

## บทที่ 3

### ทักษะในการสอนวิชาสุขศึกษา

#### ขอบข่ายของเนื้อหา

1. ทักษะในการนำเข้าสู่บทเรียน
2. ทักษะในชั้นสอน
3. ทักษะในชั้นสรุป
4. สรุป
5. คำถามและกิจกรรมท้ายบทที่ 3

#### จุดประสงค์ในบทที่ 3

1. ระบุวิธีการนำเข้าสู่บทเรียนได้
2. ปฏิบัติในชั้นสอนโดยการเลือกวิธีสอน กิจกรรม และสื่อการสอนได้
3. สรุปในบทเรียนแต่ละคาบได้

## บทที่ 3

### ทักษะในการสอนวิชาสุขศึกษา

#### ความนำ

ทักษะในการสอนวิชาสุขศึกษา ประกอบด้วยการนำเข้าสู่บทเรียน เพื่อดึงความสนใจของนักเรียนไปสู่บทเรียน แล้วครูจึงจะดำเนินการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และได้รับประสบการณ์อย่างเต็มที่ หลังจากนั้นจึงจะเน้นใจความที่สำคัญๆ ที่จัดเป็นความรู้ หรือแนวความคิด และหลักปฏิบัติต่างๆ ที่ได้เรียนจบไป

**ทักษะในการสอนวิชาสุขศึกษา ประกอบด้วย 3 ทักษะ คือ**

1. ทักษะในการนำเข้าสู่บทเรียน
2. ทักษะในขั้นสอน
3. ทักษะในขั้นสรุป

#### ทักษะในการนำเข้าสู่บทเรียน

มีความสำคัญมากในการสอนสุขศึกษา เนื่องจากการเรียนรู้คือการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์และความรู้ใหม่ที่จะได้รับ แต่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะเกิดขึ้นได้ด้นั้นต้องอาศัยประสบการณ์และความรู้เดิม ดังนั้น การเรียนการสอนที่ดีควรจะเริ่มต้นด้วยการเชื่อมโยงประสบการณ์ และความรู้เดิมให้เข้ากับความรู้ใหม่ที่จะสอนโดยมีการนำเข้าสู่บทเรียน

การนำเข้าสู่บทเรียน เป็นการจูงใจหรือโน้มน้าวจิตใจของนักเรียนให้มีความพร้อมที่จะเรียน เมื่อนักเรียนมีความสนใจและกระตือรือร้นอยากจะเรียน อยากรู้ความรู้ในเรื่องที่ครูจะทำการสอน ก็จะทำให้การเริ่มต้นกิจกรรมในขั้นต่อไปได้ผลดียิ่งขึ้น โดยทั่วไปขั้นนำไม่ควรใช้เวลามากนัก ควรจะใช้เวลาประมาณ 5-8 นาที

#### วิธีการนำเข้าสู่บทเรียน

1. ใช้ภาพ ภาพโฆษณา ภาพชุด การ์ตูน ภาพสเกตช์ ฯลฯ นำเข้าสู่บทเรียนในเรื่องต่อไปนี้

1.1 มรดกทางกาย (ม.2) ใช้ภาพเด็กฝาแฝด ภาพเปรียบเทียบคนผู้หญิงกับคนผู้ชาย และภาพเปรียบเทียบคนยุโรปกับคนเอเชีย เป็นต้น

1.2 ฟันสวย-ยิ้มสวย (ม.3) ใช้ภาพคนที่ฟันสวย ยิ้มสวย จะเป็นภาพของเด็กผู้ใหญ่ (ชายหรือหญิง) ก็ได้ที่แสดงอาการยิ้มให้เห็นฟันอยู่

1.3 การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย (ม.5) โดยใช้ภาพโฆษณาหรือเขียนการ์ตูน คนที่มีร่างกายแข็งแรง กับภาพแสดงคนที่มีร่างกายอ่อนแอ

2. เล่าเหตุการณ์ เล่าเรื่อง เล่านิทาน โดยนำเข้าสู่บทเรียนในเรื่องต่อไปนี

2.1 สวัสดิภาพ (ม.1) โดยครูเล่าเหตุการณ์ที่เกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน โดยเกิดจากการโดยสารรถยนต์

2.2 ไปหาหมอ (ม.3) โดยครูเล่าเรื่องที่คนไข้ต่าง ๆ ไปหาหมอ

2.3 อันตรายจากสุนัขกัดและงูพิษกัด (ม.3) โดยครูเล่านิทานเรื่องชวานากับงูเห่า

3. ร้องเพลง

3.1 จัดบ้านให้น่าอยู่ (ม.3) โดยครูนำเพลง “บ้านเรา”

3.2 ตายทั้งเป็น (ม.2) โดยครูนำเพลง “เล็กให้ได้”

3.3 กิจกรรมเสริมสุขภาพ (ม.2) โดยครูนำเพลง “การออกกำลังกาย” \*

4. แสดงบทบาท เล่นละคร

4.1 โรคอหิวาตกโรค (ม.2) โดยครูอาจจะแสดงอาการท่าทางของคนเป็นอหิวาตกโรค

4.2 สิ่งเสพติดให้โทษ (ม.4) โดยครูแสดงท่าทางคนเมาเหล้า

4.3 โรคหัวใจ (ม.3) โดยครูแสดงท่าทางเจ็บปวดหัวใจ

5. การตั้งปัญหา ทายปัญหา

5.1 กาฝากคน (ม.3) ครูทายปัญหานักเรียนว่า อะไรเอ่ยอยู่ตามพื้นดินก็มีอยู่ในคนและสัตว์ก็มี ชอบอาศัยเกาะกินเรื่อยไป โดยตัวเองไม่เสาะแสวงหาเลี้ยงชีพด้วยตนเอง

5.2 ไข่มาเลเรีย (ม.3) ครูทายปัญหานักเรียนว่า อะไรเอ่ยเป็นสัตว์ชอบกัดคนและยังดูดเลือดไปเลี้ยงชีพอีก

5.3 สิ่งเสพติดให้โทษ (ม.4) ครูถามปัญหาว่า อะไรเอ่ยมีลักษณะยาว ๆ สีขาวสีดำก็มี พอจุดไฟติดแล้ว จะมีควันลอยออกมา

6. สนทนาซักถาม

6.1 เพศพิศวง (ม.2) ครูถามในสิ่งที่นักเรียนประสบมาเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

6.2 การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย (ม.3) ครูถามนักเรียนเคยดูเขาแข่งขันกีฬาแล้วประสบกับคนที่ได้รับอันตรายจากการแข่งขัน จนต้องออกจากสนามโดยหมดสติ แล้วเขา

## ช่วยผู้ปวยนั้นด้วยวิธีใด?

6.3 จมูก (ม.1) ครูถามนักเรียนให้เล่าประสบการณ์ที่ตนเองเคยเป็นโรคหวัด

### 7. ทบทวนบทเรียนเดิม

7.1 การปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี ก๊าซพิษ ยาพิษ (ม.4) โดยครูถามถึงเรื่องที่ได้เรียนในเรื่องการปฐมพยาบาลผู้ปวยในลักษณะอื่น

7.2 การห้ามเลือด และการใช้ผ้าพันแผล (ม.4) โดยครูถามถึงบทเรียนเดิมในการปฐมพยาบาลผู้ถูกสารเคมี ก๊าซพิษ ยาพิษ

7.3 โรคติดต่อสำคัญ (โรคไขปอดอักเสบ) (ม.4) ครูทบทวนบทเรียนเดิมถึงเรื่องโรคโปลิโอมีเยื่อไขสันหลัง โรคพยาธิใบไม้ในตับ ในปอด

## การนำเข้าสู่บทเรียนควรจะใช้ในโอกาสต่าง ๆ เช่น

1. ก่อนเริ่มต้นบทเรียน
2. ก่อนมีการอธิบายและซักถาม
3. ก่อนตั้งคำถามหรือตอบคำถาม
4. ก่อนให้การบ้าน
5. ก่อนการอธิบาย
6. ก่อนให้นักเรียนทำรายงาน
7. ก่อนฉายภาพยนตร์ ฟิล์มสไลด์ ฟิล์มสตริป

## ตัวอย่างการนำเข้าสู่บทเรียน

ตัวอย่างที่ 1 บทเรียนเรื่องมรดกทางกาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

อุปกรณ์ที่นำมาใช้ คือภาพ

ภาพที่ 1 เด็กฝาแฝดชาย

ภาพที่ 2 เด็กฝาแฝดหญิง

ภาพที่ 3 เด็กฝาแฝดชาย-หญิง

ภาพที่ 4 ภาพคนทางยุโรป (ชาย)

ภาพที่ 5 ภาพคนทางเอเชีย (ชาย)

ภาพที่ 6 ภาพคนผู้หญิง

ภาพที่ 7 ภาพคนผู้ชาย

พฤติกรรมที่นำเข้าสู่บทเรียน สำหรับเรื่อง “มรดกทางกาย” โดยมีลำดับขั้นดังนี้

คือ

1. ครูตีภาพบนกระดานทีละภาพ แล้วให้นักเรียนช่วยกันสังเกตว่าภาพทั้ง 7 ภาพ มีอะไรที่แสดงว่าเหมือนกัน และแตกต่างกันบ้าง

2. นักเรียนช่วยกันตอบทีละคน

3. ครูถามนักเรียนว่า สิ่งที่แตกต่างกันเห็นได้ชัดระหว่างเด็กแฝด คนผู้หญิงกับคนผู้ชาย คนเอเชียกับคนยุโรป คืออะไร? (ถามให้นักเรียนตอบว่าลักษณะของคนที่แตกต่างกัน)

4. ครูโยงเข้าสู่บทเรียนในเรื่อง “มรดกทางกาย”

**ตัวอย่างที่ 2** บทเรียนเรื่องตายเป็น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

อุปกรณ์ที่นำมาใช้ผักหรือผลไม้ที่มีผิวสวย เช่น น้ำเต้า (ผัก) หรือผลกล้วยหอม

1. ครูยกน้ำเต้า 2 ผล ผลที่ 1 มีเปลือกสีเขียวงามไม่มีตำหนิ ผลที่ 2 มีรอยตำหนิ สีไม่สวย มีรอยตำหนิดำ ๆ ซ้ำ ๆ

2. ครูชुकกล้วยหอมผิวเหลืองสวยงามที่ไม่มีตำหนิ แล้วชुकกล้วยหอมผลที่ 2 ที่มีตำหนิ สีเปลือกเป็นรอยไม่สวยงาม ให้นักเรียนดู

3. ถามนักเรียนว่าสิ่งที่แสดงลักษณะเด่นชัดระหว่างเปลือกผัก ผลไม้ที่สีสรรสวยงามและไม่มัยรอยตำหนิ กับเปลือกผักผลไม้ที่มีรอยตำหนิและสีซ้ำ ๆ

4. ครูโยงเข้าสู่บทเรียนเรื่อง “ผิวสวย”

## ประโยชน์ของการนำเข้าสู่บทเรียน

การนำเข้าสู่บทเรียนมีประโยชน์อย่างมากต่อการเรียนการสอน ซึ่งมีอยู่หลายประการ คือ

1. ช่วยให้นักเรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนบทเรียนต่อไป

2. ช่วยให้ห้องเรียนมีบรรยากาศที่ดีสำหรับการเรียนการสอนและการจัดกิจกรรมต่อไป

3. ช่วยให้นักเรียนได้นำเอาความรู้เดิม (ที่เรียนไปแล้ว) มาสัมพันธ์กับความรู้ใหม่ (กำลังจะเรียน) ได้

4. ช่วยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน และเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน

5. ช่วยให้นักเรียนเกิดมโนคติ (ความคิดรวบยอด) กับบทเรียนได้เร็วขึ้น

## ทักษะในชั้นสอน

ทักษะในชั้นสอนนั้นจะกล่าวถึงวิธีสอน กิจกรรมการเรียนการสอน และพร้อมทั้ง

ยังได้ระบุอุปกรณ์ หรือสื่อการสอนที่ใช้ในแต่ละหัวข้ออย่างชัดเจน จะสังเกตได้ว่ากิจกรรมในชั้นเรียน นับว่าเป็นกิจกรรมที่สำคัญและต้องใช้เวลามาก คือเวลาส่วนใหญ่ประมาณ 35-40 นาที ที่จะใช้เพื่อกิจกรรมในชั้นนี้ เพราะเป็นช่วงเวลาที่นักเรียนจะได้รับประสบการณ์หรือเกิดการเรียนรู้อย่างเต็มที่ กิจกรรมในชั้นเรียนแต่ละอย่างจะสำคัญต่อหัวข้อต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น ครูอาจจะใช้

- การสนทนา
- การอธิบาย
- การอภิปราย
- การสาธิต
- การค้นคว้าทดลอง
- การสำรวจ
- การแบ่งหมู่

ซึ่งวิธีดังกล่าวจะเป็นวิธีใดวิธีหนึ่งก็ได้ที่ครูจัดขึ้นเพื่อเป็นการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในบทเรียนทุกหัวข้อย่อยได้ตามความเหมาะสม

นอกจากนั้น เพื่อให้การเรียนการสอนได้ผลดียิ่งขึ้น ครูควรจัดกิจกรรมส่งเสริมบทเรียนมาแทรกหรือสลับ หรือต่อท้ายกิจกรรมก็ได้ ซึ่งกิจกรรมส่งเสริมบทเรียนอาจดำเนินการให้เสร็จสิ้นไปเลยในขณะนั้น หรืออาจจะกระทำแต่เพียงบางส่วน กระทำเพิ่มเติมได้อีกในภายหลัง ตัวอย่างเช่น

- การเล่นเกมต่าง ๆ
- การวาดภาพ
- การประดิษฐ์ต่าง ๆ
- การทำสมุดภาพ
- การเล่นเกม
- การจัดมุมสุขภาพ
- การจัดทำกล่องทัศนียภาพ
- การจัดมุมสุขภาพ
- การจัดทำชุดปฐมพยาบาล
- การจัดทำกล่องอันตรายภาพ
- การจัดนิทรรศการ

กิจกรรมดังกล่าวหลังจากนักเรียนได้ผ่านกิจกรรมต่างๆ ในชั้นเรียน หรือได้เรียนจนจบบทเรียนนั้นแล้ว ครูควรจะให้ให้นักเรียนได้มีโอกาสซักถามปัญหา หรือข้อสงสัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับบทเรียนนั้นๆ อีกครั้งหนึ่ง

**ตัวอย่าง** บทเรียนเรื่อง มรดกทางกาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน คือ

1. ให้นักเรียนสังเกตตัวเองกับเพื่อนๆ ในห้องเรียน ว่ามีสิ่งใดที่คล้ายคลึงกันและสิ่งใดแตกต่างกัน แล้วช่วยกันสรุป

2. ครูอธิบายถึงความหมายและความสำคัญของพันธุกรรมและการเป็นมาแต่กำเนิด โดยใช้ภาพเด็กฝาแฝด และพร้อมทั้งเขียนข้อความที่สำคัญ และศัพท์ทางวิชาการลงบนกระดาน

3. ครูอธิบายเรื่องการปฏิสนธิตั้งแต่ต้นจนจบ โดยใช้อุปกรณ์รูปภาพการปฏิสนธิประกอบ

4. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม โดยแต่ละคนจะอธิบายถึงความสำคัญของพันธุกรรมมีความสำคัญต่อมรดกทางกาย แล้วส่งตัวแทนกลุ่มละ 3 คนออกมาแสดงการสรุปผลของการอธิบายของแต่ละกลุ่ม

5. จากการแบ่งกลุ่มในข้อ 4 ให้นักเรียนแข่งขันการตอบปัญหาเกี่ยวกับเรื่องมรดกทางกาย โดยครูจะเสียบคำถามที่เป็นบัตรคำลงบนกระเป่าพอง และให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มเขียนคำตอบลงบนกระดาษ โดยยึดเกณฑ์การตัดสินจากผลของการตอบคำถามได้ชัดเจนและถูกต้อง ได้มากกว่าอีกฝ่ายหนึ่ง

### **ทักษะในขั้นสรุป**

การสรุปเป็นการทบทวนอย่างย่อๆ หรือเน้นใจความที่สำคัญๆ ซึ่งจัดว่าเป็นความรู้หรือแนวความคิด และหลักการปฏิบัติต่างๆ ที่เพิ่งเรียนจบไป ซึ่งการสรุปอาจจะให้นักเรียนสรุปหรือครูสรุป หรือนักเรียนและครูช่วยกันสรุปในเนื้อหาที่ได้เรียนไป และหลังจากสรุปแล้วก็เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามปัญหา การตอบคำถาม หรือจำเป็นต้องมีการทดสอบด้วยปากเปล่าหรือข้อเขียนก็ตาม ครูจะทำการทดสอบ หรือวัดผลต่อไปได้เลยจนเสร็จ รวมทั้งการให้งานนักเรียนด้วย (ถ้ามี)

## สรุป

ทักษะในการสอนวิชาสุขศึกษา เริ่มจากการดึงความสนใจของนักเรียนเข้าสู่บทเรียน โดยการนำเข้าสู่บทเรียน ซึ่งมีวิธีการนำเข้าสู่บทเรียน โดยใช้ภาพต่าง ๆ เล่าเหตุการณ์ ร้องเพลง แสดงบทบาท เล่นละคร การตั้งปัญหา ทายปัญหา สนทนาซักถาม และทบทวนบทเรียนเดิม หลังจากนั้นครูก็จะดำเนินการสอนให้นักเรียนได้รับประสบการณ์หรือเกิดการเรียนรู้อย่างเต็มที่ โดยใช้วิธีสอนต่าง ๆ และกิจกรรมมาช่วยในชั้นสอนจนจบบทเรียน แล้วมีการทบทวนย่อ ๆ หรือเน้นใจความที่สำคัญ ๆ ที่เรียกว่าขั้นสรุป



### คำถามและกิจกรรมท้ายบทที่ 3

1. อธิบายทักษะในการนำเข้าสู่บทเรียน ทักษะในขั้นสอน และทักษะในขั้นสรุป
2. อธิบายวิธีการนำเข้าสู่บทเรียน
3. ระบุการนำเข้าสู่บทเรียนควรจะใช้ในโอกาสต่าง ๆ
4. ยกตัวอย่างการนำเข้าสู่บทเรียน
5. อธิบายประโยชน์ของการนำเข้าสู่บทเรียน