มเติม) เพศศึกษา
อย่างไร

- การทดสอบ การสังเกต อื่นๆ