

บทที่ 4

การจัดดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียน

ขอบข่ายของเนื้อหา

1. ระเบียบวินัยของนักเรียน
2. ทักษะการอธิบายและยกตัวอย่าง
3. ทักษะการใช้คำถาม
4. ทักษะการเสริมแรง
5. ทักษะการเร้าความสนใจ
6. ทักษะการใช้กระดานดำ
7. สรุป
8. คำถามและกิจกรรมท้ายบทที่ 4

จุดประสงค์ในบทที่ 4

1. อธิบายสาเหตุและวิธีการแก้ไขระเบียบวินัยในห้องเรียนได้
2. อธิบายทักษะการอธิบาย และการยกตัวอย่างได้
3. อธิบายลักษณะคำถามที่ดีได้
4. ระบุและยกตัวอย่างประเภทคำถามได้
5. ระบุวิธีการเสริมแรงและวิธีการเร้าความสนใจได้
6. แสดงวิธีการใช้กระดานดำได้

บทที่ 4

การจัดดำเนินการสอนสุขศึกษาในห้องเรียน

ความนำ

การดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียนได้ผลตามจุดประสงค์นั้นควรจะเริ่มจากความมีระเบียบวินัยของนักเรียน ทักษะการอธิบาย และยกตัวอย่างของครู การใช้คำถาม การเสริมแรง การเร้าความสนใจ รวมทั้งทักษะการใช้กระดานดำของครู ทักษะเหล่านี้มีความสำคัญต่อครูที่จะช่วยให้การดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียนได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพตรงตามจุดประสงค์ของหลักสูตรที่ได้กำหนดไว้

การจัดดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียน ประกอบด้วย

1. ระเบียบวินัยของนักเรียน
2. ทักษะการอธิบายและยกตัวอย่าง
3. ทักษะการใช้คำถาม
4. ทักษะการเสริมแรง
5. ทักษะการเร้าความสนใจ
6. ทักษะการใช้กระดานดำ

1. ระเบียบวินัยของนักเรียน

ระเบียบวินัยในห้องเรียนมักจะเป็นปัญหาของครูเป็นส่วนมาก ซึ่งสภาพในห้องเรียนมักจะสับสนวุ่นวาย ทำให้เป็นสิ่งรบกวนอารมณ์ของนักเรียนและของครูอยู่เสมอ

การขาดระเบียบวินัยในห้องเรียนมักจะมาจากสาเหตุต่าง ๆ ดังต่อไปนี้คือ

1. ปัญหาการปรับตัวทางด้านสังคมของนักเรียน ทำให้นักเรียนบางคนมีพฤติกรรมที่แปลก ๆ ไป เช่น บางคนต้องการเอาใจใส่ ต้องการความยกย่อง หรือสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมในบ้านจะเป็นสาเหตุให้นักเรียนเกิดความคิดอยากแก้แค้น หลอกหลวง หรือทำตัวให้เป็นที่สนใจของคนอื่น ๆ จึงมักจะก่อความวุ่นวายในชั้นเรียนขึ้น

2. ปัญหาทางด้านความบกพร่องทางสภาพร่างกาย เช่น สายตาสั้น-ยาว ประสาทการได้ยินผิดปกติ สุขภาพของนักเรียนไม่ดี หรือความวิตกกังวล ซึ่งทำให้เกิดเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านระเบียบวินัยในห้องเรียน

3. ปัญหาทางด้านสติปัญญา ทำให้นักเรียนมีความสามารถในการเรียนอยู่ในระดับต่ำ ทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์ ความคิดรวบยอดต่ำ จึงมักจะก่อปัญหาต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นในห้องเรียน

4. ปัญหาเกิดจากสภาพแวดล้อมไม่น่าสนใจ เก้าอี้ โต๊ะเรียนไม่เหมาะสม ห้องเรียนมีแสงสว่างไม่เพียงพอ การระบายอากาศไม่ถูกหลักสุขาภิบาลโรงเรียน หรืออุปกรณ์การสอนของครูไม่น่าสนใจ หรือมีอุปกรณ์แต่ไม่เพียงพอ จึงทำให้เกิดปัญหาทางด้านระเบียบวินัยในห้องเรียนขึ้น

5. ปัญหาที่เกิดจากตัวครูผู้สอนเองที่ทำให้นักเรียนก่อปัญหาเกี่ยวกับวินัยในห้องเรียน เช่น การพูดจาที่ไม่สุภาพ หยาบคาย การคิดว่านักเรียนเป็นศัตรู การสอนของครูไม่ดีเป็นไปแบบเฉื่อย ๆ หรือชงกะตายนสอน หรือการไม่ยอมรับคำนิยามต่าง ๆ เป็นต้น

วิธีการแก้ไขการขาดระเบียบวินัยในห้องเรียน

เพื่อเป็นการแก้ไขการขาดระเบียบวินัยในห้องเรียน ครูควรจะได้พิจารณาถึงวิธีการต่าง ๆ เพื่อนำมาปรับปรุง ซึ่งมีดังต่อไปนี้

1. ครูควรเตรียมการสอนเป็นอย่างดี มีการจัดอุปกรณ์ การจัดกิจกรรมแต่ละขั้นตอนสัมพันธ์กลมเกลียว และต่อเนื่องกัน เพื่อช่วยให้การดำเนินการสอนเป็นไปอย่างราบรื่น นอกจากนี้ ครูควรวางแผนสำรอง และจัดเตรียมอุปกรณ์อื่น ๆ ไว้ด้วย ในกรณีที่บทเรียนที่ใช้สอนอยู่นั้นไม่สผลสำเร็จ หรือมีปัญหาฉุกเฉินเกิดขึ้น

2. ครูควรหาโอกาสพบปะกับนักเรียนที่มีปัญหาเหล่านั้นนอกห้องเรียน ซึ่งนักเรียนสามารถผ่อนคลายความตึงเครียดในบรรยากาศที่เป็นระเบียบแบบแผนน้อยลง เช่น ตามร้านค้า ตามสถานบริการ หรือตามสถานที่ทำงานต่าง ๆ

3. ครูจัดการให้นักเรียนได้ออกจากกลุ่มเพื่อนที่มีปัญหา ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดความรู้สึกว่าไม่จำเป็นจะต้องแสดงตามเพื่อนเสมอไป

4. ครูเอาใจใส่นักเรียน เพราะเป็นความต้องการเอาใจใส่จากครู ซึ่งนักเรียนจะแสดงออกมาหลาย ๆ รูปแบบ วิธีการที่ดีที่สุดคือ การแสดงออกโดยการแสดงความพยายามผลสำเร็จของนักเรียนเอง ครูควรจะสนับสนุนความพยายามเหล่านั้นโดยแสดงออกมาในทางบวก

5. นักเรียนบางส่วนอาจจะดึงความสนใจจากครู โดยการกระทำสิ่งที่สังคมไม่ยอมรับ ดังนั้น ครูควรจัดให้นักเรียนมีกิจกรรมต่อเนื่องกันในห้องเรียน จะมีส่วนช่วยนักเรียนเหล่านั้นไม่ให้มีโอกาทำในสิ่งที่สังคมไม่ปรารถนาได้

6. ความมีอารมณ์ขันของครูมีส่วนช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้มาก ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดในชั้น หรือทำให้งานหนัก ๆ นั้นเบาบางลง แต่ครูไม่ควรจะใช้อารมณ์ขันพร่ำเพรื่อ หรือเอามาใช้แทนการสอน

7. การวางตัวให้เหมาะสมของครูเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เพราะทำให้นักเรียนยอมรับในบทบาทพื้นฐานของครูว่ามีความประพฤติเป็นผู้ใหญ่

8. ครูควรจะยอมรับความล้มเหลวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในบางโอกาส บางครั้งครูจะพบว่าห้องเรียนอยู่ในสภาพที่เลวร้าย ครูอาจจะต้องขอความช่วยเหลือจากผู้บริหารในการแก้ปัญหานั้นในห้องเรียนนั้น

9. ครูควรจะไปเกี่ยวข้องกับกิจกรรมทุกประเภทที่เกี่ยวกับการเรียนของนักเรียน เช่น การอภิปราย การทำป้ายประกาศ การศึกษาอิสระ การเล่นเกมต่าง ๆ ครูควรจะได้เข้าไปมีส่วนร่วมในงานต่าง ๆ ของนักเรียน ซึ่งจะช่วยให้ครูและนักเรียนมีความสนิทสนมกัน เข้าใจกันได้มากขึ้น ปัญหาต่าง ๆ ในห้องเรียนก็จะลดน้อยลง

10. เสริมสร้างความภาคภูมิใจในความสำเร็จ และการมองโลกในแง่ดี โดยพยายามมอบหมายให้นักเรียนทำกิจกรรมที่จะบังเกิดผลสำเร็จได้ สร้างความเชื่อมั่น ความศรัทธา ความซื่อสัตย์ โดยการยกย่องชมเชยในความสำเร็จ และการแสดงออก ซึ่งความสนใจในความก้าวหน้าของเพื่อนแต่ละคน

11. พยายามดึงความสนใจของนักเรียนให้กลับมาอยู่ในบทเรียนที่กำลังสอนอยู่ และให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนให้มากขึ้น สำหรับนักเรียนที่มีปัญหาควรจัดที่นั่งให้ห่าง ๆ กัน และอยู่ในสายตาของครูตลอดเวลา

12. ทำให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมาย และมาตรฐานของพฤติกรรมต่าง ๆ โดยให้นักเรียนได้ทราบถึงหน้าที่ และความรับผิดชอบในด้านการเรียน ตลอดจนถึงพฤติกรรมของเขา

ถึงแม้ว่าได้มีการป้องกันและระมัดระวังในการที่จะเกิดปัญหาทางด้านระเบียบวินัยต่าง ๆ ในห้องเรียนแล้วก็ตาม ก็มักจะเกิดปัญหาอยู่เสมอ ๆ ครูควรจะได้คิดว่า จะทำอย่างไรเมื่อต้องเกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีปัญหา ส่วนการลงโทษนั้นควรเกี่ยวข้องกับผู้ที่ฝ่าฝืนคำสั่ง หรือผู้ที่กระทำความผิดโดยตรงเท่านั้น ถ้าเป็นไปได้การลงโทษนั้นควรจะทำในที่ลับตานักเรียนอื่น ๆ และกระทำในเวลาที่ไม่อยู่ในอารมณ์ที่โกรธเคือง หรือมีอารมณ์ฉุนเฉียว และการมอบหมายงานให้นักเรียนทำหรือการทำการทดสอบไม่ควรนำมาใช้เป็นเครื่องมือของการลงโทษ ในบางครั้งครูอาจจะต้องอาศัยความร่วมมือของนักเรียนคนอื่น ๆ ในการแก้ไขปัญหานั้นในห้องเรียน และสิ่งสำคัญที่สุดคือ พยายามชี้ให้นักเรียนเห็นถึงความจำเป็นที่จะต้องมีกฎเกณฑ์ อำนาจ ระเบียบวินัย และคำสั่งการลงโทษ และการป้องกัน

2. ทักษะการอธิบายและยกตัวอย่าง

การอธิบาย เป็นการขยายความในลักษณะที่ช่วยให้ผู้อื่นเข้าใจเรื่องราวต่าง ๆ ได้ชัดเจนขึ้น ซึ่งอาจจะกระทำได้โดยการบอก การตีความ หรืออาจจะใช้วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ มาประกอบคำอธิบายให้ผู้ฟังมีความสนใจ และสามารถเข้าใจความหมายได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

การยกตัวอย่าง เป็นการช่วยให้การอธิบายได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ดังนั้นในการฝึกทักษะการอธิบาย จึงเป็นการฝึกทักษะการยกตัวอย่างไปในตัวด้วย

ลักษณะการอธิบายที่ดี

1. ใช้เวลาในการอธิบายแต่ละหัวข้อไม่นานเกินควร ไม่เกิน 7-10 นาที เพราะการใช้เวลานานเกินไปจะทำให้ผู้ฟังเกิดความเบื่อหน่าย และผู้ฟังอาจจะขาดความตั้งใจและสมาธิในการฟังต่อไป

2. ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย น่าฟัง เหมาะกับระดับของผู้ฟัง ซึ่งจะช่วยให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจชัดเจนและเนื้อหาติดต่อกันไป

3. ใช้อุปกรณ์การสอน (สื่อการสอน) หรือตัวอย่างที่น่าสนใจ และสามารถช่วยให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจในเรื่องที่อธิบายได้ง่ายยิ่งขึ้น

4. การอธิบายเริ่มจากเรื่องที้ง่ายไปหาเรื่องที่เข้าใจยาก ซึ่งสามารถช่วยให้ผู้ฟังสนใจฟังจนจบการอธิบาย

5. ท่าทาง สีหน้า น้ำเสียงในการอธิบายน่าสนใจ ชวนฟัง ชวนติดตาม ไปจนจบเรื่องราว

6. มีการสรุปการอธิบายทุกครั้ง เพื่อให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจในเรื่องราวต่าง ๆ ลักษณะของตัวอย่าง

ตัวอย่างที่ยกมาประกอบการอธิบาย ควรมีลักษณะดังนี้

1. ต้องช่วยขยายใจความสำคัญให้ชัดเจนยิ่งขึ้น
2. ตัวอย่างควรง่าย และอยู่ในประสบการณ์ของนักเรียน
3. ตัวอย่างที่ยกมาต้องเริ่มจากที้ง่ายไปสู่ตัวอย่างที่ยากขึ้น
4. ตัวอย่างที่ยกมาให้เป็นรูปธรรมไปสู่นามธรรม

3. ทักษะการใช้คำถาม

คำถาม คือ คำพูดหรือประโยคที่ใช้เป็นเครื่องมือที่จะกระตุ้น หรือการตั้งคำถามตอบสนองของนักเรียนออกมาว่านักเรียนได้เรียนรู้อะไรไปบ้าง การตั้งคำถามเป็นกิจกรรมที่ใช้อยู่เสมอ เป็นทั้งเทคนิคและศิลป์ในการสอนเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความคิด เพื่อเป็น

แนวทางในการแก้ปัญหา และเพื่อเราให้เกิดความอยากรู้อยากเห็น ดังนั้น การฝึกทักษะการใช้คำถามมีความจำเป็นมาก เพื่อช่วยส่งเสริมครูให้เป็นผู้สอนอย่างมีประสิทธิภาพ

ลักษณะของคำถามที่ดี

คำถามสามารถนำไปใช้เป็นการเร้าความสนใจ ความกระตือรือร้นในการที่จะทำให้เกิดความคิด การตรวจสอบความรู้ ซึ่งลักษณะของคำถามที่ดีควรจะเป็นดังนี้คือ

1. คำถามที่ใช้จะต้องเป็นประโยคสั้นกะทัดรัดได้ความชัดเจน และกำหนดแน่นอน
2. คำถามต้องปรับให้เข้ากับวัตถุประสงค์ที่จะใช้ เช่น ทำให้เกิดการค้นคว้า ค้นพบ เป็นต้น
3. คำถามจะต้องให้เหมาะสมกับพื้นความรู้ของนักเรียน จึงต้องคำนึงถึงภาษาที่ใช้ความยากง่าย นักเรียนที่มีสติปัญญาสูงและต่ำ
4. ครูควรจะถามคำถามให้ดังพอที่นักเรียนทั้งชั้นได้ยินชัดเจน เพื่อนักเรียนจะได้ตอบคำถามให้ดังพอที่นักเรียนทั้งชั้นได้ยินเช่นเดียวกัน
5. ครูควรจะถามคำถามนักเรียนก่อนที่จะเรียกชื่อนักเรียนให้ตอบ เพราะครูต้องการให้นักเรียนตอบทีละคนมากกว่าจะให้ตอบคำถามพร้อมกันทั้งชั้นเรียน
6. ครูไม่ควรจะต้องกล่าวคำถามซ้ำหลาย ๆ ครั้ง เพราะมีนักเรียนที่สนใจบทเรียนอยู่ และพร้อมที่จะตอบได้ทันทีเมื่อครูกล่าวคำถามออกมากครั้งแรก
7. ครูพยายามหาทางกระตุ้นให้นักเรียนมีความสามารถในการตั้งคำถาม อย่าพยายามให้นักเรียนเกิดความไม่มั่นใจในการถามและความไม่ปลอดภัย

ประเภทของคำถาม แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. คำถามที่ใช้ถามง่าย ๆ ไม่จำเป็นจะต้องใช้ความคิดมากนัก ส่วนมากมักจะถามถึงความรู้เดิม ความจำ หรือข้อเท็จจริง ตัวอย่างเช่น

- กระดูกในร่างกายของคนเรามีทั้งหมดกี่ชิ้น?
- อาหารทะเลมีแร่ธาตุอะไรมากที่สุด?
- ในผักบุ้งมีวิตามินอะไร?

2. คำถามที่ต้องการให้มีการคิดค้น หรือค้นพบ ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ประเภทย่อย ๆ คือ

2.1 คำถามที่ถามความเข้าใจ ซึ่งผู้ตอบต้องใช้ข้อเท็จจริงจากความรู้เดิมมาแก้ไข ปัญหา ตัวอย่างเช่น

- ทำไมคนทางภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือจึงเป็นโรคคอกพอกกันมาก?

- ทำไมคนเราต้องรับประทานอาหารให้ครบทุกหมู่?

- ทำไมคนเราต้องปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติ 10 ประการ?

2.2 คำถามที่ถามความนำไปใช้ ผู้ตอบจะต้องอาศัยความคิดพื้นฐาน ความจำ ความเข้าใจ ในการที่จะนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในเรื่องอื่น ๆ อย่างถูกต้อง ตัวอย่างเช่น

- นักเรียนจะรับประทานอาหารเช้าเมื่อไร?

- นันทนาการช่วยทำให้คนเราเป็นอย่างไร?

- นักเรียนมีหลักในการปฏิบัติหลังจากการออกกำลังกายแล้วอย่างไรบ้าง

2.3 คำถามที่ถามให้เกิดการวิเคราะห์ เป็นคำถามที่ผู้ตอบต้องรู้จักพิจารณา แยกแยะรายละเอียดและข้อเท็จจริงต่าง ๆ หรือเป็นการคิดพิจารณาเปรียบเทียบจากหลักเกณฑ์ ตัวอย่างเช่น

- โปรงดินที่ได้จากพืชและสัตว์มีความแตกต่างและเหมือนกันอย่างไร?

- การดื่มสุราและการสูบบุหรี่ให้โทษแตกต่างกันอย่างไร?

- โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อกมีความร้ายแรงเหมือนกันและแตกต่างกัน

อย่างไร?

2.4 คำถามที่ถามหาเหตุผล เป็นคำถามที่ผู้ตอบต้องหาความสัมพันธ์ของเรื่องราว หรือเหตุผลของเรื่องเหล่านั้น แล้วสรุปความสำคัญของเรื่องออกมา ตัวอย่างเช่น

- ทำไมคนเราต้องปฏิบัติตามกฎจราจร?

- ทำไมคนเราต้องข้ามถนนตรงทางม้าลาย?

- ทำไมคนขับจี้จักรยานยนต์จึงต้องสวมหมวกกันน็อก?

2.5 ทักษะเกมให้ดูบทบาทแหว เป็นทักษะที่ผู้ตอบต้องมองหเกมผสมพนธ์ของเรื่องราว หรือเหตุผลของเรื่องเหล่านั้น แล้วสรุปความสำคัญของเรื่องออกมา ตัวอย่างเช่น

- รับประทานก๋วยเตี๋ยวดำหน้าให้ประโยชน์อย่างไรต่อร่างกาย?

- การหลีกเลี่ยงยาเสพติดให้โทษมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร?

- พืช ผัก ผลไม้ ต่างก็ให้ประโยชน์ต่อร่างกาย ทำให้คนเราไม่ขาดสารอาหาร

ประเภทใด?

3. คำถามที่ถามขยายความคิด ซึ่งคำถามประเภทนี้แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

3.1 การวางแผน เป็นคำถามที่ผู้ตอบต้องเสนอแนวความคิด หรือแผนงาน ด้วยการเสนอข้อเท็จจริงจากประสบการณ์ ผนวกกับความคิดเห็นของตน แล้วเสนอออกมาเป็นคำตอบ ตัวอย่างเช่น

- ทำอย่างไรจึงจะป้องกันโรควัดโรคได้?
- ทำอย่างไรจึงจะจัดขุมให้หมดไป?
- ทำอย่างไรจึงจะทำให้ฟื้นสวยได้?

3.2 การวิจารณ์ เป็นคำถามที่ต้องการให้ผู้ตอบพิจารณาในด้านความเหมาะสม ข้อดี ข้อเสีย ตัวอย่างเช่น

- การฉีดวัคซีนป้องกันอหิวาตกโรคให้ผลดีและผลเสียอย่างไร?
- การรับประทานอาหารที่มีแต่ปริมาณมีผลดีและผลเสียต่อร่างกายอย่างไร?
- การรับประทานยาทั้งประโยชน์และโทษอย่างไร?

3.3 การประเมินค่า เป็นคำถามที่ต้องการให้ผู้ตอบวินิจฉัย แล้วสรุปอย่างมีหลักเกณฑ์ ตัวอย่างเช่น

- อวัยวะส่วนใดสำคัญที่สุดในร่างกาย เพราะอะไร?
- โรคติดต่อชนิดใดร้ายแรงที่สุด เพราะอะไร?
- อุบัติเหตุที่ร้ายแรงที่สุด คืออุบัติเหตุประเภทใด เพราะอะไร?

4. ทักษะการเสริมแรง

การเสริมแรงหรือการเสริมกำลังใจมีบทบาทมากสำหรับครู เพราะมีผลต่อการเรียนโดยตรง ทำให้ผู้เรียนเกิดกำลังใจ มีความกระตือรือร้นอยากที่จะเรียน อยากตอบคำถาม อยากเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน

การเสริมแรง หมายถึง การให้รางวัลหรือคำชมเชยหลังจากที่บุคคลประพฤติปฏิบัติ หรือมีพฤติกรรมตามที่เรต้องการ ดังนั้น ถ้าครูต้องการให้นักเรียนตั้งใจเรียน ตอบคำถาม ทำการบ้าน เข้าร่วมกิจกรรม ครูควรจะทำให้ได้โดยการให้การเสริมแรงทุกครั้งที่นักเรียนได้แสดงพฤติกรรมที่ครูต้องการ

วิธีการเสริมแรง มีหลายวิธีด้วยกัน คือ

1. การเสริมแรงด้วยวาจา

1.1 ใช้คำพูดชมเชยทันทีหลังจากผู้เรียนตอบสนองในสิ่งที่ครูต้องการ เช่น ทำการบ้านมาส่ง ทำรายงานถูกต้อง การตอบคำถามถูก ครูก็จะชมเชยด้วยมธุรสวาจา หรือด้วยคำพูดได้เลยว่า ดี ดีมาก ใช้ได้ ถูก เก่ง เก่งมาก ฉลาด มีเหตุผลดี เป็นความคิดที่ดี เป็นความคิดที่ถูกต้อง เป็นต้น

1.2 ชมเชยเชิงแนะนำ ซึ่งในบางครั้งครูถามปัญหาหรือให้งานนักเรียนทำ นักเรียนจะตอบถูก หรือทำถูกเป็นเพียงบางส่วน หรืออาจจะถูกใกล้เคียง ครูอาจจะชมเชย

ด้วยการชักจูงให้นักเรียนหาคำตอบที่ถูกต้องสมบูรณ์ เช่น กล่าวว่าจะเกือบจะถูกจุดแล้วยังมีอีกนิดหนึ่งลองพยายามใหม่อีกสักครั้ง เป็นต้น

1.3 ชมเชยย้อนหลัง บางครั้งคำตอบของนักเรียนที่ตอบมาแล้ว อาจจะมีประโยชน์สำหรับนักเรียนคนอื่น ๆ ครูอาจจะให้นักเรียนคนเดิมทวนคำตอบของเขาอีกทีหนึ่ง เพื่อจะได้เป็นแนวทางสำหรับคนอื่นจะตอบได้ถูกต้อง เช่น คำตอบของสมศรีดีมากลองตอบให้ดัง ๆ อีกครั้ง เป็นต้น

2. การเสริมด้วยกิริยาท่าทาง เป็นการแสดงด้วยท่าทางของครูผู้สอน ซึ่งเป็นการช่วยให้นักเรียนเกิดกำลังใจที่จะค้นหาความรู้ต่อไป การเสริมแรงด้วยกิริยาท่าทาง ได้แก่ ยิ้มแสดงความพอใจ พยักหน้าแสดงว่าถูกต้อง เอาใจใส่ขณะนักเรียนพูด เดินเข้ามาใกล้ ปรบมือแสดงว่าพอใจหรือชื่นชม แสดงความยินดี เขียนคำตอบของผู้เรียนลงบนกระดานดำ เป็นต้น ตามปกติแล้วการเสริมด้วยกิริยาท่าทางมักจะปฏิบัติไปพร้อมกับการเสริมแรงด้วยวาจา

3. การเสริมแรงด้วยการให้ผู้เรียนเห็นความก้าวหน้าของตนเอง ครูอาจจะให้นักเรียนทำรายงานผลการเรียนของตนเอง โดยทำเป็นสถิติหรือทำเป็นกราฟ หรือจะจดบันทึกไว้ก็ได้

4. การเสริมแรงโดยให้นักเรียนมีส่วนร่วม เช่น ให้นักเรียนปรบมือ ให้นักเรียนเป็นผู้ให้คะแนนเองในการแข่งขัน เป็นต้น

5. การเสริมแรงด้วยการให้รางวัลและสัญลักษณ์ต่าง ๆ เช่น ให้สิ่งของเมื่อนักเรียนทำได้ถูกต้อง สอบได้ที่ 1 ทำคะแนนได้สูงสุด หรืออาจจะบันทึกชื่อลงบนป้ายเรียนดี หรือนำผลงานดีเด่นของนักเรียนติดประกาศให้ผู้ชื่นชม การเขียนเครื่องหมายลูกกลงในสมุด เป็นต้น

ประโยชน์ของการเสริมแรง

1. นักเรียนสนใจในบทเรียนมากยิ่งขึ้น
2. นักเรียนมีความกล้าในการแสดงออก
3. นักเรียนเกิดแรงจูงใจที่จะติดตามค้นคว้าหาความรู้
4. นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนการสอน การเข้าร่วมกิจกรรมได้อย่างดี
5. ทำให้ผลการเรียนของนักเรียนได้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น

5. ทักษะการเร้าความสนใจ

ทักษะการเร้าความสนใจหรือการเปลี่ยนความสนใจ จำเป็นจะต้องนำมาใช้ในห้องเรียน เพราะตามปกตินักเรียนจะไม่สนใจในสิ่งหนึ่งสิ่งใดนานเกินไป แต่ความสนใจของคนเราก็มักมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงจากสิ่งหนึ่งไปสู่อีกสิ่งหนึ่งเสมอ การบังคับให้คนเราอยู่ในขอบเขตจำกัดทางความคิด จำกัดพฤติกรรม จำกัดเวลา จำกัดสถานที่ ฯลฯ เหล่านี้จะก่อให้เกิดแรงผลักดันทางความคิด และอารมณ์ให้เปลี่ยนไปได้ ซึ่งจะเป็นการทำลายสุขภาพจิตสุขภาพทางร่างกายได้ ในการเรียนการสอนก็เช่นเดียวกัน ถ้าหากผู้สอนใช้ระบบบังคับมาใช้ เช่น ให้นักเรียนนั่งนิ่ง ๆ เงียบ ๆ ห้ามพูดคุย ฟังครูผู้สอนนานเกินไป ห้ามแสดงความคิดเห็น ฯลฯ ก็จะทำให้เกิดความเบื่อหน่ายต่อการเรียน ขาดความเข้าใจทางความคิดของผู้เรียน ขาดเหตุขาดผล ทำให้การเรียนการสอนประสบความล้มเหลว ดังนั้นในการสอนไม่ให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่าย ครูจะต้องปรับปรุงการเรียน การสอน วิธีสอน สื่อการสอน องค์ประกอบอื่น ๆ อย่านำให้ซ้ำซากจำเจ มีการสร้างการเร้าความสนใจของผู้เรียนอยู่ตลอดเวลา สิ่งสำคัญที่สุดผู้สอนต้องรู้จักใช้เทคนิคในการเร้าความสนใจให้ผสมกลมกลืนกับบทเรียน

การเร้าความสนใจหรือการเปลี่ยนความสนใจ คือ การกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจที่จะเรียน ติดตามกิจกรรมการเรียนการสอนอยู่ตลอดเวลา การเร้าความสนใจเป็นทักษะของผู้สอนต้องฝึกฝนให้ชำนาญ ซึ่งผู้สอนจะต้องพยายามนำเทคนิคต่าง ๆ มาใช้ตั้งแต่ต้นจนสิ้นสุดการเรียนการสอน

เทคนิคการเร้าความสนใจ ได้แก่

1. การใช้ท่าทางประกอบ เช่น

1.1 การแสดงสีหน้าและสายตา ซึ่งการแสดงออกทางสีหน้าและสายตาของครูเป็นการสื่อความหมายไปสู่ผู้เรียน เช่น เมื่อนักเรียนตอบคำถามไปแล้ว นักเรียนจะทราบคำตอบว่าถูกต้องหรือไม่ ก็ดูจากสีหน้าของครูก็จะทราบผลการตอบของตนเอง ส่วนการใช้สายตาของครูก็เป็นประโยชน์ได้เช่นเดียวกัน ในขณะที่ครูสอนควรมองนักเรียนตลอดเวลา กวาดสายตาดูนักเรียนให้ทั่วห้อง ไม่ควรหลบสายตาของนักเรียน มองเพดาน ฝา หรือพื้นห้อง ครูควรจะประสานสายตากับนักเรียนทุกคนทั่วทั้งห้อง ไม่ควรสบตากับนักเรียนคนใดคนหนึ่ง โดยเฉพาะ ครูควรแสดงความสนใจและจริงใจออกมาทางสายตาและสีหน้า ไม่ควรแสดงความเกลียดชังหรือเยาะเย้ยเมื่อนักเรียนตอบผิด พฤติกรรมของครูที่ไม่ควรแสดงออกมาทางสีหน้าและสายตา คือ

– สีหน้าบึ้งตึง เคร่งเครียด เย็นชาในขณะที่สอน

- แสดงสีหน้าไม่พอใจ เขะหยัน ล้อเลียน เมื่อนักเรียนตอบผิด
- มองนักเรียนด้วยหางตา
- แสดงสีหน้าเบื่อหน่าย เหน็ดเหนื่อย
- แสดงท่าทางกรุ้มกริม หรือเจ้าชู้กับนักเรียนโดยทางสีหน้า
- เรอ หาว หรือหายใจเสียงดัง ฯลฯ

1.2 การใช้วัชระส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น มือ แขน ศีรษะ เป็นสื่อความหมาย แทนการสื่อความหมายด้วยวาจา การใช้ท่าทางจะช่วยลดปริมาณการพูดของผู้สอนลงได้ด้วย ในขณะที่ครูสอนอยู่ครูไม่ควรเกร็งมือ ควรปล่อยเป็นปกติ นอกจากครูจะใช้มือ แขน ศีรษะ เป็นสื่อความหมาย เช่น แสดงความพอใจ ไม่พอใจ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ให้เงย เป็นต้น พฤติกรรมที่ครูใช้วัชระส่วนต่างๆ ของร่างกายเป็นสื่อความหมาย เช่น

- ใช้มือโบกสัญญาณ เช่น กวักมือเรียก
- ใช้มือเกาะโต๊ะเบาะฯ เมื่อนักเรียนนั่งใจลอย
- ใช้มือปรบมือ เพื่อชมเชยนักเรียน
- ใช้นิ้วแตะริมฝีปาก เพื่อแสดงให้นักเรียนเงย
- ผงกศีรษะ แสดงอาการยอมรับ
- สายศีรษะ แสดงอาการไม่ยอมรับ

2. การใช้ถ้อยคำและเสียง การอธิบาย หรือพูดด้วยเสียงราบเรียบโดยตลอด ทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่ายได้ง่าย ดังนั้น ควรจะมีการเปลี่ยนระดับของน้ำเสียง การพูด เช่น พูดเน้น ย้ำ ทำให้เสียงสูงขึ้น หรือต่ำลง มีจังหวะเสียงหนัก เสียงเบา น่าฟัง ไม่เร็วหรือช้าเกินไป รู้จักเน้นคำบางคำหรือบางวลี น้ำหนักของถ้อยคำทำให้เกิดจินตนาการตามคำอธิบายได้ รวมทั้งการเลือกใช้คำพูดที่แปลกใหม่ เพื่อเป็นการสร้างความสนใจของนักเรียน พฤติกรรมที่ไม่ดีของการใช้ถ้อยคำและเสียง คือ

- พูดเสียงค่อย ไม่ชัดเจน เสียงดังเกินไปหรือพูดเร็วเร็วจนฟังไม่ชัด
- ออกเสียงตัวควบกล้ำไม่ถูกต้อง
- ใช้คำสแลง คำที่มีความหมายหลายแง่หลายมุม
- ใช้เสียงราบเรียบตลอด
- พูดตะกุกตะกักติดอ่าง เหมือนขาดความมั่นใจในเนื้อหา

3. การเว้นระยะพูด ผู้ที่ชำนาญในการพูดจะรู้ว่าตนควรจะหยุดพูดตอนใด เพื่อให้เกิดการแปรเปลี่ยนความสนใจของผู้ฟัง ครูผู้สอนจะต้องรู้จักจังหวะในการหยุดพูด หรือเว้นระยะในการอธิบาย จะช่วยให้ผู้เรียนได้รวบรวมสมาธิ และความคิดเชื่อมโยงในเรื่องราวได้ติดต่อกัน

4. การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน การที่ครูผู้สอนพูดคนเดียว ตลอดเวลาย่อมทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่าย ผู้สอนอาจจะแปรเปลี่ยนความสนใจของผู้เรียน โดยวิธีการต่าง ๆ เช่น

- ให้โอกาสผู้เรียนได้พูด ได้คิด ได้แสดงความคิดเห็นบ้าง
- ครูอาจจะตั้งคำถามโดยส่วนรวม หรืออาจจะถามเจาะจงลงไปยังคนใดคนหนึ่ง
- ครูอาจจะโยนคำถาม คำตอบของผู้เรียนคนหนึ่งให้ผู้เรียนคนอื่นคิดหรือตอบ ขยายความเป็นการนำอภิปรายในระหว่างผู้เรียน
- ครูอาจจะให้นักเรียนมีกิจกรรม เช่น การฝึกปฏิบัติ การสาธิต เป็นต้น

5. การใช้สื่อการสอน อุปกรณ์การสอน ที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้ใช้ประสาทสัมผัส ในการรับรู้หลาย ๆ ทาง

- ดุสไลด์ ภาพยนตร์ ฟิล์มสตริป
- ฟังเสียงจากเครื่องรับวิทยุ เครื่องบันทึกเสียง ฯลฯ

6. การแสดงบทบาทหรือสถานการณ์จำลอง การเล่นเกม การร้องเพลง ซึ่งจะ ช่วยทำให้การสอนสนุกสนานและเพลิดเพลินอีกด้วย

7. การเปลี่ยนอิริยาบถของครูผู้สอนจะมีผลต่อการเรียนการสอน เพราะมีส่วน ช่วยให้นักเรียนจัดความรู้สึกเบื่อหน่าย หรือไม่อยากเรียนก็ได้ ตัวอย่างเช่น

- เดินดูให้ทั่วห้องในขณะที่นักเรียนทำงานเป็นกลุ่มหรือเดี่ยว
- เปลี่ยนจุดที่ยืนระหว่างสอนหรืออธิบาย
- เดินเข้าไปใกล้นักเรียนที่ไม่สนใจบทเรียน

8. การเล่าเรื่องสั้น ๆ ควรเลือกเรื่องที่เหมาะสมกับบทเรียน โดยเล่าด้วยคำที่สุภาพ สนุกพอสมควร จังหวะการเล่าเรื่อง คือ

- เล่าเรื่องเมื่อจบการสอนตอนหนึ่ง ๆ
- เด็กกำลังเบื่อการเรียน
- เรื่องที่ครูเล่ามีเนื้อหาสาระสอดคล้องกับบทเรียน

6. ทักษะการใช้กระดานดำ

กระดานดำเป็นอุปกรณ์การสอนชนิดหนึ่งที่ครูใช้มากที่สุด เป็นจุดรวมความสนใจ ของนักเรียนทั้งชั้น ครูผู้สอนจะต้องพัฒนาและวางแผนในการใช้ให้เหมาะสม ซึ่งจะใช้เพื่อ

- จัดบันทึกข้อความสำคัญของการเรียน
- จัดความคิดเห็นของครูและนักเรียน
- ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน

- กำหนดงานที่ให้ทำ ปัญหา หรือข้ออภิปรายต่าง ๆ
 - เป็นการประสานความคิดจากการดูและการฟัง
- กระดานดำมีประโยชน์อย่างกว้างขวาง ใช้ได้ทุกขั้นตอนของการสอน คือ
- การนำเข้าสู่บทเรียน
 - อธิบายบทเรียน
 - สรุปบทเรียน
 - ทบทวนบทเรียน
 - ตัดภาพ วาดภาพ ฯลฯ

ในกรณีที่ครูใช้กระดานดำไม่เป็นก็จะได้ผลประโยชน์คุ้มค่า ดังนั้น ครูจึงควรรู้หลักการใช้กระดานดำแล้วลองฝึกหัดใช้

หลักในการเขียนกระดานดำ

1. ลบกระดานให้สะอาดก่อนใช้ เพื่อให้การเขียนหนังสือได้ชัดเจน และไม่ให้นักเรียนสนใจตัวหนังสือบนกระดานที่ยังตกค้างอยู่
2. ขณะลบกระดานดำควรลบจากข้างบนลงข้างล่างช้า ๆ เพื่อฝุ่นชอล์กจะไม่ฟุ้งกระจาย และค่อย ๆ ไหลลงสู่รางรับชอล์ก
3. เขียนให้ชัดเจน เรียบร้อย ถูกต้อง ไม่ควรลบออกเร็วเกินไป ควรเขียนให้ตัวหนังสือใหญ่พอที่นักเรียนมองเห็นได้ชัดเจนทุกคน
4. ควรแบ่งกระดานออกเป็น 2-3 ส่วน เขียนข้อความจากซ้ายมือให้จบเสียก่อน แล้วจึงจะมาขึ้นทางขวามือ
5. เขียนชื่อเรื่องไว้กลางกระดานดำ หรือกระดานดำที่เราแบ่งสัดส่วนไว้แล้ว
6. ขณะเขียนจับชอล์กให้ทำมุม 45° ทับกระดานดำอย่าตั้งฉาก ยื่นห่างกระดานดำพอที่จะเหยียดแขนตรงไปข้างหน้าอย่างสบาย
7. ขณะเขียนต้องพยายามให้ตัวหนังสือเรียงกันเป็นเส้นตรงไม่โค้งคดไปมา
8. ขณะเขียนควรเบี่ยงตัวไปทางขวามือให้มากเพื่อจะได้ไม่บังข้อความที่เขียน
9. ข้อความใดที่สำคัญ ต้องการจะเน้น ให้เขียนตัวใหญ่กว่าปกติแล้วขีดเส้น
10. การใช้กระดานดำต่อเนื่องกัน หากจะขึ้นเรื่องใหม่ ควรลบข้อความเก่าออกเสีย เพื่อมิให้นักเรียนเกิดความสับสน
11. เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเขียนกระดานดำด้วย เช่น แข่งขันการตอบคำถาม วาดภาพ เป็นต้น
12. วาดภาพอย่างง่าย ๆ แต่ถูกต้อง และพยายามวาดให้คล้ายของจริง เพื่อดึงดูดความสนใจโดยใช้ชอล์กสีแลเงา

สรุป

การจัดดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียน ประกอบด้วย ระเบียบวินัยของนักเรียน นักเรียนบางคนขาดระเบียบวินัย ทำให้บรรยากาศในห้องเรียนไม่ดี ครูควรมีวิธีการแก้ไขการขาดระเบียบวินัยของนักเรียนก่อนเริ่มการสอน นอกจากนั้น ครูควรมีทักษะการอธิบายและยกตัวอย่างให้นักเรียนเกิดความเข้าใจในบทเรียนเป็นอย่างดี ประกอบทักษะการใช้คำถาม ลักษณะการเสริมแรง ทักษะการสร้างความสนใจ และรวมทั้งทักษะการใช้กระดานดำของครูเพื่อการจัดดำเนินการสอนวิชาสุขศึกษาในห้องเรียนได้เป็นอย่างดี

คำถามและกิจกรรมท้ายบทที่ 4

1. อธิบายสาเหตุของการขาดระเบียบวินัยในห้องเรียน พร้อมทั้งวิธีการแก้ไข
2. อธิบายทักษะการอธิบายและยกตัวอย่าง
3. ระบุลักษณะของคำถามที่ดี
4. บอกประเภทของคำถาม พร้อมทั้งยกตัวอย่างแต่ละประเภทของคำถาม
5. อธิบายวิธีการเสริมแรง พร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบ
6. ระบุประโยชน์ของการเสริมแรง
7. อธิบายทักษะการเร้าความสนใจ
8. ระบุเทคนิคการเร้าความสนใจ
9. แสดงวิธีการใช้กระดานดำ