



บทเรียนด้านสุขภาพ

บทที่ 46

เรื่อง แอลกอฮอล์และเด็กหนุ่มสาว

ผลที่คาดว่าจะได้รับ:	เด็กเลือกแนวทางการปฏิบัติเพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์
ตัวชี้วัด:	เด็กแสดงความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจเลือกใช้ชีวิตอย่างชาญฉลาดเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพและเพศ
สาระการเรียนรู้:	เด็กมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับร่างกายและการทำธุรกรรมทางเพศตามวัยอันสมควร
กลุ่มอายุ:	9-11 ปี
หัวข้อหลัก:	พระเจ้าต้องการให้ฉันปลอดภัย/สิ่งที่ไม่ปลอดภัย
บทเรียน:	แอลกอฮอล์และเด็กหนุ่มสาว
เวลาที่ใช้ในการสอน:	45 นาที

วัตถุประสงค์การเรียนรู้ :

1. เด็กสามารถอธิบายว่าการดื่มแอลกอฮอล์เป็นการอันตรายอย่างไร
2. เด็กสามารถตระหนักถึงพิษภัยของเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และให้คำมั่นที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวหรือไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

อุปกรณ์การสอนที่ต้องใช้ :

1. ของเล่นขนาดเล็กจำนวน 4 ชิ้น เช่นตุ๊กตา หรือลูกบอลขนาดเล็ก
- อุปกรณ์สำหรับกิจกรรมเสริม : กระดาษและดินสอสำหรับเด็กทุกคน

สิ่งที่ผู้สอนต้องเตรียม :

1. อ่านและทำความเข้าใจบทเรียนทั้งบท
2. อธิษฐานเผื่อเด็ก
3. อ่านและศึกษาพระคัมภีร์: 1 โครินธ์ 6:12
4. รวบรวมวัสดุอุปกรณ์

ขั้นตอนการเรียนการสอน:

การนำเข้าสู่บทเรียน :

1. แบ่งเด็กในชั้นเรียนออกเป็นสองทีมและให้พวกเขาเข้าแถว
2. แจกของเล่นให้แต่ละทีม ๆ ละ 2 อย่างให้พวกเขาถือ
3. โดยให้ของเล่นชิ้นหนึ่งให้เด็กคนแรกในแต่ละทีม วางของเล่นที่เหลืออีกชิ้นตรงท้ายแถว ซึ่งอยู่ห่างออกไปประมาณ 10 – 15 เมตร
4. เด็กจะแข่งขันการวิ่งผลัด ซึ่งเด็กคนแรกจะหมุนตัว 5 รอบ จากนั้นก็วิ่งไปที่ท้ายแถว แล้วให้เด็กแลกเปลี่ยนสิ่งของอีกชิ้นที่ท้ายแถว
5. เด็กจะหมุนตัวอีก 5 รอบและวิ่งกลับมาที่หัวแถวของทีมของเขา
6. เด็กจะส่งของเล่นนั้นให้เด็กคนต่อไป
7. เด็กคนต่อไปก็จะทำซ้ำเหมือนกับที่เด็กคนแรกทำ (หมุนตัวห้ารอบ, วิ่งไปท้ายแถว, แลกเปลี่ยนสิ่งของ, หมุนตัวห้ารอบ, วิ่งกลับมา, ส่งของเล่นนั้นให้เด็กคนถัดไป)
8. ทำไปเรื่อย ๆ จนเด็กทุกคนในทีมได้วิ่งครบทุกคน
9. ทีมแรกที่สำเร็จเป็นทีมชนะ

กิจกรรมการเรียนการสอน :

ครูถามว่า :

1. เธอชอบเกมวิ่งผลัดที่พวกเราเล่นไหม ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
2. เกมนี้เล่นง่ายสำหรับเธอไหม ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ) ทำไมง่ายและทำไมไม่ง่าย (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
3. ทำไมการวิ่งหลังจากที่หมุนตัวจึงเป็นเรื่องยาก เธอเวียนหัวไหม ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
4. ใครพอจะบอกครูได้ไหมว่าอะไรคือสิ่งที่ไม่ปลอดภัยที่เราได้พูดกันไปแล้ว ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
5. วันนี้ เราจะพูดถึงเรื่องแอลกอฮอล์ แอลกอฮอล์คืออะไร ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
6. มีสิ่งของประเภทไหนบ้างที่มีแอลกอฮอล์ ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
7. คนในชุมชนของเธอคิดอย่างไรเกี่ยวกับแอลกอฮอล์ ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
8. มันเป็นเรื่องง่ายสำหรับเธอที่จะติดแอลกอฮอล์ไหม ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
9. เธอคิดว่าทำไมเราถึงให้แอลกอฮอล์อยู่ในรายการสิ่งที่ไม่ปลอดภัยสำหรับพวกเรา ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ) การดื่มแอลกอฮอล์ยังส่งผลกระทบต่อความสามารถในการคิดของคนและการตัดสินใจอย่างชาญฉลาด มันเหมือนกับการที่เราพยายามทำบางอย่างขณะที่เรากำลังเวียนหัว
10. มีอีกหลายประการที่แอลกอฮอล์จะทำร้ายร่างกายของเรา เธอคิดว่ามีอะไรบ้าง ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ นี่เป็นคำตอบบางส่วนที่ควรจะรวมเข้าไปถ้าเด็กไม่สามารถตอบได้:)
 - สามารถส่งผลกระทบต่อการทำงานของสมอง ทำลายเซลล์สมองและเป็นสาเหตุทำให้สูญเสียความจำ
 - สามารถเป็นสาเหตุทำให้เกิดแผลอักเสบและมะเร็งกะเพาะ
 - สามารถเป็นสาเหตุที่ทำให้สมองสั่งหยุดการหายใจทำให้เกิดอาการหมดสติหรือเสียชีวิต

- สามารถเป็นสาเหตุทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำ
 - สามารถเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความผิดปกติของทารกในครรภ์
 - สามารถเป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาผิวหนัง
 - สามารถเป็นสาเหตุที่ทำลายระบบการทำงานของหัวใจและเส้นประสาท
11. มีอีกหลายประการที่แอลกอฮอล์จะทำร้ายร่างกายของเรา ซึ่งอาจจะไม่เกิดขึ้นเมื่อดื่มแอลกอฮอล์เล็กน้อย แต่จะมีผลกระทบที่แย่อีกหลายประการเกิดขึ้นเมื่อดื่มในปริมาณมากหรือดื่มเป็นประจำ
12. ปัญหาอื่นที่มีสาเหตุจากแอลกอฮอล์คืออะไร ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ ถ้าเด็กไม่สามารถตอบคำตอบเหล่านี้ได้ คุณอาจจะเพิ่มเติมคำตอบเหล่านี้ลงไป)
- ต้องใช้เงินมาก ซึ่งเงินเหล่านี้ควรจะใช้จ่ายสำหรับสิ่งจำเป็น
 - เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท
 - เป็นสาเหตุทำให้เกิดพฤติกรรมกรรมการทารุณกรรม
 - เป็นสาเหตุที่ทำให้คนไม่สามารถทำงานหรือดูแลตัวเองหรือครอบครัวได้
13. เธอคิดว่าทำไมผู้คนถึงเลือกดื่มแอลกอฮอล์ทั้ง ๆ ที่มันเป็นอันตราย ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ) หลายคนเริ่มต้นดื่มกับสมาชิกในครอบครัวหรือเพื่อน พวกเขาอาจจะดื่มเพื่อ..... (ใช้เหตุผลที่เด็ก ๆ ตอบ) หรือเพราะพวกเขารู้สึกชอบความรู้สึกที่เกิดจากการดื่มแอลกอฮอล์ อันตรายของแอลกอฮอล์ก็เหมือนกับนิโคติน ซึ่งทำให้เกิดการเสพติดได้ หลายคนค้นพบหลังจากพวกเขาเริ่มดื่มแอลกอฮอล์ว่าร่างกายของพวกเขาติดแอลกอฮอล์และการเลิกดื่มก็กลายเป็นเรื่องยาก
14. เธอรู้จักใครบ้างใหม่ที่ติดแอลกอฮอล์ ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)

การสรุปบทเรียน :

ครูถามว่า :

1. ใน 1โครินธ์ 6:12 พระคัมภีร์ตอนนี้บอกอะไรกับเรา ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
พระคัมภีร์บอกว่าเราไม่ควรถูกควบคุมด้วยสิ่งใดก็ตาม เมื่อคนดื่มแอลกอฮอล์ พวกเขาเอาตัวเองไปไว้ได้อำนาจของแอลกอฮอล์ชั่วระยะเวลาหนึ่ง หรือถ้าเป็นเวลานานพวกเขาก็กลายเป็นคนเสพติดแอลกอฮอล์
2. เธอคิดว่าพระเจ้าต้องการให้พวกเราตัดสินใจดื่มแอลกอฮอล์หรือไม่ ? (ให้เด็ก ๆ ตอบ)
เพื่อรักษาสุขภาพร่างกายของเราในทางที่ถูกต้อง เราจำเป็นต้องเลือกสร้างร่างกายให้แข็งแรง ไม่เกี่ยวข้องกับการดื่มแอลกอฮอล์หรือยาอันตรายอื่นๆ เราจะเรียนรู้เกี่ยวกับยาอันตรายมากขึ้นในบทเรียนต่อไป

กิจกรรมเสริมบทเรียน : ให้เด็กวาดภาพร่างกายของมนุษย์ บอกพวกเขาให้เขียนวงกลมรอบบริเวณร่างกายที่ได้รับผลกระทบจากการดื่มแอลกอฮอล์

การประเมินผลของครู:

(กิจกรรมใดที่ได้ผลดี? กิจกรรมใดที่ได้ผลไม่ดี? ฉันจะเตรียมบทเรียนครั้งต่อไปให้ดีขึ้นได้อย่างไร?)

[illegible]

การประเมินผลผู้เรียน:

[illegible]