



# บทเรียนด้านสังคม และอารมณ์ บทที่ 6

## เรื่อง แยกแยะอารมณ์ (ตอนที่ 2)

|                      |                                                                                     |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| ผลที่คาดว่าจะได้รับ: | มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ และด้วยกิจวัตรที่เข้าใจจิตใจผู้อื่น         |
| ตัวชี้วัด:           | ได้ฝึกฝนการจัดการตัวเอง                                                             |
| สาระการเรียนรู้:     | แยกแยะอารมณ์: สามารถบอกและแยกแยะอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้<br>ทั้งในแง่บวกและแง่ลบ |

|                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| กลุ่มอายุ:          | 9-11 ปี         |
| หัวข้อหลัก:         | การเข้าใจตัวเอง |
| บทเรียน:            | แยกแยะอารมณ์    |
| เวลาที่ใช้ในการสอน: | 50 นาที         |

### วัตถุประสงค์การเรียนรู้:

1. เด็กสามารถบอกอารมณ์ความรู้สึกได้อย่างน้อย 5 อย่าง
2. เด็กสามารถอธิบายบอกพระเจ้า ถึงความรู้สึกของตัวเองได้อย่างน้อย 1 อย่าง

### อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้:

1. กระดาน
2. ปากกาไวท์บอร์ด
3. กระดาษวาดรูป หรือกระดาษเปล่า
4. ดินสอ ดินสอสี สีเทียน หรือสีเมจิก

### สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม:

1. อ่านและศึกษาบทเรียนทั้งบทให้จบ
2. อธิษฐานเผื่อเด็กๆ ในชั้นเรียน
3. เตรียมอุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้

## ขั้นตอนการเรียนรู้การสอน:

### การนำเข้าสู่บทเรียน:

ครูแจกกระดาษให้เด็กคนละแผ่น

ครูพูดว่า: ครูจะให้เวลา 1 นาที ให้เด็กๆ เขียนอารมณ์ความรู้สึกลงไปบนกระดาษให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

พอหมดเวลา ถามเด็กว่าใครเขียนได้มากที่สุด จากนั้นให้เด็กๆ ผลัดกันพูดอารมณ์ที่ตัวเองเขียนกัน คนละอย่าง ถ้าเด็กคนไหนพูดอารมณ์ซ้ำกับที่เด็กคนอื่นเขียนไป ก็ให้เด็กๆ ชิดเข้าอารมณ์นั้นๆ ออกสุดท้ายดูว่า มีใครคิดอารมณ์ที่คนอื่นคิดไม่ถึงหรือไม่

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน:

ขั้นตอนที่

1. ให้เด็กพูดชื่ออารมณ์แต่ละอันอีกครั้งหนึ่ง คราวนี้เขียนลงบนกระดาษขณะที่ครูเขียนก็ให้เด็กๆ คิดว่ามีเหตุการณ์อะไรบ้างที่ทำให้เกิดอารมณ์แบบนั้น เช่น เด็กๆ อาจรู้สึกประหม่าเวลาที่มีสอบ วิชาวิทยาศาสตร์ หรือเด็กๆ อาจรู้สึกเสียใจหลังจากทะเลาะกับพี่น้องที่บ้าน ต่อไปนี้คืออารมณ์ต่างๆ: สุข, เศร้า, กังวล, ชอบ, หงุดหงิด, ประหม่า, ตื่นเต้น, เบื่อ, โมโห, ซาบซึ้ง, ดีใจ, อารมณ์เสีย, อิจฉา, ประหลาดใจ, ภูมิใจ, สับสน, สงบ, เป็นห่วง, กอดดัน, กลัว, อาย, รัก, งง
2. แบ่งเด็กๆ ในห้องออกเป็นสองกลุ่ม แต่ละกลุ่มให้ส่งตัวแทนออกมาโดยที่กลุ่ม 1 เลือกอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งที่เขียนอยู่บนกระดาษ แล้วทำท่าทางตามอารมณ์ที่เลือกนั้น ส่วนทีมที่ 2 ให้พยายามทายว่าท่าของกลุ่ม 1 แสดงนั้นคืออารมณ์อะไร ถ้าทายได้ถูก ก็ได้หนึ่งคะแนน หลังจากนั้นก็สลับกันให้กลุ่ม 2 ทำท่า และกลุ่ม 1 ทาย

### การสรุปบทเรียน:

ครูพูดว่า:

1. อารมณ์ไหนที่เด็กๆ ชอบ? (ให้เด็กๆ ช่วยกันตอบ) อารมณ์ไหนที่ไม่ชอบ? (ให้เด็กๆ ช่วยกันตอบ) อารมณ์แบบไหนที่เด็กๆ ไม่ค่อยอยากเจอแน่ๆ? (ให้เด็กๆ ช่วยกันตอบ) ทำไมเด็กๆ ถึงไม่อยากเจออารมณ์แบบนั้น? (ให้เด็กๆ ช่วยกันตอบ)
  2. เมื่อพระเจ้าทรงสร้างเราขึ้นมา พระองค์ทรงสร้างเรามาพร้อมกับความสามารถที่จะสัมผัสอารมณ์ทุกรูปแบบ เด็กๆ คิดไหมว่าทำไมเราจำเป็นต้องสัมผัสกับอารมณ์ต่างๆ? ชีวิตของเราจะเป็นอย่างไรถ้าเราไม่รู้สึกถึงอารมณ์ใดๆ เลย? อารมณ์ความรู้สึกมีผลกระทบต่อความสัมพันธ์อย่างไร? พระเจ้าทรงต้องการมีความสัมพันธ์กับเรา สาเหตุหนึ่งที่พระองค์ให้ความสามารถกับมนุษย์เราในการรับรู้ความรู้สึกได้หลายอย่างก็เพราะ อารมณ์ความรู้สึกเหล่านั้นเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้เรามีความสัมพันธ์ที่ดีทั้งต่อกันและกัน และต่อพระเจ้า
- ครูแจกกระดาษวาดรูปหรือกระดาษเปล่าให้เด็กๆ สอนให้เขาวาดรูปตัวเองกำลังอยู่ในอารมณ์ที่ทั้งชอบและไม่ชอบ

3. พระเยซูทรงต้องการให้เราพูดคุยกับพระองค์ในสิ่งที่เราพบเจอมา และบอกพระองค์ถึงความรู้สึกทั้งที่ดีและไม่ดีของเรา ให้เราลองบอกกับพระเจ้าตอนนี้ดู อธิบายให้พระองค์ฟังว่า เรากำลังรู้สึกอะไรอยู่ ตามในรูปภาพที่เราวาด

ให้เด็กๆ ใช้เวลาสักครู่ในการอธิษฐาน ปลอบใจให้เด็กๆ บอกพระเยซูว่าเขากำลังรู้สึกอะไรอยู่ในภาพนั้น

## การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดใช้ได้ผลดี? กิจกรรมใดใช้ไม่ค่อยได้ผล? ฉันจะเตรียมบทเรียนในบทต่อไปอย่างไร?)

This image shows a full page of primary-ruled paper. It contains ten identical rows of handwriting guides. Each row is defined by three horizontal lines: a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. The rows are evenly spaced across the entire page, providing a template for practicing letter formation and alignment.

## การประเมินผลผู้เรียน:

[illegible]

Handwriting practice lines on a white sheet of paper with a green grid background. The lines are horizontal and dashed, spanning the width of the page.