



บทเรียน ด้านอารมณ์-สังคม บทที่ 55

เรื่อง จันทเอาใจใส่ในร่างกายของตัวเอง

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:

ตัวชี้วัด:

สาระการเรียนรู้:

กลุ่มอายุ

หัวข้อหลัก:

บทเรียน:

เวลาที่ใช้ในการสอน:

มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี และมีความเห็นอกเห็นใจ
สามารถปรับใช้การตระหนักรู้ต่อตนเองและต่อสังคมในการตัดสินใจต่างๆ
ในชีวิตได้อย่างมีความรับผิดชอบ
แสดงออกถึงการรับผิดชอบต่อตนเอง: รู้จักและเข้าใจพันธข้อผูกพันที่
จะต้องประพฤติตนตามหลักการของพระคัมภีร์, ตามหลักศีลธรรมจริยธรรม,
ตามหลักความปลอดภัยและตามกฎหมาย
3-5 ปี
พัฒนาการทางเพศ
จันทเอาใจใส่ในร่างกายของตัวเอง
45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กจะสาธิตวิธีการเอาใจใส่ในร่างกายของตนมา 2 วิธี
2. เด็กจะสามารถระบุถึงพฤติกรรมอย่างน้อย 3 พฤติกรรมได้ว่าเป็นการเอาใจใส่ต่อร่างกายของตนหรือไม่

อุปกรณ์การสอนที่ต้องการใช้:

1. ชอล์คเพื่อใช้เขียนกระดานดำ หรือกระดาษแผ่นใหญ่พร้อมทั้งดินสอ, ปากกา หรือ ปากกาเคมี

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. อ่านเนื้อหาในบทเรียนนี้ให้จบทั้งบท
2. จัดหาและรวบรวมอุปกรณ์ที่ต้องการใช้
3. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ เพื่อพวกเขาจะเอาใจใส่ในร่างกายที่พระเจ้าทรงประทานให้

ขั้นตอนการเรียนการสอน

การนำเข้าสู่บทเรียน:

1. ชูพระคัมภีร์ของพวกเราขึ้นมา ครู (หรือพี่)รักพระคัมภีร์ของครูเพราะนี่เป็นพระคำของพระเจ้า ครูไม่โยนพระคัมภีร์เล่นหรือปล่อยให้มันทำอะไรมาหกรดพระคัมภีร์ ครูแสดงความเอาใจใส่ด้วยการเก็บรักษาพระคัมภีร์ไว้อย่างดีและจะไม่ยอมให้เกิดอะไรขึ้นกับพระคัมภีร์ เดินและชูพระคัมภีร์ให้เด็กแต่ละคนดู
2. อะไรเป็นสิ่งที่พวกเรารักและดูแลทะนุถนอมอย่างดี? (คำตอบที่เป็นไปได้: สัตว์เลี้ยง, ของเล่นที่ชอบ, ของขวัญชิ้นใหม่, ฯลฯ)
3. พระเจ้าทรงตรัสว่าร่างกายของเราเป็นสิ่งที่พิเศษ และพระองค์ทรงต้องการให้เรารักษาร่างกายของเราไว้ให้สะอาดและมีสุขภาพดี วันนี้เราจะมาคุยกันว่าวิธีใดบ้างที่เราจะเอาใจใส่ต่อร่างกายที่พระเจ้าทรงสร้างให้เรา

กิจกรรมการเรียนการสอน:

1. แบ่งพื้นที่ในห้องออกเป็น 2 ส่วน อธิบายกับเด็กๆ ว่าพื้นที่ด้านหนึ่งแสดงถึงการเอาใจใส่ในร่างกายของตนและปฏิบัติต่อร่างกายของตนอย่างที่เราต้องการให้เราทำ อีกด้านหนึ่งแสดงถึงการไม่เอาใจใส่และไม่ปฏิบัติต่อร่างกายของตนอย่างดี
2. ให้เด็กๆ ยืนอยู่ตรงกลางห้อง
3. ครูจะพูดถึงสิ่งต่างๆ ที่ครูทำเมื่อวานนี้ หากสิ่งที่ครูพูด แสดงถึงการเอาใจใส่ในร่างกายของเรา ให้เธอวิ่งไปที่ฝั่ง“เอาใจใส่” แต่หากครูพูดถึงสิ่งที่แสดงว่าเราไม่ได้เอาใจใส่ต่อร่างกายหรือเราปฏิบัติต่อร่างกายของเราไม่ดี ก็ให้เธอวิ่งไปที่ฝั่ง “ไม่เอาใจใส่” ทำความเข้าใจกับเด็กอีกครั้งว่าฝั่งใดเป็นฝั่งใด
4. หลังจากที่คุณอ่านแต่ละรายการ และเด็กๆ วิ่งไปยังด้านที่ถูกต้องแล้ว เรียกเด็กคนหนึ่งออกมาเพื่อให้เธออธิบายว่าการกระทำเหล่านั้นแสดงให้เห็นว่าเราเอาใจใส่หรือไม่เอาใจใส่ต่อร่างกายของเราอย่างไร
 - เมื่อวาน ครูตื่นขึ้นมาและสิ่งแรกที่ทำคือกินอาหารเช้าที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย (เด็กๆ ควรจะวิ่งไปที่ฝั่ง “เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ร่างกายของเราด้วยการกินอาหารที่มีประโยชน์
 - แล้วครูก็โดนมีดบาดแต่ไม่ได้สนใจจะล้างมือหรือทำแผลเลย! (“ไม่เอาใจใส่”) – เมื่อเราไม่ได้ดูแลก็เท่ากับเราไม่ได้เอาใจใส่ในร่างกายของเรา
 - จากนั้นครูก็ตัดสินใจจะไปแปรงฟัน (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ร่างกายของเราด้วยการแปรงฟันและดูแลรักษาฟันให้สะอาด
 - แต่ครูหาแปรงสีฟันไม่เจอ ก็เลยไม่ได้แปรงฟัน (“ไม่เอาใจใส่”) – การไม่ดูแลก็คือการที่เราไม่ได้เอาใจใส่ต่อร่างกายของเรา
 - ครูไปอาบน้ำ (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ด้วยการทำความสะอาดร่างกายของเรา
 - แล้วครูก็สวมกางเกง หรือกระโปรง กับเสื้อเชิ้ต (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่และให้เกียรติแก่ร่างกายของเราด้วยการทำตัวสุภาพ คือปกปิดร่างกายของเราด้วยเสื้อผ้า

- **พอมือครูก็สกปรก ครูก็ไม่ได้ล้างมือ!** (“ไม่เอาใจใส่”) – เราไม่ได้เอาใจใส่ต่อร่างกายของเรา เวลาที่เราทำตัวสกปรกและไม่เป็นระเบียบ
 - **หลังจากนั้นครูก็ไปเข้าห้องน้ำโดยปิดประตูไว้ด้วย เพื่อว่าคนอื่นจะได้ไม่เห็นฉันเวลาฉันเข้าห้องน้ำ** (“เอาใจใส่”) – เราให้เกียรติกับร่างกายของเราด้วยการทำตัวสุภาพและใช้ห้องน้ำเป็นการส่วนตัว
 - **แต่ครูไม่ได้ล้างมือหลังจากเข้าห้องน้ำแล้ว** (“ไม่เอาใจใส่”) – เราไม่ได้เอาใจใส่ต่อร่างกาย หากเรายังปล่อยให้มือเชื้อโรคบนมือของเรา ซึ่งอาจทำให้เราเจ็บป่วยได้
 - **แล้วครูก็เอามือสกปรกเข้าปาก** (“ไม่เอาใจใส่”) – เราไม่ได้เอาใจใส่ต่อร่างกายเมื่อเราแพร่เชื้อโรคและสิ่งสกปรกต่างๆ เข้าไปในปากของเรา
 - **แต่หลังจากได้ลืมนิสัยสกปรกๆ นั้นแล้ว ครูก็คิดว่าไปล้างมือดีกว่า** (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ร่างกายของเราด้วยการรักษาความสะอาด
 - **ก่อนจะเข้านอน ครูคิดได้ว่าต้องไปแปรงฟันก่อน** (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ด้วยการรักษาสุขภาพปากและฟันของเรา
 - **ครูเข้านอนและได้พักผ่อนอย่างเต็มอิ่ม** (“เอาใจใส่”) – เราเอาใจใส่ร่างกายของเราด้วยการพักผ่อนให้เพียงพอ
5. ให้เด็กๆ นั่งเป็นวงกลม ให้เด็กแต่ละคนคิดถึงสิ่งที่พวกเขาสามารถทำได้เพื่อจะดูแลและเอาใจใส่ต่อร่างกายของตน
 6. แต่ละคนจะมีโอกาสได้แสดงออกว่าเราดูแลร่างกายของเราเองอย่างไร โดยจะผลัดเปลี่ยนกันไปเรื่อยๆ จนครบทุกคน
 7. อาจจะซ้ำกันบ้างก็ได้ ไม่เป็นไร แต่หากพวกเขาคิดไม่ออกว่าจะทำทำอะไรดี จะถามครูก็ได้
 8. กฎของเราคือเธอห้ามบอกว่ากำลังจะทำทำอะไรอยู่ แค่ทำท่าก็พอ พวกเราจะคิดกันเองว่าเธอทำอะไร และหากคนที่ดูอยู่รู้แล้วว่าเพื่อนทำอะไร ก็ให้ยกมือขึ้นและครูจะให้ขึ้นมาตอบว่าเพื่อนของเรากำลังจะทำอะไรอยู่ที่แสดงออกว่าเขาให้ความเอาใจใส่กับร่างกายของตัวเอง
 9. หากมีการทำซ้ำท่าเดิมๆ บ่อยครั้งเข้า ให้คุณเตือนเด็กๆ ถึงสิ่งอื่นๆ ที่พวกเขาสามารถทำได้เพื่อดูแลร่างกายของพวกเขา
 10. เริ่มด้วยการที่คุณทำท่าก่อน และให้บรรดานักเรียนลองเดาว่าคุณทำอะไร คุณอาจทำท่ารับประทานอาหารหรือแปรงฟันก็ได้ หากเด็กๆ ทำท่าที่สื่อถึงพฤติกรรมที่ไม่ดี ให้เตือนย้ำว่าตอนนี้เป็นเวลาที่เราจะทำท่าที่แสดงออกว่าพวกเขาดูแลเอาใจใส่ร่างกายของตน

สรุปบทเรียน:

1. ให้อภิปรายถึงการดูแลร่างกายของตนในขณะที่เด็กๆ นั่งเป็นวงกลมอยู่ **สิ่งหนึ่งที่เธอจะทำในวันนี้ เพื่อแสดงว่าเธอให้เกียรติหรือดูแลเอาใจใส่ร่างกายของเธอ คืออะไร?** ให้เด็กๆ ตอบ
2. **สิ่งดีๆ สิ่งใดบ้างที่จะเกิดขึ้นเมื่อเราให้เกียรติ หรือ ดูแลเอาใจใส่ร่างกายของเราเอง?** (คำตอบที่เป็นไปได้: ได้เล่นกับเพื่อนๆ, รู้สึกดี, และไม่พลาดเรื่องสนุกๆ) เราทุกคนสามารถทำให้ร่างกายของเราแข็งแรงอยู่เสมอได้ และเราจะเรียนรู้วิธีร่วมกัน

3. ให้เราทุกคนขอบพระคุณพระเจ้าที่ทรงสร้างร่างกายของเราขึ้นมาและยังทรงให้สัญญาว่าจะดูแลร่างกายของเราด้วย ให้ทุกคนพูดตามครู :

ข้าแต่พระเจ้า,

ขอบพระคุณที่ทรงสร้างร่างกายของหนู

ขอทรงช่วยหนูในการดูแลเอาใจใส่ร่างกายของหนูเองด้วย

ในพระนามพระเยซูคริสต์เจ้า

เอเมน

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

การประเมินผลผู้เรียน:
