



บทเรียนด้านสุขภาพ

บทที่ 8

เรื่อง การยอมรับตัวเอง - ร่างกายของเรา สุขภาพของเรา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ: เด็กเลือกแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์

ตัวชี้วัด: เด็กแสดงความเข้าใจที่เหมาะสมเกี่ยวกับร่างกายของเขา/เธอ

สาระการเรียนรู้: มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกายและพัฒนาการทางด้านร่างกาย

กลุ่มอายุ: 9 - 11 ปี

หัวข้อหลัก: ฉันถูกสร้างตามพระฉายาของพระเจ้า - ฉันมองเห็นตัวฉันในสายพระเนตรของพระเจ้า

บทเรียน: การยอมรับตัวเอง - ร่างกายของเรา สุขภาพของเรา

เวลาที่ใช้ในการสอน: 45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้ :

1. เด็กสามารถอธิบายได้ว่า พระเจ้าทรงสร้างเขา/เธอเพื่อวัตถุประสงค์ที่เฉพาะเจาะจง
2. เด็กสามารถบอกได้ว่าพระวาระของพระเจ้าระบุว่าเขา/เธอถูกสร้างมาอย่างเฉพาะเจาะจงตามพระฉายาของพระเจ้า

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้ :

1. กระดาษ
2. ดินสอ หรือสี

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม :

1. อ่านและทำความเข้าใจบทเรียนทั้งบท
2. อ่านและศึกษาพระวาระ จากนั้นเขียนพระวาระหรือพระวาระที่อ้างถึงลงบนกระดาน
 - ปฐมกาล 1:27
 - สดุดี 139:13-16
 - ผู้วินิจฉัย 13:7
 - ลูกา 1: 13-15
 - กาลาเทีย 1:15
3. รวบรวมอุปกรณ์จากรายการด้านบน
4. เตรียมคำใบ้สำหรับเกมทายคำ
5. เตรียมสถานที่สำหรับเก็บสิ่งของ สิ่งของ เช่น สัตว์ขนาดเล็ก, กิ่งไม้, ใบไม้, หินธรรมชาติ
6. อธิษฐานเผื่อเด็ก ๆ ในการเรียนบทเรียนนี้

ขั้นตอนการเรียนการสอน:

การนำเข้าสู่บทเรียน :

ครูพูดว่า : “เธอรู้หรือไม่ว่า พระเจ้าทรงสร้างเธอแต่ละคนอย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อวัตถุประสงค์ที่พิเศษ เธอรู้หรือไม่ว่าเด็กสองคนรูปร่างหน้าตาไม่เหมือนกันหรือวิธีคิดก็ไม่เหมือนกัน ?” (ให้เด็ก ๆ ตอบ) หลังจากนั้นให้ครูแจกกระดาษและดินสอให้เด็ก แล้วให้เวลาเด็กที่จะวาดรูปของพวกเขาเอง เด็กสามารถเขียนคำบรรยายรูปร่างลักษณะของตัวเองก็ได้ ถ้าครูอยากให้เด็กทำ หลังจากที่ได้ทำงานนี้เสร็จแล้ว

ครูถามว่า : “ให้ทุกคนดูรูปที่ตัวเองวาด ดูว่ารูปนั้นเหมือนใครบ้างไหม ทำไมจึงเหมือนและทำไมไม่เหมือน ?” (ให้เวลาเด็ก ๆ ตอบ) นั่นเป็นเพราะว่า พระเจ้าทรงสร้างเธอเพียงคนเดียว เธอจึงพิเศษในสายพระเนตรของพระองค์”

“ให้ทุกคนถามตัวเองว่า “มีส่วนไหนในร่างกายบ้างที่ฉันอยากจะเปลี่ยนแปลงมัน ?” (ให้เวลาเด็ก ๆ ตอบ)

“แล้วถามตัวเองต่อว่า “ทำไมฉันอยากจะเปลี่ยนแปลงส่วนนั้น” (ให้เวลาเด็ก ๆ ตอบคำถาม) หลังจากที่ได้เด็กตอบแล้ว ให้ครูถามต่อไปว่า

“พระเจ้าจะรู้สึกอย่างไรถ้าเธอพยายามเปลี่ยนส่วนใดส่วนหนึ่งในร่างกายที่พระองค์ทรงสร้าง” (ให้เวลาเด็ก ๆ แสดงความคิดเห็น)

กิจกรรมการเรียนการสอน :

ครูพูดว่า : “จากที่เราเรียนในบทเรียนพระคัมภีร์ พระเจ้าสร้างเธออย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อวัตถุประสงค์ที่พิเศษ ในปฐมกาล 1:27 บอกว่า พระเจ้าทรงสร้างเราตามพระฉายาของพระองค์ สดุดี 139:13-16 บอกเราว่า พระเจ้าทรงทอเราเข้าด้วยกัน ในครัมมารดาของเรา พระวจนะของพระองค์ยังบอกว่า เพราะพระองค์ทรงกระทำให้เราแปลกประหลาดอย่างน่ากลัว ดังนั้นเราควรสรรเสริญพระองค์” (ให้ครูอ่านพระคัมภีร์ดัง ๆ ให้เด็ก ๆ ฟัง) เรื่องราวของกษัตริย์ซาโลมอน และยอห์นผู้ให้บัพติศมา เราจะเห็นว่าพระเจ้าทรงมีแผนการสำหรับชีวิตของพวกเขาก่อนที่จะคลอด อาจารย์เปาโลบอกว่า ตั้งแต่เขาเกิด พระเจ้าทรงมีแผนการสำหรับชีวิตของเขา” (ให้ครูอ่านผู้วินิจฉัย 13:7 เรื่องของซาโลมอน, อ่านลูกา 1: 13-15 เรื่องของยอห์นบัพติศมา และอ่านกาลาเทีย 1:15 เรื่องของ อ.เปาโล บอกเด็กว่า ทั้งสามคนนี้ถูกพระเจ้าเรียกหรือมีวัตถุประสงค์ในชีวิตที่แตกต่างกันตามแผนการของพระเจ้าผู้ทรงสร้างพวกเขา

ครูพูดว่า : “ความจริงที่อัศจรรย์ก็คือ เราก็คงกัน พระเจ้าสร้างเราให้มีลักษณะเฉพาะและมีวัตถุประสงค์ที่พิเศษ เราทุกคนอาจจะไม่เหมือนซาโลมอน ยอห์นบัพติศมา หรือ อ.เปาโล แต่เราไม่ได้มีความสำคัญน้อยกว่า สำหรับพระเจ้าแล้วพระองค์มีแผนการของพระองค์สำหรับครอบครัวของเรา คริสตจักร ชุมชน และประเทศชาติ พระเจ้าต้องการให้เรารักและยอมรับตัวเราเองในรูปแบบที่พระเจ้าทรงสร้าง เพราะพระองค์ทรงสร้างเราตามพระฉายาของพระองค์ (ปฐมกาล 1:27) และพระองค์มีวัตถุประสงค์พิเศษสำหรับเราแต่ละคน!” และครูพูดต่อไปว่า

“ครูจะเล่าเรื่องจริงเรื่องหนึ่งให้ฟัง เป็นเรื่องราวของเด็กผู้หญิงคนหนึ่งที่อยู่
ที่อังกฤษมาเป็นเวลาหลายปี เด็กผู้หญิงตัวเล็ก ๆ คนนี้ชื่อว่า เอมี ซึ่งปรารถนาว่า
พระเจ้าจะให้เธอมีดวงตาสีฟ้าแทนที่สีน้ำตาล และเธอก็อธิษฐานและอธิษฐานขอให้
พระเจ้าเปลี่ยนดวงตาของเธอจากสีน้ำตาลเป็นสีฟ้า พระเจ้าไม่เคยตอบคำอธิษฐาน
ของเอมี เมื่อเอมีโตขึ้น เธอได้จากบ้านของเธอไปยังเมืองไกล เพื่อบอกผู้คนในอินเดีย
ถึงความรักของพระเจ้าและพระบุตรของพระองค์ พระเยซูคริสต์ ขณะที่เอมีเป็น
มิชชันนารีในอินเดีย เธอก็ค้นพบว่าทำไมพระเจ้าจึงให้เธอมีดวงตาสีน้ำตาล ดวงตาสี
น้ำตาลของเธอทำให้เธอดูเหมือนผู้หญิงอินเดียและทำให้เธอแบ่งปันเรื่องราว
ความรักของพระเจ้าให้คนที่นั่นได้ง่ายขึ้น พระเจ้าทรงสร้างเอมีอย่างสมบูรณ์แบบ
เพื่อวัตถุประสงค์ที่พระองค์ทรงมีแผนการสำหรับเธอ พระเจ้ามีแผนการแม้แต่สีดวงตา
ของเธอ เหมือนกับที่พระเจ้าทรงสร้างเอมี พระองค์ทรงสร้างเรา เพื่อแผนการของ
พระองค์ เราถูกสร้างมาอย่างสมบูรณ์แบบ”

“ตอนเริ่มต้นของบทเรียน เราได้คิดถึงบางอย่างในตัวเราที่อยากเปลี่ยน เรารู้ว่าพระเจ้า
ทรงสร้างทุกส่วนในร่างกายของเราตามพระประสงค์ของพระองค์ ให้เราคิดถึงส่วนต่าง ๆ
ของร่างกายที่เราอยากจะขอบคุณพระเจ้า เขียนส่วนต่าง ๆ ในร่างกายที่เราอยากจะ
ขอบคุณรอบ ๆ ภาพวาดของตัวเอง ยกตัวอย่างเช่น เธออาจจะขอบคุณว่า พระเจ้า
ให้เธอมีแขนที่แข็งแรง เพื่อเธอจะได้ขว้างปาลูกบอล อย่าคิดถึงแต่ส่วนภายนอกของ
ร่างกาย แต่ให้คิดถึงบุคลิกลักษณะของตัวเองด้วย เช่น อารมณ์ขันของเธอหรือ
ความมีเมตตา กรุณาของเธอ (หนุนใจให้เด็ก ๆ คิดถึงหลายๆ สิ่งแล้วเขียนลงในรูปของ
พวกเขา สำหรับคนที่อาจจะติดขัด ให้บอกคุณสมบัติด้านบวกที่เธอสังเกตเห็นในตัวพวกเขา)

การสรุปบทเรียน :

ครูพูดว่า : “อาจจะมีช่วงเวลาที่เรา กำลังเติบโต เธออาจจะอยากเปลี่ยนแปลงส่วนใดส่วนหนึ่ง
ในร่างกายของเธอ ความคิดเช่นนี้อาจจะเป็นสาเหตุทำให้เธอท้อแท้ได้ เมื่อความคิด
เช่นนี้เข้ามาในจิตใจของเธอ ให้เธอนึกถึงเด็กผู้หญิงตัวเล็ก ๆ คนหนึ่งที่อยากจะ
มีดวงตาสีฟ้าและให้ขอบคุณพระเจ้าที่พระองค์ทรงสร้างเธอด้วยพระหัตถ์ของพระองค์
เพื่อวัตถุประสงค์ที่พิเศษของพระองค์ ให้ขอบคุณพระเจ้าทุกวันสำหรับการสร้างทรง
ตามพระฉายาของพระองค์และเพื่อวัตถุประสงค์ที่พระองค์มีสำหรับเธอ”

กิจกรรมเสริมบทเรียน :

ให้ครูพาเด็ก ๆ เล่นเกมส่ายคำ ครูให้คำไปกับเด็กซึ่งอาจจะเกี่ยวกับสัตว์หรือวัสดุจากธรรมชาติ เช่น
ใบไม้, หิน, ใบหญ้า บอกคำไปแต่ละครั้งและดูว่าเด็กสามารถเดาในสิ่งที่คุณบรรยายแต่ละครั้งได้รวดเร็วแค่ไหน
เมื่อเด็กเดาคำไปเกี่ยวกับสัตว์หรือวัสดุได้ ให้แสดงสิ่งนั้นและส่งต่อให้เด็กจับต้องตามความเหมาะสม
พูดคุยกับเด็กว่า พระเจ้าทรงสร้างสัตว์แต่ละตัวหรือวัสดุธรรมชาติแต่ละชนิด เพื่อวัตถุประสงค์ที่พิเศษ

อย่างไรบ้าง ? และให้เด็กบอกวัตถุประสงค์เหล่านั้น ยกตัวอย่างเช่น ครูถามว่า ก้อนหินมีวัตถุประสงค์
ในการใช้งานเหมือนกับกิ่งไม้ไหม ? วัตถุประสงค์ของแต่ละอันคืออะไร ? (ให้เวลาเด็ก ๆ ตอบคำถาม)

ครูพูดว่า : “กิ่งไม้ช่วยพยุงใบไม้เพื่อให้ร่มเงากับเราเมื่ออากาศร้อน และก้อนหินก็ใช้สำหรับ
การก่อสร้างอาคารบ้านเรือน สิ่งของแต่ละอย่างมีวัตถุประสงค์ในการใช้ที่แตกต่างกัน
ชี้ให้เห็นว่า สิ่งเหล่านี้จะไม่ใช่สัตว์หรือสิ่งของที่พระเจ้าทรงสร้าง ถ้าแม้แต่ส่วนเล็ก
น้อยในสิ่งเหล่านี้ถูกเปลี่ยนไป ก็เหมือนความจริงสำหรับเราแต่ละคน ถ้าส่วนเล็กน้อย
ในร่างกายของเราเพียงส่วนหนึ่งถูกเปลี่ยนแปลงไป ร่างกายของเราก็จะไม่เหมาะสม
สำหรับวัตถุประสงค์ของพระเจ้าที่มีให้สำหรับเราแต่ละคน” หลังจากที่คุณสรุปบทเรียน
เรียบร้อยแล้ว ให้ขอตัวแทนเด็กในห้องเรียนที่จะอธิษฐานขอบคุณพระเจ้าสำหรับการเรียน
บทเรียนนี้

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดที่ได้ผลดี? กิจกรรมใดที่ได้ผลไม่ดี? ฉันจะเตรียมบทเรียนครั้งต่อไปให้ดีขึ้นได้อย่างไร?)

[illegible]

การประเมินผลผู้เรียน:

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school handwriting practice paper. The lines are evenly spaced and run across the entire width of the page. There are no margins, text, or other markings present.