

## 1 มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

- ส 1.1** ม.4-6/19 เห็นคุณค่า เชื่อมมั่น และมุ่งมั่นพัฒนาชีวิตด้วยการพัฒนาจิตและพัฒนาการเรียนรู้ด้วยวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ หรือการพัฒนาจิตตามแนวทางของศาสนาที่ตนนับถือ
- ม.4-6/20 สวดมนต์ แผ่เมตตา และบริหารจิตและเจริญปัญญาตามหลักสติปัฏฐานหรือตามแนวทางของศาสนาที่ตนนับถือ

## 2 สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การสวดมนต์แปล แผ่เมตตา และการเจริญปัญญาตามหลักสติปัฏฐาน และพัฒนาการเรียนรู้ด้วยวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ย่อมทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

## 3 สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- 1) พัฒนาการเรียนรู้ด้วยวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 10 วิธี (เน้นวิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบแบบสามัญลักษณ์ะ แบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน และแบบวิภังชวาท)
  - วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณ์ะ)
  - วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน
- 2) สวดมนต์แปล รู้และเข้าใจวิธีปฏิบัติและประโยชน์ของการบริหารจิตและเจริญปัญญา
  - ฝึกการบริหารจิตและเจริญปัญญาตามหลักสติปัฏฐาน
  - นำวิธีการบริหารจิตและเจริญปัญญาไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ คุณภาพชีวิตและสังคม

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น

(พิจารณาตามหลักสูตรสถานศึกษา)

## 4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

### 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร

### 4.2 ความสามารถในการคิด

- 1) ทักษะการหาแบบแผน
- 2) ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

- 3) วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ)
- 4) วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน
- 5) ทักษะการนำความรู้ไปใช้
- 6) ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้

#### 4.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

### 5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ซื่อสัตย์สุจริต
2. มีวินัย
3. ใฝ่เรียนรู้

### 6 ชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

บันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา

### 7 การวัดและการประเมินผล

#### 7.1 การประเมินก่อนเรียน

- ตรวจสอบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง การบริหารจัดการและการเจริญปัญญา

#### 7.2 การประเมินระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

- 1) ตรวจสอบบันทึกการอ่าน
- 2) ประเมินการนำเสนอผลงาน
- 3) สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล
- 4) สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
- 5) สังเกตคุณลักษณะอันพึงประสงค์

#### 7.3 การประเมินหลังเรียน

- ตรวจสอบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง การบริหารจัดการและการเจริญปัญญา

#### 7.4 การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- ตรวจสอบบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา

### 8 กิจกรรมการเรียนรู้

- นักเรียนสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยและทำสมาธิก่อนเรียนทุกชั่วโมง



นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7



## วิธีสอนโดยเน้นกระบวนการ : กระบวนการปฏิบัติ

### ขั้นที่ 1 สังกศัตร์ รับรู้

1. พระอาจารย์ขออาสาสมัคร 5-6 คน ออกมาเล่นเกมนับกระดาษที่หน้าชั้นเรียน และชี้แนะให้นักเรียนได้ข้อคิดเกี่ยวกับการทำกิจกรรม
2. พระอาจารย์นำตัวอย่างข่าวของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการทำงานหรือกิจกรรมต่างๆ และให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์เหตุผลที่ทำให้บุคคลดังกล่าวประสบความสำเร็จ
3. นักเรียนที่ทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอ ออกมาเล่าประสบการณ์ของตนในการทำสมาธิว่า มีผลได้อย่างไร

### ขั้นที่ 2 ทำตามแบบ

1. พระอาจารย์นำวีซีดีฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน เป็นขั้นตอน โดยมีการบรรยายประกอบมาให้ นักเรียนดู
2. พระอาจารย์อธิบายให้นักเรียนเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานว่า เป็นการบริหารจิต โดยใช้สติกำกับ 4 เรื่อง
3. นักเรียนศึกษาความรู้เรื่อง การบริหารจิต จากหนังสือเรียน และใบความรู้
4. นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการฝึกสมาธิตามหลักสติปัฏฐาน
5. พระอาจารย์ให้นักเรียนแต่ละคนฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน ตามแบบที่พระอาจารย์สาธิตหรือตามวีซีดี
6. พระอาจารย์ให้นักเรียนฝึกนั่งสมาธิ และเดินจงกรมสลับกัน โดยใช้เวลาตามความเหมาะสม

### ขั้นที่ 3 ทำเองโดยไม่มีแบบ

1. นักเรียนแต่ละคนบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน โดยทำสมาธิ 15 นาที และเดินจงกรม 15 นาที สลับกันไป ตามความเหมาะสม
2. นักเรียนตรวจสอบการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานว่า มีอุปสรรค และปัญหาอย่างไร และมีวิธีการปรับปรุงแก้ไขหรือพัฒนาอย่างไร
3. นักเรียนแต่ละคนผลัดกันเล่าความรู้สึก ปัญหา และอุปสรรคในการทำสมาธิ จากนั้นครูและนักเรียนช่วยกันหาวิธีแก้ไขและพัฒนาการปฏิบัติตนในการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน

## ขั้นที่ 4 ฝึกทำให้ชำนาญ

พระอาจารย์มอบหมายให้นักเรียนแต่ละคนฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน โดยการทำสมาธิและเดินจงกรมสลับกันไป โดยปฏิบัติที่บ้านหรือสถานที่ที่เหมาะสมในโอกาสอันควร แล้วบันทึกผลการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ส่งพระอาจารย์ผู้สอนตามกำหนดเวลา



## วิธีสอนแบบ ปุจฉาวิสัชนา

## ขั้น นำเข้าสู่บทเรียน

พระอาจารย์นำภาพเด็ก หญิงสาว คนแก่ และดอกไม้ มาให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนตอบคำถาม

## ขั้น สอน

1. พระอาจารย์ให้นักเรียนศึกษาความรู้เรื่อง การเจริญปัญญาตามหลักโยนิโสมนสิการ ในหัวข้อ คิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ) จากหนังสือเรียน และเอกสารประกอบการสอน
2. พระอาจารย์อธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบความรู้เรื่อง วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ) และให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่างประกอบ
3. พระอาจารย์ให้นักเรียนดูภาพ แล้วตั้งคำถามให้นักเรียนตอบ พระอาจารย์ตรวจสอบคำตอบของนักเรียน และให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

## ขั้น สรุป

พระอาจารย์และนักเรียนช่วยกันสรุปลักษณะการคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ) และข้อดีของการนำวิธีคิดไปใช้ในการดำเนินชีวิต



## วิธีสอนโดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ : เทคนิคการสัมภาษณ์ 3 ขั้นตอน

## ขั้น นำเข้าสู่บทเรียน

1. พระอาจารย์นำภาพคนงานก่อสร้างกำลังมุงหลังคาบ้าน มาให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพดังกล่าว
2. พระอาจารย์อธิบายเชื่อมโยงให้นักเรียนเข้าใจว่า การกระทำของคนงานก่อสร้างนั้นสอดคล้องกับการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน

## ขั้น สอน

1. พระอาจารย์แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 4 คน คละกันตามความสามารถ แล้วให้ร่วมกันศึกษาความรู้เรื่อง คิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน จากหนังสือเรียน จากนั้นช่วยกันสรุปสาระสำคัญ
2. พระอาจารย์ให้นักเรียนดูภาพกิจกรรมต่างๆ แล้วแสดงความคิดเห็นตามหลักการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน
3. นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มเลือกหมายเลขประจำตัวตามความสมัครใจ ตั้งแต่หมายเลข 1-4
4. นักเรียนแต่ละหมายเลขสัมภาษณ์ความคิดเห็นของเพื่อน จากการดูภาพ ทั้ง 4 ภาพ
5. สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายลักษณะสำคัญของการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน และแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้ในการทำกิจกรรมต่างๆ
6. ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานที่หน้าชั้นเรียน พระอาจารย์ตรวจสอบความถูกต้องและให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

## ขั้น สรุป

นักเรียนร่วมกันสรุปความสำคัญของการนำวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไปใช้ในการดำเนินชีวิต

- พระอาจารย์มอบหมายให้นักเรียนแต่ละคนบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา โดยให้ครอบคลุมประเด็นตามที่กำหนด



นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7



## สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

### 9.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
- 2) หนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม
  - (1) เซอเกียม ตรุงปร. 2551. การฝึกจิตและการบำเพาะความเมตตา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.
  - (2) เสฐียรพงษ์ วรรณปก. 2541. คิดเป็นทำเป็นตามแนวพุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร : บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด.
- 3) เอกสารประกอบการสอน
- 4) ใบความรู้
- 5) ตัวอย่างข่าว
- 6) กระดาษ
- 7) บัตรภาพ
- 8) วีซีดี

### 9.2 แหล่งการเรียนรู้

- 1) ห้องสมุด
- 2) แหล่งข้อมูลสารสนเทศ
  - <http://www.oknation.net/blog/Duplex/2008/12/29/entry-2>
  - <http://th.wikipedia.org/wiki/>

แบบประเมินบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ / ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. รายงานการบริหารจิต	มีการปฏิบัติตนในการเจริญสติอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำทุกวัน	มีการปฏิบัติตนในการเจริญสติอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำเกือบทุกวัน	มีการปฏิบัติตนในการเจริญสติอย่างสม่ำเสมอเป็นบางวัน	มีการปฏิบัติตนในการเจริญสติค่อนข้างน้อย
2. การวิเคราะห์ผลของการบริหารจิต	วิเคราะห์ผลของการเจริญสติตามความเป็นจริงได้ถูกต้อง ชัดเจน	วิเคราะห์ผลของการเจริญสติตามความเป็นจริงได้ถูกต้อง ชัดเจน เป็นส่วนใหญ่	วิเคราะห์ผลของการเจริญสติตามความเป็นจริงได้ถูกต้อง ชัดเจน เป็นบางครั้ง	วิเคราะห์ผลของการเจริญสติตามความเป็นจริงไม่ถูกต้อง ชัดเจน
3. รายงานการปฏิบัติตนในการเจริญปัญญา	มีการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไปใช้ปฏิบัติทุกวัน	มีการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไปใช้ปฏิบัติเกือบทุกวัน	มีการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไปใช้ปฏิบัติเป็นบางครั้ง	มีการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไปใช้ปฏิบัติค่อนข้างน้อย
4. การวิเคราะห์ผลของการเจริญปัญญา	วิเคราะห์ผลของการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง สมเหตุสมผล	วิเคราะห์ผลของการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง สมเหตุสมผลเป็นส่วนใหญ่	วิเคราะห์ผลของการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง สมเหตุสมผลเป็นบางส่วน	วิเคราะห์ผลของการนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบันไม่ถูกต้อง

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	14 - 16	11 - 13	8 - 10	ต่ำกว่า 8
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง



คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ข้อใดคือความหมายของสมาธิ
  - ก. การนั่งดูลมหายใจ
  - ข. การยืน เดิน นั่ง อย่างมีสติ
  - ค. การทำใจให้มั่นคงในสิ่งเดียว
  - ง. การสงบจิตด้วยการบริหารกรรม พุทโธ
2. การฝึกสมาธิเบื้องต้นจะได้ประโยชน์ต่อการศึกษาอย่างไร
  - ก. เสริมความจำ มีประสิทธิภาพในการทำกิจกรรมต่าง ๆ
  - ข. หลีกเลี่ยงการหวาดกลัว
  - ค. มีจิตใจสบายหายเครียด
  - ง. ชะลอความแก่
3. ผลของการบริหารจิตช่วยพัฒนาบุคลิกภาพอย่างไร
  - ก. มีนิสัยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
  - ข. มีนิสัยสุภาพอ่อนโยน
  - ค. มีความเข้มแข็ง ไม่อ่อนแอ
  - ง. จิตมีกำลังเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญา
4. ข้อใดเป็นกายานุบัติสสนา
  - ก. ระลึกถึงร่างกาย
  - ข. ระลึกถึงความสงบ
  - ค. ระลึกถึงลมหายใจเข้าออก
  - ง. ระลึกถึงสิ่งที่ชอบและไม่ชอบ
5. การที่มนุษย์กินเนื้อสัตว์จึงกล่าวว่า “ร่างกายเป็นดุจตั้งป่าช้าทั้งซากศพ” ตรงกับข้อใดในกายานุบัติสสนา
 

ก. นวสีวธิกา	ข. ธาตุมนสิการ
ค. ปฏิภูจนนิการ	ง. กำหนดอิริยาบถ
6. การพิจารณาความรู้สึกทุกข์ สุข เฉยๆ เป็นการบริหารจัดการตามหลักสติปัฏฐานข้อใด
 

ก. กายานุบัติสสนา	ข. เวทนานุบัติสสนา
ค. จิตตานุบัติสสนา	ง. ฐัมมานุบัติสสนา
7. การพิจารณาว่าชีวิตประกอบด้วยรูปและนามเป็นการพิจารณาข้อใดของสติปัฏฐาน
  - ก. กายานุบัติสสนา
  - ข. เวทนานุบัติสสนา
  - ค. จิตตานุบัติสสนา
  - ง. ฐัมมานุบัติสสนา
8. การกระทำใดที่จัดว่าเป็นการปฏิบัติตนตามการคิดแบบสามัญลักษณ์
  - ก. ไตรชวินเพื่อนไปฝึกซ้อมกีฬาฟุตบอลที่สนามกีฬาเป็นประจำทุกวัน
  - ข. ภพทำโทรศัพท์มือถือตกน้ำจึงทำให้สัญญาณขาดหายไปแต่เขาก็ไม่เสียใจ
  - ค. เจนในอดีตเจนเคยสอบตกทุกวิชา เขาจึงให้เพื่อนที่เรียนเก่งช่วยติวให้ต่อมาเขาสอบผ่านทุกวิชา
  - ง. ชาติเป็นผู้จัดการบริษัทมีความสามารถในการบริหารงานทำให้ประสบความสำเร็จในการงาน
9. ข้อใดจัดว่า เป็นการคิดแบบสามัญลักษณ์
  - ก. วันนี้เราต้องตั้งใจเรียนหนังสือ
  - ข. ชีวิตคนแต่ละคนมีความต่างกัน
  - ค. เมื่อมีปัญหาที่ต้องแก้ไขที่สาเหตุ
  - ง. เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องตายเป็นธรรมดา
10. ข้อใดจัดว่า เป็นการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน
  - ก. เอารู้สาเหตุที่ตนเองสอบได้คะแนนน้อย
  - ข. อ้วนคัดเลือกเสื้อผ้าที่จำเป็นไว้ใส่ไปต่างจังหวัด
  - ค. เอกพยายามทำการบ้านให้แล้วเสร็จตามกำหนด
  - ง. ไอ้ทำแจกันแตกแต่ก็หักห้ามใจไม่ให้เกิดความเสียหาย

มฐ. ส 1.1 ม.4-6/19-20

ได้คะแนน

คะแนนเต็ม

10

เฉลย

1. ง    2. ก    3. ข    4. ก    5. ก    6. ข    7. ก    8. ข    9. ก    10. ค

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ข้อใดเป็นกายานุปัสสนา
  - ก. ระลึกถึงสิ่งที่ชอบและไม่ชอบ
  - ข. ระลึกถึงลมหายใจเข้าออก
  - ค. ระลึกถึงความสงบ
  - ง. ระลึกถึงร่างกาย
2. การที่มนุษย์กินเนื้อสัตว์จึงกล่าวว่า “ร่างกายเป็นดุจตั้งป่าช้าทั้งซากศพ” ตรงกับข้อใดในกายานุปัสสนา
  - ก. ปฏิภูมณสิกขา
  - ข. กำหนดอิริยาบถ
  - ค. ธาตุมนสิกขา
  - ง. นวสีวธิกา
3. ข้อใดคือความหมายของสมาธิ
  - ก. การสงบจิตด้วยการบริการรรม พุทโธ
  - ข. การทำใจให้มันคงในสิ่งเดียว
  - ค. การยืน เดิน นั่ง อย่างมีสติ
  - ง. การนั่งดูลมหายใจ
4. การพิจารณาว่าชีวิตประกอบด้วยรูปและนามเป็นการพิจารณาข้อใดของสติปัฏฐาน
  - ก. ธัมมานุปัสสนา      ข. จิตตานุปัสสนา
  - ค. เวทนานุปัสสนา      ง. กายานุปัสสนา
5. การกระทำใดที่จัดว่าเป็นการปฏิบัติตนตามการคิดแบบสามัญลักษณ์
  - ก. ไตรชนเพื่อนไปฝึกซ้อมกีฬาฟุตบอลที่สนามกีฬาเป็นประจำทุกวัน
  - ข. ภาพทำโทรศัพท์มือถือตกน้ำจึงทำให้สัญญาณขาดหายไปแต่เขาก็ไม่เสียใจ
  - ค. เจนในอดีตเจนเคยสอบตกทุกวิชา เขาจึงให้เพื่อนที่เรียนเก่งช่วยติวให้ต่อมาเขาสอบผ่านทุกวิชา
  - ง. ชาติเป็นผู้จัดการบริษัทมีความสามารถในการบริหารงานทำให้ประสบความสำเร็จในการทำงาน
6. ผลของการบริหารจิตช่วยพัฒนาบุคลิกภาพอย่างไร
  - ก. จิตมีกำลังเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญา
  - ข. มีความเข้มแข็ง ไม่อ่อนแอ
  - ค. มีนิสัยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
  - ง. มีนิสัยสุภาพอ่อนโยน
7. ข้อใดจัดว่า เป็นการคิดแบบสามัญลักษณ์
  - ก. เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องตายเป็นธรรมดา
  - ข. เมื่อมีปัญหาก็ต้องแก้ไขที่สาเหตุ
  - ค. ชีวิตคนแต่ละคนมีความต่างกัน
  - ง. วันนี้เราต้องตั้งใจเรียนหนังสือ
8. ข้อใดจัดว่า เป็นการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน
  - ก. ไอ้ทำแจกันแตกแต่ก็หักห้ามใจไม่ให้เกิดความเสียหาย
  - ข. เอกพยายามทำการบ้านให้แล้วเสร็จตามกำหนด
  - ค. อ้วนคัดเลือกเสื้อผ้าที่จำเป็นไว้ใส่ไปต่างจังหวัด
  - ง. เอื้อรู้สาเหตุที่ตนเองสอบได้คะแนนน้อย
9. การฝึกสมาธิเบื้องต้นจะได้ประโยชน์ต่อการศึกษายังไร
  - ก. ชะลอความแก่
  - ข. มีจิตใจสบายหายเครียด
  - ค. หายจากการหวาดกลัว
  - ง. เสริมความจำ มีประสิทธิภาพในการทำกิจกรรมต่างๆ
10. การพิจารณาความรู้สึกรู้สึกทุกข์ สุข เฉย ๆ เป็นการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานข้อใด
  - ก. ธัมมานุปัสสนา
  - ข. จิตตานุปัสสนา
  - ค. เวทนานุปัสสนา
  - ง. กายานุปัสสนา

มฐ. ส 1.1 ม.4-6/19-20

ได้คะแนน	คะแนนเต็ม
	<b>10</b>

เฉลย

1. ง      2. ง      3. ก      4. ง      5. ข      6. ง      7. ง      8. ข      9. ง      10. ค



## 1 สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน เป็นประโยชน์ในการพัฒนาการเรียนรู้ คุณภาพชีวิต และสังคม

## 2 ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้

### 2.1 ตัวชี้วัด

**ส 1.1** ม.4-6/20 สวดมนต์ แผ่เมตตา และบริหารจิตและเจริญปัญญาตามหลักสติปัฏฐานหรือตามแนวทางของศาสนาที่ตนนับถือ

### 2.2 จุดประสงค์การเรียนรู้

- ฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานได้

## 3 สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- สวดมนต์แปล รู้และเข้าใจวิธีปฏิบัติและประโยชน์ของการบริหารจิตและเจริญปัญญา
  - ฝึกการบริหารจิตและเจริญปัญญาตามหลักสติปัฏฐาน
  - นำวิธีการบริหารจิตและเจริญปัญญาไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ คุณภาพชีวิตและสังคม

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น

(พิจารณาตามหลักสูตรสถานศึกษา)

## 4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

### 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร

### 4.2 ความสามารถในการคิด

- 1) ทักษะการหาแบบแผน 2) ทักษะการนำความรู้ไปใช้ 3) ทักษะการประยุกต์ใช้ความรู้

### 4.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## 5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ซื่อสัตย์สุจริต

2. มีวินัย

3. ใฝ่เรียนรู้

## 6 กิจกรรมการเรียนรู้

### วิธีสอนโดยเน้นกระบวนการ : กระบวนการปฏิบัติ

- นักเรียนสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยและทำสมาธิก่อนเรียนทุกชั่วโมง

ชั่วโมงที่ 1



นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7

### ขั้นที่ 1 สังเกต รับรู้

สื่อการเรียนรู้ :

1. กระดาษ
2. ตัวอย่างข่าว

1. พระอาจารย์ขออาสาสมัคร 5-6 คน ออกมาเล่นเกมนับกระดาษที่หน้าชั้นเรียน ภายในเวลา 20 วินาที ใครนับได้มากที่สุดและบอกจำนวนถูกต้อง ถือเป็นผู้ชนะ
2. พระอาจารย์ให้นักเรียนที่เป็นผู้ชนะ ลำดับที่ 1-2-3 เล่าวิธีการนับกระดาษ ครูชี้แนะให้นักเรียนได้ข้อคิดว่า กิจกรรมนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องมีสติและสมาธิในการนับกระดาษ ซึ่งการที่บุคคลมีสติ สมาธิ ในการทำงานหรือทำกิจกรรมย่อมส่งผลดีต่อการทำงานหรือทำกิจกรรม
3. พระอาจารย์นำตัวอย่างข่าวของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการทำงาน หรือทำกิจกรรมต่างๆ และเป็นผู้มีสุขภาพจิตดี มีการดำเนินชีวิตที่เป็นสุข มาเล่าให้นักเรียนฟัง และให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า เพราะเหตุใดบุคคลดังกล่าวจึงประสบความสำเร็จในการทำงาน มีสุขภาพจิตดี บุคลิกภาพดี ซึ่งนักเรียนอาจตอบตามความคิดของตนเองอย่างหลากหลาย แต่สามารถสรุปใจความได้ว่า เนื่องจากบุคคลเหล่านั้นมีจิตที่เป็นสมาธิ
4. นักเรียนที่ทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอ ออกมาเล่าประสบการณ์ของตนในการทำสมาธิว่ามีผลดีอย่างไร

(ชั่วโมงที่ 1)

## ขั้นที่ 2 ทำตามแบบ

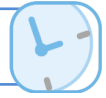
สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ :

- |                                  |                            |
|----------------------------------|----------------------------|
| 1. หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4 | 2. หนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม |
| 3. ใบความรู้                     | 4. วีซีดี                  |
| 5. ห้องสมุด                      | 6. แหล่งข้อมูลสารสนเทศ     |

1. พระอาจารย์นำวีซีดีฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานเป็นขั้นตอน โดยมีการบรรยายประกอบมาให้นักเรียนดู
2. พระอาจารย์อธิบายให้นักเรียนเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน เป็นการบริหารจิตโดยใช้สติกำกับ 4 เรื่อง คือ
  - 1) กายานุปัสสนา พิจารณากาย
  - 2) เวทนานุปัสสนา พิจารณาเวทนา
  - 3) จิตตานุปัสสนา พิจารณาจิตของตน
  - 4) ธัมมานุปัสสนา พิจารณาธรรมะ
3. นักเรียนศึกษาความรู้เรื่อง การบริหารจิต จากหนังสือเรียน ใบความรู้ ห้องสมุด และแหล่งข้อมูลสารสนเทศ ดังนี้
  - 1) นั่งสมาธิ ตัวตรง เท้าขวาทับเท้าซ้าย นั่งหลับตาตั้งสติไว้ที่หน้าท้อง เมื่อหายใจเข้าลมจะเข้าไปในปอด
  - 2) ปอดจะแฟบลง ทำให้ท้องยุบลงไปด้วย ให้กำหนดรู้อาการพอง ยุบของท้องด้วย “พองหนอ-ยุบ หนอ ๆ ๆ” เพื่อให้รู้ปรกติสภาวะซึ่งปรากฏเองตามธรรมชาติ อย่าพยายามสูดลมแรงให้ปล่องไปเองตามธรรมชาติ
  - 3) เดินจงกรม “เพื่อเดินให้รู้ตัวว่าเดินอยู่” มีสติสัมปชัญญะระลึกได้ก่อนทำและขณะที่ยกเท้าก้าวไปแต่ละก้าวก็ให้รู้ตัวว่า การที่ก้าวไปได้หรือหยุดได้ หันกลับได้ ด้วยอำนาจของธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ประชุมกันและเกื้อกูลกัน จึงทำให้ร่างกายเคลื่อนไปได้
4. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิด
5. นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน โดยพระอาจารย์เป็นผู้กำกับและช่วยชี้แนะเพิ่มเติม
6. พระอาจารย์ให้นักเรียนแต่ละคนฝึกการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐานตามแบบที่พระอาจารย์ฝึกหรือตามวีซีดี
7. พระอาจารย์ให้นักเรียนฝึกนั่งสมาธิ และเดินจงกรมสลับกัน โดยใช้เวลาตามความเหมาะสม

### คำถามกระตุ้นความคิด

- กายานุปัสสนา มีความแตกต่างจากจิตตานุปัสสนาอย่างไร  
(กายานุปัสสนา เป็นการพิจารณากาย ส่วนจิตตานุปัสสนา เป็นการพิจารณาจิตของตนในขณะนั้นว่าอยู่ในภาวะอย่างไร เช่น มีราคะ โทสะ โมหะ ไม่มีราคะ ไม่มีโทสะ ไม่มีโมหะ ฯลฯ)



### ขั้นที่ 3 ทำเองโดยไม่มีแบบ

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ : —

1. นักเรียนแต่ละคนบริหารจัดการจิตตามหลักสติปัฏฐาน โดยทำสมาธิ 15 นาที และเดินจงกรม 15 นาที สลับกันไปตามความเหมาะสม
2. นักเรียนตรวจสอบการบริหารจิตตามหลักสติปัฏฐาน ว่ามีอุปสรรคและปัญหาอย่างไร และมีวิธีการปรับปรุงแก้ไข หรือพัฒนาอย่างไร
3. นักเรียนแต่ละคนผลัดกันเล่าความรู้สึก ปัญหาและอุปสรรคในการทำสมาธิและเดินจงกรม จากนั้นครูและนักเรียนช่วยกันหาวิธีการแก้ไขและพัฒนาการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการตามหลักสติปัฏฐาน
4. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิด

คำถามกระตุ้นความคิด

- ขณะที่นักเรียนบริหารจัดการตามหลักสติปัฏฐานนั้น มีความรู้สึกอย่างไร และในกรณีที่นักเรียนมีปัญหาก็ใช้วิธีการใดในการแก้ปัญหา (พิจารณาตามคำตอบของนักเรียน โดยให้อยู่ในดุลยพินิจของพระอาจารย์ผู้สอน)

### ขั้นที่ 4 ฝึกทำให้ชำนาญ

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ : —

1. พระอาจารย์มอบหมายให้นักเรียนแต่ละคนไปฝึกบริหารจัดการตามหลักสติปัฏฐาน โดยการทำสมาธิและเดินจงกรมสลับกันไป โดยปฏิบัติที่บ้านหรือสถานที่ที่เหมาะสมในโอกาสอันควร แล้วบันทึกผลการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอส่งพระอาจารย์ผู้สอนตามกำหนดเวลา
2. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิด

คำถามกระตุ้นความคิด

- นักเรียนบริหารจัดการในเวลาใดบ้าง จงอธิบายวิธีการปฏิบัติที่นักเรียนคิดว่าได้ผลดี (พิจารณาตามคำตอบของนักเรียน โดยให้อยู่ในดุลยพินิจของพระอาจารย์ผู้สอน)

## 7

### การวัดและประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7	แบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7	(ประเมินตามสภาพจริง)
สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย และใฝ่เรียนรู้	แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์

## สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

### 8.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
- 2) หนังสือค้นคว้าเพิ่มเติม
  - (1) เซอเกียม ตรุงปร. 2551. การฝึกจิตและการบ่มเพาะความเมตตา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.
  - (2) เสฐียรพงษ์ วรรณปก. 2541. คิดเป็นทำเป็นตามแนวพุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร : บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด.
- 3) ใบความรู้
- 4) ตัวอย่างข่าว
- 5) กระดาษ
- 6) วีซีดี

### 8.2 แหล่งการเรียนรู้

- 1) ห้องสมุด
- 2) แหล่งข้อมูลสารสนเทศ
  - <http://www.oknation.net/blog/Duplex/2008/12/29/entry-2>
  - <http://th.wikipedia.org/wiki/>



### เรื่อง คุณประโยชน์ในการฝึกจิต

ปัจจุบันการฝึกจิตกำลังเป็นที่นิยมกันในหมู่นักศึกษาของศาสนาต่างๆ มาก เพราะว่ามันไม่ได้ขึ้นอยู่กับลัทธิ หรือศาสนาใดๆ

ความยากในการฝึกจิตอยู่ที่การทำความเข้าใจธรรมชาติของจิตและนำอำนาจจิตมาใช้ในชีวิตประจำวัน จิตนี้เองคือกุญแจแห่งความสุข จิตนี้เองคือ กุญแจของความมหัศจรรย์ทั้งหลาย ดังนั้นทุกคนสามารถฝึกจิตได้โดยไม่เกี่ยวกับความขัดแย้งทางศาสนาใดๆ

เราฝึกจิตเพื่อประโยชน์หลายประการ อาทิเช่น

หากมีกิจการงานมาก การฝึกจิตจะช่วยจัดความตึงเครียดและการให้พักสัก

หากมีความวิตกกังวล การฝึกสติจะช่วยผ่อนคลายความกังวล และนำไปสู่ความสงบอันสุขุม

หากมีปัญหาไม่รู้จักจบ การฝึกจิตจะช่วยให้ความหมายกล้า และเข้มแข็งในการเผชิญปัญหาชีวิต

หากขาดความเชื่อมั่นในตนเอง การฝึกจิตจะช่วยให้คุณมีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเองนี้เป็นเคล็ดลับที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

หากมีความไม่พึงพอใจสิ่งต่างๆ ไม่พบสิ่งใดในชีวิตที่น่าชื่นชม การฝึกจิตจะช่วยให้คุณมีความพึงพอใจภายใน

หากมีความสงสัยและไม่สนใจศาสนา การฝึกจิตจะช่วยให้คุณพ้นความสงสัยลังเล และพบคุณค่าบางประการของศาสนา

หากผิดหวังอกหัก ด้วยไม่เข้าใจธรรมชาติของชีวิตและโลก การฝึกจิตจะช่วยให้คุณกระจ่างว่า แท้จริงเรากำลังถูกรบกวนโดยสิ่งไรสาระ

หากร่ำรวย การฝึกจิตจะช่วยให้คุณประจักษ์ในกลไกของความมั่งคั่ง และการใช้ความมั่งคั่งเพื่อความสุขของตนเองและผู้อื่น

หากยากจน การฝึกจิตสามารถช่วยให้คุณมีความสดใสในชีวิต

หากเป็นคนหนุ่มสาวกำลังอยู่ในวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต และไม่แน่ใจว่า ควรเดินไปทางไหนดี การฝึกจิตจะช่วยให้คุณเข้าใจว่า ทางใดดีและเหมาะสมที่สุด

หากเป็นนักศึกษา การฝึกจิตจะช่วยให้คุณมีสมรรถภาพในการเรียนดี เรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

หากเป็นคนโทสะร้าย การฝึกจิตจะสามารถพัฒนาความเข้มแข็งเอาชนะความอ่อนแอดังกล่าว เพื่อกำจัดความพยาบาทอันขมขื่นได้

หากเป็นคนประเภทริษยา จะสามารถตระหนักถึงอันตรายของความอิจฉาตาร้อน และพัฒนาตนให้พ้นความริษยาได้

หากเป็นทาสของประสาทสัมผัสทั้ง 5 ตาเสพภาพ ลิ้นเสพรส จมูกเสพกลิ่น หูเสพเสียง ผิวเสพไผ่ภูฎัพพะ จะสามารถเรียนรู้และฝึกฝนที่จะกำหนดควบคุมความปรารถนาในผัสสะได้

หากติดการดื่มหรือเสพสิ่งเสพติด การฝึกจิตจะสามารถเอาชนะนิสัยอันตราย ที่ทำให้ตกเป็นทาสสิ่งเหล่านี้ได้



หากโง่เขลา การฝึกจิตจะช่วยสร้างสรรค์ญาณธรรมบางประการที่จักเป็นประโยชน์ทั้งต่อตัวเอง ครอบครัว มิตรสหาย และสังคม หากฝึกจิตอย่างจริงจังแล้ว อารมณ์ต่างๆ จะไม่อาจทำให้โง่งมได้อีก

หากเป็นบุคคลที่ฉลาด การฝึกจิตจะทำให้บรรลุธรรมขั้นสูงสุด ซึ่งจะให้เห็นทุกสิ่งตามความเป็นจริง มิใช่เพียงเห็นตามการปรากฏของมันเท่านั้น

นี่เป็นประโยชน์ที่สามารถสัมฤทธิ์ได้ด้วยการฝึกจิต คุณค่าเหล่านี้ไม่อาจซื้อได้ ณ ที่ใด เงินไม่อาจนำมาแลกเปลี่ยนได้ มันจะเป็นของผู้ฝึกจิตด้วยความพากเพียรสม่ำเสมอเท่านั้น

เราลองมาดูกลไก (Dynamic) ของจิตใจ ที่ให้คุณประโยชน์หลักๆ จากการฝึกฝนดูบางประการ

### การฝึกจิตเพื่อพัฒนาความจำ

ถ้าจิตของเราวุ่นวาย สับสน ความจำของเราจะไม่ดี เพราะการรับรู้ของเราจะไม่แจ่มชัด ก็ไม่สามารถบันทึกความจำไว้ในศูนย์ความจำได้อย่างเป็นระเบียบ แต่ถ้าจิตของเราทรงตัวอยู่เสมอ การเห็นสิ่งต่างๆ นั้น จะเห็นได้ชัด เมื่อการรับรู้ชัด การบันทึกความจำจะแนบแน่นมั่นคง และถ้าจิตของเรามีความสม่ำเสมอในอารมณ์ การจัดระเบียบของความจำก็เป็นระบบ เราจะสามารถระลึกเอาสิ่งต่างๆ ข้อมูลต่างๆ ที่บันทึกไว้มาใช้ได้อย่างง่ายดาย เสมือนถ้าเราเก็บของไว้ในห้องเก็บของอย่างเป็นระเบียบ เราจะหยิบมาใช้เมื่อไหร่เราก็ไม่รู้ แต่ถ้าเราถมๆ กันไว้ อย่างไม่เป็นระเบียบ กว่าจะหามาได้แต่ละครั้งก็ยาก นี่ก็เช่นกัน การระลึกถึงข้อมูลต่างๆ ที่บันทึกไว้ในศูนย์ความจำนั้น ถ้าเราบันทึกไว้อย่างเป็นระเบียบ เราจะระลึกและเอามาใช้ได้อย่างรวดเร็ว แต่ถ้าเราเก็บไว้อย่างไม่เป็นระเบียบ เพราะจิตเราสับสน ไม่โปร่งว่าง เราก็จะสามารถที่จะระลึกมาใช้ได้อย่างรวดเร็ว ทั้งๆ ที่ข้อมูลเหล่านั้นไม่ได้ไปไหนเลย อยู่ในจิตสำนึกนั่นเอง แต่เรานึกไม่ออก เพราะการจัดระเบียบของความจำแต่แรกก็ไม่ดี จิตที่ใช้ระลึกก็จะไม่โปร่ง ถ้าเราพัฒนาจิตใจของเราให้ตั้งมั่น สมดุลโปร่งว่างดีแล้ว การรับรู้ของเราชัดเจน ระบบความจำของเราก็เป็นระเบียบดี กระบวนการระลึกเอาข้อมูลต่างๆ มาใช้ก็จะรวดเร็วและคล่องแคล่วนี่คือประโยชน์จากการฝึกฝนจิตใจ

### การฝึกจิตเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

เมื่อสภาพจิตของเราดี ร่างกายของเราดี บุคลิกภาพของเราก็จะดี ถ้าสภาพจิตใจไม่ดีบุคลิกภาพก็ไม่ดี โปหน้ามีความตึงเครียดตลอดเวลา บุคลิกภาพนั้น จะเป็นที่ตามสภาวะใจเป็นส่วนใหญ่ โดยมีร่างกายเป็นฐาน เราจะสังเกตได้ว่า ในขณะที่สภาวะจิตของเราละเอียดประณีตนั้น กิริยาอาการของเราจะนุ่มนวล แต่เมื่อใดที่เรามีโทสะ กิริยาอาการจะมีนตึง ก้าวร้าว นั้นแสดงว่า บุคลิกภาพทั้งหลายนั้นจะเป็นไปตามสภาวะของอารมณ์ ถ้าเรารักษาอารมณ์ของเราให้แจ่มใส ประณีตละเอียดอ่อนอยู่เสมอ บุคลิกภาพทั้งหลายก็นุ่มนวล มั่นคง ทรงพลัง นี่ก็เป็นประโยชน์ของการใช้อำนาจจิตมาพัฒนาบุคลิกภาพของเรา

### การฝึกจิตเพื่อใช้ในการทำงาน

การทำงานของเราจะดี ถ้าเรามีสติ เมื่อมีสติเข้าไปประกอบในการปฏิบัติงานเมื่อใด เมื่อนั้น ปัญญาที่เราได้ฝึกฝนมาดี แล้วก็หลังไหลมาเป็นพลังอำนาจ ช่วยให้เราพินิจ พิเคราะห์หาทางที่จะประกอบกิจต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยประสิทธิภาพสูง

คนขาดสติ เพราะจิตทรงตัวไม่สม่ำเสมอ นั้น มักทำอะไรผิดพลาดได้ง่าย เช่น คนพิมพ์คอมพิวเตอร์ที่ขาดสติ หรือสติพร่อง จะพิมพ์ผิดแล้วผิดอีก ทำให้เสียเวลา เสียการงาน และเสียอารมณ์มาก แต่หากเรามีสติดีในการประกอบกิจ เราจะทำกิจที่ประกอบให้สมบูรณ์ได้ด้วยดี มีความผิดพลาดน้อย หรือไม่ผิดเลย และแม้ในขณะที่ทำก็รู้สึกโปร่งสบาย ไม่ตั้งเครียดในอารมณ์ จึงสามารถประกอบกิจได้มากมายด้วยความสนุกสนาน และได้ประสิทธิผลสูง

ลักษณะของสตินั้น ตามหลักจิตวิทยา ให้ใช้ One-Pointed หรือความแน่วแน่มุ่งเป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่ทำนั้นเบื้องต้น ในขณะที่เราพยายามจะประคองสติให้อยู่กับงานใดงานหนึ่ง เราควรให้จิตใจจดจ่ออยู่กับงานนั้น เมื่อเราชำนาญงานดีแล้ว เราจะทรงตัวพร้อมเสมอที่จะทำสิ่งต่างๆ โดยไม่ต้องจดจ่อจิตใจ เราจะพร้อมใจอย่างเป็นไปโดยธรรมชาติ เพียงแต่เราทรงรากฐานแห่งความรู้ตัวไว้เท่านั้น แต่ในเบื้องต้นของการฝึกให้ใช้ใจจดจ่อไปก่อน คือเมื่อจะทำกิจใด ก็ให้มุ่งความรู้สึกทั้งหมดไปที่จะทำนั้น อย่าไปนึกถึงสิ่งอื่นใด เอาเฉพาะกิจที่จะทำ และความสัมพันธ์ สายสัมพันธ์ต่างๆ ที่สัมพันธ์กับกิจที่จะกระทำเท่านั้น

ที่มา : ท่านหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และคณะ. 2539. การบริหารจิตใจ. กรุงเทพฯ : เคล็ดไทย.

“ตัน ภาสกรนที” นอกจากจะเป็นนักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จอย่างสูงแล้ว เด็กรุ่นใหม่หลาย ๆ คน ยังยึดเอา “ตัน” เป็นต้นแบบในการดำเนินชีวิตอีกด้วย

ช่วงนี้หากเอ่ยชื่อ “ตัน ภาสกรนที” เชื่อว่าคงไม่มีใครไม่รู้จัก เพราะนอกจากจะเป็นนักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จอย่างสูง ไม่ว่าจะเป็นธุรกิจร้านอาหาร ร้านแต่งงาน อสังหาริมทรัพย์ หรือแม้กระทั่งในอุตสาหกรรมเครื่องดื่มที่เขาสร้างกระแสการดื่มชาเขียวให้ระบอบอยู่ในเมืองไทยอย่างแพร่หลาย นอกเหนือจากนั้น เด็กรุ่นใหม่หลาย ๆ คนยังยึดเอา “ตัน” เป็นต้นแบบในการดำเนินชีวิตอีกด้วย

“ชีวิตวัยเรียนผมไม่มีอะไร เรียนจบแค่มัธยมศึกษาปีที่ 3 เกิดในครอบครัวยากจน ฐานะไม่หล่อพอก็ไม่รวย แต่ผมค้นพบตัวเองและมีความเชื่อว่าสามารถประสบความสำเร็จในด้านอื่นได้ จึงทิ้งการเรียนออกมาทำงาน เพราะช่วงปิดเทอมผมก็จะทำงาน เวลาทำงานผมมีความสุขมาก ไม่ว่าจะป็นล้างจาน กวาดซี้ไก่ เลยลาออกจากโรงเรียนมาเป็นพนักงานส่งของในบริษัทแห่งหนึ่ง” ตันในเครื่องแต่งกายที่แสนสดใส กางเกงสีเหลืองสด และหมวก “กัปตัน” ที่สวมติดศีรษะไว้แทบตลอดเวลา ที่เดินไปเดินมาอยู่ในสำนักงานของ บริษัท อีซีดีน กรุ๊ป จำกัด เริ่มเรื่องราวของตัวเองให้เราฟัง

### เริ่มต้นธุรกิจด้วยแนวคิดแบบ“ตัน”

ตันในตอนนั้น เริ่มชีวิตการทำงานอยู่ในบริษัทแห่งนั้นยาวนานถึง 5 ปี จากพนักงานแบกของ ส่งของ ความขยันพยายาม มุ่งมั่น ไม่เลือกงานและไม่เกี่ยงเงิน ทำให้เขาได้รับความไว้วางใจ กระทั่งก้าวขึ้นไปอยู่ในตำแหน่ง Sale Supervisor ในวัยเพียงแค่ 21 ปี

“ตอนนั้นสิ่งที่ผมต้องการมากที่สุด คือ ความรู้ และประสบการณ์ จึงเสนอตัวที่จะทำงานโดยไม่เกี่ยงอะไรเลย เราทำงาน 5 ปี แต่เหมือนมีประสบการณ์ 15 ปี เพราะเราอาสาทำทุกอย่างโดยไม่เคยเบิกเงินค่าโอที ทำให้เขาเต็มใจให้เราช่วยและเราได้ประสบการณ์กลับมา”

หลังจากนั้น ตันก็ตัดสินใจทิ้งตำแหน่ง Sale Supervisor เพื่อออกมาทำธุรกิจของตัวเอง โดยเริ่มต้นจากการขายหนังสือพิมพ์ ซึ่งเขาบอกว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงชีวิต ครั้งที่ 2 จากจุดแรกที่ลาออกจากโรงเรียนมาทำงาน

“ดูเหมือนเป็นคนคิดผิดนะ เพราะเราอยู่ในตำแหน่งที่ถือว่าสูงแล้ว แต่ออกมาขายหนังสือพิมพ์ แต่ผมว่าผมคิดถูก เพราะว่าการเริ่มต้นเล็กๆ ทำให้ผมเริ่มต้นได้ดี ทุกคนอาจจะมองว่าการลาออกจากงานเป็นความเสี่ยงแต่ผมคิดว่าผมไม่เสี่ยง แต่ผมมีโอกาสด้วยซ้ำไป การที่ผมเคยทำงานเจอปัญหาหลายแขนง ต่อสู้อยู่ในกรุงเทพฯ ที่อุณหภูมิในการแข่งขันเยอะมาก กับอุณหภูมิที่ผมไปทำธุรกิจขายหนังสือพิมพ์ ขนาดของการแข่งขันมันแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง จากคนที่ต้องแข่งขันอย่างที่สุด เราไปทำสิ่งที่ Basic ที่สุด มันง่าย เหมือนคนที่จบจากเมืองนอก ดูเหมือนเขาเก่ง แต่ความจริงแล้วเขาได้เปรียบเฉยๆ เพราะเขาเห็นก่อน เขาได้ยืนก่อน มันเป็นวิธีสู้ของผม แทนที่ผมจะไปเปิดบริษัทใหญ่ๆ แต่ผมไปทำธุรกิจที่ต่ำสุด ตอนนั้นผมมองไม่เห็นความเสี่ยง แต่ผมมองเห็นความสำเร็จ”

ธุรกิจของตันเป็นไปตามที่เขาคาดการณ์ แม้ว่าจะพบกับอุปสรรคบ้าง แต่เพียง 6 เดือน เขาก็สามารถซื้อห้องที่เขาเช่าขายหนังสือพิมพ์เป็นของตนเองได้ กระทั่งนำไปสู่การขยายกิจการเป็นร้านกึ่งฟู้ดช็อป ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด และในระยะเวลา 10 ปี ตันมีห้องแถวอยู่ในจังหวัดชลบุรีนับ 10 คูหา

### ชีวิตไม่ตัน ผ่าฝันมรสุมพองสบู่

“ปี 2540 ที่ประเทศไทยเจอกับยุคพองสบู่แตก ผมก็โดนมรสุมไปด้วย มีหนี้สินเป็น 100 ล้าน เพราะเราทำเกินตัว จากที่มันได้มาง่ายเกินไปจนเราลืมไปว่า เวลามันพลิกกลับมา เราจะรับมือมันไม่ไหว แต่เมื่อเราลืมก็ต้องพยายามลุกขึ้น และผมก็ได้บทเรียนจากคนอื่น ที่เขาบอกว่าตัดแขนขา รักษาชีวิต ผมชอบฟังผู้ใหญ่พูด และเคยเห็นการทำธุรกิจในสมัยที่ผมยังเป็นเด็ก ผู้ใหญ่เขาบอกว่า เวลาที่ธุรกิจมันไปไม่ไหวแล้วอย่าดันทุรัง ต้องรีบตัดแขนขา รักษาชีวิต ทำทรัพย์สินให้เป็นเงินสดให้มากที่สุด ตัดค่าใช้จ่าย ลดหนี้ให้มากที่สุด เพื่อที่จะเอาตัวรอด เป็นสิ่งที่ผมได้จากแนวคิดของคนอื่น และผมเชื่อว่าไม่มีอะไรที่เป็นไปไม่ได้ เพราะเวลาเราทำงานมันก็ไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิดทุกครั้ง แต่เวลาเราเจอปัญหามันอยู่ที่เรา หากเราไม่ยอมแพ้ สุดท้ายเราก็จะผ่านมันไปได้”

หลังลุกขึ้นได้จากวิกฤติพองสบู่แตก ตันหันมาทำธุรกิจร้านถ่ายรูปแต่งงาน และธุรกิจของตันก็กลายเป็นร้านถ่ายรูปแต่งงานที่เป็นอันดับ 1 ของเมืองไทย มีสาขาถึง 20 แห่ง จัดสรรสรหมู่ 2,000 คู่ ที่เมืองทองธานีในปี 2000 จากนั้นเขาก็มาทำร้านบุฟเฟต์ ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของชาเขียวในปัจจุบัน

“เราทำร้านบุฟเฟต์โออิชิแล้วก็เสิร์ฟชาเขียวในร้าน ไม่ได้จำหน่าย แต่ก็มีคนขอซื้อใส่ถุงพลาสติก ใส่ขวดกลับบ้าน กระทั่งสุดท้ายมันมาเป็นอุตสาหกรรม ซึ่งธุรกิจของผมทั้งหมดมันเป็นสิ่งที่อยู่รอบตัว หากเราเป็นคนช่างสังเกต คอยดูพฤติกรรมของผู้บริโภคจะมองเห็นโอกาส อย่างชาเขียวผมรู้ว่าเป็นสินค้าที่เป็นเทรนด์สุขภาพและเป็นเทรนด์ที่มีอนาคต เพราะชาเขียวในญี่ปุ่น ใต้หวัน สิงคโปร์ จีน เป็นสินค้าที่มีการเติบโตต่อเนื่องหลาย 10 ปีที่ผ่านมา ถ้าเราไม่สังเกตเราจะไม่รู้ อย่างผมไปญี่ปุ่นนอกจากไปเที่ยวแล้ว เราก็ไปดูเรื่องธุรกิจด้วย เราไปยืนหน้าร้านสะดวกซื้อของญี่ปุ่น พบว่าชาเขียวเป็นเครื่องดื่ม 30% ที่อยู่ในตู้แช่ของเขา เพราะฉะนั้นในเมืองไทยมันเกิดอยู่แล้ว เพียงแต่ใครจะเป็นคนแรก และประสบความสำเร็จสูงสุดเท่านั้นเอง”

### สอนคนรุ่นใหม่ผ่านทางตันทำธุรกิจ

ตัน บอกด้วยว่า สิ่งหนึ่งที่ทำให้เขาประสบความสำเร็จ เพราะเขามักทำธุรกิจที่ไม่ค่อยมีคนทำและชอบที่จะทำธุรกิจเริ่มต้น นอกจากนี้เขายังเป็นคนที่ชอบค้นหาข้อมูล จึงมีโอกาสได้ทำสินค้าก่อน และได้ทำในจังหวะที่พอดีกับตลาด

“การทำธุรกิจไม่ว่าจะทำอะไรก็ตาม ทำเร็วไปก็ไม่ดี ช้าไปก็ไม่ได้อะไรเลย ต้องเป็นจังหวะที่พอดี ผมมีเซนส์ว่ามันถึงจังหวะและโอกาสแล้ว นั่นอาจเป็นเพราะเราช่างสังเกต ซึ่งมันเกิดจากการสะสมประสบการณ์และศึกษาข้อมูล เพราะชาเขียวผมไม่ได้ทำคนแรก จริงๆ แล้วมีหลายยี่ห้อในตลาดก่อนที่ผมจะมาเป็นอุตสาหกรรม แต่ผมนำชาเขียวเข้ามาในร้านบุฟเฟต์โออิชิ ซึ่งเวลานั้นผมไม่ได้อยู่ในธุรกิจอุตสาหกรรม การที่ผมจะไปทำมันเป็นเรื่องยาก มันมีขั้นตอนเยอะเลย กว่าจะไปทำโรงงาน ซื้อที่ผลิต มันผ่านไปแล้ว 2 ปีกว่า คนอื่นทำไปก่อนแล้ว ผมมาทีหลัง แต่ปีเดียวผมก็แข่งไปเป็นอันดับ 1 ในตลาด เพราะเราเข้าใจธุรกิจ เราเข้าใจสินค้า เราเข้าใจลูกค้า เรามีฐานลูกค้าที่เป็นลูกค้าของเรามากอยู่แล้ว”

ผู้ชายชื่อตันที่วิธีคิดไม่เคยตัน บอกถึงมุมมองที่เขามีต่อการทำธุรกิจถึงคนรุ่นใหม่ว่า สำหรับคนหนุ่มสาวสมัยนี้มีคุณสมบัติครบถ้วน มีพื้นฐานความรู้ การศึกษาดี และโลกสมัยนี้ง่ายขึ้น มีการสื่อสารที่มากขึ้น ในโลกออนไลน์ก็สามารถทำธุรกิจได้ เครื่องมือในปัจจุบันอำนวยความสะดวกการเริ่มต้นทำธุรกิจเล็กๆ โดยไม่ต้องใช้ทุนหรือใช้ทุนน้อยที่สุด

“เราสามารถเริ่มจากจุดเล็กๆ ได้ ไม่จำเป็นต้องเริ่มใหญ่ๆ หากเราจับจุดได้ เริ่มจากเล็กแป๊บเดียวก็ใหญ่ ทุกคนทำได้ อยู่แล้ว หากถามผม ผมอยากจะแนะนำว่า การทำธุรกิจมันมีขั้นตอน เปรียบเหมือนการทอดปลา หากเราเฝ้าดูดิบที่ดีคือ ปลาสด น้ำมันก็ใหม่แต่หากเราทอดปลาไม่เป็น เราไม่เข้าใจขั้นตอนการทอดปลา เราก็คงไม่ได้อะไร เราเอาปลาลงไป ไฟร้อน หากเราใจร้อนหากมันยังไม่เกรียม เรากลับไปกลับมา สุดท้ายเนื้อจะติดกระทะหมด ก็จะไม่เหลืออะไรให้เรากินเลย ก็อยากจะบอกทุกคนว่าทำธุรกิจมันมีขั้นตอน สิ่งที่สำคัญ คือ ความอดทน ต้องรอจังหวะที่มันควรจะได้แล้วค่อยได้ หากเรารีบๆ ออกไปได้เร็ว รวยเร็ว ก็เหมือนเรากลับปลาเร็วๆ เราอยากกินเร็วๆ อยากให้สุกเร็วๆ แต่สุดท้ายเราไม่เหลือเนื้อปลาเลย สิ่งที่ได้ก็รู้ใหม่ขาด คือ ความอดทน และเราไม่จำเป็นต้องสำเร็จตั้งแต่ก้าวแรก เพียงแต่ต้องรู้จักอดทนเท่านั้น”

ส่วนการบริหารงานของตันนั้น เขาบอกว่า เขาใช้วิธีการลงไปสัมผัสตลาด ทำความเข้าใจกับสินค้า ผู้ค้า ลูกค้า ผู้บริหารต้องไม่อยู่ในออฟฟิศอย่างเดียว ต้องยืดหยุ่น และพร้อมที่จะลุย ต้องปรับตัวให้ทันกับเด็กรุ่นใหม่

“ผมบอกผู้บริหารว่าให้ลงพื้นที่มากๆ ให้ไปสัมผัสกับลูกค้า ไปอยู่กับลูกน้องจะได้มีวิสัยทัศน์และจะได้เห็นอนาคต ทันต่อเหตุการณ์ การสร้างแบรนด์ทำได้หลายวิธี แต่ผมเน้นการใกล้ชิดกับลูกค้า พนักงาน ร้านค้า สินค้าเราจะขายได้มันต้องครบทุกส่วนทั้งลูกค้า ร้านค้าและพนักงาน พนักงานเราไม่เต็มที สินค้าก็ไม่ทั่วถึง ไม่เอาใจใส่สินค้าก็ออกมาไม่ดี เราต้องให้เขารู้สึกมีความสุขที่จะทำงาน ผมไม่เชื่อว่าการสร้างกฎเกณฑ์ที่มากเกินไป หรือบังคับให้เขาทำงาน จะทำให้ได้งานที่ดี แต่เราควรให้เขารู้สึกว่าเขาคือเจ้าของบริษัทด้วยเช่นกัน”

สุดท้ายของชายชื่อตัน สิ่งที่เขาต้องการในเวลานี้ไม่ใช่ทรัพย์สินเงินทอง หากแต่เป็นการ “ใช้หนี้สังคม” ผ่าน “มูลนิธิต้นปัน” ที่จะป็นศูนย์รวมเล็กๆ ของการแบ่งปันสู่สังคมในด้าน “การศึกษา” และ “สิ่งแวดล้อม”

“ตอนนี้ผมตั้งมูลนิธิต้นปัน มีคำมั่นสัญญาที่ผมให้กับพนักงานและหุ้นส่วน ตั้งแต่วันแรกที่เปิดบริษัทว่า ผมจะยกหุ้นของผมให้มูลนิธิ โดยในปีที่ 8 ผมจะยกให้ไม่ต่ำกว่า 90% พอมีพอเพียงแล้วก็ไม่รู้ว่า จะเอามาเพิ่มทำไม ผมอยากส่งมอบให้ผู้อื่นได้เอาไปสร้างโอกาสในการใช้ประโยชน์ด้านการศึกษาและสิ่งแวดล้อมต่อไป อีก 8 ปี ผมจะเลิกทำธุรกิจ แต่จะไปทำภารกิจแทน ไปเป็นอาสาสมัครทำงานใช้หนี้เพื่อสังคม เอาสิ่งที่มีอยู่ไปทำให้เกิดประโยชน์ แต่ไม่ทำเพื่อกำไรอีกแล้ว”

ที่มา : <http://www.m2fjob.com/รอบรู้เรื่องงาน/คุยกับมืออาชีพ/79-ทำแบบธุรกิจคิดแบบ-ตัน-ที่ไม่รู้จักตัน.html>

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับ ที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการประเมิน	ความตั้งใจ ในการทำงาน				ความ รับผิดชอบ				การตรงต่อ เวลา				ความสะอาด เรียบร้อย				ผลสำเร็จ ของงาน				รวม 20 คะแนน
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... /..... /.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

## แบบประเมิน **คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	1.1 ยืนตรงเมื่อได้ยินเพลงชาติ ร้องเพลงชาติได้ และอธิบายความหมายของเพลงชาติ				
	1.2 ปฏิบัติตนตามสิทธิและหน้าที่ของนักเรียน				
	1.3 ให้ความร่วมมือ ร่วมใจ ในการทำงานกับสมาชิกในโรงเรียน				
	1.4 เข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่สร้างความสามัคคีปรองดอง และเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียนและชุมชน				
	1.5 เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่ตนนับถือ ปฏิบัติตนตามหลักของศาสนาตามโอกาส				
	1.6 เข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวกับสถาบันพระมหากษัตริย์ตามที่โรงเรียนและชุมชนจัดขึ้น				
2. ซื่อสัตย์ สุจริต	2.1 ให้อข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นจริง				
	2.2 ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง ทำตามสัญญาที่ตนให้ไว้กับเพื่อน พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง พระอาจารย์และครู				
	2.3 ปฏิบัติตนต่อผู้อื่นด้วยความซื่อตรง ไม่หาประโยชน์ในทางที่ไม่ถูกต้อง				
3. มีวินัย รับผิดชอบ	3.1 จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียน ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบต่อการทำงาน				
4. ใฝ่เรียนรู้	4.1 แสวงหาข้อมูลจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ				
	4.2 มีการจดบันทึกความรู้อย่างเป็นระบบ				
	4.3 สรุปความรู้ได้อย่างมีเหตุผล				
5. อยู่อย่างพอเพียง	5.1 ใช้ทรัพย์สินของตนเอง เช่น สิ่งของ เครื่องใช้ ฯลฯ อย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี และใช้เวลาอย่างเหมาะสม				
	5.2 ใช้ทรัพยากรของส่วนรวมอย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี				
	5.3 ปฏิบัติตนและตัดสินใจด้วยความรอบคอบ มีเหตุผล				
	5.4 ไม่เอาเปรียบผู้อื่น และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน พร้อมให้อภัยเมื่อผู้อื่นกระทำผิดพลาด				

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
	5.5 วางแผนการเรียนรู้ การทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันบนพื้นฐานของ ความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร				
	5.6 รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสภาพแวดล้อม ยอมรับและ ปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข				
6. มุ่งมั่นในการทำงาน	6.1 เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	6.2 ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.3 ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	6.4 ทุ่มเท ทำงาน อดทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	6.5 พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.6 ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
7. รักความเป็นไทย	7.1 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย				
	7.2 เห็นคุณค่าและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทย				
8. มีจิตสาธารณะ	8.1 รู้จักช่วยพ่อแม่ ผู้ปกครอง พระอาจารย์และครูทำงาน				
	8.2 อาสาทำงาน ช่วยคิด ช่วยทำ และแบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่น				
	8.3 รู้จักการดูแล รักษาทรัพย์สินสมบัติและสิ่งแวดล้อมของห้องเรียน โรงเรียน ชุมชน				
	8.4 เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ของโรงเรียน				

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน

..... /..... /.....

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
104 - 124	ดีมาก
83 - 103	ดี
62 - 82	พอใช้
ต่ำกว่า 62	ปรับปรุง



## แบบบันทึกหลังแผนการสอน

- ด้านความรู้

.....  
.....

- ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

.....  
.....

- ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

.....  
.....

- ด้านอื่นๆ (พฤติกรรมเด่น หรือพฤติกรรมที่มีปัญหาของนักเรียนเป็นรายบุคคล (ถ้ามี))

.....  
.....

- ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....

- แนวทางการแก้ไข

.....  
.....

ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ข้อเสนอแนะ .....

.....  
.....  
.....

ลงชื่อ .....

(.....)

ตำแหน่ง .....



### 1 สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การเจริญปัญญาโดยใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ (วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา หรือวิธีคิดแบบสามัญลักษณะ) ย่อมมีผลต่อการพัฒนาตนและพัฒนาการเรียนรู้อย่างส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดี

### 2 ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้

#### 2.1 ตัวชี้วัด

**ส 1.1** ม.4-6/19 เห็นคุณค่า เชื่อมั่น และมุ่งมั่นพัฒนาชีวิตด้วยการพัฒนาจิตและพัฒนาการเรียนรู้อย่างมีวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ หรือการพัฒนาจิตตามแนวทางของศาสนาที่ตนนับถือ

#### 2.2 จุดประสงค์การเรียนรู้

- อธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ (วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดาหรือวิธีคิดแบบสามัญลักษณะ) และนำไปปฏิบัติได้

### 3 สาระการเรียนรู้

#### 3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- พัฒนาการเรียนรู้อย่างมีวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 10 วิธี (เน้นวิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบแบบสามัญลักษณะ แบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน และแบบวิภาษวาท)
  - วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ)

#### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น

(พิจารณาตามหลักสูตรสถานศึกษา)

### 4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

#### 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร

#### 4.2 ความสามารถในการคิด

- 1) ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- 2) วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ)

#### 4.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## 5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ซื่อสัตย์สุจริต
2. มีวินัย
3. ใฝ่เรียนรู้

## 6 กิจกรรมการเรียนรู้

### วิธีสอนแบบ ปุจฉาวิชันหา

- นักเรียนสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยและทำสมาธิก่อนเรียน

#### ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

สื่อการเรียนรู้ : บัตรภาพ

พระอาจารย์นำภาพมาให้ให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนร่วมกัน  
ตอบคำถามดังนี้

- 1) ภาพเด็ก  
คำถาม เด็กคนนี้จะคงสภาพความเป็นเด็กตลอดไป  
หรือไม่ เพราะเหตุใด
- 2) ภาพหญิงสาว  
คำถาม หญิงสาวคนนี้จะสาวและสวยตลอดไปหรือไม่  
เพราะเหตุใด
- 3) ภาพคนแก่  
คำถาม คนแก่ในภาพนี้ในอดีตจะมีความแก่เช่นนี้หรือไม่  
เพราะเหตุใด
- 4) ภาพดอกไม้  
คำถาม ดอกไม้ในภาพนี้ จะสวยสดตลอดไปหรือไม่  
เพราะเหตุใด

#### ขั้นสอน

สื่อการเรียนรู้ :

1. หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
2. เอกสารประกอบการสอน
3. บัตรภาพ

1. พระอาจารย์ให้นักเรียนศึกษาความรู้เรื่อง การเจริญปัญญา  
ตามหลักโยนิโสมนสิการในหัวข้อ คิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา  
(คิดแบบสามัญลักษณะ) จากหนังสือเรียน และเอกสาร  
ประกอบการสอน แล้วพระอาจารย์อธิบายให้นักเรียนเข้าใจ  
ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ เกิดมาแล้วก็แปรเปลี่ยนและดับ  
สลายไปตามกาลเวลา ไม่มีสิ่งไหนจริงยั่งยืน เพื่อเตือนใจไว้

#### คำถามกระตุ้นความคิด

- ถ้าทรัพย์สินของนักเรียนสูญหาย นักเรียนจะต้อง  
ใช้วิธีคิดอย่างไรจึงจะไม่เกิดความเสียหาย  
จงอธิบาย  
(พิจารณาตามคำตอบของนักเรียน โดยให้อยู่ใน  
ดุลยพินิจของพระอาจารย์ผู้สอน)

---

ทันก่อนประสบเข้ากับตนเอง เรียกวิธีคิดนี้ว่า “วิธีคิดแบบ  
รู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ)”

2. พระอาจารย์อธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบในเรื่อง วิธีคิด  
แบบรู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ) และให้  
นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่างประกอบวิธีคิดแบบรู้เท่าทัน  
ธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ)
3. พระอาจารย์ให้นักเรียนดูภาพ แล้วตั้งคำถามให้นักเรียนตอบ  
พระอาจารย์ตรวจสอบคำตอบของนักเรียนและให้  
ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้
  - ภาพไรนาสวนผสม
    - คำถาม 1) เกษตรกรในภาพนี้มีการดำเนินกิจกรรม  
เกี่ยวกับอาชีพอย่างไร
    - 2) ลักษณะของการปลูกพืชในภาพนี้มีความ  
เด่นชัดในเรื่องใด
    - 3) ในอดีตการเพาะปลูกในบริเวณนี้น่าจะมี  
ลักษณะอย่างไร
    - 4) นักเรียนคาดว่า ในอนาคตเกษตรกรในภาพนี้  
ควรจะมีการพัฒนาด้านการเกษตรอย่างไร
  - ภาพเด็ก วัยรุ่น และคนชรา
    - คำถาม 1) บุคคลในภาพมีความแตกต่างกันเพราะเหตุใด
    - 2) ถ้าวัยรุ่นในภาพนี้ต้องการให้ลักษณะหน้าตา  
เป็นเช่นนี้ตลอดไป จะมีความเป็นไปได้  
หรือไม่ อย่างไร
    - 3) เด็ก วัยรุ่น และคนชราในภาพ แสดงถึงการ  
เปลี่ยนแปลงของชีวิตและร่างกายอย่างไร
    - 4) นักเรียนได้ข้อคิดสำคัญจากการดูภาพ  
ดังกล่าวอย่างไร
4. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิด

## ขั้นสรุป

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ : —

พระอาจารย์และนักเรียนช่วยกันสรุปลักษณะการคิดแบบ  
รู้เท่าทันธรรมดา (คิดแบบสามัญลักษณะ) และข้อดีของการนำวิธีคิด  
ไปใช้ในการดำเนินชีวิต

## 7 การวัดและประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย และใฝ่เรียนรู้	แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์

## 8 สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

### 8.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
- 2) เอกสารประกอบการสอน
- 3) บัตรภาพ

### 8.2 แหล่งการเรียนรู้

—



## เอกสารประกอบการสอน

### วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ

วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือ มองอย่างรู้เท่าทันความเป็นไปของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งจะต้องเป็นอย่างนั้นๆ ตามธรรมดาของมันเอง ในฐานะที่มันเป็นสิ่งซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัยต่างๆ ปຽงแต่่งขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะต้องดับไปไม่เที่ยงแท้ ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืน ไม่คงอยู่ตลอดไป เป็นอนิจจัง

ผู้ที่สามารถคิดแบบสามัญลักษณะได้มักเป็นผู้ที่มีสติ ไม่ว้าวาม มองทุกสิ่งว่าเมื่อเกิดขึ้นได้ ก็เปลี่ยนแปลงได้ ดับสูญได้ ไม่มีใครจะครอบครองทุกสิ่งทุกอย่างได้ตลอดไป บุคคลที่คิดเช่นนี้จะเป็นผู้ไม่ประมาท มีสติ

ภาพที่ 1



(Kinnaree December 2006)

ภาพที่ 2



หญิงสาวในภาพที่ 1 เป็นสาวสวย แต่ต่อไปอีก 30 ปีข้างหน้า ความสาวสวยก็จะหมดไป มีความแก่ชรามาแทนที่ หญิงสาวในภาพที่ 2 ในอดีต 30 ปีที่แล้วก็เป็นหญิงสาว และมีความสวยในอดีต

จากภาพทั้ง 2 ภาพนี้ จะเห็นว่าหญิงทั้งสองคนนี้ไม่สามารถทำให้ร่างกายคงอยู่ในสภาพที่ต้องการได้ สังขารจึงไม่เที่ยงแท้

ผู้ที่คิดเป็นตามแบบสามัญลักษณะจะมีสติ ไม่หลงตนเอง ไม่หลงในคำสรรเสริญเยินยอในสิ่งที่ตนมีอยู่ในปัจจุบัน เช่นเดียวกับผู้ที่มียศถาบรรดาศักดิ์สูงในปัจจุบันก็ยอมไม่จริง สักวันหนึ่งในภายภาคหน้าก็อาจเสื่อมลงไป ดังนี้ สิ่งที่ควรเพียรกระทำก็คือคุณธรรมความดีที่จะมีอยู่ติดตัวตลอดไป

#### ตัวอย่างคำถาม

1. หญิงสาวในภาพที่ 1 จะคงสภาพความสาวอยู่ได้ตลอดไปหรือไม่ เพราะอะไร
2. หญิงชราในภาพที่ 2 ในอดีต เมื่อ 30 ปีที่แล้ว จะมีสภาพร่างกายอย่างไร
3. เมื่อดูภาพที่ 1 และภาพที่ 2 แล้วทำให้ได้แง่คิดในเรื่องความเปลี่ยนแปลงของชีวิตและร่างกายอย่างไร
4. นักเรียนได้ข้อคิดหรือได้สติจากการเปรียบเทียบภาพที่ 1 และภาพที่ 2 อย่างไร

ที่มา : สุคนธ์ สินธพานนท์ และคณะ. 2552. **พัฒนาทักษะการคิด...พิชิตการสอน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลียงเชียง

## บัตรภาพ



ภาพเด็ก



ภาพหญิงสาว



ภาพคนแก่



ภาพดอกไม้

ที่มา : ภาพที่ 1 [http://baby.kapook.com/photo/baby\\_21804.html](http://baby.kapook.com/photo/baby_21804.html)

1	2
3	4

ภาพที่ 2 <http://entertain.teenee.com/thaistarphoto/94736.html>

ภาพที่ 3 <http://www.songkhlahealth.org/paper/15>

ภาพที่ 4 <http://www.thaisabuy.com>





ภาพไร่นาสวนผสม



ภาพเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชาย



ภาพวัยรุ่นหญิงและชาย



ภาพคนชรา

ที่มา : ภาพที่ 1 <http://rungpitakfarm.com>

1	2	ภาพที่ 2 <a href="http://women.mthai.com/mom-child/81021.html">http://women.mthai.com/mom-child/81021.html</a>
3	4	ภาพที่ 3 <a href="http://webboard.yenta4.com/topic/320374">http://webboard.yenta4.com/topic/320374</a>

ภาพที่ 4 <http://health.kapook.com/view4759.html>



ชื่อ ..... ชั้น .....

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1	การแสดงความคิดเห็น				
2	การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น				
3	การทำงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
4	ความมีน้ำใจ				
5	การตรงต่อเวลา				
รวม					

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... / ..... / .....

## เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

## เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

## แบบประเมิน **คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	1.1 ยืนตรงเมื่อได้ยินเพลงชาติ ร้องเพลงชาติได้ และอธิบายความหมายของ เพลงชาติ				
	1.2 ปฏิบัติตนตามสิทธิและหน้าที่ของนักเรียน				
	1.3 ให้ความร่วมมือ ร่วมใจ ในการทำงานกับสมาชิกในโรงเรียน				
	1.4 เข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่สร้างความสามัคคี ปรองดอง และเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียนและชุมชน				
	1.5 เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่ตนนับถือ ปฏิบัติตนตามหลักของศาสนา ตามโอกาส				
	1.6 เข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวกับสถาบันพระมหากษัตริย์ตามที่โรงเรียนและ ชุมชนจัดขึ้น				
2. ซื่อสัตย์ สุจริต	2.1 ให้อข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นจริง				
	2.2 ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง ทำตามสัญญาที่ตนให้ไว้กับเพื่อน พ่อแม่ หรือ ผู้ปกครอง และพระอาจารย์				
	2.3 ปฏิบัติตนต่อผู้อื่นด้วยความซื่อตรง ไม่หาประโยชน์ในทางที่ไม่ถูกต้อง				
3. มีวินัย รับผิดชอบ	3.1 จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียน ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบในการทำงาน				
4. ใฝ่เรียนรู้	4.1 แสวงหาข้อมูลจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ				
	4.2 มีการจดบันทึกความรู้อย่างเป็นระบบ				
	4.3 สรุปความรู้ได้อย่างมีเหตุผล				
5. อยู่อย่างพอเพียง	5.1 ใช้ทรัพย์สินของตนเอง เช่น สิ่งของ เครื่องใช้ ฯลฯ อย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี และใช้เวลาอย่างเหมาะสม				
	5.2 ใช้ทรัพยากรของส่วนรวมอย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี				
	5.3 ปฏิบัติตนและตัดสินใจด้วยความรอบคอบ มีเหตุผล				
	5.4 ไม่เอาเปรียบผู้อื่น และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน พร้อมให้อภัยเมื่อผู้อื่น กระทำผิดพลาด				

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
	5.5 วางแผนการเรียน การทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันบนพื้นฐานของ ความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร				
	5.6 รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสภาพแวดล้อม ยอมรับและ ปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข				
6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน	6.1 เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	6.2 ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.3 ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	6.4 ทุ่มเท ทำงาน อดทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	6.5 พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.6 ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
7. รักความเป็นไทย	7.1 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย				
	7.2 เห็นคุณค่าและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทย				
8. มีจิตสาธารณะ	8.1 รู้จักช่วยพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูทำงาน				
	8.2 อาสาทำงาน ช่วยคิด ช่วยทำ และแบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่น				
	8.3 รู้จักการดูแล รักษาทรัพย์สินบัติและสิ่งแวดล้อมของห้องเรียน โรงเรียน ชุมชน				
	8.4 เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ของโรงเรียน				

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... /..... /.....

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
104 - 124	ดีมาก
83 - 103	ดี
62 - 82	พอใช้
ต่ำกว่า 62	ปรับปรุง

## แบบบันทึกหลังแผนการสอน

- ด้านความรู้

.....  
.....

- ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

.....  
.....

- ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

.....  
.....

- ด้านอื่นๆ (พฤติกรรมเด่น หรือพฤติกรรมที่มีปัญหาของนักเรียนเป็นรายบุคคล (ถ้ามี))

.....  
.....

- ปัญหา/อุปสรรค

.....  
.....

- แนวทางการแก้ไข

.....  
.....

ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ข้อเสนอแนะ

.....  
.....  
.....

ลงชื่อ .....

(.....)

ตำแหน่ง .....



## 1 สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การเจริญปัญญาโดยใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ (วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน) ย่อมมีผลต่อการพัฒนาตนและพัฒนาการเรียนรู้อย่างส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดี

## 2 ตัวชี้วัด/จุดประสงค์การเรียนรู้

### 2.1 ตัวชี้วัด

**ส 1.1** ม.4-6/19 เห็นคุณค่า เชื่อมั่น และมุ่งมั่นพัฒนาชีวิตด้วยการพัฒนาจิตและพัฒนาการเรียนรู้อย่างมีวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ หรือการพัฒนาจิตตามแนวทางของศาสนาที่ตนนับถือ

### 2.2 จุดประสงค์การเรียนรู้

- อธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ (วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน) และนำไปปฏิบัติได้

## 3 สาระการเรียนรู้

### 3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- พัฒนาการเรียนรู้ด้วยวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 10 วิธี (เน้นวิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบแบบสามัญลักษณะ แบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน และแบบวิภาษวาท)
  - วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน

### 3.2 สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น

(พิจารณาตามหลักสูตรสถานศึกษา)

## 4 สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

### 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร

### 4.2 ความสามารถในการคิด

- 1) ทักษะกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- 2) วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน

### 4.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## 5 คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ซื่อสัตย์สุจริต

2. มีวินัย

3. ใฝ่เรียนรู้

## วิธีสอนโดยการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ : เทคนิคการสัมภาษณ์ 3 ขั้นตอน

- นักเรียนสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยและทำสมาธิก่อนเรียน

### ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

สื่อการเรียนรู้ : บัตรภาพ

1. พระอาจารย์นำภาพคนงานก่อสร้างกำลังมุงหลังคาบ้าน มาให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่า เพราะเหตุใดคนงานเหล่านั้นจึงสามารถทำงานอยู่บนที่สูงได้ โดยไม่พลัดตกลงมาซึ่งนักเรียนอาจตอบได้อย่างหลากหลาย
2. พระอาจารย์อธิบายเชื่อมโยงให้นักเรียนเข้าใจว่า การกระทำของคนงานก่อสร้างนั้นสอดคล้องกับการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะนี้ปัจจุบัน

### ขั้นสอน

สื่อการเรียนรู้ :

1. หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
2. เอกสารประกอบการสอน
3. บัตรภาพ

1. พระอาจารย์แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 4 คน ละครันตามความสามารถ คือ เก่ง ปานกลางค่อนข้างเก่ง ปานกลางค่อนข้างอ่อน และอ่อน แล้วให้ร่วมกันศึกษาความรู้เรื่องคิดแบบเป็นอยู่ในขณะนี้ปัจจุบัน จากหนังสือเรียนและเอกสารประกอบการสอน แล้วช่วยกันสรุปสาระสำคัญ จากนั้นบันทึกความรู้ที่ได้ลงในแบบบันทึกการอ่าน
2. พระอาจารย์ให้นักเรียนดูภาพกิจกรรมต่างๆ ต่อไปนี้ แล้วแสดงความคิดเห็นตามหลักการคิดแบบเป็นอยู่ในขณะนี้ปัจจุบัน ดังนี้
  - ภาพนักกีฬาได้รับถ้วยรางวัล
  - ภาพสวนผลไม้ที่น่าชื่นชม
  - ภาพนักเรียนกำลังอ่านหนังสือ
  - ภาพการไปใช้สิทธิเลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร
3. นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มเลือกหมายเลขประจำตัวตามความสนใจ ตั้งแต่หมายเลข 1-4

### คำถามกระตุ้นความคิด

- ถ้านักเรียนมีผลการเรียนในปัจจุบันอยู่ในระดับต่ำ นักเรียนจะนำวิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะนี้ปัจจุบันมาใช้ในการพัฒนาการเรียนอย่างไร จงอธิบาย  
(พิจารณาตามคำตอบของนักเรียน โดยให้อยู่ในดุลยพินิจของพระอาจารย์ผู้สอน)

4. นักเรียนแต่ละหมายเลขสัมภาษณ์ความคิดเห็นของเพื่อน จาก การดูภาพทั้ง 4 ภาพ ดังนี้

- หมายเลข 1 สัมภาษณ์เพื่อนหมายเลข 2
- หมายเลข 3 สัมภาษณ์เพื่อนหมายเลข 4
- หมายเลข 2 สัมภาษณ์เพื่อนหมายเลข 1
- หมายเลข 4 สัมภาษณ์เพื่อนหมายเลข 3

5. สมาชิกในกลุ่มหมุนเวียนกันสรุปใจความสำคัญที่ได้จากการ สัมภาษณ์ ดังนี้

- หมายเลข 1 เล่าให้หมายเลข 3 และ 4 ฟังเกี่ยวกับใจความ ที่หมายเลข 2 ให้สัมภาษณ์
- หมายเลข 2 เล่าให้หมายเลข 3 และ 4 ฟังเกี่ยวกับใจความ ที่หมายเลข 1 ให้สัมภาษณ์
- หมายเลข 3 เล่าให้หมายเลข 1 และ 2 ฟังเกี่ยวกับใจความ ที่หมายเลข 4 ให้สัมภาษณ์
- หมายเลข 4 เล่าให้หมายเลข 1 และ 2 ฟังเกี่ยวกับใจความ ที่หมายเลข 3 ให้สัมภาษณ์

6. สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายลักษณะสำคัญของการคิด แบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน และแนวทางการนำไปประยุกต์ใช้ ในการทำกิจกรรมต่างๆ

7. ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานที่หน้าชั้นเรียน พระอาจารย์ ตรวจสอบความถูกต้องและให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

8. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิด

## ขั้นสรุป

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ : —

นักเรียนร่วมกันสรุปความสำคัญของการนำวิธีคิดแบบเป็นอยู่ ในขณะปัจจุบันไปใช้ในการดำเนินชีวิต

- ครูมอบหมายให้นักเรียนแต่ละคนบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา โดยให้ครอบคลุม ประเด็นตามที่กำหนด ดังนี้
  - 1) รายงานการบริหารจิต
  - 2) การวิเคราะห์ผลของการบริหารจิต

- 3) รายงานการปฏิบัติตนในการเจริญปัญญา
- 4) การวิเคราะห์ผลของการเจริญปัญญา



## นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7

### 7 การวัดและประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
ตรวจแบบบันทึกการอ่าน	แบบบันทึกการอ่าน	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
ประเมินการนำเสนอผลงาน	แบบประเมินการนำเสนอผลงาน	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานรายบุคคล	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	แบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
สังเกตความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย และใฝ่เรียนรู้	แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์
ตรวจแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7	แบบทดสอบหลังเรียน หน่วยการเรียนรู้ที่ 7	ร้อยละ 60 ผ่านเกณฑ์
ตรวจบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา	แบบประเมินบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา	ระดับคุณภาพ 2 ผ่านเกณฑ์

### 8 สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

#### 8.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) หนังสือเรียน พระพุทธศาสนา ม.4
- 2) เอกสารประกอบการสอน
- 3) บัตรภาพ

#### 8.2 แหล่งการเรียนรู้

—





## เอกสารประกอบการสอน

### วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน

วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน ความคิดชนิดที่เป็นอยู่กับปัจจุบัน เป็นการคิดในแนวทางการความรู้หรือคิดด้วยอำนาจปัญญา ซึ่งไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่เป็นอยู่ในขณะนี้ หรือเป็นเรื่องผ่านไปแล้ว หรือเป็นเรื่องของกาลภายภาคหน้า ก็จัดเข้าในการเป็นอยู่กับปัจจุบันทั้งนั้น

ผู้ที่มีวิธีคิดแบบนี้จะมีสติรู้ทันกระบวนการ มองสภาวะต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา รู้จักใช้ประโยชน์ของบทเรียนในอดีต ทำภารกิจปัจจุบันและสามารถวางแผนในอนาคตได้



กลุ่มเกษตรกรกลุ่มนี้ปรับปรุงวิธีการทางการเกษตรเป็นเกษตรแบบผสม มีทั้งทำนา ทำสวนผักสวนครัวหลายประเภท พวกเขาพยายามพัฒนาอาชีพของเขาให้ดีที่สุด เพราะเคยได้รับบทเรียนในอดีต เคยทำนาจำนวนหลายร้อยไร่ แต่เมื่อประสบปัญหาภัยแล้ง ฝนไม่ตกตามฤดูกาล ราคาข้าวตกต่ำ พวกเขาจึงหันมาทำการเกษตรแบบผสม ทำให้ได้รับผลผลิตพอยังชีพ พอมีพอกิน และพวกเขาก็คิดวางแผนในอนาคตว่าจะยึดแนวเกษตรแบบผสมต่อไป แต่จะปรับปรุงวิธีการขายผลผลิตโดยรวมตัวกันเป็นกลุ่มเกษตรกร เพื่อให้ได้ราคาสินค้าดีขึ้น กล่าวได้ว่ากลุ่มเกษตรกรกลุ่มนี้ได้รับบทเรียนจากอดีต มาเป็นแนวคิดในการประกอบอาชีพในปัจจุบัน และสามารถวางแผนในอนาคต เพื่อให้ได้ราคาผลผลิตทางการเกษตรดีขึ้น

#### ตัวอย่างคำถาม

1. เกษตรกรในภาพนี้มีการดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับอาชีพอย่างไร
2. ลักษณะของการปลูกพืชในภาพนี้มีความเด่นชัดในเรื่องใด
3. ในอดีตการเพาะปลูกพืชในบริเวณนี้น่าจะมีลักษณะอย่างไร
4. นักเรียนคาดว่า ในอนาคตเกษตรกรในภาพนี้ควรจะมีการพัฒนาด้านการเกษตรอย่างไร

ที่มา : สุคนธ์ สินธพานนท์ และคณะ. 2552. **พัฒนาทักษะการคิด...พิชิตการสอบ**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลื่องเชียง.

## บัตรภาพ



ภาพคนงานก่อสร้าง



ภาพนักกีฬาได้รับถ้วยรางวัล



ภาพสวนผลไม้หน้าชนิด



ภาพนักเรียนกำลังอ่านหนังสือ



ภาพการใช้สิทธิเลือกตั้ง

ที่มา : ภาพที่ 1 <http://www.bloggang.com/viewdiary.php?id=charlie&month=04-2010&date=26&group=1&gblog=12>

1	2
3	4
5	

ภาพที่ 2 <http://www.thongma.com/forum/โต๊ะวอลเลย์บอล/426->

ภาพที่ 3 <http://www.taladteedin.com/product>

ภาพที่ 4 <http://library16.wordpress.com/2011/07/02/เด็กไทยรักการอ่าน>

ภาพที่ 5 [http://www.mr-rojanasak.com/html/modules.php?name=activeshow\\_mod&file=function&asop=print&asid=54](http://www.mr-rojanasak.com/html/modules.php?name=activeshow_mod&file=function&asop=print&asid=54)

## การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

### แบบประเมินบันทึกการปฏิบัติตนในการบริหารจัดการและเจริญปัญญา

ลำดับที่	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1	รายงานการบริหารจิต				
2	การวิเคราะห์ผลของการบริหารจิต				
3	รายงานการปฏิบัติตนในการเจริญปัญญา				
4	การวิเคราะห์ผลของการเจริญปัญญา				
รวม					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน  
...../...../.....

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ดีมาก	=	4	คะแนน
ดี	=	3	คะแนน
พอใช้	=	2	คะแนน
ปรับปรุง	=	1	คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
14 - 16	ดีมาก
11 - 13	ดี
8 - 10	พอใช้
ต่ำกว่า 8	ปรับปรุง

## แบบบันทึกการอ่าน

ชื่อหนังสือ..... ชื่อผู้แต่ง..... นามปากกา.....  
สำนักพิมพ์..... สถานที่พิมพ์..... ปีที่พิมพ์.....  
จำนวนหน้า..... ราคา..... บาท อ่านวันที่..... เดือน..... พ.ศ..... เวลา.....

### 1. สารสำคัญของเรื่อง

.....  
.....  
.....  
.....

### 2. วิเคราะห์ข้อคิด/ประโยชน์ที่ได้จากเรื่องที่อ่าน

.....  
.....  
.....

### 3. สิ่งที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

.....  
.....  
.....

### 4. ข้อเสนอแนะของคุณ

.....  
.....  
.....

ลงชื่อ..... นักเรียน..... ลงชื่อ..... ผู้ปกครอง.....  
(.....) (.....)

ลงชื่อ..... ครูผู้สอน.....  
(.....)

### เกณฑ์การให้คะแนน

ผลงานมีความสมบูรณ์ชัดเจน ให้ 4 คะแนน ผลงานมีข้อบกพร่องเป็นส่วนใหญ่ ให้ 2 คะแนน  
ผลงานมีข้อบกพร่องเพียงเล็กน้อย ให้ 3 คะแนน ผลงานมีข้อบกพร่องมาก ให้ 1 คะแนน

แบบประเมิน **การนำเสนอผลงาน**

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน ประเมินการนำเสนอผลงานของนักเรียนตามรายการที่กำหนด แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1	นำเสนอเนื้อหาในผลงานได้ถูกต้อง				
2	การลำดับขั้นตอนของเนื้อเรื่อง				
3	การนำเสนอมีความน่าสนใจ				
4	การมีส่วนร่วมของสมาชิกในกลุ่ม				
5	การตรงต่อเวลา				
รวม					

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... /..... /.....

**เกณฑ์การให้คะแนน**

- ผลงานหรือพฤติกรรมสมบูรณ์ชัดเจน ให้ 4 คะแนน
- ผลงานหรือพฤติกรรมมีข้อบกพร่องบางส่วน ให้ 3 คะแนน
- ผลงานหรือพฤติกรรมมีข้อบกพร่องเป็นส่วนใหญ่ ให้ 2 คะแนน
- ผลงานหรือพฤติกรรมมีข้อบกพร่องมาก ให้ 1 คะแนน

**เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ**

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ชื่อ ..... ชั้น .....

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1	การแสดงความคิดเห็น				
2	การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น				
3	การทำงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
4	ความมีน้ำใจ				
5	การตรงต่อเวลา				
รวม					

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... / ..... / .....

## เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

## เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับ ที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				ความตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน  
..... /..... /.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

## แบบประเมิน **คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่อง  
ที่ตรงกับระดับคะแนน

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	1.1 ยืนตรงเมื่อได้ยินเพลงชาติ ร้องเพลงชาติได้ และอธิบายความหมายของเพลงชาติ				
	1.2 ปฏิบัติตนตามสิทธิและหน้าที่ของนักเรียน				
	1.3 ให้ความร่วมมือ ร่วมใจ ในการทำงานกับสมาชิกในโรงเรียน				
	1.4 เข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่สร้างความสามัคคีปรองดอง และเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียนและชุมชน				
	1.5 เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่ตนนับถือ ปฏิบัติตนตามหลักของศาสนาตามโอกาส				
	1.6 เข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวกับสถาบันพระมหากษัตริย์ตามที่โรงเรียนและชุมชนจัดขึ้น				
2. ซื่อสัตย์ สุจริต	2.1 ให้อข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นจริง				
	2.2 ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง ทำตามสัญญาที่ตนให้ไว้กับเพื่อน พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง พระอาจารย์และครู				
	2.3 ปฏิบัติตนต่อผู้อื่นด้วยความซื่อตรง ไม่หาประโยชน์ในทางที่ไม่ถูกต้อง				
3. มีวินัย รับผิดชอบ	3.1 จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียน ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบต่อการทำงาน				
4. ใฝ่เรียนรู้	4.1 แสวงหาข้อมูลจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ				
	4.2 มีการจดบันทึกความรู้อย่างเป็นระบบ				
	4.3 สรุปความรู้ได้อย่างมีเหตุผล				
5. อยู่อย่างพอเพียง	5.1 ใช้ทรัพย์สินของตนเอง เช่น สิ่งของ เครื่องใช้ ฯลฯ อย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี และใช้เวลาอย่างเหมาะสม				
	5.2 ใช้ทรัพยากรของส่วนรวมอย่างประหยัด คุ่มค่า และเก็บรักษาดูแลอย่างดี				
	5.3 ปฏิบัติตนและตัดสินใจด้วยความรอบคอบ มีเหตุผล				
	5.4 ไม่เอาเปรียบผู้อื่น และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน พร้อมให้อภัยเมื่อผู้อื่นกระทำผิดพลาด				



คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
	5.5 วางแผนการเรียน การทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันบนพื้นฐานของ ความรู้ ข้อมูล ข่าวสาร				
	5.6 รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสภาพแวดล้อม ยอมรับและ ปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข				
6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน	6.1 เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย				
	6.2 ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.3 ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างรอบคอบ				
	6.4 ทุ่มเท ทำงาน อดทน ไม่ท้อต่อปัญหาและอุปสรรค				
	6.5 พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ				
	6.6 ชื่นชมผลงานความสำเร็จด้วยความภาคภูมิใจ				
7. รักความเป็นไทย	7.1 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย				
	7.2 เห็นคุณค่าและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทย				
8. มีจิตสาธารณะ	8.1 รู้จักช่วยพ่อแม่ ผู้ปกครอง พระอาจารย์และครูทำงาน				
	8.2 อาสาทำงาน ช่วยคิด ช่วยทำ และแบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่น				
	8.3 รู้จักการดูแล รักษาทรัพย์สินสมบัติและสิ่งแวดล้อมของห้องเรียน โรงเรียน ชุมชน				
	8.4 เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ของโรงเรียน				

ลงชื่อ ..... ผู้ประเมิน

..... /..... /.....

#### เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

#### เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
104 - 124	ดีมาก
83 - 103	ดี
62 - 82	พอใช้
ต่ำกว่า 62	ปรับปรุง

## แบบบันทึกหลังแผนการสอน

- ด้านความรู้

.....

.....

- ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

.....

.....

- ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

.....

.....

- ด้านอื่นๆ (พฤติกรรมเด่น หรือพฤติกรรมที่มีปัญหาของนักเรียนเป็นรายบุคคล (ถ้ามี))

.....

.....

- ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

- แนวทางการแก้ไข

.....

.....

ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ข้อเสนอแนะ .....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ .....

(.....)

ตำแหน่ง .....

## แบบบันทึกหลังหน่วยการเรียนรู้

ตอนที่ 1 นักเรียนมีความรู้ความสามารถตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดของหน่วยการเรียนรู้  
ต่อไปนี้ ส 1.1 (ม.4-6/19, ม.4-6/20)

- ด้านความรู้

.....  
.....  
(จำนวน ..... คน คิดเป็นร้อยละ .....

- ด้านสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

.....

- ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

.....

- ด้านอื่นๆ (พฤติกรรมเด่น หรือพฤติกรรมที่มีปัญหาของนักเรียนเป็นรายบุคคล (ถ้ามี))

.....

สรุปผลการประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวมยอด) ประจำหน่วยการเรียนรู้

- ระดับคุณภาพดีมาก จำนวน ..... คน คิดเป็นร้อยละ .....
- ระดับคุณภาพดี จำนวน ..... คน คิดเป็นร้อยละ .....
- ระดับคุณภาพพอใช้ จำนวน ..... คน คิดเป็นร้อยละ .....
- ระดับคุณภาพปรับปรุง จำนวน ..... คน คิดเป็นร้อยละ .....

- ปัญหา/อุปสรรค

.....

- แนวทางการแก้ไข

.....

.....

ความเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ข้อเสนอแนะ .....

ลงชื่อ .....

(.....)

ตำแหน่ง .....

<b>ตอนที่ 2 การตรวจสอบคุณภาพนักเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมรองรับการประเมินคุณภาพภายนอก ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (ด้านคุณภาพผู้เรียน)</b>	<b>ร้อยละ</b>
<b>มาตรฐานที่ 1 ผู้เรียนมีสุขภาพที่ดีและมีสุนทรียภาพ</b>	
1.1 มีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพและออกกำลังกายสม่ำเสมอ 1.2 มีน้ำหนัก ส่วนสูง และมีสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์มาตรฐาน 1.3 ป้องกันตนเองจากสิ่งเสพติดให้โทษและหลีกเลี่ยงตนเองจากสภาวะที่เสี่ยงต่อความรุนแรง โรคภัย อุบัติเหตุ และปัญหาทางเพศ 1.4 เห็นคุณค่าในตนเอง มีความมั่นใจ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม 1.5 มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและให้เกียรติผู้อื่น 1.6 สร้างผลงานจากการเข้าร่วมกิจกรรมด้านศิลปะ ดนตรี/นาฏศิลป์ กีฬานันทนาการตามจินตนาการ	
<b>มาตรฐานที่ 2 ผู้เรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์</b>	
2.1 มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามหลักสูตร 2.2 เอื้ออาทรผู้อื่นและกตัญญูทวดเวที่ต่อผู้มีพระคุณ 2.3 ยอมรับความคิดและวัฒนธรรมที่แตกต่าง 2.4 ตระหนัก รู้คุณค่า ร่วมอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม	
<b>มาตรฐานที่ 3 ผู้เรียนมีทักษะในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง รักเรียนรู้ และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง</b>	
3.1 มีนิสัยรักการอ่านและแสวงหาความรู้ด้วยตนเองจากห้องสมุด แหล่งเรียนรู้ และสื่อต่างๆ รอบตัว 3.2 มีทักษะในการอ่าน ฟัง ดู พูด เขียน และตั้งคำถามเพื่อค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม 3.3 เรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อการเรียนรู้ระหว่างกัน 3.4 ใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้และนำเสนอผลงาน	
<b>มาตรฐานที่ 4 ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดอย่างเป็นระบบ คิดสร้างสรรค์ ตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างมีสติสมเหตุสมผล</b>	
4.1 สรุปความคิดจากเรื่องที่อ่าน ฟัง และดู และสื่อสารโดยการพูดหรือเขียนตามความคิดของตนเอง 4.2 นำเสนอวิธีคิด วิธีแก้ปัญหาด้วยภาษาหรือวิธีการของตนเอง 4.3 กำหนดเป้าหมาย คาดการณ์ ตัดสินใจแก้ปัญหาโดยมีเหตุผลประกอบ 4.4 มีความคิดริเริ่ม และสร้างสรรค์ผลงานด้วยความภาคภูมิใจ	
<b>มาตรฐานที่ 5 ผู้เรียนมีความรู้และทักษะที่จำเป็นตามหลักสูตร</b>	
5.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเฉลี่ยแต่ละกลุ่มสาระเป็นไปตามเกณฑ์ 5.2 ผลการประเมินสมรรถนะสำคัญตามหลักสูตรเป็นไปตามเกณฑ์ 5.3 ผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียนเป็นไปตามเกณฑ์ 5.4 ผลการทดสอบระดับชาติเป็นไปตามเกณฑ์	
<b>มาตรฐานที่ 6 ผู้เรียนมีทักษะในการทำงาน รักการทำงาน สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต</b>	
6.1 วางแผนการทำงานและดำเนินการจนสำเร็จ 6.2 ทำงานอย่างมีความสุข มุ่งมั่นพัฒนางาน และภูมิใจในผลงานของตนเอง 6.3 ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ 6.4 มีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพสุจริตและหาความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจ	