

# ช่วยเด็ก สร้างโลก



คู่มือกิจกรรมสำหรับ  
คุณครูและคุณพ่อคุณแม่  
ช่วยเด็กสร้างโลกที่น่าอยู่  
เป็นมิตรกับตัวเองและเป็นมิตรกับโลก



# ช่วยเด็กสร้างโลก



คู่มือกิจกรรมสำหรับคุณครูและคุณพ่อคุณแม่  
ช่วยเด็กสร้างโลกที่น่าอยู่  
เป็นมิตรกับตัวเอง และเป็นมิตรกับโลก



ชื่อหนังสือ ช่วยเด็กสร้างโลก  
ISBN 9786167790749  
ราคา 150 บาท  
พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2557

ออกแบบปก รูปเล่ม child's play  
ภาพประกอบ เพ็ชร์โกะ

จัดพิมพ์  
สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน  
เลขที่ 6/5 ซอยอารีย์ 5 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน  
เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400  
โทรศัพท์ 0-2617-1919-20 โทรสาร 0-2617-1919 ต่อ 14  
Webstite :: [www.childmedia.net](http://www.childmedia.net) FB :: [www.facebook.com/fchildmedia](http://www.facebook.com/fchildmedia)

จัดจำหน่าย  
บริษัท อมรินทร์ บั๊ค เซ็นเตอร์ จำกัด  
เลขที่ 108 หมู่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรนต์ ตำบลมหาสวัสดิ์  
อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130  
โทรศัพท์ 0-2423-9999 โทรสาร 0-449-9561-3

พิมพ์  
บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)  
สายธุรกิจโรงพิมพ์ เลขที่ 378 ถนนชัยพฤกษ์ แขวงตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170  
โทรศัพท์ 0-2422-9000 โทรสาร 0-2433-2742



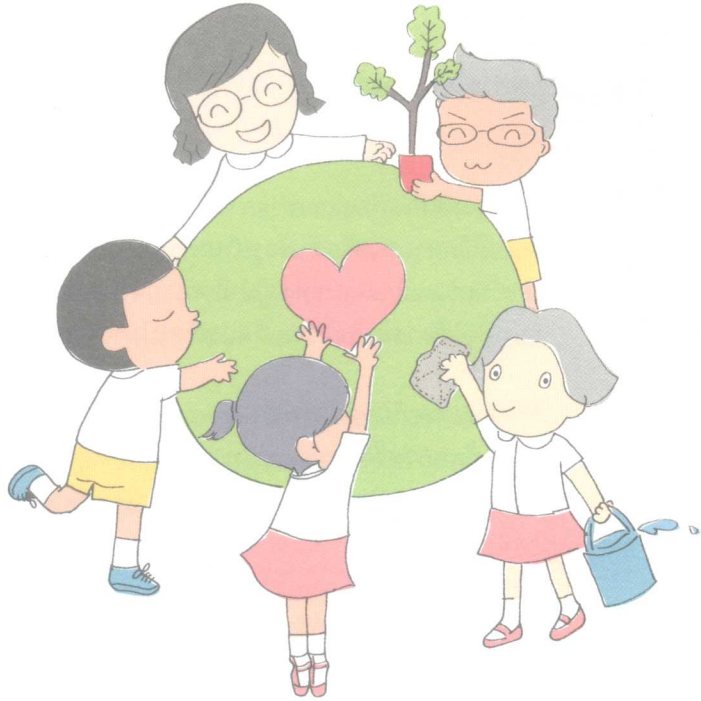


## ช่วยเด็กสร้างโลก

ลองจินตนาการว่าหากเราสามารถยกเส้นพรมแดนประเทศออกจากแผนที่โลกได้ ในความไม่มีประเทศนี้ เราจะพบความเหมือนหลาย ๆ อย่างในทุกพื้นที่ที่เราเอาปากกาจรดลงไป... ปัญหาสิ่งแวดล้อมที่กำลังขยายตัว อันเนื่องมาจากสภาพภูมิอากาศเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีผลกระทบจากการใช้ทรัพยากรแบบไม่คิดหน้าคิดหลัง ปัญหาความขัดแย้งที่กลายเป็นสงครามย่อย ๆ ไปจนถึงคุณภาพชีวิตจิตใจของคนที่มีความสุขน้อยลง กลายเป็นความป่วยไข้ของสังคมโลก สถานการณ์เช่นนี้ทำให้เราไม่อาจเพิกเฉยได้ โดยเฉพาะคนเป็นพ่อแม่และผู้ใหญ่ที่มีสำนึกห่วงใยเยาวชนของเรา

การแก้ปัญหาด้วยแนวคิดที่ “ปลูกอะไรได้สิ่งนั้น...” น่าจะเป็นคำตอบ และนี่คือที่มาของหนังสือ *ช่วยเด็กสร้างโลก* คู่มือกิจกรรมช่วยเด็กสร้างโลกที่น่าอยู่ เป็นมิตรกับตัวเองและเป็นมิตรกับโลก ก็เพื่อต้องการพลเมืองเด็กที่มีภูมิคุ้มกันชีวิต รักตัวเองและรักคนอื่นเป็น

กิจกรรมในเล่ม เริ่มจากการช่วยให้เด็กรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตัวเอง เพื่อที่จะสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง เข้าใจความแตกต่างระหว่างตัวเองกับผู้อื่น ทั้งส่วนที่เป็นบุคลิก ลักษณะภายนอกและความคิด ทักษะคติ ซึ่งเป็นเรื่องปกติ และในความแตกต่างเหล่านี้คือความงามที่อยู่ร่วมกันได้ มีความมุ่งมั่นตั้งใจและมีโอกาสฝึกตนให้มีระเบียบวินัย เคารพกฎกติกาในระดับที่จะทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขและสันติ ทั้งนี้เรามีความ



เชื่อว่าคุณสมบัติเหล่านี้ จะเป็นอุปนิสัยที่จะติดตัวเด็กไปตลอดชีวิต หากเขาได้รับการปลูกฝังอย่างเหมาะสมกับพัฒนาการของแต่ละวัย

ความคาดหวังของคณะผู้จัดทำคือ เราหวังว่าหนังสือคู่มือเล่มนี้จะช่วยคุณพ่อคุณแม่ คุณครู และผู้ทำงานกับเด็กและเยาวชน เกิดแรงบันดาลใจ คิดค้น ต่อยอดกิจกรรมและการเรียนการสอน ที่ทำให้เด็กของเราค้นพบโลกใหม่ที่เขาราวหนาจะมีชีวิตอยู่ รวมทั้งสร้างโลกใหม่ที่ฝันถึงไปนั้น

สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.)

## คำแนะนำในการใช้คู่มือเล่มนี้

คู่มือเล่มนี้เป็นเพียงแนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กอายุ 3-5 ขวบ จึงไม่มีข้อตายตัวหรือสำเร็จรูปในการจัดกิจกรรม เนื่องจากความแตกต่างในบริบทของเด็กแต่ละแห่ง ผู้นำกิจกรรมสามารถปรับใช้ได้ตามความเหมาะสม และเพื่อให้การจัดกิจกรรมเกิดประโยชน์มากที่สุด ผู้จัดทำมีคำแนะนำดังนี้

1. อ่านแต่ละกิจกรรมและทำความเข้าใจอย่างละเอียดก่อนดำเนินกิจกรรม
2. ในทุกหมวดกิจกรรมจะมีนิทานนำก่อนเข้าสู่กิจกรรม ผู้จัดกิจกรรมสามารถอ่านหรือเล่านิทานดังกล่าวให้เด็ก ๆ ฟัง เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม และนำเข้าสู่กระบวนการกิจกรรม สามารถจัดหานิทานที่คิดว่าเนื้อหาเข้ากัน มารวมเป็นคลังไว้เพื่อใช้เล่าประกอบได้หลายเรื่อง
3. แต่ละกิจกรรมสามารถจัดได้บ่อย ๆ และอาจปรับเปลี่ยนกิจกรรมให้เหมาะสมกับพื้นที่และวัฒนธรรมแต่ละพื้นที่นั้น ๆ แต่ทุกครั้งควรสังเกตพฤติกรรมของเด็กว่ามีการเปลี่ยนแปลงไปในทางใดบ้าง ควรจะปรับปรุงกิจกรรมอะไรบ้างให้สอดคล้องมากยิ่งขึ้น
4. หากมีเด็กพิเศษ เช่น เด็กที่เรียนรู้ช้า เด็กปัญญาเลิศ เด็กที่มีความบกพร่องทางร่างกาย รวมอยู่ในห้องเรียนด้วย ไม่ควรแยกเด็กออกมา ควรให้เด็กมีส่วนร่วมและให้เพื่อน ๆ ได้มีส่วนช่วยให้กิจกรรมดำเนินไปด้วยดี จะเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกันของเด็ก ๆ

5. สำหรับผู้จัดกิจกรรม ควรทำจิตใจให้ร่มเย็น โปร่ง เบาสบาย เปิดกว้าง เปิดใจเรียนรู้จากเด็ก ให้ระลึกด้วยความปรารถนาดีทุกครั้งว่าเรากำลังสร้างคุณลักษณะที่ดีงามให้กับเด็ก อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดี นอกจากนี้ทุกสิ่งที่เด็กสะท้อนและแสดงออก ล้วนมีความหมายและคุณค่าต่อการเติบโตของผู้จัดกิจกรรมเองด้วย
6. ตลอดกระบวนการควรเปิดโอกาสให้เด็กได้มีจินตนาการ ได้แสดงความคิดเห็นและเป็นตัวของตัวเอง โดยไม่ถูกตัดสินว่าถูกผิด ไม่ควรปิดกั้นจินตนาการด้วยความคิดและความเชื่อของผู้ใหญ่ ความสามารถของเด็กอาจแตกต่างกันไป บางคนช้า บางคนเร็ว การให้โอกาสและกำลังใจจะช่วยส่งเสริมให้เขาสามารถเรียนรู้ได้อย่างอิสระ

## สารบัญ

- 10 เด็กกับการเรียนรู้เรื่องระเบียบวินัย
- 14 กิจกรรมที่ 1 เวลา...คือเวลาอะไรเอ่ย
- 16 กิจกรรมที่ 2 แยกสีให้เม็ดไม้
- 18 กิจกรรมที่ 3 วันนี้หนูช่วยเตรียมอาหารกลางวัน
  
- 20 เด็กกับหัวใจใฝ่สันติวิธี
- 22 กิจกรรมที่ 1 ดอกไม้แห่งดวงใจ
- 24 กิจกรรมที่ 2 ฉันและเธอ เราคือเพื่อนกัน
- 26 กิจกรรมที่ 3 เมืองแสนสุข
  
- 28 เด็กกับความมีจิตสาธารณะ
- 30 กิจกรรมที่ 1 ขบวนการผู้พิทักษ์
- 32 กิจกรรมที่ 2 กล่องสะสมความสุข
- 34 กิจกรรมที่ 3 เด็กตัวเล็ก ๆ หัวใจใหญ่ ๆ กับภารกิจรักษ้านกเกิด
  
- 36 เด็กกับการเรียนรู้เรื่องการเคารพความแตกต่าง
- 38 กิจกรรมที่ 1 เชื้อไหม... ไม่มีใครเหมือนกันนะ!
- 40 กิจกรรมที่ 2 ความต่างเป็นเรื่องธรรมชาติ
- 42 กิจกรรมที่ 3 ปลาใบไม้รวมใจเป็นหนึ่ง

- 44 เด็กกับจิตใจมุ่งมั่นทำให้สำเร็จ
- 48 กิจกรรมที่ 1 ดวงดาวแห่งความสำเร็จ
- 50 กิจกรรมที่ 2 กกไข่
- 52 กิจกรรมที่ 3 ร่างกายเคลื่อนที่
- 
- 54 เด็กกับการจัดการอารมณ์ของตนเอง
- 58 กิจกรรมที่ 1 หน้านี้ของใครเอ่ย
- 60 กิจกรรมที่ 2 ฝากให้ดวงดาวดูแล
- 62 กิจกรรมที่ 3 โกรธดีไหมนะ
- 
- 64 พลเมืองเด็กมีความรักในเพื่อนมนุษย์ แบ่งปัน และสร้างสรรค์
- 68 กิจกรรมที่ 1 Hug Game
- 70 กิจกรรมที่ 2 อ้อมอญช้อนรัก (อ้อมอญช้อนผ้า)
- 72 กิจกรรมที่ 3 คำพูดไม่ได้มีไว้ทำร้ายกัน

## เด็กกับการเรียนรู้เรื่องระเบียบวินัย

เด็ก ๆ วัย 3-5 ขวบ สามารถเรียนรู้เรื่องระเบียบวินัยจากคนใกล้ตัว ไม่ว่าจะเป็นคุณพ่อ คุณแม่ คุณครู ก็สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีได้ในวิถีชีวิตประจำวัน เช่น ตรงต่อเวลา เก็บของเป็นที่ รักษาความรับผิดชอบ ปฏิบัติตามกฎระเบียบ การจัดตารางให้เด็ก การฝึกซ้ำ ๆ ทำบ่อย ๆ อย่างสม่ำเสมอ จะช่วยสร้างวินัยให้เป็นทำนองของชีวิตที่ติดตัวเด็กไปตลอด

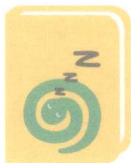
คุณครูอาจชวนให้เด็ก ๆ ร่วมสร้างกติกาและขอให้รักษากติกาที่เด็ก ๆ มีส่วนร่วมกำหนด ควรพูดคุยถึงประโยชน์หรือความคาดหวังนั้นกับเด็ก หากเด็กไม่รักษากติกา ไม่ควรลงโทษรุนแรงหรือตำหนิให้เขาอับอาย สิ่งที่คุณควรทำคือเข้มงวดกับกติกา หากจะลงโทษก็เพื่อให้เด็กเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น หากตั้งกติกาว่าดูทีวีได้วันละ 1 ชั่วโมง และหากดูเกินเวลาจะงดการดูทีวีเป็นเวลา 2 วัน คุณครูก็ต้องหนักแน่นกับกติกานี้ สิ่งสำคัญหากเด็กทำตามกติกา เช่น เมื่อถึงเวลาเด็กปิดทีวีทันที คุณครูอย่าลืมหอมเชยให้กำลังใจให้เด็ก ๆ ได้ภูมิใจทันที ในขณะที่เด็กร้องขอนอกกติกาหรือร้องขอในสิ่งที่ไม่เหมาะสม แทนที่จะห้ามทันที ให้ลองใช้รูปประโยคที่ว่า “ถ้าหนูทำตามที่คุณครูบอก คุณครูจะให้ตามที่หนูขอ” หรือ “เมื่อหนูทำ...แล้ว คุณครูจะให้ตามที่หนูขอ”

หัวใจของการสอนเรื่องระเบียบวินัยคือ ความสม่ำเสมอ ยึดมั่นในหลักการที่ชัดเจนว่า อะไรถูก อะไรผิด และยึดหลักทางสายกลาง ไม่เข้มงวดมากเกินไป ไม่ตามใจมากเกินไป



เด็กควรรู้ว่าตัวเองมีหน้าที่ มีสิ่งที่ต้องทำและรับผิดชอบ เช่น ภูเขียวในนิทาน “ภูเขียว  
เกียจคร้าน” เมื่อรู้ตัวว่าตัวเองมีหน้าที่ที่จะต้องหากินดูแลตัวเอง ภูจึงพร้อมและตั้งใจ  
ปฏิบัติ เลื้อยเข้าไปหาอาหาร แม่ภูชื่นชมลูกภูด้วยความจริงใจ พร้อมคำอวยพรให้ลูกภู  
ประสบความสำเร็จ รวดดี ๆ แต่หากไม่รู้จักหน้าที่ก็อาจจะจบเศร้าแบบภูตัวสุดท้าย

### นิทานอ่อนเครื่อง



ภูเขียวเกียจคร้าน

นิทานพื้นบ้านภาคอีสาน เล่าโดย อ.ประสงค์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ภูเขียวตัวเล็กไม่ยอมออกไปหากิน จนในที่สุดต้องกินทางตัวเอง

ภูเขียวน้อยจะเปลี่ยนนิสัยตัวเองได้อย่างไร

## งูเขียวเกี้ยวจคร้าน

ในป่าอันอุดมสมบูรณ์แห่งหนึ่ง มีแม่งูเขียวตัวหนึ่งวางไข่และกกไข่ด้วยความทะนุถนอม จากวันเป็นหลาย ๆ วัน “ลูกรัก แม่จะปกป้องเจ้า จนกว่าเจ้าจะฟักออกมาเป็นตัว แม่จะไม่ให้ใครทำร้ายลูกแม่” กระทั่งวันที่เปลือกไข่ฟองแรกกะเทาะออก มีงูตัวเล็ก ๆ ตัวหนึ่งเลื้อยออกมา แม่งูดีใจมาก

“หิวไหม ลูกรัก” แม่งูถามลูกน้อยด้วยความห่วงใย ลูกงูตอบว่า “จะแม่ ลูกจะเข้าไปหาของกินนะแม่” แม่งูอนุญาตให้ลูกไปพลางบอก “ดูแลตัวเองด้วยนะลูก” ลูกงูตัวแรกเลื้อยเข้าไปในป่า ไข่อีกฟองก็แตกออก เมื่อลูกงูตัวที่สองออกมาจากไข่แล้วก็ค่อย ๆ เลื้อยเข้าไปหาของกินเช่นกัน จากนั้นลูกงูตัวน้อย ๆ ตัวที่สาม...ตัวที่สี่...ตัวที่ห้า... และอีกหลายตัวก็เลื้อยออกจากไข่ที่แตกกะเทาะตาม ๆ กัน แม่งูรู้สึกชื่นใจที่ได้เห็นลูกน้อยพลางพูดว่า “ลูกแม่แข็งแรงกันทุกตัวเลย เจ้าอยู่ในไข่หลายวัน คงจะหิวแล้วละ พวกเจ้าเข้าไปหาของกินในป่าเร็วเข้า”

ก่อนเลื้อยออกไป ลูกงูตัวหนึ่งถามขึ้นว่า “ถ้าเข้าไปแล้วพวกหนูเจอสัตว์ร้ายล่ะแม่” แม่งูตอบว่า “ถ้าถึงเวลานั้น แม่เชื่อว่าพวกเจ้าต้องเอาตัวรอดได้ ดูแลตัวเองกันให้ดีนะจ๊ะ” “จะแม่ งั้นพวกหนูไปก่อนนะ” ลูกงูตอบพร้อม ๆ กัน แล้วต่างก็เลื้อยเข้าไปหาอาหารกินตามประสาของงู แม่งูเฝ้ามองดูลูกด้วยความรักและภูมิใจที่ลูกน้อยสามารถช่วยเหลือตัวเองได้

ลูกงูทุกตัวเลื้อยออกไปกันหมดแล้ว เหลือเพียงตัวสุดท้าย เป็นงูน้อยตัวอ้วน พอลออกจากไข่ก็ไม่ขยับตัวไปไหน แม่งูเข้าไปถามด้วยความเป็นห่วง “เป็นอะไรหรือเปล่าลูก ทำไมไม่ออกไปหาของกินกับพี่ ๆ เขาล่ะ” ลูกงูอ้าปากหา “ยังขี้เกียจอยู่เลยแม่ แต่ก็รู้สึกหิว ๆ อยู่เหมือนกัน แม่หาอะไรให้กินหน่อย”

แม่จูตอบว่า “ไม่ได้หรอก เจ้าต้องออกหากินเองสิลูก เลื้อยเข้าป่าไปแบบพี่ๆ จะมานอนร้องหิวไม่ได้ ไปเร็ว ช่วยเหลือตัวเองหน่อยสิลูก” ลูกจูยังคงนั่งอยู่ที่เดิม แม่จูร้องบอกก่อนเลื้อยออกไปเช่นกัน “แม่ไปละนะ” ลูกจูก็ยังคงไม่ขยับตัว บอกกับตัวเองว่า “ไม่เห็นจะต้องไปไหนหาอะไรแถวๆ นี้กินก็แล้วกัน นิ่งใจ จ๋า”

ด้วยความซี้เกียจ เจ้าจูเชี่ยวชาญหาอะไรกินใกล้ๆ พอกินอิ่มก็นอนหลับ แทบจะไม่ได้ขยับตัวไปไหนเลย ในขณะที่พวกจูน้อยตัวอื่นๆ ได้เลื้อยลัดเลาะไปตามพุ่มไม้ ได้เคลื่อนไหว ออกกำลัง ได้เห็นอะไรใหม่ๆ และได้อาหารกิน ตรงกันข้ามกับเจ้าจูอ้วนจอมเกียจคร้าน

วันต่อๆ มา ลูกจูตัวอ้วนก็ทำเช่นเคย ขยับตัวเพียงนิดหน่อยแล้วก็หาอะไรกินแถวที่ตนนอนพักอยู่ วันที่หนึ่ง...วันที่สอง...วันที่สาม... จอมซี้เกียจก็ยังไม่ขยับตัวไปไหน หันซ้ายแลขวา เจออะไรก็อ้าปากงับกินไปก่อน และที่ใกล้ที่สุดก็คือหางของตัวเอง ลูกจูตัวอ้วนก็งับ...ง่ำๆ กินเข้าไป แล้วก็นอน นอนหลับไปโดยไม่ได้คิดอะไร มันบอกกับตัวเองว่า “เราไม่เห็นจะต้องคิด จะต้องทำอะไร สบายดีจะตาย”

เช้าวันรุ่งขึ้นก็เช่นเคย งับกินหางตัวเอง แม้จะรู้สึกแปลกๆ ขยับตัวไม่ค่อยได้ “ช่างเถอะ ก็เรากำลังโตนี่นา” ลูกจูบอกกับตัวเอง แล้วก็งับกินหางตัวเองอีก กินหางตัวเองทุกวัน... ทุกวัน จนไม่เหลืออะไรเลย...

## เวลานี้...คือเวลาอะไรเอ่ย

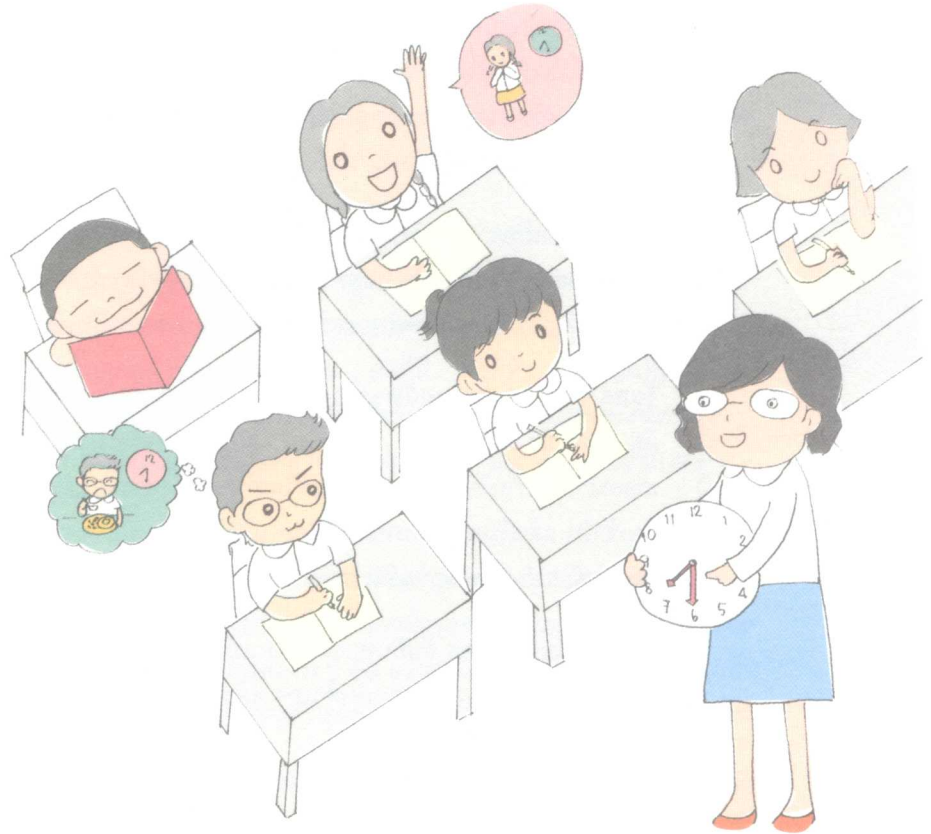
## วัตถุประสงค์

เรียนรู้เรื่อง "เวลา" เพื่อให้เด็ก ๆ สามารถเชื่อมโยงเวลา และกิจวัตรประจำวัน

## อุปกรณ์



- นาฬิกาเรือนใหญ่
- นาฬิกาจำลองมีเข็มสั้นและเข็มยาวที่สามารถหมุนได้



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูนำนาฬิกาเรือนใหญ่มาแนะนำให้เด็ก ๆ รู้จัก เชื่อมสัมพันธ์ถึงชั่วโมง เข็มยาวหมายถึงนาที และนาฬิกาเดินหมุนไปทางขวา จากนั้นถามเด็กว่า “ตอนเช้าเด็ก ๆ ตื่นกี่โมงคะ” หมุนเข็มนาฬิกาไปตามเวลาที่เด็ก ๆ บอก
2. คุยกับเด็ก ๆ ถึงเวลาที่ทำกิจวัตรประจำวันของแต่ละคน เช่น เวลารับประทานอาหาร เช้า เวลามาโรงเรียน เวลาดูการ์ตูนหรือรายการนิทานที่ชอบ ไปจนถึง เวลาเข้านอน
3. ให้เด็ก ๆ ช่วยกันค้นหาเสียงสัญลักษณ์และความหมายในโรงเรียนที่เด็ก ๆ จำได้ เช่น เสียงระฆัง เสียงกระดิ่ง เสียงเพลงที่เปิดตอนเช้าแถว ฯลฯ แล้วให้เด็ก ๆ ช่วยกันตอบว่า เสียงนั้นหมายถึงเวลาอะไร ต้องทำอะไร เป็นต้น
4. หากเด็กเล็กมากอาจใช้วิธีจับคู่ภาพเชื่อมโยงกับเวลา โดยคุณครูเตรียมภาพกิจกรรมไว้หลายอย่าง เช่น ตื่นนอน รับประทานอาหาร มาโรงเรียน เล่น ฯลฯ กับภาพเวลาโมงยามต่าง ๆ ภาพพระอาทิตย์ขึ้น พระอาทิตย์ตก ภาพพระจันทร์ (ทุกภาพให้มีภาพนาฬิกาอยู่มุมภาพกำกับไว้ด้วย)

คำอธิบาย

กิจกรรมนี้จะให้เด็ก ๆ เรียนรู้เรื่องกิจวัตรประจำวันที่ต้องทำ เป็นเวลา อันเป็นพื้นฐานที่สำคัญของเรื่องระเบียบวินัย เวลาที่คุณครูพูดคุยกับเด็ก ๆ ถึงเวลาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันพร้อมกับหมุนเข็มนาฬิกาตามไปด้วย จะช่วยให้เด็ก ๆ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของเวลานั้น ๆ ว่าเวลานั้นควรทำอะไร รับประทานอาหาร นอน อาบน้ำ เล่น หรือเวลาส่วนตัว เพื่อที่จะทำกิจวัตรประจำวันให้เป็นเวลาและช่วยเหลือตัวเองได้เหมาะสมตามวัย

คำแนะนำเพิ่มเติม

- หนังสือภาพและกลอน พร้อมนาฬิกา ชื่อ “นาฬิกาดีที่ต๋อ” ของสำนักพิมพ์ HELLO KIDS
- แนะนำให้เด็กรู้ว่า เข็มยาวคือเข็มนาฬิกา จากเลขสิบสองเดินมาถึงเลขหนึ่ง หมายถึง 5 นาที สอนให้เด็กได้รู้จักระยะเวลา 5 นาทีว่านานเท่าไร อาจจะลองจับเวลาให้ดู เพื่อที่เวลาคุณครูบอกว่ากำลังจะหมดเวลาหรือเล่นได้อีก 5 นาที เด็กจะเข้าใจและสามารถจัดการตัวเองได้

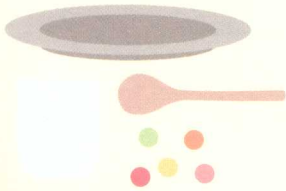
# ACTIVITY 02

## แยกสีให้เม็ดไม้

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็ก ๆ เรียนรู้เรื่อง  
การแยกประเภท  
และจัดเรียงตามหมวดหมู่

### อุปกรณ์



- ถาดใบใหญ่
- เม็ดไม้ลูกโตย้อมสีหลากหลาย
- ทัพพี หรือช้อนขนาดเหมาะสมมือ
- โหล หรือภาชนะสำหรับคัดแยก





ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูนำเม็ดไม้หลากสีเทพสมลงไปในถาดใบใหญ่ หากเด็กมีจำนวนหลายคนควรมีหลายถาด
2. แจกทัฟพีให้เด็ก ๆ คนละอัน และบอกให้เด็ก ๆ ช่วยกันคัดแยกสีหรือรูปทรงเดียวกันให้อยู่ในภาชนะเดียวกัน
3. ปล่อยเวลาให้เด็ก ๆ ลองผิทดลองดูในการหาวิธีการ เด็ก ๆ อาจจะทำช้าหน่อยหรือผสมปนกันบ้าง ให้คุณครูกำพูดเชิงบวกเสริมแรง
4. ช่วยกันนำโหลที่เรียงเสร็จจัดวางที่ชั้น

คำอธิบาย

การให้เด็ก ๆ ช่วยแยกจำแนกของตามหมวดหมู่ และการจัดของให้เข้าที่เข้าทางอย่างเป็นระเบียบ จะช่วยฝึกให้เด็ก ๆ มีวินัย ชวนเด็ก ๆ พูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึก เมื่อต้องหาสิ่งของที่ต้องการที่อยู่กระจัดกระจายเทียบกับการหาของที่จัดเป็นระเบียบแล้ว การปลูกฝังวินัยเป็นเรื่องที่ต้องทำซ้ำ ๆ จนเด็กยอมรับและจดจำได้ไม่ต้องเตือน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการวางรองเท้า เก็บของเล่นเมื่อเล่นเสร็จ ทั้งนี้คุณครูเองก็ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนด้วยการเก็บโต๊ะให้เป็นระเบียบเรียบร้อยเช่นกัน

คำแนะนำเพิ่มเติม

- ลองหาเม็ดไม้ที่เป็นพืชท้องถิ่น เด็ก ๆ จะได้เรียนรู้ธรรมชาติรอบตัวด้วย เช่น ลูกยาง ลูกสน ลูกไม้ตามป่าชายเลน สามารถออกแบบกิจกรรมให้เป็นการงานศิลปะ เป็นโมบายแขวนหรือเล่นเป็นเกมจับเวลา โดยคุณครูเป็นคนจับเวลาและคอยบอกกับเด็ก ๆ ว่าเหลือเวลาอีกเท่าไร
- เรื่องการหยิบของและเก็บเข้าที่เดิมเป็นพื้นฐานที่สำคัญมาก หากฝึกให้อยู่ในวิถีชีวิตประจำวันแล้ว โตขึ้นเขาจะเป็นคนที่มีระเบียบวินัย
- หากคุณครูบอกเด็กซ้ำ ๆ แล้ว แต่เด็กยังไม่ทำ คุณครูต้องอดทนทำให้เด็กดูต่อไป เพราะตัวอย่างที่สำคัญกว่าคำสอน



# ACTIVITY

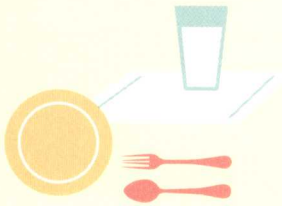
# 03

## วันนี้หนูช่วยเตรียมอาหารกลางวัน

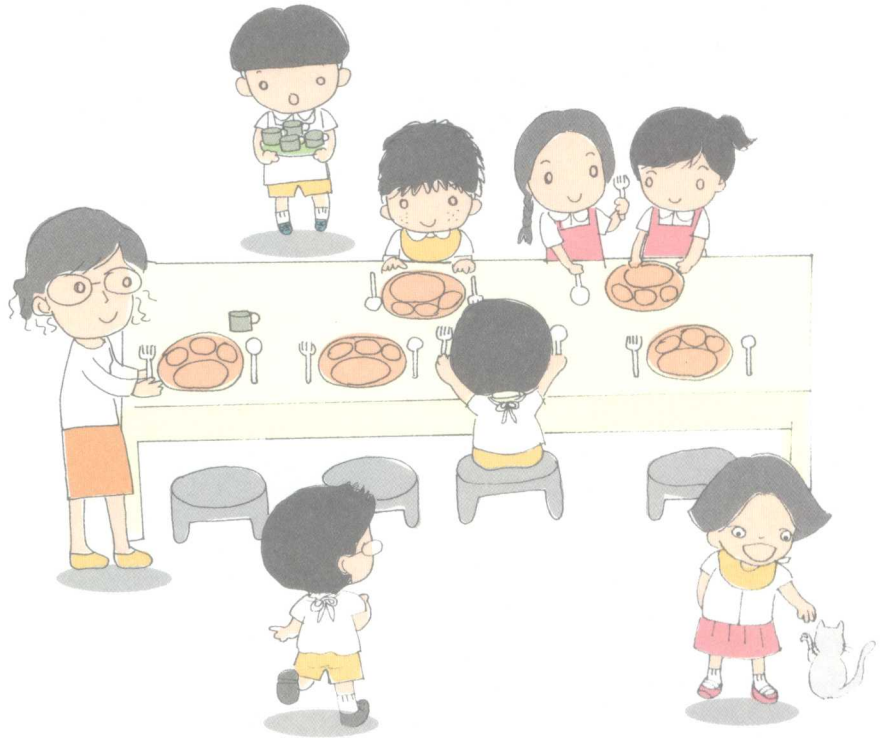
### วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็ก ๆ รู้จักหน้าที่ ส่งเสริม  
ให้มีความรับผิดชอบ เพื่อสร้าง  
วินัยขั้นพื้นฐานในชีวิตประจำวัน

### อุปกรณ์



- ผ้าปูโต๊ะ
- จาน
- ช้อน ส้อม
- แก้วน้ำ  
(สิ่งที่ใช้อยู่แล้วในโรงเรียน)



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูแนะนำอุปกรณ์และทำให้เด็กดูเป็นตัวอย่าง (หากเด็ก ๆ ใช้ถาดหลุมสอนให้เขาหมุนจานให้พอดีตำแหน่งรับประทาน)
2. คุณครูมอบหมายหน้าที่ในการจัดโต๊ะให้เด็ก ๆ อาจแบ่งเป็นเวรรายวัน วันละ 2-4 คน แล้วแต่จำนวนเด็กทั้งห้อง
3. ก่อนถึงเวลาอาหารกลางวัน ให้เด็ก ๆ ที่ได้รับมอบหมายลุกไปจัดโต๊ะอาหารให้เพื่อน ๆ (ควรมีนาฬิกาในห้องเรียน และอธิบายว่าเวลาที่เด็กที่มีหน้าที่ช่วยเตรียมอาหารกลางวันคือเวลาที่นาฬิกา เข็มสั้นและเข็มยาวอยู่ตำแหน่งใด)
4. ชื่นชมและให้กำลังใจเด็ก ๆ เสมอ โดยคำชื่นชมขอให้ระบุรายละเอียดให้ชัดเจน เช่น “วันนี้หนูจัดจาน หมุนได้ตำแหน่งพอดีที่เพื่อน ๆ ทานเลยนะคะ คุณครูก็ตักอาหารได้ง่ายขึ้นด้วย” “หนูเลือกซ้อนส้อมได้ถูกคู่ถูกสีสวยงามมากค่ะ”
5. ผลัดเวรให้เด็ก ๆ ทุกคนได้มีโอกาสทำหน้าที่นี้ ให้เป็นกิจกรรมที่ทำสม่ำเสมอตลอดทั้งเทอมได้

คำอธิบาย

เด็กวัย 3-5 ขวบ เป็นวัยที่ชอบช่วยเหลืออยู่แล้ว การให้เด็ก ๆ ได้มีส่วนรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายก็เป็นการปลูกฝังเรื่องระเบียบวินัยทางหนึ่ง การสอนที่แทรกซึมอยู่ในชีวิตประจำวันจะทำให้ความรับผิดชอบในหน้าที่เป็นเรื่องปกติ ถึงแม้อาจจะทำได้ไม่เรียบร้อย แต่เมื่อทำไปซ้ำ ๆ ก็จะเป็นเรื่องง่าย ปลูกฝังจิตใจที่มีการรับใช้สังคม เป็นคุณค่าหน้าที่ที่เด็กจะมีความภาคภูมิใจในตนเอง

คำแนะนำเพิ่มเติม

- ในตอนเช้าก่อนเริ่มกิจกรรมการเรียนการสอน คุณครูอาจจะช่วยเตือนเด็ก ๆ ถึงกิจกรรมสำหรับวันนี้ เพื่อให้คนที่ทำหน้าที่จำได้ว่าตัวเองมีหน้าที่อะไร หรืออาจจะทำป้ายเวรประจำวันแล้วใส่ชื่อเด็ก ๆ ไว้
- ภาพที่เด็ก ๆ ลุกไปจัดเตรียมอาหารกลางวัน โดยไม่ต้องมีคุณครูคอยสั่งหรือคอยกระตุ้น เป็นภาพที่น่าประทับใจมากสำหรับคุณครู เมื่อเด็กได้เรียนรู้ว่าตนเองมีหน้าที่อะไร ต้องทำในเวลาใด

## เด็กกับหัวใจไฟสันตวิธิ

สันตวิธิคือการจัดการความขัดแย้งวิธีหนึ่ง มีความสำคัญก็เพราะสันตวิธิเป็นวิธีที่จะทำให้เกิดการสูญเสียน้อยที่สุด ทั้งระยะสั้นและระยะยาว

การปลุกฝังเรื่องสันตวิธิในเด็กเล็กคงจะเหมือนเรื่องราวในนิทาน “ดวงใจไฟธรรม” คือให้เด็กเข้าใจอารมณ์ของตัวเองว่าขณะนี้กำลังรู้สึกเช่นไร กลัว ร้อน หนาว มีความสุข โกรธ และสามารถสื่อสารถึงอารมณ์ของตัวเองได้ เด็กเล็กอาจยังไม่สามารถจัดการอารมณ์ได้ในเบื้องต้น แต่คุณครูสามารถทำให้เขาเข้าใจตัวเองโดยการตั้งคำถาม เช่น “หนูชอบอันนั้นหรือคะ” “ตอนนี้หนูกำลังไม่พอใจเรื่อง...ใช้ไหม” รวมทั้งผนวกให้เด็กรู้จักขันติธรรม (ความอดทนอดกลั้น) ตั้งแต่เล็ก เพราะการอดทนเป็นจุดเริ่มต้นของสันตวิธิ ไม่ว่าจะป็นอดทนต่อความยากลำบาก อดทนต่อการรอคอย อดทนต่อความเจ็บใจเมื่อถูกแกล้ง ถูกเข้าเหย้า ฯลฯ

ทั้งนี้หากเด็กได้รู้จักวิธีที่จะมีความสุขแบบช้า ๆ เช่น การฟังเพลงบรรเลงอย่างสงบในสวน การได้อยู่ในบรรยากาศที่คุณครูกำลังจัดดอกไม้ในห้องที่ปลอดโปร่ง พร้อมทั้งมีเสียงเพลงเบา ๆ การได้วาดรูปอย่างอิสระ การได้อ่านหรือดูภาพจากหนังสือนิทานภาพดี ๆ ก็ทำให้เด็กได้ซึมซับการมีความสุขอย่างช้า ๆ ทุกวัน เพราะด้วยโลกสมัยใหม่เต็มไปด้วยการเสฟสุขด้วยความเร็วสูง นั่นคือการเล่นเกม ดูทีวี ดูการ์ตูน

นอกจากความอดทนและการให้เด็กรู้จักค้นพบการมีความสุขอย่างช้า ๆ แล้ว การปลุกฝังให้เขาเรียนรู้จิตใจผู้อื่น เข้าใจและเห็นใจคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และรู้จักเอาใจเราใส่ใจเขา ก็เป็นก้าวที่สำคัญในการบ่มเพาะต้นกล้าแห่งสันตวิธิ

## จำลองสถานการณ์

หากคุณครูกำลังเผชิญสถานการณ์ที่เด็กสองคนกำลังแย่งของเล่น หรือแบ่งของกันไม่ลงตัว คุณครูควรเข้าไปดูเหตุการณ์อย่างสงบและเป็นกลาง ไม่ตัดสินหรือขึ้นว่าใครถูกใครผิด

คุณครู : “คุณครูขอให้เธอล้ำว่าเกิดอะไรขึ้นจนจบ และคุณครูจะฟังบีด้วยเช่นกัน ระหว่างนี้คุณครูและบีจะฟังเธออย่างสงบ ไม่พูดแทรกนะคะ”

เมื่อเด็กหญิงเอเล่าจบแล้ว คุณครูก็ให้เด็กหญิงบีเล่าเช่นกัน โดยที่ไม่พูดแทรกหรือตัดสินในคำถามที่ถามออกมา

คุณครู : “ขอบคุณเอและบีมากที่เล่าให้คุณครูฟัง แต่คุณครูคิดว่าเรื่องนี้หนูทั้งสองคนน่าจะตกลงกันเองได้ สำหรับคุณครู คุณครูไม่ยากเห็นเด็กที่คุณครูรักสองคนเถียงกัน แย่งของกัน คุณครูหวังว่าเราทั้งสองคนจะตกลงกันดี ๆ และเล่นด้วยกันได้”

คุณครูสามารถบอกความคาดหวังของตัวเองให้เด็กทราบ และให้เขาลองแก้ไขปัญหาของตัวเอง พร้อมเฝ้าสังเกตการณ์ สันติวิธีสำหรับเด็กก็เหมือนต้นกล้าเล็กที่เพาะมาจากเมล็ดพันธุ์ที่แข็งแรง และถูกรดน้ำพรวนดินอยู่ในธรรมชาติที่เหมาะสม สงบงาม เมื่อต้นกล้าเติบโตใหญ่ ไม่ว่าจะเจอพายุใหญ่ ลมแรง ฝนกระหน่ำ หรือสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง ต้นไม้ต้นนี้ก็คงพร้อมที่จะเผชิญเป็นต้นไม้ที่ยังรากลงดินให้ตัวเองได้มั่นคง แม้มกั้งก้านอาจโดนพายุพัดปลิว แต่ยอดใบใหม่ก็พร้อมผลิบาน เพราะรากได้หยั่งลงดินอย่างสมบูรณ์

### นิทานอุ่นเครื่อง



#### ดวงใจใฝ่ธรรม

ชิวัน วิสาสะ เรื่อง-ภาพ / สำนักพิมพ์แพรวเพื่อนเด็ก

หนังสือภาพและภาษาสวยงามที่สอนเรื่องการวางใจไม่ให้อ่อนไหวไปกับสิ่ง ที่เข้ามาปะทะทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งความรู้สึกมั่นคงก็คือความสุขที่แท้จริง นั่นเอง เนื้อหาอาจจะยากไปนิดสำหรับเด็กเล็ก แต่การพูดคุย ชักถาม ระหว่างผู้อ่านและเด็ก ๆ รวมทั้งภาพประกอบที่สื่อสารเรื่องราวชัดเจนจะช่วยให้เด็กเกิดความเข้าใจได้

## ดอกไม้แห่งดวงใจ

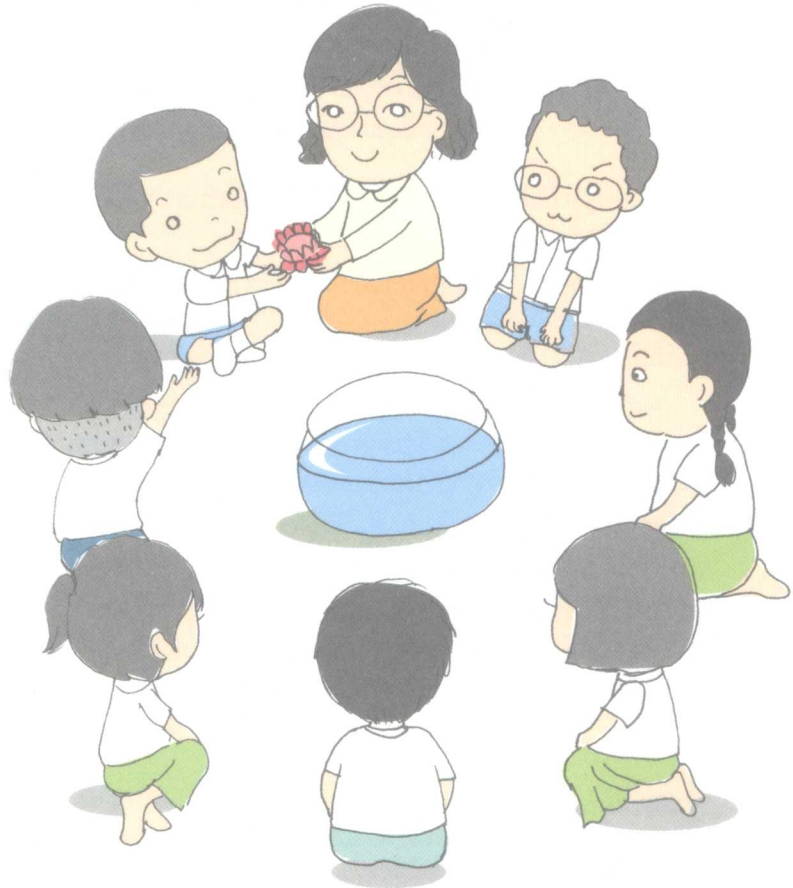
## วัตถุประสงค์

ให้เด็ก ๆ ได้มีช่วงเวลาที่สงบ  
และดูแลหัวใจกันและกัน

## อุปกรณ์



- ดอกไม้ หรือดอกบัวดอกใหญ่  
ที่พับอย่างสวยงาม
- อ่างแก้วหรือเซรามิก ขนาดที่เด็ก ๆ  
สามารถถือด้วยสองมืออย่างมั่นคง
- น้ำสะอาด
- เพลงบรรเลงเสียงธรรมชาติเบา ๆ





ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูให้เด็กนั่งเป็นวงกลมล้อมรอบอ่างแก้วที่มีน้ำอยู่ประมาณ 2 ใน 3 ของอ่าง
2. คุณครูกล่าวคำว่าสวัสดีค่ะ/ครับ และชวนให้เด็ก ๆ สวัสดีพร้อมสบตาเพื่อน ๆ สวัสดิ์คนทางขวา สวัสดิ์คนทางซ้าย สวัสดิ์คนที่อยู่ด้านหน้า
3. คุณครูกล่าวคำว่า “สวัสดีเด็ก ๆ” และหยิบดอกบัวมาพับ บอกเด็กว่า “ดอกบัวดอกนี้เป็นดวงใจของหนู คุณครูอยากให้เด็ก ๆ ช่วยกันประคอง ดูแล และส่งกลับมาให้คุณครู” (พร้อมยิ้มอย่างสงบ) คุณครูเอาสองมือประคองส่งให้เด็ก ๆ และให้เด็กส่งต่อกันเป็นวงกลม
4. คุณครูกล่าวว่า “ขอบคุณค่ะ/ครับ” แล้วชวนให้เด็ก ๆ ได้ขอบคุณคนทางซ้าย และขวาที่ได้ช่วยดูแลดอกไม้ไม่ให้บอบช้ำจนมาถึงมือคุณครู
5. คุณครูนำดอกไม้ไปลอยน้ำในอ่างแก้ว พร้อมประคองอ่างกลับมาหนึ่งที่เดิมอย่างสงบ เล่าให้เด็กฟังว่า “ดวงใจของเรากำลังว่ายน้ำอย่างมีความสุข น้ำใสสะอาดมาก คุณครูอยากให้เราช่วยประคองดวงใจที่กำลังว่ายน้ำอีกครั้ง” คุณครูส่งอ่างแก้วให้เด็กส่งต่อให้เพื่อนโดยให้น้ำกระเพื่อมน้อยที่สุดจนวนกลับมาที่เดิม
6. คุณครูขอบคุณเด็ก ๆ ที่ได้ช่วยประคองดอกบัวดวงใจวนกลับมา แนะนำให้เด็ก ๆ ได้ “ขอโทษ” หากทำน้ำหกจากอ่าง และสอนให้เด็ก ๆ กล่าวคำว่า “ไม่เป็นไร”
7. นำอ่างแก้ววางไว้ที่โต๊ะคุณครู

คำอธิบาย

- กิจกรรมนี้จะทำให้พวกเขาได้รู้จักและภูมิใจที่จะใช้คำว่า “สวัสดีค่ะ/ครับ” “ขอบคุณค่ะ/ครับ” “ขอโทษค่ะ/ครับ” “ไม่เป็นไรค่ะ/ครับ” เพราะสิ่งคำนี้เป็นคำเชิงบวกที่พูดเมื่อไรก็ทำให้หัวใจของเรารู้สึกดี การที่เด็กได้รู้จักสิ่งคำนี้และใช้สิ่งคำนี้บ่อย ๆ ก็เหมือนได้รดน้ำต้นสันติวิธีในใจตัวเอง
- กิจกรรมนี้สามารถทำได้ทุกเช้า ให้เด็กได้เริ่มต้นวันอย่างสงบและอยู่กับหัวใจตัวเอง เห็นคุณค่าของตัวเองตั้งน้ำในอ่างที่ใสที่ส่องมองเห็นใบหน้ายิ้มแย้มของตัวเอง และประคองส่งต่อให้ผู้อื่นอย่างสงบและมั่นคง

คำแนะนำเพิ่มเติม

- ตอนแรกเด็ก ๆ อาจจะกลัวที่จะร่วมดูแลดวงใจ เพราะพวกเขาถูกห้ามไม่ให้ยุ่งกับของที่สามารถแตกได้มาตลอด คุณครูให้กำลังใจเด็ก ๆ ด้วยนะคะ เด็ก ๆ อาจจะทำน้ำหกบ้าง คุณครูบอกเด็ก ๆ อย่างสงบว่า “ไม่เป็นไร” “พรุ่งนี้คุณครูเชื่อว่าหนูจะดูแลเขาได้ดีขึ้น”
- เพลงบรรเลงที่เปิด ควรเป็นเพลงที่ผ่อนคลายและแผ่วเบา เด็ก ๆ รู้สึกผ่อนคลาย ปลอดภัย และสงบพอที่เขาจะมีสมาธิ
- กิจกรรมนี้เพียงแค่นำกิจกรรมสงบ ไม่คาดหวัง ไม่ส่งแรงกดดัน กิจกรรมจะผ่านไปและพัฒนาขึ้นจนไม่มีเด็กคนไหนทำน้ำหกจากอ่างอีกเลย

# ACTIVITY

# 02

## ฉันและเธอ เราคือเพื่อนกัน

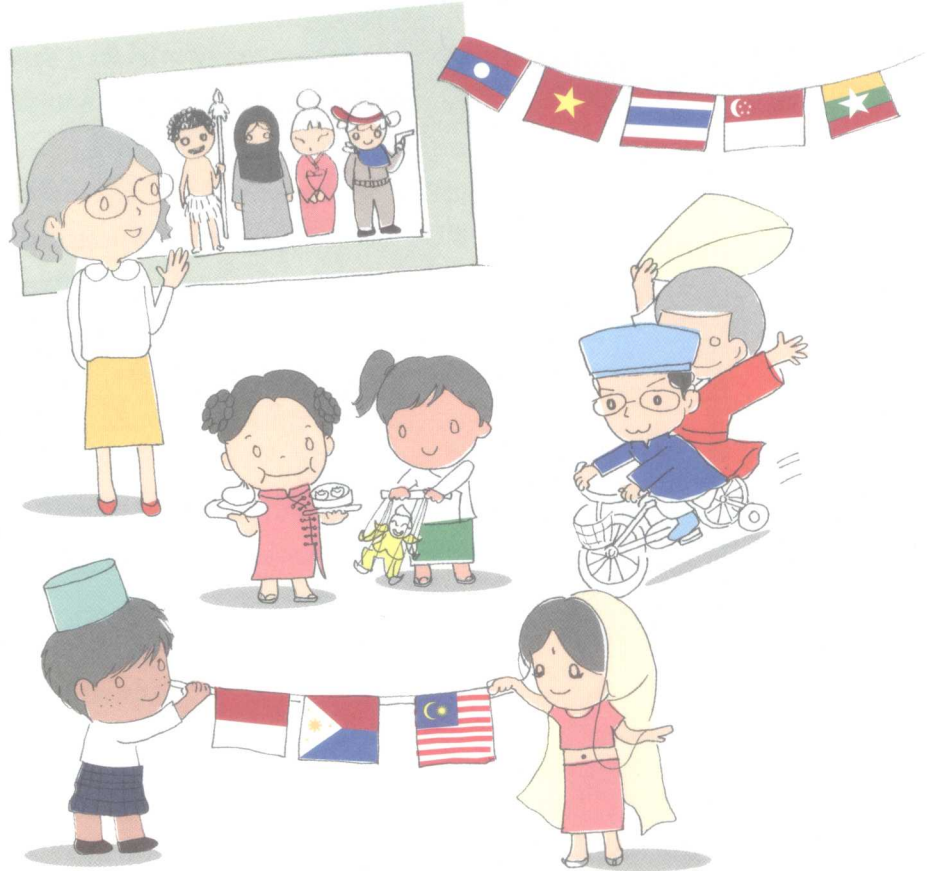
### วัตถุประสงค์

ให้เด็ก ๆ เรียนรู้ถึงชาติพันธุ์  
ความหลากหลาย แตกต่างของ  
เพื่อนมนุษย์

### อุปกรณ์



- รูปภาพผู้คนที่หลากหลายจาก  
ทั่วทุกมุมโลก เช่น คนที่มีอาชีพ  
ต่าง ๆ ไนลิ่งคม (คนกวาดถนน  
นักธุรกิจ คนขายพวงมาลัย  
หมอ นักเรียน) คนในอาเซียน  
คนในทวีปเอเชีย คนแอฟริกัน
- ชุดเสื้อผ้าต่าง ๆ ที่บ่งบอก  
ถึงอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์





ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูเล่าเรื่องตัวเองว่าเป็นคนที่ไหน มีถิ่นกำเนิดจากที่ใด และถามเด็ก ๆ ว่าใครทราบถิ่นกำเนิดของคุณพ่อคุณแม่หรือไม่ อย่างไร
2. นำภาพที่คุณครูเตรียมมาให้เด็กดู และถามเด็กถึงเรื่องสีผิว ลักษณะการแต่งกาย ความแตกต่างภายนอกเบื้องต้นที่มองเห็น และเชื่อมโยงให้เด็กเข้าใจว่าทำไมเขาถึงแต่งกายแบบนี้ เช่น ภาพผู้คนในทะเลทรายที่แต่งกายมิดชิด เพราะป้องกันพายุทราย
3. จัดมุมแต่งตัวให้เด็ก ๆ ได้ลองใส่เสื้อผ้าประจำชาติต่าง ๆ หรืออาจทำฉากง่าย ๆ ให้เด็กร่วมระบายสี ทำกิจกรรมศิลปะง่าย ๆ ของวัฒนธรรมอื่น หรือคุณครูอาจจะทำมุมแนะนำเพื่อนบ้านแต่ละประเทศ พร้อมนำเพลงหรือนิทานของประเทศนั้น ๆ หมุนเวียนมาเล่าให้เด็กฟัง
4. หากโรงเรียนอยู่ในพื้นที่ที่มีความหลากหลาย สามารถจัดให้ทุกวันศุกร์เป็นวันที่เด็ก ๆ ได้แต่งกายตามชนเผ่าและวัฒนธรรมของตน เชิญครอบครัวของเด็ก ๆ ผลัดกันมาเป็นแขกรับเชิญ

คำอธิบาย

นอกจากเรียนรู้ที่จะดูแลภายในหัวใจตัวเองแล้ว เด็กควรเรียนรู้และเข้าใจว่าโลกใบนี้มีความหลากหลาย ทั้งทางชาติพันธุ์ สภาพแวดล้อมทางสังคม วิถีชีวิต ความเชื่อ ภาษา วัฒนธรรม และแม้ว่าจะแตกต่างกันโดยพื้นฐาน แต่เด็กสามารถเข้าใจได้ว่าเราต่างมีความเป็นมนุษย์เท่ากัน สอนให้เด็กเคารพในความแตกต่าง เคารพในเพื่อนมนุษย์ ทำความเข้าใจในความหลากหลาย เรียนรู้ที่จะดูแลมิตรภาพ เรียนรู้ที่จะเป็นเพื่อนกับทุกคน

คำแนะนำเพิ่มเติม

ซีดีเพลงชุด "สบตาอาเซียน" ของคุณคักดีสิริ มีสมสืบ บทเพลงแห่งการบอกเล่าจะทำให้เด็ก ๆ เข้าใจความแตกต่างหลากหลายของประเทศเพื่อนบ้าน

# ACTIVITY 03

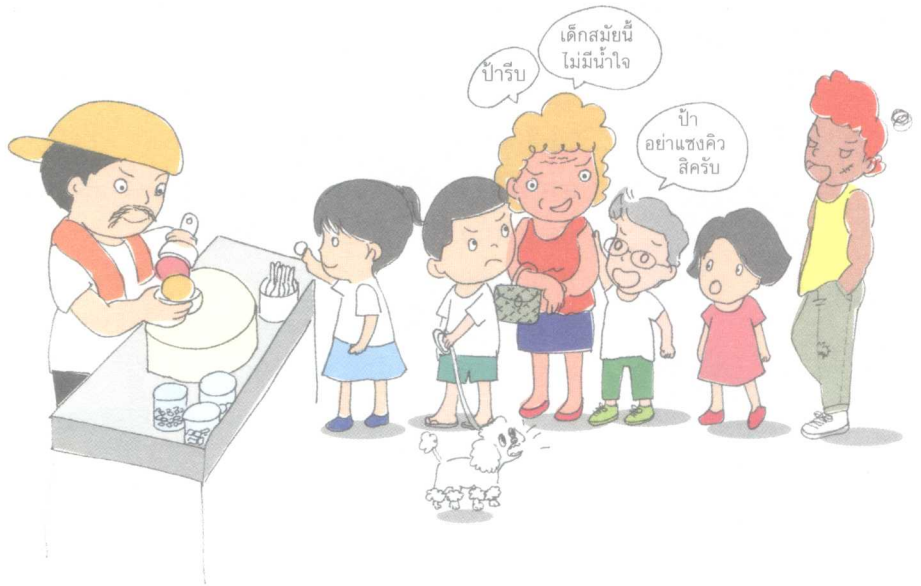
## เมืองแสนสุข

### วัตถุประสงค์

เพื่อจำลองสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน และให้เด็ก ๆ ได้ร่วมตัดสินใจพร้อมทั้งนำเสนอแนวทางแห่งสันติวิธี

### อุปกรณ์

- นักแสดงคือคุณครูและเด็ก ๆ ตามสถานการณ์จำลอง



การจำลองสถานการณ์ที่เด็กอาจเคยเผชิญ หรืออาจจะเกิดขึ้นในสังคมโดยที่มีเด็กร่วมเป็นหนึ่งในสถานการณ์นั้น ไม่ว่าจะในโรงเรียน โรงอาหาร ร้านขนม ศูนย์การค้า ห้องถนน จะทำให้เด็กมีชุดการตัดสินใจ และเชื่อมั่นในทางเลือกที่จะแสดงออก แยกแยะระหว่างสิ่งที่ควรทำและสิ่งที่ไม่ควรทำได้อย่างแจ่มแจ้งมากขึ้น

ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. ชักชวนให้เด็ก ๆ แสดงบทบาทสมมติ โดยร่วมเป็นนักแสดงพร้อมกับคุณครู คุณครูเล่าฉากและเหตุการณ์ดังนี้ : ณ โรงอาหารภายในโรงเรียน ในขณะที่เด็ก ๆ กำลังต่อแถวเพื่อรอซื้อขนม ขณะนั้นเองมีคนหนึ่งทำทางรีบร้อนเข้ามา แชนคิวทันที (คุณครูเล่นเป็นคนแชนคิว) ถึงจุดนี้คุณครูให้ทุกคนค้างไว้
2. คุณครูตั้งคำถามกับเด็ก ๆ ว่า “เด็ก ๆ จะทำอย่างไรคะ หากเข้าแถวแล้วมีคนมาแชนคิว” คุณครูอาจให้เด็กคนที่ถูกแชนคิวเป็นคนตอบก่อน แล้วถามเด็กคนอื่นให้ตอบทีละคน
3. ลองเปลี่ยนคนที่ถูกแชนคิวมาเป็นคนแชนคิวคนอื่นบ้าง ถามคำถามเดียวกัน
4. เด็กบางคนอาจจะตะโกนบอกเด็กคนนั้นว่า “ไม่ให้” หรือบางคนอาจจะยอมหรือบางคนมีชุดคำตอบที่มีคำรุนแรง ขอให้คุณครูไม่ตำหนิ พุดเชิงลบ แต่ชี้ให้เห็นปัญหาว่า ถ้าเราตอบสั้น ๆ ผลจะเป็นเช่นไรต่อไป เด็กคนที่แชนคิวอาจจะโกรธ ผลัก หรือยียวนให้เราโมโห เด็กจะทำเช่นไรต่อไป แม้แต่การยอมให้แชนคิว คุณครูควรบอกเด็ก ๆ ว่าเด็กทุกคนอยากทานขนมเท่ากัน และทุกคนสามารถเข้าคิวได้ การให้เพื่อนแชนคิวจะทำให้เพื่อนไม่รู้จักรอคอยและไม่เคารพกติกา
5. คุณครูชี้แนะคำพูดเชิงบวกให้เด็ก เช่น “ช่วยรบกวนไปต่อคิวได้ไหมคะ” “เธอคงรีบ แต่เราก็กำลังรอคิวเช่นกัน ไปต่อคิวนะ” ทั้งนี้ น้ำเสียง สีหน้าและการแสดงออกก็เป็นส่วนหนึ่งของท่าที่เช่นกัน คุณครูที่ร่วมแสดงต้องทำให้เด็ก ๆ มั่นใจว่าทั้งคำพูด น้ำเสียง สีหน้า และท่าที่แสดงออกเป็นเชิงบวกเพื่อเข้าสู่การแก้ปัญหาอย่างสันติวิธี

คำอธิบาย

สันติวิธีคือการจัดการสถานการณ์ที่เกิดขึ้นให้ยุติธรรมและสูญเสียน้อยที่สุด ทั้งยังเข้าใจอารมณ์ตัวเอง ปล่อยวาง และให้อภัยอย่างแท้จริง หากคุณครูช่วยให้เด็กได้มีทางเลือกในการแก้ไขปัญหา สร้างชุดการตัดสินใจเชิงบวกใหม่ ๆ เข้าไปในใจเด็ก เวลาที่เด็กเผชิญหน้ากับปัญหาและภาวะทางอารมณ์จะได้มีทางเลือกในการหยิบใช้ในการตัดสินใจแก้ไขปัญหา

คำแนะนำเพิ่มเติม

คุณครูหาคำคลังเชิงบวกสะสมไว้เยอะ ๆ เพื่อที่จะได้มีไว้แนะนำให้เด็กได้เอาไปใช้ (เช่น ขอบคุณมาก ไม่เป็นไรจะน่ารักจังเลยนะ กล้าหาญมากจ๊ะ มีน้ำใจเสมอเลยนะ ฉันทขอช่วยอีกแรงนะ ลู๊ ๆ นะ อย่าเพิ่งท้อ ลองทำใหม่อีกครั้งสิ เธอต้องทำได้แน่ ๆ พยายามเข้านะ เป็นต้น)

## เด็กกับความมีจิตสาธารณะ

จิตสาธารณะ หมายถึง ความรู้สึกตระหนักรู้ต่อสิ่งที่เป็นส่วนรวม การคำนึงถึงกันและกัน การดูแลสิ่งของที่ใช้ร่วมกันหรือการดูแลสังคมให้น่าอยู่ รู้สึกถึงหน้าที่ในการมีส่วนร่วมดูแลรักษาสาธารณสมบัติ จิตสาธารณะไม่ได้หมายถึงการทำเพื่อผู้อื่นเพียงอย่างเดียว แต่ยังหมายถึงการพัฒนาจิตใจที่สำคัญของตนเองให้เป็นบุคคลที่คิดถึงผู้อื่น คิดว่าในสิ่งที่เราทำอาจจะกระทบต่อผู้อื่น ทั้งกาย วาจา ใจ สิ่งของ เป็นทั้งนามธรรมและรูปธรรม เด็กสามารถมีจิตสาธารณะได้ในวิถีชีวิตทั่วไป โดยการเคารพในกติกาสังคม เช่น ข้ามถนนตามทางม้าลายหรือสะพานลอย การทิ้งขยะลงถัง ไม่ทิ้งลงในแม่น้ำ ลำคลอง หรือข้างทาง การแบ่งปันของของตัวเองมี ที่ยังดีอยู่แต่ไม่ได้ใช้แก่คนอื่น เด็กควรเข้าใจถึงการให้ที่สมบูรณ์ ก็คือการให้ที่คนรับได้ใช้ประโยชน์จริง ๆ ไม่ใช่เพียงแค่ให้เพราะเราอยากให้ แต่การให้นั้น ๆ จะเป็นการเติมเต็มในสิ่งที่อีกคนขาดแคลน

นิทานเรื่อง “เม่นหลบฝน” เป็นนิทานภาพไร้อักษร คุณครูสามารถพูดคุยให้เด็ก ๆ ได้ร่วมแสดงความคิดเห็นได้ตลอดทั้งเรื่อง แม่ม่นจะเป็นสัตว์ตัวเล็กที่ไม่มีใครกล้าเข้าใกล้ด้วยหนามที่แหลมคม แต่เมื่อเผชิญปัญหาหาร่วมกันก็สามารถแบ่งปันและจัดสรรพื้นที่กันอย่างลงตัว เพียงแค่เราเริ่มที่อยากจะแบ่งปัน วิธีการก็จะตามมา เหมือนตอนท้ายที่ทุกตัวต้องร่วมกันตัดสินใจว่าข้างตัวใหญ่จะเข้ามาหลบฝนได้ไหม แล้วเม่นละ จะไปอยู่ที่ไหน เมื่อเห็นว่าสัตว์น้อยสัตว์ใหญ่ที่แตกต่างแต่อยู่ร่วมกันได้ด้วยการแบ่งปันกันและกัน การคิดถึงและใส่ใจกันและกันก็ทำให้ป่าใหญ่น่าอยู่ขึ้น

การปลูกฝังเรื่องจิตสาธารณะในโรงเรียนจึงเป็นเรื่องใกล้ตัว เพราะโรงเรียนเป็นศูนย์กลางคล้ายการจำลองสังคมเล็ก ๆ เตรียมเด็กให้พร้อมที่จะก้าวสู่สังคม เด็ก ๆ ได้ใช้สิ่งของร่วมกัน เด็กใช้ห้องน้ำร่วมกัน การฝึกให้เด็กตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสิ่งของ ดูแล

จุดต่าง ๆ เช่น ห้องน้ำ สนามเด็กเล่น โรงอาหาร ห้องสมุด ก็ล้วนเป็นการปลูกฝังให้เขาใส่ใจดูแลของส่วนกลางที่ใช้ร่วมกันทุกวัน ขยายสู่การให้พวกเขาได้ร่วมดูแลสถานที่ในชุมชน วัด ถนน ลานบ้าน แม่น้ำลำคลองใกล้ ๆ ตัว

นอกจากการดูแลสิ่งของที่ใช้ร่วมกัน การที่让孩子ได้มีประสบการณ์ในการดูแลผู้คน โดยเฉพาะคนที่ขาดแคลน หรือคนที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ ก็สำคัญไม่แพ้กัน ลอง让孩子ได้มองหาจากสิ่งเล็กๆ รอบตัว ชักชวนให้เขาคิดว่าเพราะอะไร ทำไมเราต้องร่วมดูแล เราช่วยอะไรได้บ้าง เราลงมือทำอะไรได้บ้าง เมื่อหัวใจพอโต มีสุขกับการอยากออกไปดูแลผู้คน ประตุแห่งจิตสาธารณะในหัวใจเด็ก ๆ ก็เปิดทาง

เรื่องจิตสาธารณะเป็นเรื่องความรู้สึกที่ต้องลงมือทำ โดยเริ่มจากตัวเอง โรงเรียน ชุมชน สู้สังคม

## นิทานอุ่นเครื่อง



### เม่นหอบฝน

ปรีดา ปัญญาจันทร์ เรื่อง-ภาพ / สำนักพิมพ์แพรวเพื่อนเด็ก

นิทานภาพที่ไม่มีตัวหนังสือ เล่าเหตุการณ์ในขณะที่ฝนตก สัตว์ต่าง ๆ จึงเข้ามาหอบฝนได้ต้นไม้ใหญ่ จะทำอะไรเมื่อ “เม่น” สัตว์ที่มีขนยาวแข็ง เป็นอุปสรรคกับการอยู่ร่วมกับผู้อื่นจึงเข้ามาหอบฝนด้วย ทำทนายให้เด็กช่วยกันแก้ปัญหาสถานการณ์เฉพาะหน้าได้อย่างสนุกสนาน



# ชวนการผู้พิทักษ์

## วัตถุประสงค์

ให้เด็กเข้าใจเรื่องพื้นที่สาธารณะ  
และร่วมกันดูแลของใช้ส่วนรวม

## อุปกรณ์



- กระดาษ
- สีไม้ สีเมจิก
- แวนชยาย
- กระดาษกาว



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูชักชวนให้เด็ก ๆ เป็นนักสำรวจน้อย (เริ่มด้วยการพับหมวกกระดาษใส่คนละใบ ถัดมาชวนแยก แต่งตัวให้เด็กรู้สึกที่กำลังทำภารกิจที่น่าตื่นเต้น) พาเดินไปรอบ ๆ โรงเรียนและทำแผนที่ วาดแผนผังโรงเรียน ชวนเด็กคุยว่าชอบไปเล่นมุมไหน เพราะอะไร และจะมีวิธีดูแลของใช้ส่วนรวมอย่างไร
2. ชวนกันวาดรูปและวาดสัญลักษณ์นำไปแปะบริเวณที่ใช้ร่วมกัน เช่น วาดรูปเด็กกระโดดยืมแยมบริเวณสนามเด็กเล่น วาดรูปขยะบริเวณถังแยกขยะ วาดรูปดอกไม้ร้องไห้ปักไว้ที่กระถาง เพื่อไม่ให้เด็กเอามาขยี้
3. “ชวนการผู้พิทักษ์” จะทำหน้าที่สอดส่องว่าข้าวของส่วนรวมขึ้นไหนชำรุด เพื่อที่จะได้ซ่อมแซม ทำรายการแล้วทำป้ายติดรอขบวนการผู้พิทักษ์มาซ่อม
4. จัดวันรวมตัวขบวนการผู้พิทักษ์ ชวนนักการ คุณครูผู้ชาย คุณพ่อคุณแม่มาร่วมซ่อมแซม เช่น ทาสี ซ่อมขาโต๊ะ ซ่อมบานพับตู้หนังสือ ซ่อมชั้นวางจาน เก็บขยะตามใต้ต้นไม้ พร้อมชวนนักการประจำโรงเรียนมาแนะนำการดูแล และใช้สิ่งของอย่างถูกวิธี
5. คุณครูช่วยจัดเวรให้เด็กได้เป็นผู้พิทักษ์ดูแลบริเวณที่รับผิดชอบ

คำอธิบาย

การปลูกฝังเรื่องจิตสาธารณะตั้งแต่ยังเป็นเด็กเล็ก ควรทำควบคู่กับการให้เด็กเรียนรู้ และรักษากติกาทางสังคม เช่น การข้ามถนนตรงทางม้าลายหรือสะพานลอย การแยกขยะก่อนทิ้ง การไม่ส่งเสียงดังจนเกินไป การรู้จักเข้าคิว การไม่เอามือจับในที่ที่ติดป้ายห้ามจับ เช่น ในถ้ำ ภาพเขียนบนผนัง วัด ไม่เดินลัดสนาม เป็นต้น

คำแนะนำเพิ่มเติม

- เด็กทุกคนชอบเล่นเป็นฮีโร่ในตัวละคร หากคุณครูทำกิจกรรมนี้คุณครูจะสนุก เด็กจะสนุกและพร้อมเป็นหนึ่งในขบวนการผู้พิทักษ์อย่างเบิกบาน
- การทำแผนที่โรงเรียน คุณครูอาจจะช่วยทำโครงใหญ่มาให้เด็กช่วยเติมรายละเอียดว่าจุดไหนมีอะไรบ้าง พอเด็กเห็นภาพรวมจะทำให้เขาเข้าใจเรื่องพื้นที่ส่วนรวมมากขึ้น



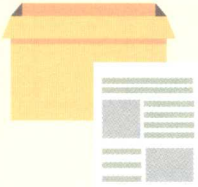
# ACTIVITY 02

## กล่องสะสมความสุข

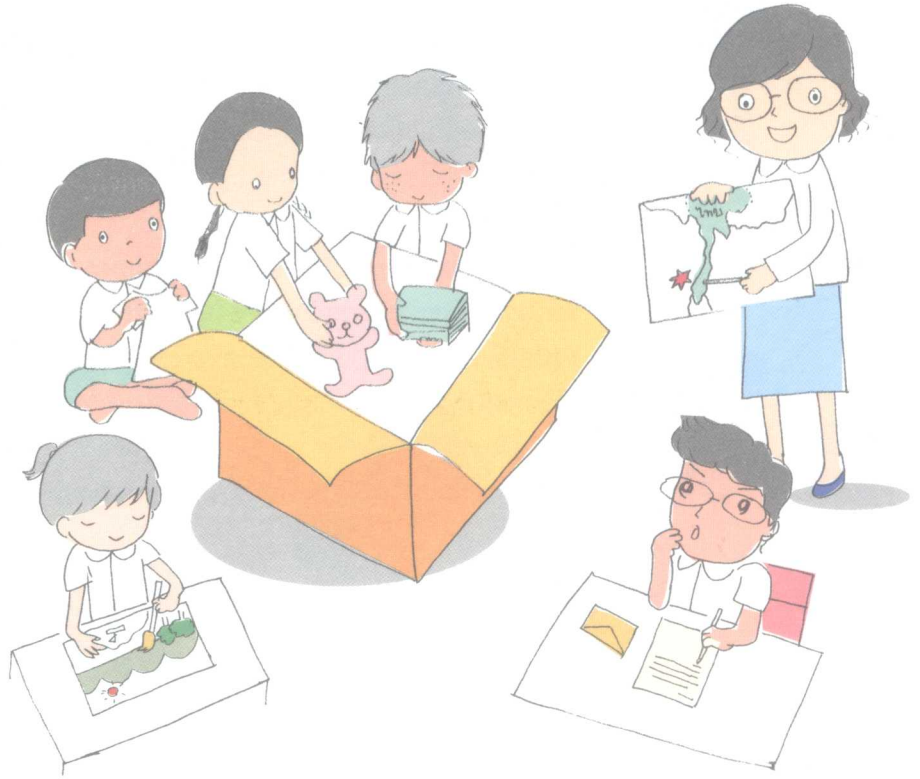
### วัตถุประสงค์

ให้เด็กเรียนรู้เรื่องการแบ่งปัน  
และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

### อุปกรณ์



- กล่องกระดาษใบใหญ่
- ข้อมูลพื้นที่ ภาพถ่ายที่เราจะส่ง  
กล่องความสุขนี้ไป (แปะไว้ที่กล่อง  
หรือจัดนิทรรศการบริเวณนั้น)



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูประชุมวางแผนสำหรับพื้นที่ที่จะส่งมอบความสุข อาจจะหาไว้หลายที่ เพื่อให้เด็ก ๆ มีส่วนร่วมในการตัดสินใจว่าจะเลือกส่งกล่องความสุขนี้ไปที่ใด
2. คุณครูนำข้อมูลมาบอกเล่าให้เด็กฟัง พร้อมทั้งจัดนิทรรศการให้เด็กเห็นภาพมากขึ้น อาจเอาแผนที่ประเทศไทยมาชี้ชวนให้เด็กเห็นภาพรวมว่า เราอยู่ที่ไหน และพื้นที่นั้นอยู่ที่ไหน ภูมิประเทศเป็นเช่นไร อากาศเป็นเช่นไร สถานการณ์ในปัจจุบัน บอกเล่าพร้อมตอบคำถามหากเด็กมีคำถาม
3. ทำจดหมายถึงคุณพ่อคุณแม่ ชักชวนให้คุณพ่อคุณแม่และเด็ก ๆ คิดว่าจะส่งมอบความสุขอะไร โดยที่ไม่เบียดเบียนตัวเองและทางบ้าน อาจจะมองหาจากของรอบตัว เช่น หนังสือนิทานที่อ่านจนจำได้แล้ว เสื้อผ้าที่ยังใช้การได้อยู่แต่คับแล้วของแห้งที่ทางบ้านทำเอง ฯลฯ
4. คุณครูอาจตั้งกล่องประมาณ 1-3 เดือน โดยที่บอกข้อมูลอย่างสม่ำเสมอ ทุกสัปดาห์ หรืออาจชักชวนเด็กเขียนจดหมาย หรือวาดภาพให้กำลังใจใส่เข้าไปในกล่องด้วย
5. คุณครูควรสื่อสารกับปลายทางผู้รับ เมื่อได้รับกล่องสะสมความสุข ผู้รับมีความรู้สึกอย่างไร เพื่อให้เด็กได้เห็นภาพและเข้าใจทั้งกระบวนการของการให้

คำอธิบาย

- การส่งเสริมให้เด็กมีจิตสำนึกแห่งจิตสาธารณะ ไม่สามารถทำได้ผลในวันเดียว ต้องทำให้เป็นเรื่องปกติในชีวิตประจำวัน ควรชี้แนะให้เด็กเห็นคุณค่าแห่งการแบ่งปัน เข้าใจลึกซึ้งถึงคำว่า “ให้” อย่างแท้จริง เพราะบางครั้งเราเพียงอยากให้ เพราะเราอยากให้ แต่ไม่ได้สำรวจหรือหาข้อมูลว่าผู้รับต้องการอะไร
- “กล่องสะสมความสุข” จะเป็นเสมือนกล่องสะสมความสุขที่ผ่านการคิด การใคร่ครวญของเด็ก ๆ ว่าผู้รับน่าจะต้องการอะไรที่แท้จริง เด็กอาจมีเหตุผลที่ง่าย งาม เกินกว่าผู้ใหญ่จะเข้าใจ เช่น กล่องสะสมความสุขกำลังเดินทางไปหาเด็กบนดอยสูงที่ภาคเหนือ ในกล่องอาจจะมีภาพทะเลสวย ๆ หรือดอกไม้จากทะเลก็เป็นได้

คำแนะนำเพิ่มเติม

พื้นที่ส่งมอบความสุขอาจจะมองหาจากใกล้ ๆ เช่น บ้าน คุณตาคุณยายที่อยู่ลำพังในชุมชน สถานับเลี้ยงเด็กกำพร้าใกล้ ๆ หรือคุณครูอาจจะติดต่อโดยตรงกับเพื่อนครูที่ทำงานในถิ่นทุรกันดารก็ได้

# ACTIVITY 03

## เด็กตัวเล็ก ๆ หัวใจใหญ่ ๆ กับภารกิจรักษ้าน้ำเกิด

### วัตถุประสงค์

ส่งเสริมจิตสำนึกในใจเด็ก  
โดยขยายวงออกมาที่ชุมชน

ไม่ต้องมีอุปกรณ์  
ขอแค่คุณครูมองหาโอกาส  
ที่จะพาเด็กไปเชื่อมโยง  
และร่วมงานของชุมชน



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. ติดตามข้อมูลจากชุมชนว่าช่วงเวลาใดมีกิจกรรมของชุมชนบ้าง อาจสอบถามจากผู้ใหญ่บ้าน กำนัน อบต. เทศบาล เพื่อประสานงาน กิจกรรมที่เด็กสามารถช่วยได้ เช่น เก็บขยะที่ชายหาด ถนน ลานวัด ลานบ้าน ร่วมทำเทียนแห่งพรษา ทำฝาย (ช่วยลำเลียงของเบา ๆ) ปลูกต้นไม้ ทาสีศาลา เช็ดถูศาลาวัด ฯลฯ
2. วางแผน เล่าเรื่องราวกิจกรรมที่จะเกิดขึ้น พูดคุยกับเด็กว่า อยากช่วยทำอะไร วางกติกา กำหนดบทบาท บอกวัตถุประสงค์ให้ชัดเจนว่าใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร เพื่ออะไร คุณครูคาดหวังอะไร และเด็กคาดหวังอะไร
3. ร่วมแรงร่วมใจเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน

คำอธิบาย

เด็กเล็กวัย 3-5 ขวบ เรียนรู้เรื่องจิตสาธารณะผ่านการลงมือทำ ทำแล้วเข้าใจว่าสิ่งที่ทำอยู่เป็นประโยชน์ มองเห็นและเข้าใจปลายทางว่าทำไปเพื่ออะไร พวกเขาจะซึมซับ เข้าใจ เข้าใจอยู่ในเนื้อในตัว เป็นวิถีที่อ่อนโยน เสมือนการฝากประจำในธนาคาร เมื่อเด็กเติบโตหัวใจของเขาก็จะเต็มไปด้วยดอกผลแห่งความงาม มีจิตใจที่ดีต่อผู้อื่น จิตสาธารณะจะส่งเสริมหัวใจพวกเขาไม่ใช่เพียงแค่เห็นคนเดือดร้อนขาดแคลนแล้วถึงเข้าไปดูแล แต่จิตสาธารณะที่แท้จริงคือการไม่นั่งนอนใจต่อสิ่งเล็กๆ น้อยๆ การลงมือช่วยเหลือทันที การคิดถึงผลของการกระทำว่าจะสะท้อนหรือเกิดผลกระทบต่อผู้อื่นหรือไม่ การส่งเสริมให้พวกเขาเห็นพฤติกรรมดี ๆ ของผู้ใหญ่ในชุมชน เริ่มจากคนใกล้ตัว ชวนดูเรื่องราวชีวิตของคนที่มีจิตสาธารณะ การนำพาเด็กให้เข้าไปอยู่ในสถานการณ์ของการร่วมแรงร่วมใจ และอธิบายให้เด็กเห็นภาพรวมและผลของสิ่งที่คาดหวัง ตอบในสิ่งที่พวกเขาสงสัย พวกเขาจะเข้าใจและอาสา ลงแรงเต็มที่ เพราะเด็กวัยนี้มีหัวใจอาสาอยู่เต็มเปี่ยมอยู่แล้ว พวกเขาจะพูดเสมอว่า "ให้หนูช่วยนะคะ"

คำแนะนำเพิ่มเติม

- แนะนำรายการทีวีสำหรับเด็กที่สร้างแรงบันดาลใจในเรื่องจิตสาธารณะ เช่น *ทุ่งแสงตะวัน*
- เพลง *อัลบั้มสองวัย 1-3* มีเนื้อหาส่งเสริมจิตสาธารณะและความคิดสร้างสรรค์เชิงบวก
- หากในชุมชนกำลังมีกิจกรรมการร่วมไม้ร่วมมือ เช่น การทำฝาย การทำแนวกันไฟ การเก็บขยะในลำคลอง การแห่เทียนเข้าพรรษา งานบุญ การปลูกป่า หรืออะไรก็ตาม ขอให้คุณครูเริ่มคิดว่าเด็ก ๆ จะทำอะไรได้บ้าง เด็กไม่ใช่ภาระ แต่เด็กคือผู้พิทักษ์ชุมชนที่ดีอีกแรงหนึ่ง

## เด็กกับการเรียนรู้เรื่องการเคารพความแตกต่าง

เด็ก ๆ วัย 3-5 ขวบ เป็นวัยที่เริ่มไปโรงเรียน ออกจากสังคมคนใกล้ชิดคุ้นเคยไปสู่สังคมใหญ่ บุคคลแวดล้อมใหม่ ๆ ที่ไม่คุ้นเคย ไม่ว่าจะเป็นคุณครู หรือเพื่อนร่วมชั้นเรียน เด็ก ๆ จึงต้องเรียนรู้การเปิดใจกว้างยอมรับความแตกต่างของกลุ่มเพื่อนใหม่

คุณครูจะต้องเป็นผู้ชักชวนให้เด็กเข้าใจถึงความแตกต่าง ฝึกการยอมรับตนเองและยอมรับซึ่งกันและกัน ผ่านการพูดคุยถามตอบ และกิจกรรมกระบวนการศิลปะ เมื่อจิตใจของเด็ก ๆ สร้างสรรค์และมีพลังบวก เด็ก ๆ ก็พร้อมที่จะเปิดใจเรียนรู้

คุณครูที่ชวนให้เกิดการเชื่อมโยงความหลากหลายในธรรมชาติใกล้ตัว สู่การทำ ความเข้าใจความหลากหลายของเพื่อน ๆ เรียนรู้ที่จะยอมรับความต่างต่างนั้น ๆ เกิดความภาคภูมิใจในความเป็นตัวของตัวเอง เชื่อมั่นในตนเอง อีกทั้งเรียนรู้ที่จะชื่นชมผู้อื่น เพื่อให้เด็ก ๆ สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมห้องเรียนได้อย่างปกติสุข

ทั้งหมดนี้เป็นพื้นฐานที่จะทำให้เด็กเติบโตไปอย่างเคารพและเข้าใจในความแตกต่างหลากหลายโดยสมบูรณ์

## นิทานอุ่นเครื่อง



### สวีมี

ลีโอ ลีโอ นี เขียน / สาดิตา ทรงวิทยา แปล / สำนักพิมพ์แพรวเพื่อนเด็ก  
สวีมี ปลาน้อยสีดำที่อาศัยอยู่กับผองเพื่อนปลาอื่นๆ ในความไม่เหมือนใคร แต่สวีมีก็สามารถเป็นที่รักของเพื่อนปลาและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นิทานเรื่องนี้ยังให้ข้อคิดเรื่องความสามัคคี การมีความรักในหมู่คณะอีกด้วย

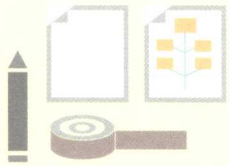


## เชื่อไหม... ไม่มีใครเหมือนกันนะ!

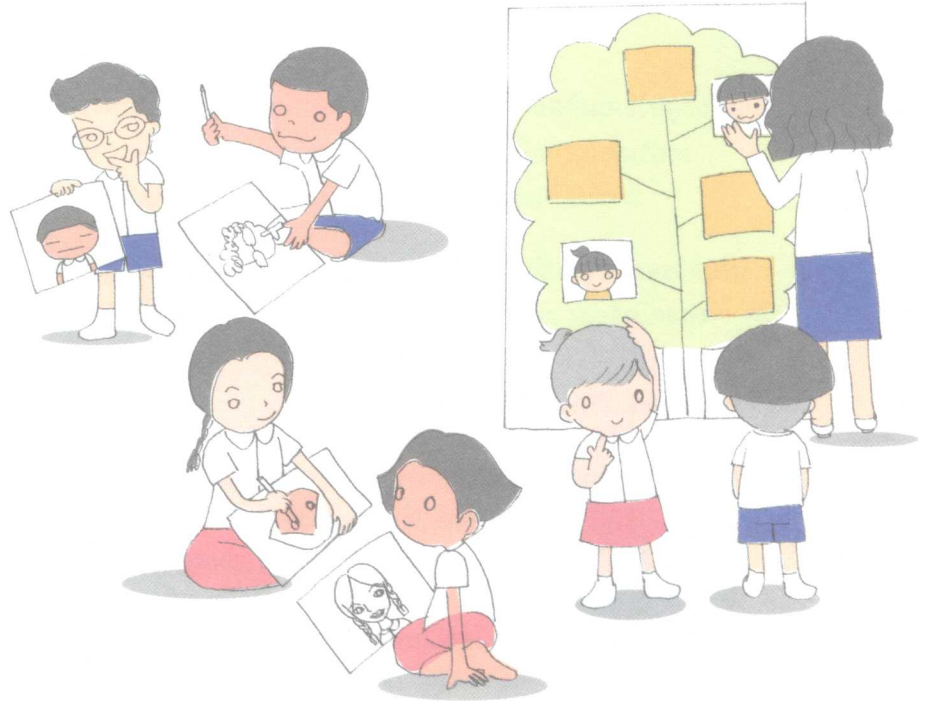
## วัตถุประสงค์

ให้เด็กเฝ้าสังเกต เห็นความงาม ความแตกต่างหลากหลาย รู้จักชื่นชมตนเอง ภาคภูมิใจ และเชื่อมั่นในความเป็นตัวของตัวเอง ขณะเดียวกันก็ยอมรับในความต่างของผู้อื่น และเรียนรู้ที่จะชื่นชมผู้อื่นอย่างจริงจัง

## อุปกรณ์



- กระดาษรองวาด กระดาษวาดรูป หรือกระดาษ A4
- ดินสอ EE
- กระดาษกาว
- แผนภาพ Classroom Family Tree ของห้องเรียน
- ปากกาเมจิกสำหรับเขียนตกแต่ง
- เครื่องเล่นซีดี/ซีดีเพลงที่เหมาะสมกับเด็ก (ควรเป็นเพลงที่มีจังหวะเร็ว เพื่อกระตุ้นให้เด็กตื่นตัว ความยาว 2-3 นาที)



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. ให้เด็ก ๆ จับคู่กัน สลับกันวาดรูปใบหน้าของเพื่อน ให้เวลาเด็กได้มองและเฝ้าสังเกตรายละเอียดบนใบหน้าของคุณตน โดยให้วาดรูปใบหน้าของเพื่อนให้เสร็จภายในเวลาที่กำหนด ซึ่งอาจจะใช้ความยาวของ 1 บทเพลง เปิดเพลงเบา ๆ คลอในระหว่างที่ลงมือวาดรูป
2. เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมสลับกันวาดรูป คุณครูลองหยิบยกภาพวาดใบหน้าขึ้นมา เพื่อให้เด็กลองทายว่าเป็นภาพของใคร แล้วเรียกเจ้าของภาพออกมาเป็นคู่ ช่วงนี้ห้องเรียนจะมีแต่เสียงหัวเราะขำขันภาพที่เด็ก ๆ วาดเอง คุณครูตั้งคำถามว่า “ส่วนไหนบนใบหน้าที่คุณวาดยากที่สุด” “อะไรวาดง่ายที่สุด” “เขามีอะไรเหมือนเราบ้าง” “แล้วเขามีอะไรที่ไม่เหมือนเราบ้าง”
3. ในช่วงของการฝึกให้เด็กรู้จักการชื่นชมผู้อื่น คุณครูตั้งคำถาม “อะไรน่ารักที่สุด/ที่เราชอบที่สุดบนใบหน้าของเพื่อน” รอฟังคำตอบจากเด็ก ๆ  
เด็กอาจจะตอบว่า “ผมของเขาหยิกดีค่ะ หนูชอบ”  
เด็กอาจจะตอบว่า “ตาของเขาโต น่ารักครับ” เป็นต้น  
คุณครูช่วยเสริมความมั่นใจในคำตอบนั้นว่า “ใช่ คุณครูก็เห็นด้วยค่ะ/ครับ” เพื่อให้เด็ก ๆ เกิดความเชื่อมั่นในความคิดเห็นของเขา
4. คุณครูชักชวนให้เด็กช่วยกันนำภาพวาดใบหน้าทั้งหมด มาแปะลงบนแผนภาพ Classroom Family Tree แผนภาพที่มีรูปร่างของสมาชิกทุกคนในห้องปรากฏอยู่ ให้ได้ชื่นชมภาพวาดที่เด็กวาดขึ้นอย่างทั่วถึง

คำแนะนำเพิ่มเติม

ช่วงสรุปกิจกรรม คุณครูต้องสะท้อนให้เด็กเห็นว่า แม้เด็กจำนวนไม่กี่คนในห้องเรายังไม่มีใครที่เหมือนกันเลยสักคนเดียว ทุกคนล้วนแตกต่างกัน เช่น ใบหน้ารูปเหลี่ยม รูปไข่ รูปกลม รูปหัวใจ สีผมที่แตกต่างกันไป ลักษณะเส้นผม สั้น ยาว หยิก พู หนา บาง สีตาดำบ้าง น้ำตาลบ้าง ตาตี๋ ตาโต คิ้วบาง คิ้วดก มีลักยิ้ม ไม่มีลักยิ้ม สีผิวขาว ผิวเหลือง ผิวคล้ำ แต่ในความไม่เหมือนกันเลย ทุกคนต่างก็มีความน่ารักอยู่ในตัว

# ACTIVITY 02

## ความต่างเป็นเรื่องธรรมชาติ

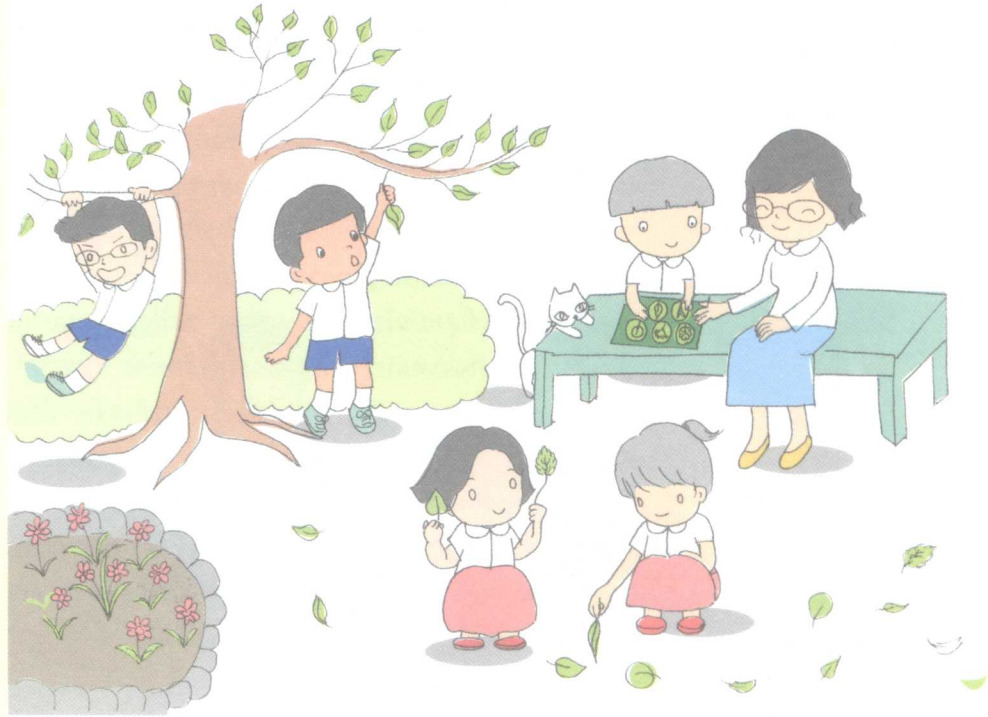
### วัตถุประสงค์

นำเอาความแตกต่างหลากหลาย  
ในธรรมชาติใกล้ตัว เช่น ความ  
แตกต่างของใบไม้แต่ละชนิด  
มาเป็นสื่อในการสอนเด็ก เพื่อ  
ชี้ให้เห็นในความแตกต่างของ  
สิ่งมีชีวิตอื่น ๆ

### อุปกรณ์



- ใบงาน “กรอบรูปใบไม้”  
ทำจากกระดาษแข็งขนาด A4  
(ตามรูป)
- กระดาษขาว
- ปากกามะจิกสำหรับเขียนตกแต่ง



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูชวนเด็ก ๆ ลงสวน เพื่อเก็บใบไม้ที่ร่วงหล่น ลองกำหนดกติกาให้เด็กเก็บใบไม้ต่างชนิดกันมาคนละ 5 ใบ
2. เอาใบไม้ที่เก็บได้มาจัดวางใส่กรอบรูปใบไม้ที่ได้รับแจก คุณครูชวนพูดคุย กระตุ้นความคิดเห็นเรื่องความแตกต่างในธรรมชาติ ด้วยการตั้งคำถาม เช่น “ตอนเก็บใบไม้ไม่เหมือนกันเลย 5 ชนิด ยากไหมคะ/ครับ” ซึ่งเด็ก ๆ ก็จะตอบว่า ไม่ยาก เพราะในสวนนั้นมีต้นไม้อยู่หลายชนิด หรือตอบว่า ยาก เพราะใบไม้ดูเหมือนกันไปหมด ถ้าเป็นคำตอบอย่างหลัง คุณครูลองเสนอให้เด็กสังเกตดูดี ๆ ว่าใบไม้เหมือนกันหมดจริงหรือเปล่า “รูปทรงเหมือนกันไหม” “สีละเหมือนกันหมดจริงหรือเปล่า” “เส้นใบเป็นอย่างไร” หรือถามต่อไปว่า “ทำไมถึงเลือกเก็บใบนั้นใบนี้ เพราะอะไร มันสวยงามอย่างไร”
3. ชักชวนให้เด็กนำ “กรอบรูปใบไม้” จัดแต่งเป็นนิทรรศการ “ความแตกต่างเป็นเรื่องธรรมชาติ” เพื่อให้ทุกคนเห็นใบไม้ของเพื่อนในห้อง

# ACTIVITY 03

## ปลาใบไม้ รวมใจเป็นหนึ่ง

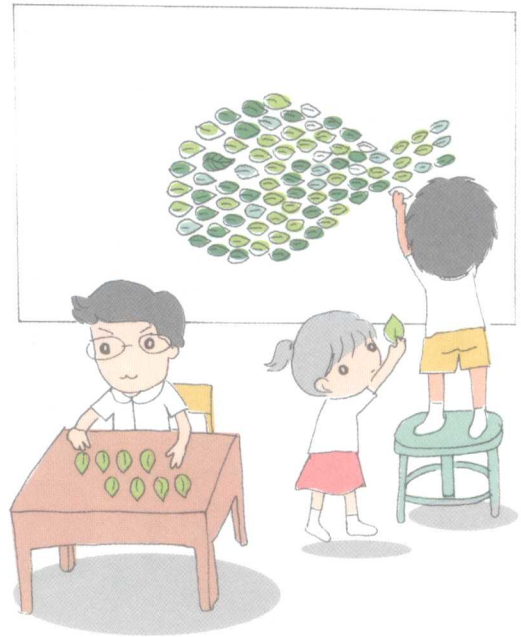
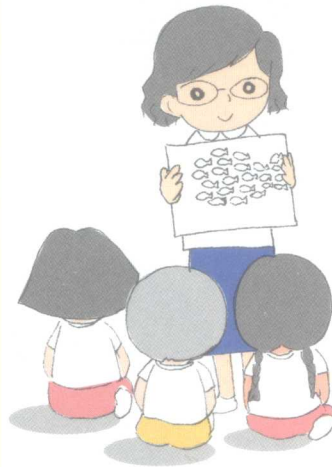
### วัตถุประสงค์

เรียนรู้ว่าในความแตกต่าง  
ของแต่ละคน ทุกคนก็มีข้อดี  
ยอมรับและภูมิใจในตนเอง

### อุปกรณ์



- เครื่องฉายโปรเจ็กเตอร์  
จอฉาย คลิปวิดีโอสวิตช์
- กระดาษสีขาวแผ่นใหญ่
- ใบไม้จากกิจกรรม  
"กรอบรูปใบไม้"
- กระดาษกาว
- ปากกาเมจิกสำหรับ  
เขียนตกแต่ง



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. เปิดคลิปวิดีโอเรื่อง “สวิมมี”  
<https://www.youtube.com/watch?v=xYAJdRHujLg>
2. เล่านิทานเรื่อง “สวิมมี” ซ้ำอีกครั้ง เพื่อให้เด็กได้เข้าใจความแตกต่าง ความหลากหลาย และยอมรับความแตกต่างนั้นๆ ผ่านกระบวนการพูดคุย
3. ตั้งคำถามให้เด็กช่วยกันตอบ ทบทวนหัวใจของเรื่อง เช่น “สวิมมีเป็นใคร” “สวิมมีไม่เหมือนเพื่อนตรงไหน” “ตอนแรกเพื่อน ๆ ปลาสีแดงรู้สึกอย่างไร กับสวิมมี” “สวิมมีช่วยเหลือเพื่อนให้รอดพ้นจากเจ้าปลาทูน่าจอมโหดได้อย่างไร” “แล้วตอนหลังเพื่อน ๆ รู้สึกอย่างไรกับสวิมมี” “เด็ก ๆ อยากเป็น สวิมมีบ้างไหม” คำตอบจะช่วยให้คุณครูสังเกตเห็นว่าเด็กเข้าใจและยอมรับความแตกต่างได้ลึกซึ้งแค่ไหน อย่างไร
4. จากนั้นชวนให้เด็กนำใบไม้จากกิจกรรม “กรอบรูปใบไม้” มาแปะที่ละใบประกอบเป็นปลาตัวใหญ่ (เหมือนในเรื่องสวิมมี) ใบไม้ 1 ใบแทนปลาตัวเล็ก 1 ตัว โดยให้เด็กค้นหาใบไม้ที่มีสีดำที่สุดเป็นตัวแทนสวิมมี ปลาน้อยสีดำ ให้เด็กประมวลความเข้าใจมาสร้างสรรค์ใหม่เป็นงานศิลปะ

คำอธิบาย

เชื่อมโยงเรื่องราวจากตัวละครในนิทานเรื่อง “สวิมมี” กับความแตกต่างของสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นใบไม้รูปร่างต่าง ๆ ที่เก็บมา ไม่ว่าจะเป็นเด็กในห้องเรียนเอง ต่อยอดกิจกรรมด้วยกระบวนการทำงานศิลปะ เพื่อนำมาให้เด็กเข้าใจความแตกต่างหลากหลายให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

คำแนะนำเพิ่มเติม

การสร้างบรรยากาศในห้องด้วยการตกแต่งภาพสกรูปของเรื่อง สวิมมี ไว้บนกำแพง จะเป็นการช่วยเตือนให้เด็กยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน ว่าแต่ละคนนั้นมีดีในตัวเอง เช่นเดียวกับสวิมมี ปลาน้อยสีดำ ทำให้ความหมายและความเข้าใจการเคารพความแตกต่างยังคงปรากฏในภาพนั้นทุกครั้ง ที่เด็กหันไปมอง



## เด็กกับจิตใจมุ่งมั่นทำให้สำเร็จ

ความล้มเหลวและประสบความสำเร็จในวัยเด็ก คือสิ่งหนึ่งที่จะกำหนดว่าเด็กคนนั้นเมื่อเติบโตขึ้นจะเป็นเช่นไร การช่วยให้เด็ก ๆ ได้มีประสบการณ์บรรลุความสำเร็จเล็ก ๆ จะทำให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง พัฒนาเป็นความเชื่อมั่นในตนเอง และถึงแม้ว่าเด็กจะล้มเหลวบ้างก็ไม่ใช่เรื่องเสียหาย แต่ควรสอนให้เด็กได้เข้าใจอย่างมีเหตุผล เด็กวัย 3-5 ขวบ เริ่มมีสังคมใหม่ที่นอกเหนือไปจากครอบครัว ความรู้สึกเปรียบเทียบ อิจฉา เพื่อนก็จะเกิดขึ้นได้ ในวัยนี้คุณครูจึงจำเป็นต้องปลูกฝังทัศนคติและเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ส่งเสริมให้เด็กมีความรักสามัคคีในหมู่คณะ ชื่นชมผู้อื่น ขณะเดียวกันก็ภาคภูมิใจในตนเอง เห็นความสำคัญของคนอื่นเท่าเทียมกับตัวเอง และมีจิตใจกล้าหาญ พร้อมเผชิญและมุ่งมั่นกับเป้าหมายของตนเอง

เด็กวัยนี้มักคิดว่าตนมีความสามารถมากกว่าคนอื่น เห็นตัวเองสำคัญและต้องการให้เป็นที่รัก เป็นที่ยอมรับของทุกคน คุณครูจึงจำเป็นต้องลดทอนความสำคัญตนในเด็ก คลายจากเรื่องส่วนตนไปสู่เรื่องส่วนรวม ด้วยการฝึกให้เด็กมีความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รู้จักการให้ความร่วมมือ สามัคคี และความมุ่งมั่นพากเพียร ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่เด็ก ๆ พึงมี โดยทำให้พวกเขาเชื่อมั่นว่าทุกคนสำคัญเท่ากัน ทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของห้องเรียน ทุกคนมีส่วนร่วมในการสร้างความสามัคคี และความเพียร

พยายามมุ่งมั่นนี้เองจะนำไปสู่ความสำเร็จทั้งส่วนตนและส่วนรวม ในชีวิตประจำวัน  
คุณครูค่อย ๆ ปลุกฝังให้เด็กเอาชนะใจตนเองและคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ทำให้  
บรรยากาศที่อยู่ห่างไกลเป็นเรื่องสนุก ทำท่ายให้เด็ก ๆ เรียนรู้และค้นพบคำตอบจากการ  
ลงมือทำ

## นิทานอุ้งเครื่อง



### ช้างโทนกับนกกระเจิบ

นิทานพื้นบ้านภาคกลาง เล่าโดย นายทะนง สังข์โคภา จ. กาญจนบุรี  
เจ้าช้างตัวใหญ่เกรและอวดอ้างว่าตัวเองยิ่งใหญ่ ในที่สุดก็ถูกอีกาและ  
เพื่อนนกดัดนิสัยเกรจนอยู่หมัด จนสำนึกว่าบางครั้งตัวใหญ่ที่สุดก็ไม่ใช่  
จะแข็งแรงที่สุด เก่งที่สุด เราต้องอยู่ร่วมกันและพึ่งพากัน

## ช่างโทนกับนกกระजิบ

ณ ป่าใหญ่ที่มีสัตว์ใหญ่น้อยมากมาย มีช่างโทนตัวหนึ่งมีนิสัยเกเร ชอบแกล้งสัตว์ตัวเล็ก ๆ เพราะคิดว่าตัวเองมีขนาดใหญ่โตแข็งแรง ไม่มีใครสามารถต่อกรด้วยได้

เช้าวันนี้ช่างโทนนึกสนุก ร้องแปร้น ๆ เสียงดังสนั่น แล้วเดินกร่างขึ้นเขาเพื่อไปเที่ยวและหาผลไม้กิน ขณะเดินอยู่นั้นก็มีนกกระจิบบินวนไปวนมา ช่างโทนถาม “มีอะไร เจ้านกตัวจ้อย”

นกกระจิบตอบว่า “คือว่าข้า...ข้า...ข้าขอร้องถอนนะ อย่าขึ้นมาบนเขาเลย พี่ช่างตัวใหญ่เดินเข้ามาในป่าลึกทำกิ่งไม้หักพังไปหมด รวมทั้งรังของข้าด้วย พี่ช่างไปหาอะไรกินข้างล่างเถอะ”

“ข้าจะไปไหนก็ได้ ยิ่งข้าตัวใหญ่ยิ่งดี ไม่มีใครเหนี่ยวข้า หรือว่าเจ้าอยากประลองกำลังกับข้า”

นกกระจิบมองรังตัวเองที่ตกอยู่บนพื้น ไม่รู้จะอย่างไรนอกจากเกาะอยู่บนกิ่งไม้และร้องไห้ ส่วนช่างโทนก็เดินดุ่มมุ่งหน้าเข้าไปในป่าลึกอย่างคึกคะนอง

ในขณะที่นกกระจิบกำลังครุ่นคิดว่าจะทำอย่างไรดี แผลงวันก็บินผ่านมาพอดี “อ้าว นกกระจิบ ร้องให้ทำไม” แผลงวันถาม นกกระจิบตอบว่า “ก็ช่างโทนนะสิ ขึ้นมาบนเขาทำลายรังเราพังหมดเลย” แผลงวันโมโหแทน “แบบนี้เจ้าก็ไม่มีรังไว้นอนแล้วนะสิ” นกกระจิบพยักหน้า แผลงวันใช้ขาหน้าเคาะหัวตัวเองอย่างใช้ความคิด แล้วก็ชวน นกกระจิบว่า “เราไปพบอีกาสองสหายกันดีกว่า”

เมื่อพากันบินไปหาอีกา นกกระจิบและแผลงวันไม่รอช้าที่จะเล่าเรื่องช่างโทนแก่ให้อีกาสองสหายฟัง อีกาทั้งสองหันหน้าหารือกันแล้วบอกว่า “เรื่องนี้เราต้องขอความช่วยเหลือจากกบด้วย”

เมื่อทั้งสี่พากันไปที่บึงใหญ่เพื่อขอความร่วมมือจากกบ กบตอบว่า “ได้สิ ข้าก็อยากดัดนิสัยช่างตัวใหญ่นี้เหมือนกัน ชอบคิดว่าสัตว์ตัวเล็ก ๆ อย่างเราไม่มีทางสู้” จากนั้นสัตว์ตัวเล็ก ๆ ทั้งห้าก็จับกลุ่มร่วมคิดวางแผน

แล้วแผนการก็เริ่มขึ้น... นกกระजิบบินไปกับแมลงวัน อีกาสองตัวไปด้วยกัน ส่วนนกก็กระโดดผลุงออกไปอย่างรวดเร็ว

ช่างเกอร์กำลังกลั่นแกล้งแย่งอาหารจากพวกลิงอยู่ สหายทั้งห้าเห็นเหตุการณ์ก็ให้สัญญาณปฏิบัติการณ์ทันที...

อีกามองลงมาจากกลางอากาศเห็นช่างโทนกำลังคาบกล้วยของลิงไว้ที่วง อีกาจึงบินถลาลงไปจิกวงข้าง ชาย-ขวา บน-ล่าง “กา ๆ ๆ ๆ นี่แน่ะ รังแกคนอื่นตีนัก” ช่างโทนโดนจิกเป็นพัลวันก็ตกใจ “ไอ้ยี้ ๆ ๆ อย่าทำซ้ำ” แต่อีกาทั้งสองจิกไม่ยั้ง ช่างโทนจึงวิ่งหนีอย่างไม่ลืมหูลืมตา ไปถึงจุดที่กบกับนกกระจิบชุมนุมอยู่

“พร้อมไหม นกกระจิบ” กบร้องถาม “พร้อม” นกกระจิบตอบ แล้วทั้งสองก็ให้สัญญาณกันนับ 1...2...3... ดิ่งแถววัลย์ให้ตึง เมื่อช่างโทนวิ่งมาจึงสะดุดถลาไปชนต้นมะพร้าวใหญ่ มินตีบไปหมด

แมลงวันบินไปเกาะบนหัวโนของช่างโทน ยกขาหน้าขึ้นกอดอกภูมิใจในแผนการของพวกเขาตน “เป็นยังไงละ เจ้าช่างเกอร์ เห็นไหม ตัวเล็ก ๆ อย่างพวกเราก็สยบช่างตัวใหญ่จอมเกอร์ได้” กบร้องอ๊ပ် ๆ กระโดดเข้าไปใกล้แล้วพูดเสริมว่า “อย่าคิดว่าตัวเล็ก ๆ อย่างพวกเราจะทำเรื่องใหญ่ ๆ ไม่ได้” อีกาสองสหายบินเข้ามาประกบอยู่สองข้างตัวของนกกระจิบ พยักพยิดให้นกกระจิบยื่นคำขาด นกกระจิบจึงบอกกับช่างโทนที่ยังทำหน้าที่เหยงเคด้วยความเจ็บปวดอยู่ “ต่อไปนี่เลิกทำตัวเกอร์ได้แล้ว รู้ไหม”

ช่างโทนก้มหน้ายอมจำนน พลาบบอกว่า “ฉันจะไม่ทำอีกแล้ว ฉันจะไม่รังแกใครอีกแล้ว ฉันสัญญา” และแล้วพวกสัตว์ตัวเล็ก ๆ ก็หันมาแปะมือกัน เป็นสัญญาณของความดีใจที่ทำอะไรได้สำเร็จด้วยความมุ่งมั่นร่วมแรงร่วมใจกัน มีोन้อย ๆ นี้แหละเมื่อประสานกันให้แน่นแพ้นก็จะกลายเป็นมือที่มีพลังนำมาซึ่งความสำเร็จ

## ดวงดาวแห่งความสำเร็จ

## วัตถุประสงค์

ฝึกให้เด็กตั้งเป้าหมายและพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายนั้น เริ่มจากเรื่องเล็กที่ทำได้ง่าย ทำบ่อย ๆ ก็จะเป็นนิสัย

## อุปกรณ์



- กระดาษสีขาวแผ่นใหญ่
- สีชอล์ก
- สมุดพก "บันทึกความสำเร็จเล็ก ๆ ของฉัน"
- สติกเกอร์รูปดาว
- รอยยิ้ม





## ขั้นตอน กิจกรรม

1. คุณครูชักชวนให้เด็กคิดเป้าหมายของตนเอง โดยตั้งคำถามว่า “ในสัปดาห์นี้เด็ก ๆ อยากจะเอาชนะใจตัวเองในเรื่องอะไรบ้าง” หรือ “เด็ก ๆ อยากทำอะไรให้เป็นของขวัญวันแม่” ฯลฯ ถามสิ่งที่เด็กทุกคนตั้งใจอยากจะทำให้สำเร็จ รวมทั้งเหตุผล คุณครูวาดรูปสรุปสิ่งที่เด็กต้องการจะทำบนกระดาษ เช่น ฉันจะไม่ร้องไห้มาโรงเรียน ฉันจะไม่เล่นขณะที่คุณครูสอน ฉันจะช่วยดูแลทำความสะอาดห้องเรียน ฉันจะช่วยเก็บของเข้าที่ทุกครั้งที่ใช้งานเสร็จแล้ว ฉันจะไม่ดื่มน้ำอัดลม ฉันจะรับประทานผักทุกวัน เป็นต้น
2. คุณครูแจกสมุดพก “บันทึกดวงดาว” ให้กับเด็กทุกคน คุณครูช่วยเขียนสิ่งที่เด็กตั้งใจอยากทำประจำสัปดาห์
3. ทุกเช้าคุณครูจะเปิดบริการแจกดวงดาวโดยมีข้อแม้คือ แจกให้เฉพาะเด็กที่ทำภารกิจที่ตั้งใจไว้สำเร็จ เด็กจะต้องมาเล่าให้คุณครูและเพื่อนฟังว่าได้ทำสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้หรือไม่
4. พอครบ 1 สัปดาห์ ให้คุณครูคุยกับเด็ก ๆ ว่าใครได้ดาวจำนวนกี่ดวง ใครยังไม่ได้ดาว ให้คุณครูพูดเสริมแรงให้มีความพยายามต่อไป มีใครอยากทำสิ่งนั้นต่อไปเรื่อย ๆ ไหม มีเป้าหมายใหม่อะไรที่อยากทำ

### คำอธิบาย

หากเด็กได้รู้จักตั้งเป้าหมายเล็ก ๆ แล้วพยายามทำให้สำเร็จ แม้จะเป็นภารกิจเล็ก ๆ อาทิ ฉันจะไม่ร้องไห้มาโรงเรียน ฉันจะไม่เล่นขณะที่คุณครูสอน เหล่านี้ก็ส่งผลกับเด็ก เมื่อพวกเขาทำสำเร็จ พวกเขาจะรู้สึกภาคภูมิใจกับสิ่งที่ตนเองทำ ในกระบวนการเรียนรู้ เด็กจะได้ฝึกการรับผิดชอบต่อการเลือกเป้าหมาย ความรับผิดชอบที่จะทำให้สิ่งที่ตนเองตั้งใจนั้น ๆ สำเร็จ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ความสำเร็จในระดับเล็กเฉพาะตนจากการลงมือปฏิบัติ อันจะนำไปสู่การตั้งเป้าหมายที่ใหญ่ขึ้นและเป็นของส่วนรวมต่อไป

### คำแนะนำเพิ่มเติม

สำหรับเด็กที่ยังทำไม่ได้ คุณครูอาจจะช่วยแนะนำให้เด็กมองเห็นว่า ทำไม่ถึงทำไม่ได้ ให้เพื่อนช่วยแนะนำ หรือหาเพื่อนร่วมทางให้ช่วยกันทำเป็นเพื่อน จะได้มีกำลังใจ วิธีแบบนี้ นอกจากจะทำให้เด็กมีความพยายาม ไม่ท้อถอยง่าย ๆ แล้วยังฝึกให้เด็กได้รู้จักหัดเอาใจเขามาใส่ใจเรา บางครั้งเด็กที่เก่งกว่า แข็งแรงกว่า จะได้หัดดูแลเพื่อนที่อ่อนแอกว่าด้วย



# ACTIVITY 02

## กกไข่

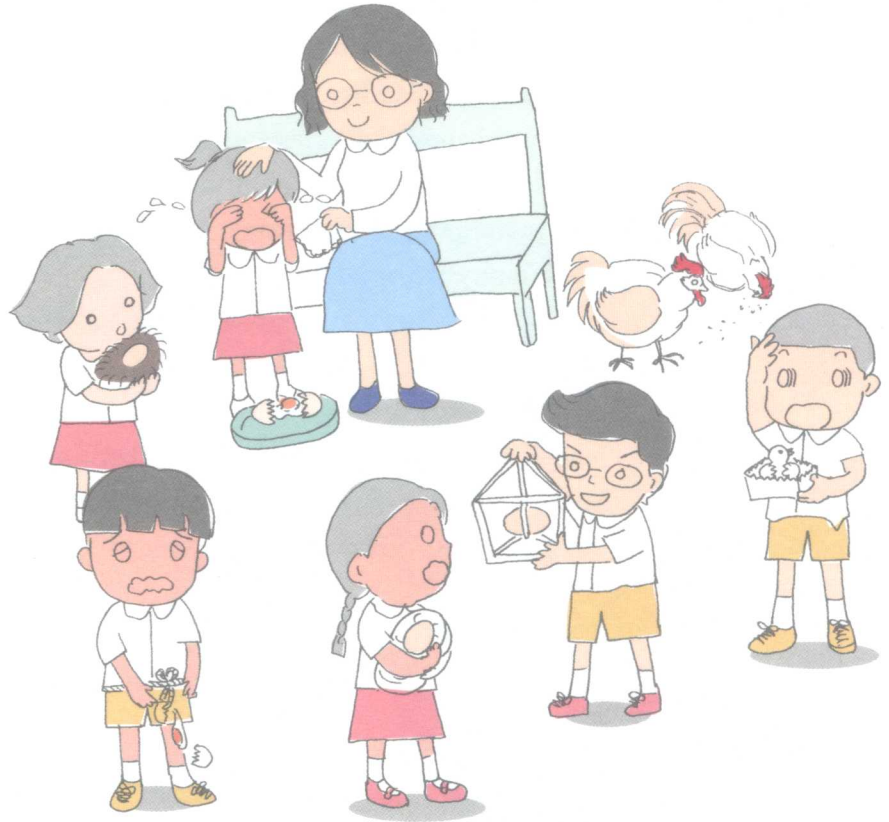
### วัตถุประสงค์

เรียนรู้ที่จะมุ่งมั่นทำสิ่งที่ได้รับมอบหมาย ให้รับผิดชอบและเรียนรู้ว่าปัญหาเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา หัดคิดแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า

### อุปกรณ์



- ไข่ไก่จำนวนเท่ากับเด็ก
- ผ้า สำลี กระดาษทิชชู
- กล่องพลาสติกใบใหญ่ กลาง เล็ก
- กระดาษหนังสือพิมพ์ หนังกยาง เป็นต้น



## ขั้นตอน กิจกรรม

1. เด็กทุกคนจะต้องดูแลไซ่ที่ได้รับและพกไซ่ติดตัวตลอดเวลา เขาไปด้วยทุกที่ แม้แต่เวลาเข้าห้องน้ำ
2. ต้องคิดหาวิธีที่จะรักษาไซ่ไว้ไม่ให้แตก เช่น เอาทิสชูมาห่อ เอาผ้ามาห่อแล้ว รัดหนังยาง หรือใส่กล่องพลาสติกที่บุด้วยกระดาษทิสชูหรือสำลี ฯลฯ เด็ก สามารถเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ที่คุณครูเตรียมไว้ให้ หรือหาอุปกรณ์เพิ่มเติมที่มี ในห้องเรียน
3. ก่อนเวลาเลิกเรียน คุณครูตรวจดูว่าไซ่ของใครแตกไปแล้วบ้าง ของใครที่ยัง ไม่แตก เพราะมีวิธีการอย่างไร
4. คุณครูลองให้เด็กพูดถึงประสบการณ์ที่ต้องดูแลไซ่ไม่ให้แตกตลอดทั้งวัน เด็กได้เรียนรู้อะไรบ้าง คุณครูจะได้รู้จากคำตอบของพวกเขา คุณครูต้องไม่ ลืมชื่นชมวิธีสร้างสรรค์ในการรักษาไซ่ของเด็ก เน้นอนว่าต้องมีไซ่ของเด็ก บางคนแตก ให้คุณครูชวนคุยถึงสาเหตุที่แตก ให้เด็กพูดถึงความผิดพลาด ของตัวเองเหมือนเป็นเรื่องปกติ

### คำอธิบาย

ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น แต่ก็ไม่เสมอไป ต้องเป็นความพยายามที่ต้องคิดแก้ไขปัญหาย่างสร้างสรรค์ และมีจิตใจที่เปิดรับฟัง

### คำแนะนำเพิ่มเติม

- คุณครูสามารถต่อยอดกิจกรรมนี้ให้เป็นกิจกรรมกลุ่ม โดยกำหนดจำนวนไซ่ให้น้อยกว่าจำนวนเด็ก แต่เน้น กระบวนการที่เด็กจะคิดวางแผน และผลัดกันรับผิดชอบ
- คลิปวิดีโอ “*ความสามัคคีและพยายามของมด*”  
[www.youtube.com/watch?v=qyUtn7ZPWm4](http://www.youtube.com/watch?v=qyUtn7ZPWm4)

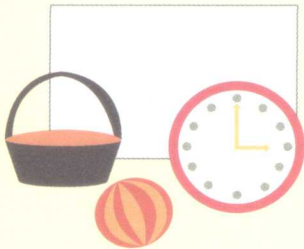
# ACTIVITY 03

## ร่างกายเคลื่อนที่

### วัตถุประสงค์

เรียนรู้เรื่องการทำงานเป็นทีม  
ความร่วมมือร่วมใจที่จะบรรลุ  
เป้าหมายเดียวกัน

### อุปกรณ์



- ลูกบอล
- กระดาษเทาขาวแบบแข็ง
- ตะกร้า
- นาฬิกาเรือนใหญ่  
มีเข็มสั้นเข็มยาวชัดเจน



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. เล่นเกมรถไฟเหาะ คุณครูแบ่งเด็กออกเป็น 2 กลุ่ม โดยให้เข้าแถวตอนลึก คนที่อยู่ด้านหลังเกาะไหล่คนที่อยู่ด้านหน้า คุณครูเป็นผู้นำเกม ออกคำสั่งด้วยการโบกมือให้สัญญาณ โบกไปทิศทางใดก็ให้ผู้เล่นเอนตัวตามในทิศทางเดียวกัน ย่อตัวลุกยืนสลับกัน เอนซ้ายเอนขวา วิ่งบ้างเดินบ้าง โดยมีกติกาว่า *“ให้เด็ก ๆ เกาะไหล่เป็นขบวนรถไฟ ห้ามขบวนรถไฟขาดออกจากกัน”*
2. คุณครูแบ่งเด็ก ๆ ออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 4 คน ให้เด็ก ๆ ตั้งชื่อกลุ่ม แต่ละกลุ่มจะออกมาเล่นเกมเลี้ยงลูกบอลทีละกลุ่ม โดยช่วยกันจับกระดาดษคนละมุม เลี้ยงลูกบอลให้กลิ้งอยู่บนกระดาดษ เดินจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง เลี้ยงลูกบอลไปใส่ลงตะกร้า กลุ่มไหนทำลูกบอลตกกลางทางต้องมาเริ่มที่จุดเริ่มต้นใหม่อีกครั้ง จับเวลาของแต่ละกลุ่มโดยการใช้นาฬิกา
3. ช่วงท้ายกิจกรรม คุณครูสรุปว่าแต่ละกลุ่มใช้เวลาไปกลุ่มละเท่าไร โดยคุณครูต้องไม่เน้นว่ากลุ่มไหนชนะหรือแพ้ แต่ลองตั้งคำถามให้เด็กช่วยกันตอบคำถามว่า *“เลี้ยงลูกบอลบนกระดาดษยากไหม” “ทำไมพวกเราถึงเลี้ยงลูกบอลไปลงตะกร้าได้อย่างรวดเร็ว”*

คำอธิบาย

เด็กจะตื่นตัวและเรียนรู้ได้ดีเมื่อร่างกายยืดหยุ่น ออกซิเจนไหลเวียนไปทั่วทั้งร่างกาย คุณครูเริ่มกิจกรรมให้เด็กด้วยการยืดเส้นยืดสายเตรียมความพร้อมของร่างกาย ให้ร่างกายเคลื่อนไหวและส่งเสียงหัวเราะเอิ๊กอ้ากบ้าง กับกิจกรรมสนุก ๆ “เกมรถไฟเหาะ” “เกมเลี้ยงลูกบอล” เกมที่ช่วยให้เด็กเข้าใจว่าทุกคนสำคัญเท่ากันหมด สามัคคีทำอย่างไร แล้วความสามัคคีจะนำไปสู่ความสำเร็จได้อย่างไร

## เด็กกับการจัดการอารมณ์ของตนเอง

เด็กวัย 3-5 ขวบนั้นเป็นวัยที่มีการแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างอิสระและเปิดเผย เช่น มีความกลัวอย่างสุดขีด อิจฉาอย่างไม่มีเหตุผล หรือแม้แต่โมโหร้าย เพราะเด็กเริ่มมีการพัฒนาทางสติปัญญามากขึ้นจากวัยทารก และเตรียมพร้อมเข้าสู่วัยเด็ก จึงมีจินตนาการและประสบการณ์มากขึ้น ทำให้เกิดความกลัวในสิ่งที่อาจเป็นอันตรายต่อตนเอง เช่น กลัวผี กลัวความมืด ทั้งนี้การแสดงออกของเด็กนั้นขึ้นอยู่กับสุขภาพ และการดูแลของครอบครัวด้วย

คุณครูอาจมีวิธีง่าย ๆ ที่จะฝึกให้เด็กเข้าใจถึงอารมณ์ของตนเอง และฝึกให้รู้จักการแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างไม่ก้าวร้าว เช่น เมื่อเด็กกำลังโกรธ อาจจะกระแทกเท้า นั่งลง ร้องไห้ แสดงความเอาแต่ใจของตน ขอให้คุณครูเข้าไปกอดและส่งพลังความรักเพื่อให้เด็กเกิดความเชื่อมั่น ใจกว้างใจ เด็กจะค่อย ๆ ลดอารมณ์โกรธลง จากนั้นคุณครูจึงพูดคุยกับเขา ถามเขาอย่างนุ่มนวลและค่อย ๆ อธิบาย หรือยกตัวอย่างเรื่องราวในนิทานให้เขาได้เรียนรู้ ดังเช่นนิทานเรื่อง “ลูกแมวเอาแต่ใจ” เจ้าลูกแมวน้อยเคยถูกลี้นวดอย่างสุขสบายในบ้านของเศรษฐี ไม่เคยต้องทำสิ่งใดด้วยตนเอง มีคนดูแลเป็นอย่างดีตลอดมา จนวันหนึ่งบ้านเศรษฐีเกิดไฟไหม้ แมวน้อยและแม่จึงต้องหนีไปอยู่ที่ชายป่าและหากินด้วยตนเอง แต่แมวน้อยไม่ยอมหาอาหารด้วยตนเอง แม่แมวต้องออกไปหามาให้ทุกวัน จนล้มป่วย แมวน้อยยังต่อว่าแม่แมวที่ไม่สามารถไปหาอาหารมาให้ตนได้ ทั้งยังไปขอให้ผู้อื่นมาเป็นแม่แทน แต่แมวน้อยก็ต้องได้รับบทเรียนที่ไม่มีใครสามารถเป็นแม่ให้ตนได้ จนในที่สุดแมวน้อยจึงพบว่าไม่มีใครเป็นแม่แมวได้ดีที่สุดเท่าแม่ของตน แมวน้อยจึงสำนึกตนและออกหาอาหารมาดูแลแม่แมวด้วยตนเอง

สิ่งสำคัญคือเด็กต้องได้เรียนรู้ว่าเมื่อตนเองกำลังโกรธ เขาควรที่จะรู้ว่าตนเองโกรธ ยอมรับว่าตนเองกำลังโกรธ และควรแสดงพฤติกรรมต่อความโกรธของตนเองอย่างไร และหาก

แสดงความโกรธหรือเอาแต่ใจอย่างไม่ถูกต้องจะได้รับผลเช่นไร อีกทั้งยังเป็นโอกาสที่  
คุณครูจะได้สอนเรื่อง “การขอโทษ” “การแบ่งปัน” และ “การให้อภัย” ให้กับเด็กด้วย

นอกจากนี้เด็กยังต้องเรียนรู้เกี่ยวกับความกลัวที่เกิดจากจินตนาการของตนเอง เช่น  
กลัวห้องมืด ไม่ยอมนอนกลางวันเพราะกลัวผี หรือเกิดความกลัวจากประสบการณ์ที่ตน  
เคยได้รับ เช่น การถูกฉีดยา การหลอกให้นอนกลางวัน คุณครูสามารถช่วยให้เด็กหาย  
กลัวสิ่งต่าง ๆ ได้ไม่ยากนัก โดยฝึกให้เขาสัมผัสกับสิ่งที่เขากลัวอย่างค่อยเป็นค่อยไป  
ไม่แหย่หรือขู่ให้เกิดความกลัวเพิ่มขึ้น และยกตัวอย่างบุคคลที่มีความกล้าหาญ พร้อมทั้ง  
กล่าวชื่นชมเมื่อเด็กมีความกล้ามากขึ้น คำชมของคุณครูเป็นดั่งพลังใจให้เด็กกล้าที่จะ  
ก้าวผ่านความกลัว และก้าวสู่การเรียนรู้ในเรื่องที่ยากขึ้น

## นิทานอุ่นเครื่อง



ลูกแมวเอาแต่ใจ

ลูกแมวเอาแต่ใจ นิทานพื้นบ้านภาคอีสาน

เล่าโดย รศ.ดร.วยุพา ทศศะ และลูกศิษย์ จ.มหาสารคาม

ลูกแมวที่เอาแต่ใจจนเคยตัว โชคดีที่มีแม่ แต่ถ้าแม่ไม่อยู่ ลูกแมวจะอย่างไร



## ลูกแมวเอาแต่ใจ

ในบ้านเศรษฐีหลังหนึ่ง เจ้าของเป็นคนทีรักแมวมมาก ลูกแมวน้อยจะได้รับการดูแลเป็นอย่างดี แต่แล้ววันหนึ่งเกิดไฟไหม้ แม่แมวและลูกแมวต่างวิ่งหนีออกมาและมาอาศัยอยู่ที่ชายป่า ทุก ๆ วันแม่แมวจะออกไปหาอาหาร ส่วนลูกแมวก็จะรอคอยและเฝ้าคิดว่าทำไมชีวิตไม่สุขสบายเหมือนแต่ก่อน

หลายวันผ่านไป แม่แมวอยากให้ลูกรู้จักหัดหาอาหาร จึงบอกกับลูกแมวว่า “ลูกจ๋า แม่จะออกไปหาอาหาร เจ้าจะออกไปกับแม่ไหม”

“ไม่ไปหรอกจ๊ะ แม่ไปเถอะ มันร้อน แม่กลับมาเร็ว ๆ นะ ฉันทิว” ลูกแมวตอบ

“นี่ถ้าเรายังอยู่ที่บ้านเศรษฐีดีนะ ฉันทิวจะได้กินอาหารดี ๆ มีคนเอาใจ” ลูกแมวไม่สนใจความลำบากใด ๆ ของแม่ ได้แต่กระโดดโลดเต้นเล่นอยู่ไปมา รอแม่คาบอาหารกลับมาให้

เช้าวันหนึ่ง แสงอาทิตย์ส่องสว่างแล้ว แต่แม่แมวไม่สบายจึงไม่สามารถออกไปหาอาหารให้ลูกได้ ลูกแมวไม่รู้จะทำอย่างไรดีจึงได้แต่รอ... วันรุ่งขึ้น ลูกแมวหิวจนทนไม่ไหว เห็นแม่ยังนอนขมอยู่จึงเข้าไปเขย่าแม่ “แม่จ๋า แม่ แม่ลูกไปหาอาหารให้ฉันทิวหน่อย ฉันทิวเหลือเกิน”

แม่แมวตอบด้วยน้ำเสียงเหน้อยล้า “แม่ลูกไม่ไหว ลูกต้องออกไปหาอาหารกินเองแล้วละ”

ลูกแมวเถียง “แม่นั้นแหละไป ฉันทิวไม่ไปหรอก ทำไมแม่ต้องมาไม่สบายแบบนี้” ลูกแมวลูบท้องตัวเอง “ไอ้ย หิวจัง แม่ต้องออกไปเดี๋ยวนี้เลย ฉันทิวจะแย่แล้ว” แม่แมวมีสีหน้าเศร้าหมอง “แม่ลูกไม่ไหวจริง ๆ” “ถ้าฉันทิวจะไปหาแม่ไหม” ลูกแมวตอบโต้แม่ “ฉันทิวอยากได้แม่ที่ดีที่สุด”

แล้วลูกแมวก็วิ่งออกไปกลางทุ่งกว้าง ดวงอาทิตย์ส่องแสงอันอบอุ่นมายังทุ่งหญ้า ลูกแมวจึงร้องขอ “ดวงอาทิตย์จ๋า ช่วยมาเป็นแม่ของฉันทิวหน่อยได้ไหม ฉันทิวอยากได้แม่ที่ดีที่สุด” “ข้าไม่ใช่แม่ที่ดีที่สุดหรอก เจ้าลองมองไปที่ก้อนเมฆสิ ก้อนเมฆมาดบังข้าเสมอ”

ลูกแมวแหงนมองก้อนเมฆที่กำลังเคลื่อนมาดบังดวงอาทิตย์ เมื่อก้อนเมฆค่อย ๆ เคลื่อนออกไป ลูกแมวจึงร้องขอก้อนเมฆว่า “ก้อนเมฆจ๋า ช่วยเป็นแม่ที่ดีที่สุดของฉันทิวหน่อยได้ไหม” ก้อนเมฆตอบว่า “เจ้าแมวน้อย เจ้าเห็นไหม ลมเป็นสาเหตุที่ทำให้ข้า

ลอยไปมา ข้าเป็นแม่ที่ดีที่สุดให้เจ้าไม่ได้หรอก”

ลูกแมวจึงวิ่งไปตามสายลม “สายลมเจ้า หยุตก่อน... ท่านช่วยมาเป็นแม่ที่ดีที่สุดของฉันทนหน่อยได้ไหม ท่านพัดได้ทุกย่าง ท่านต้องเป็นแม่ที่ดีที่สุดของฉันทนแน่ๆ” “แต่ข้าไม่สามารถพัดผ่านภูเขาสูงลูกนั้นได้ เจ้าไปหาแม่ที่อื่นเถอะ”

ลูกแมวจึงออกตามหาผู้เหมาะสมที่จะเป็นแม่ใหม่ไปเรื่อย ๆ แต่ไม่มีใครดีพอจะเป็นแม่ของแมวน้อยเลย เพราะเมื่อไปพบภูเขา ก็พบว่ากระต๊องสามารถวิ่งเอาเขาแหลม ๆ ชนภูเขาจนแตกกร่อน แต่กระต๊องก็ถูกต้นหวายพันขา ส่วนต้นหวายก็เชื่อว่าไม่มีใครเหนือกว่า ผู้ที่เหนือกว่าต้นหวายก็คือหนู หนูสามารถกัดกินต้นหวายจนขาดได้

ลูกแมวจึงไปพบหนู “แม่หนูเจ้า ฟันของท่านแข็งแรงมาก ท่านสามารถกัดกินต้นหวายเหนียว ๆ ได้ ท่านช่วยรับฉันทนไว้เป็นลูกน้อยเถอะ ฉันทนออกมาตามหาผู้ที่จะมาเป็นแม่ที่ดีที่สุดจนเหนื่อยแล้ว” แม่หนูตอบว่า “ข้าเป็นแม่ของเจ้าไม่ได้หรอก ถึงแม่ฟันข้าจะแข็งแรงกัดกินต้นหวายได้ แต่ข้าก็ยังพ่ายแพ้แก่สัตว์ชนิดหนึ่งอยู่ดี”

“สัตว์ชนิดใดหรือ” ลูกแมวสงสัย

“สัตว์ที่ว่านั้นตัวมันมีขนนุ่ม ตัวโตเพรียว มีหางยาว แล้วก็ร้องเหมียว ๆ” แม่หนูบอก แล้วก็วิ่งจืดหลบหายไป

ลูกแมวผิดหวังที่ถูกแม่หนูปฏิเสธ นั่งขบคิดถึงสัตว์ที่แม่หนูพูดถึง “อะไรหนอ ขนนุ่ม ๆ ร้องเหมียว ๆ” และแล้วลูกแมวก็นอนหายใจเป็นเสียงเหมียว ๆ “เอ๊ะ เราก็ร้องเหมียว ๆ ... สัตว์ตัวนั้นก็... แม่ของเรา แม่แมวไป...”

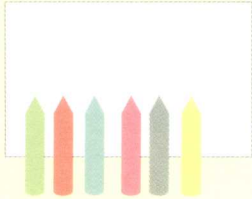
เมื่อคิดได้ ลูกแมวก็นั่งวิ่งกลับไปหาแม่แมว “แม่เจ้า แม่...” แม่แมวซึ่งกำลังเคี้ยวสร้อยอยู่ผงกหัวขึ้นดู เมื่อเห็นหน้าลูก แมวแม่ดีใจมาก “ลูก... ลูกแม่” แม่แมวโอบกอดลูกที่โผล่เข้ามาแม่พาลบอกแม่ด้วยเสียงสะอื้น “แม่เจ้า ลูกขอโทษ... ลูกรู้แล้วว่าไม่มีใครดีเท่าแม่... ลูกจะไม่ดื้อ และจะไม่ขี้เกียจจงแ่งให้แม่ต้องลำบากอีกแล้ว” แม่แมวกอดลูกแนบตัวด้วยความรัก

## หน้านี้ของใครเอ่ย

## วัตถุประสงค์

เรียนรู้อารมณ์ และสามารถ  
บอกได้ว่ากำลังอยู่ในอารมณ์ใด  
ผ่านกิจกรรมศิลปะ

## อุปกรณ์



- กระดาษปรีฟ
- สีชอล์กจำนวนเพียงพอกับเด็ก ๆ



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. แบ่งเด็กเป็นกลุ่มละ 4 คน แล้วให้เด็กนั่งล้อมกระดานปูพื้นใหญ่ที่คุณครูติดไว้ คุณครูแจกสีชอล์กและให้เด็กช่วยกันวาดหน้าอารมณ์ต่าง ๆ ลงบนกระดาน
2. คุณครูยกตัวอย่างเหตุการณ์สมมติ เช่น “ถ้าหากเพื่อนชวนไปเล่นด้วย หนูจะแสดงอารมณ์อย่างไรคะ” แล้วให้เด็กเลือกรูปหน้าที่แสดงอารมณ์ที่เหมาะสมแล้วคุยกัน
3. คุณครูสามารถยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่กระตุ้นให้เด็กคิดแก้ไขปัญหาและนำไปสู่การพูดคุย เช่น “ถ้าหนูถูกเพื่อนผลักหล้ม หนูจะแสดงอารมณ์อย่างไร หนูควรทำอย่างไรกับเพื่อน” เปิดโอกาสให้เด็กลองเลือกและแสดงความคิดเห็นว่าเขาจะแสดงพฤติกรรมตอบกลับเพื่อนอย่างไร หากเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวให้คุณครูช่วยหาทางแก้ไข และยกตัวอย่างที่น่าชื่นชมให้เด็กฟัง

คำอธิบาย

- จัดให้เด็กมีประสบการณ์การสร้างสมาธิก่อนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละวัน ด้วยการหายใจเข้าและออกเบา ๆ หรือทำก่อนเริ่มกิจกรรมทุกครั้ง หากเด็กไม่หลับตาในขณะที่ทำสมาธิ ก็ไม่ใช่วิธีการบังคับให้หลับตา แต่ให้คุณครูสร้างความเชื่อมั่นด้วยการจับมือเขาสักครู่หรือลูบหลังให้เขาลดความกลัว เด็กจะสามารถพัฒนาการทำสมาธิได้ในไม่ช้า และยังส่งผลให้เด็กมีความฉลาดทางด้านอารมณ์ มีอารมณ์ที่มั่นคงเหมาะสมตามวัย
- คุณครูควรชี้ให้เห็นว่าปัญหาคืออะไร ชี้ให้เห็นถึงอารมณ์ที่แท้จริง เช่น เด็กหล้ม แต่ผู้ใหญ่บอกว่าไม่เป็นไร ทั้งที่เด็กเจ็บหรือแม้แต่การพยายามบ่นไปยังไปที่พื้นดิน โทษเก้าอี้ ซึ่งเป็นการแก้ไขที่ไม่ชี้ชวนให้เด็กจัดการอารมณ์ คุณครูแค่เพียงบอกเด็ก ๆ ว่า “เจ็บใช่ไหมคะ เจ็บที่หัวเข้าใช่ไหม เจ็บใหญ่เท่าไหนคะ เจ็บเท่าแมวหรือเท่าช้าง” เมื่อเด็กสามารถสื่อสารความเจ็บได้ คุณครูเพียงเสริมว่าให้ระมัดระวังเวลาเดินหรือวิ่ง เพราะอาจจะเจ็บตัวได้อีก

คำแนะนำเพิ่มเติม

- คุณครูอาจเพิ่มเติมด้วยกิจกรรมด้านสุนทรียะ ดนตรีและศิลปะอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เพื่อให้เด็กมีความมั่นคงทางอารมณ์ เช่น มีช่วงเวลาของการร้องเล่นเต้นกับเพลงก่อนนันทนาการในช่วงเช้า
- คุณครูชวนให้เด็ก ๆ สัมผัสใบหน้าของตนเอง แล้วตั้งคำถามเกี่ยวกับการแสดงอารมณ์ต่าง ๆ เช่น เมื่อดีใจหรือมีความสุขสีหน้าเราจะแสดงออกอย่างไร “หน้ายิ้ม” เวลาคนโกรธหน้าตาเป็นอย่างไร “หน้าบึ้งตึง” เวลาเสียใจ เสียใจเพราะเรื่องอะไร ทำอย่างไร “ร้องไห้” เวลาที่เราเล่นสนุกสนานกับเพื่อน ๆ “หัวเราะ”

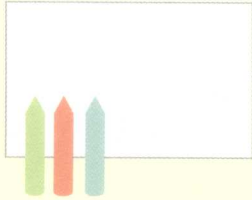
# ACTIVITY 02

## ฝากให้ดวงดาวดูแล

### วัตถุประสงค์

ให้เด็กเรียนรู้ในการจัดการอารมณ์  
เศร้า เสียใจ สูญเสีย และเข้าใจว่า  
ความพ่ายแพ้และพลัดพรากเป็น  
เรื่องปกติ

### อุปกรณ์



- กระดาษ
- สีไม้หรือสีที่เด็กชอบ
- สถานที่วิ้งแฉ่ง



แนะนำหนังสือสำหรับคุณครูเรื่อง "Children Full of Life" อ่านหนังสือ  
พบบันวันคิดถึง ให้เด็ก ๆ ฟัง



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูชวนเด็ก ๆ พูดคุยถึงของที่จากไป *“คนหรือสิ่งของที่หนูคิดถึงแต่ตอนนี้ไม่อยู่แล้ว”*
2. สอบถามเด็กทีละคน และถามเหตุผลว่า *“ทำไมหนูถึงรักเขาล่ะคะ”*
3. อธิบายให้เด็กฟังว่าของสิ่งนั้นได้ทำหน้าที่เสร็จแล้ว พวกเขาเองก็มีความสุขที่ได้มอบความสุขให้เด็ก ๆ แต่ทุกสิ่งทุกอย่างมีอายุของมัน พวกเขาได้ไปอยู่บนดวงดาวแล้วนะ (เด็กมีโลกของจินตนาการที่สมบูรณ์)
4. ชวนเด็กวาดภาพขนาดใหญ่ของสิ่งนั้นใส่กระดาษและระบายสี
5. พาเด็ก ๆ นำภาพไปวางไว้ที่สนาม เขาก่อนหินทับกระดาษเอาไว้ไม่ให้ปลิว คุณครูชวนเด็ก ๆ ตะโกนไปบนท้องฟ้าว่า *“ไปอยู่บนดวงดาวแล้ว ขอให้โชคดีนะขอบคุณมากที่เคยอยู่กับเรา”* ตะโกนดัง ๆ ให้สมกับที่คิดถึงเลย
6. ชวนเด็กหัวเราะด้วยการจัดการวิ่งแข่งระยะสั้นที่สนาม แต่มีกติกาอยู่ว่า *“ใครเข้าเส้นชัยคนสุดท้ายคนนั้นชนะ”* บอกให้เด็กฟังกติกาดี ๆ ทุกคนจะต้องทำท่าวิ่ง ห้ามเดินเด็ดขาด

คำอธิบาย

เด็กวัยนี้ให้หัวใจกับทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นชวดนม ตุ๊กตา หมอน ผ้าห่ม หรือของที่เขาใช้เป็นประจำ พวกเขาจะรู้สึกปลอดภัยและมั่นคงเวลาที่อยู่ในลิ้นของรัก แต่บางครั้งผู้ใหญ่มักจะใช้วิธีระงับรักของเด็กไปจากหัวใจ เช่น การพยายามให้เลิกชวดนมทันทีโดยที่ไม่สื่อสาร การบอกว่าของเล่น ผ้าห่ม ฯลฯ ฟังแล้วต้องซื้อใหม่ เป็นสิ่งที่ยากจะเข้าใจสำหรับพวกเขา เด็กอาจจะลืมช่วขณะที่จะถามใหม่ทุกครั้งที่ได้ คุณครูอย่าเหนื่อยล้าที่จะตอบ ขอให้ตอบอย่างมั่นคงและจริงใจ เช่น *“หนูโตแล้ว ไม่จำเป็นต้องใช้ชวดนมแล้วนะคะ หนูดื่มจากแก้วได้เก่งมาก พี่ชวดนมต้องไปทำภารกิจกับเด็กเล็ก ๆ ต้องไปอยู่ที่ดวงดาวชวดนมเพื่อช่วยเหลือน้องเล็ก ๆ ที่มาเกิดใหม่”* คำตอบอาจจะไม่สำเร็จในครั้งเดียวแต่ขอให้คุณครูพยายาม ส่วนการพลัดพรากจากลา เช่น น้าหรืออามาเที่ยวในวันหยุด หรือคุณพ่อคุณแม่ต้องไปทำงานต่างจังหวัดหลายวัน การอำลาช่วขณะเป็นสิ่งที่เด็ก ๆ พยายามปรับหัวใจยอมรับแต่ก็ไม่ง่าย สิ่งที่ควรทำคือการสื่อสารที่ดี การบอกเด็กว่าแค่ไปทำธุระ จะกลับมาวันไหนและรักษาสัญญาให้ดีที่สุด ถึงแม้จะเป็นเรื่องทางบ้านแต่ความเศร้าของเด็กอาจจะติดตามมาที่โรงเรียนด้วย คุณครูคือคนหนึ่งที่จะให้คำตอบและทำให้เด็กผ่อนคลายได้ กิจกรรมนี้อาจให้เด็ก ๆ เรียนรู้ว่าการจัดการอารมณ์และมองเห็นว่าสิ่งที่จากไปมีเหตุผลบางอย่างที่เขายอมรับได้จริง ๆ การแข่งวิ่งให้ช้าที่สุดก็เหมือนการจัดการร่างกายและอารมณ์ ถ้าอยากจะชนะบางทีก็ต้องช้าบ้าง



# ACTIVITY 03

## โกรธดีไหมนะ

### วัตถุประสงค์

เรียนรู้ว่าความโกรธนั้นไม่ดี  
มีพลังรุนแรง เมื่อโกรธแล้ว  
ควรทำอะไร

### อุปกรณ์



- ทรายสี  
(สีสันทสวยงามตามชอบใจ)
- โหลแก้ว
- ตุ๊กตาเด็กน้อย
- น้ำสะอาดสำหรับใส่ในโหลแก้ว



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูชวนเด็ก ๆ นั่งล้อมวง เริ่มต้นกิจกรรมด้วยการชวนร้องเพลงและปรบมือให้เฟลิดเฟลินสนุกสนาน
2. คุณครูชวนให้เด็ก ๆ ดูโหลแก้วแสนสวยที่คุณครูใส่ทรายสีสวยที่ด้านล่าง โนโหลมีน้ำ และตุ๊กตาดาวน้อยลอยอยู่บนผิวน้ำ
3. คุณครูเล่าเรื่องราวเด็กน้อยกำลังเล่นน้ำอย่างสบายใจ ทันใดเกิดมีคลื่นโถมมาทำให้เด็กน้อยลอยโซซัดโซเซ คลื่นนั้นแรงขึ้นเรื่อย ๆ (คุณครูคนน้ำจากเบาแล้วแรงขึ้นตามแรงของพายุ) เด็กน้อยลอยไปมาจนเมาคลื่น เมื่อคลื่นสงบลง เด็กน้อยก็ลอยตามน้ำอย่างหมดแรง
4. คุณครูเชื่อมโยงให้เด็ก ๆ ฟังว่าความโกรธก็เหมือนกับคลื่นของน้ำ ยิ่งโกรธมากก็จะมีพลังมาก เวลาที่เราโกรธมากเราจะร้องไห้ด้วยเสียงดัง ตะโกน ขว้างปาข้าวของ แต่สุดท้ายเด็ก ๆ ก็จะเหนื่อยเหมือนกับเด็กน้อยที่ถูกคลื่นซัดจนหมดแรง นอกจากเราจะไม่มีความสุขแล้ว ยังเป็นการทำให้คนรอบข้างกลัวที่จะอยู่ใกล้กับเราด้วย

คำอธิบาย

- เมื่อเราโกรธไม่เพียงแต่เราที่ต้องเหนื่อย แต่เรายังทำให้คนอื่นเสียใจ ตกใจโดยไม่รู้ตัวด้วย
- เด็กหลายคนคงเคยเป็นแบบนี้ บางครั้งโมโหปาข้าวของของพังแล้วก็เสียใจ คุณครูชวนคุยว่าเวลาที่เด็กโกรธ เด็กคิดว่าจะทำอย่างไรให้หายโกรธดี
- ชวนกันคิดว่า หากใครในห้องโกรธ โมโห จะบอกให้คุณครูและเพื่อนรู้ได้อย่างไร เพื่อน ๆ จะมีส่วนช่วยได้อย่างไร เช่น ให้เขียนระบายความโกรธ ระบายสีอยู่คนเดียวเงียบ ๆ ฯลฯ

## พลเมืองเด็กมีความรักในเพื่อนมนุษย์ แบ่งปัน และสร้างสรรค์

ความรักเป็นพลังมหาศาลที่ยิ่งใหญ่และส่งผลต่อการพัฒนามนุษย์ในทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับเด็กในวัย 3-5 ขวบ ซึ่งเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ การสร้างทัศนคติ ความเชื่อมั่น และสร้างพลังทางด้านศีลธรรม หากเด็กในวัยนี้ได้รับความรักความอบอุ่นจากบุคคล ใกล้ชิด ทั้งคุณพ่อคุณแม่และคุณครูอย่างเพียงพอ จะส่งผลถึงการสร้างบุคลิกภาพที่ดี ของเด็ก อีกทั้งยังเป็นพลังพิเศษที่เชื่อมโยงให้พัฒนาการในด้านสติปัญญา และด้าน สังคมดีขึ้นอีกด้วย

การสร้างให้เกิดพลังของความรักและการแบ่งปันจึงเป็นโอกาสทองของคุณครู เพราะเด็ก มีเวลาอยู่ที่โรงเรียนถึงวันละ 6 ชั่วโมง ในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว รวมถึงเป็นช่วงเวลา ที่เด็กได้รับประสบการณ์เพิ่มเติมจากสังคมภายนอก ทั้งจากเพื่อน คุณครู และชุมชน โดย ธรรมชาติแล้วเด็กจะนำสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้ไปสื่อสารกับครอบครัวและพัฒนาตนเองด้วย จึงเป็นผลพลอยได้ในการต่อยอดความรู้ให้กับสังคม

คุณครูสามารถสร้างความสุขในการเรียนรู้ โดยเชิญชวนเด็กให้รู้จักการใช้พลังแห่งความ รักอย่างสร้างสรรค์ ด้วยการทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่สนุกสนานอย่างเช่นการเล่นิทาน เพราะนิทานมีเรื่องราวที่สนุกสนานและสร้างแรงบันดาลใจ สร้างความคิดเชิงบวก ดังเช่น การเรียนรู้จากเด็กหญิงในนิทานเรื่อง *“ของขวัญจากฟากฟ้า”* ซึ่งเธอเป็นเด็กหญิงกำพร้า ที่ถึงแม้ตนเองจะโชคร้ายเป็นกำพร้าและยากจนก็ยังแบ่งปันสิ่งที่ตนเองมี แม้เสื้อผ้าที่

เหลืออยู่เพียงที่ตนเองสวมใส่ หากให้ไปแล้วเธอจะไม่เหลือสิ่งใดสวมใส่อีกเลย เธอก็ยังมอบให้เด็กน้อยที่หนาวเหน็บกว่าเธอ โดยที่เด็กน้อยไม่ได้ร้องขอ และเธอก็ไม่คาดหวังสิ่งตอบแทน เธอจึงได้รับรางวัลแห่งความดีงามจากนางฟ้า ให้เธอมีเสื้อผ้าเนื้อดีสวมใส่ และเหรียญเงินมากมายจนเธอร่ำรวยตลอดชีวิต

เมื่อเด็กได้รับการกระตุ้นจากเรื่องราวที่อ่อนโยนอย่างนี้สม่ำเสมอ เด็ก ๆ จะเกิดพลังที่จะแบ่งปันสิ่งดีงามที่ตนได้รับ มอบให้กับคนรอบข้างพวกเขา อันเป็นการส่งเสริมให้เด็กได้เติบโตไปพร้อม ๆ กับทัศนคติที่ดีงามของการให้ความรัก การแบ่งปันความช่วยเหลือ และความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนกระทำ

### นิทานอุ่นเครื่อง



นิทานของขวัญจากฟากฟ้า



## ของขวัญจากฟากฟ้า

### นิทานกริมม์

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มีเด็กหญิงเล็ก ๆ คนหนึ่งซึ่งพ่อแม่เสียชีวิตไปหมดแล้ว เธออยากจนมากจนไร้ที่พึ่งพึ่งอาศัยหรือซุกหัวนอน ในที่สุดเธอก็ไม่เหลือสิ่งอื่นได้อีก นอกจากเสื้อผ้าที่สวมใส่อยู่และขนมปังก้อนเล็ก ๆ ในมือซึ่งมีผู้ใจบุญมอบให้ แต่ถึงอย่างไรเธอก็ยังเป็นเด็กดีมีคุณธรรม เมื่อถูกโลกทอดทิ้ง เธอจึงเดินท่องไปในทุ่งกว้างด้วยความไว้วางใจในองค์พระ ซายอยากจนคนหนึ่งเดินผ่านมา กล่าวกับเธอว่า “ลูงหิวเต็มที โปรดเมตตา มอบอาหารแก่ลูงด้วยเถอะ” เธอส่งขนมปังทั้งก้อนให้เขาพร้อมกับบอกว่า “ขอให้พระคุ้มครองลูง” แล้วเธอก็เดินต่อไป

เด็กคนหนึ่งร้องครวญขึ้นว่า “หิวหิวเต็มที โปรดเมตตาตามอบหมวกคลุมหัวให้หนูด้วย” เธอจึงถอดหมวกส่งให้

เมื่อเดินต่อไปได้สักพัก เธอก็พบกับเด็กอีกคนหนึ่งยืนหนาวสั่นเพราะไม่มีเสื้อหนาวคลุมกาย เธอจึงถอดเสื้อหนาวของตนเองมอบให้ ครั้นเดินต่อมาเด็กอีกคนก็ขอชุดกระโปรง ซึ่งเด็กหญิงก็มอบให้ ทำที่สุดเธอเดินไปถึงป่าใหญ่ ขณะนั้นท้องฟ้าได้มืดแล้ว มีเด็กอีกคนหนึ่งมาขอเสื้อที่เธอสวมใส่ เด็กหญิงคนดีคิดว่า คำคั้นนี้มีดมิดดมิด ไม่มีใครเห็นเราหรอก ยกเสื้อให้เขาไปเถิด เธอจึงถอดเสื้อออกมอบให้เด็กน้อยคนนั้นไป เด็กหญิงตัวเล็ก ๆ ยืนอยู่ในความมืดมิดเพียงลำพังโดยไม่มีสิ่งใดเหลืออยู่สักชิ้นเดียว ทันใดนั้นเองดวงดาวก็ได้พลันร่วงหล่นลงมาจากฟากฟ้า ซึ่งมีโชะอะไรอื่นนอกจากเหรียญเงินแวววาว ถึงแม้เธอเพิ่งจะมอบเสื้อให้คนอื่นไป แต่ก็กลับมีเสื้อผ้าเนื้อดีตัวใหม่สวมอยู่ เธอได้ก้มลงเก็บเหรียญเงินขึ้นมา หลังจากนั้นเธอก็ร่ำรวยและมีความสุขไปจนตลอดชีวิต



# ACTIVITY 01

## Hug Game

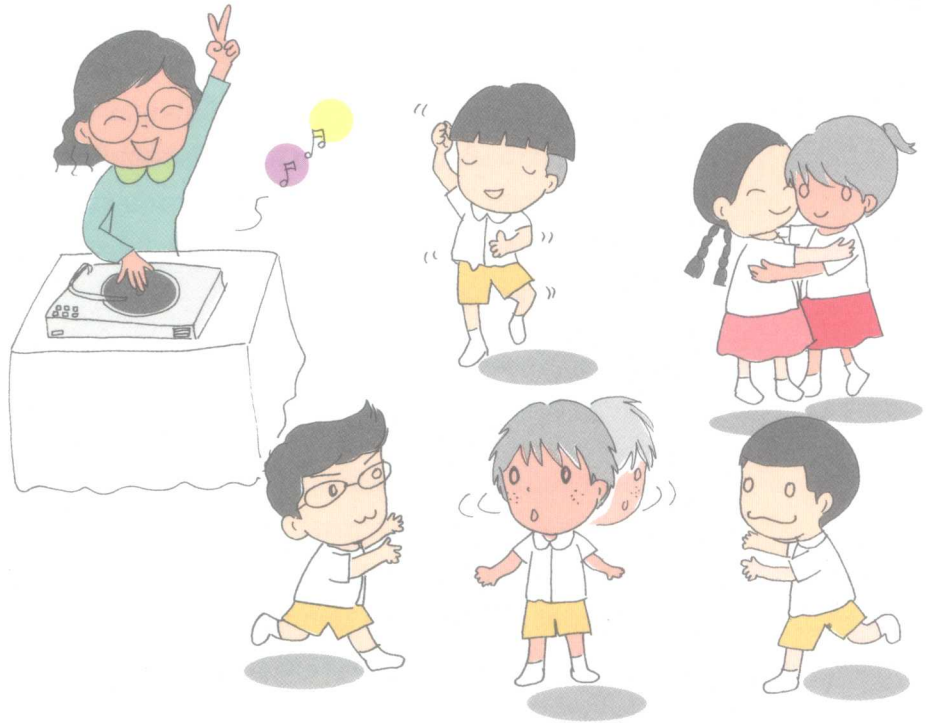
### วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กเรียนรู้การแบ่งปันความรัก และการแสดงความรักต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม

### อุปกรณ์



- อ้อมกอดที่น่ารักของคุณครู และเด็ก ๆ
- เพลงที่มีจังหวะสนุกสนาน



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูให้เด็ก ๆ จับคู่โดยเริ่มจากเพื่อนที่สนิทกันก่อน
2. คุณครูอธิบายวิธีการเล่นว่า คุณครูจะเปิดเพลงให้เด็กวิ่งเต้นอย่างสนุกสนาน คล้ายกับกิจกรรมเก้าอี้ดนตรี หากคุณครูหยุดเพลงให้เด็กกอดเพื่อนที่เป็นคู่ของตัวเอง ทำอย่างนี้สักสองรอบ
3. เมื่อเด็กเริ่มสนุกสนาน คุณครูอธิบายเพิ่มเติม ให้เด็ก ๆ ยังเต้นกับคู่ของตนต่อไปจนคุณครูหยุดเพลงอีกครั้ง ให้เด็กวิ่งไปกอดเพื่อนโดยสลับคู่กันสักสามถึงสี่รอบ จากนั้นลองเพิ่มจำนวนเป็นกอดกันครั้งละสามคนบ้าง หรือสี่คนบ้าง ตามที่คุณครูกำหนด
4. คุณครูสังเกตว่าเด็กกอดกันทั่วหรือไม่ มีใครที่ไม่กล้าเปลี่ยนคู่ใหม่ ขอให้คุณครูแนะนำเพิ่มเติม หรือช่วยเป็นผู้นำพาเขาเข้าไปหาเพื่อนใหม่ดูบ้าง เขาจะรู้สึกผ่อนคลายและกล้ามากขึ้น
5. คุณครูสังเกตว่าเด็ก ๆ ทำได้ทั่วถึงและกอดกันอย่างน่ารัก ไม่เล่นหรือแกล้งกัน จึงค่อยหยุดกิจกรรม และชวนเด็ก ๆ นั่งพูดคุยหลังจากเล่นกิจกรรมว่ารู้สึกอย่างไร และเปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้รับกอดจากคุณครูด้วย

คำอธิบาย

- การกอดเป็นการแสดงความรักที่สร้างไออนัน มักมีการส่งเสริมให้กอดกันทุกวัน เช่น คุณพ่อคุณแม่กอดลูก ลูกกอดคุณพ่อคุณแม่ คุณครูกอดเด็ก ๆ เพื่อนกอดเพื่อน เพราะการกอดเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี ช่วยบำบัดรักษาอาการป่วยทางด้านจิตใจ ความซึมเศร้าต่าง ๆ ให้ดีขึ้นได้ หากการกอดนั้นมาจากพลังของความรัก ความห่วงใย ความใส่ใจซึ่งกันและกันอย่างบริสุทธิ์ใจ
- กอดของคุณครูเป็นกอดที่สำคัญ และส่งพลังมหัศจรรย์ให้เด็ก ๆ มีความสุขในทุกวันของการเรียนรู้ สร้างความมั่นใจในการมีส่วนร่วมกับการเรียนรู้ต่าง ๆ อีกทั้งยังเป็นการสร้างพลัง ความศรัทธา และการเคารพตนเองและผู้อื่นให้กับเด็กด้วย

# ACTIVITY 02

## อีมอญซ่อนรัก (อีมอญซ่อนผ้า)

### วัตถุประสงค์

เพื่อฝึกให้เด็ก ๆ มองสังคม  
สิ่งแวดล้อมและเพื่อนรอบตัวใน  
แง่บวก กล้าที่จะค้นหาสิ่งดี ๆ  
และปรับปรุงพัฒนาตนเอง

### อุปกรณ์



ผ้าขนหนูผืนเล็กขนาดเหมาะมือเด็ก  
หรือกระดาษแข็งรูปหัวใจ

อีมอญซ่อนรัก  
คนน่ารักอยู่ที่ใด  
ฉันนั้นจำได้  
จะไปหาเธอ



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูให้เด็กนั่งล้อมเป็นวงกลมเหมือนนั่งเล่นอิมมูช้อนผ้า
2. คุณครูนำร้องและสอนให้เด็ก ๆ ร้องตามและปรบมือเป็นจังหวะ  
*อิมมูช้อนรัก คนน่ารักอยู่ที่ใด  
ฉันนั้นจำได้ จะไปหาเธอ*
3. คุณครูสุ่มเลือกเด็กออกมาหนึ่งคน และให้ถือผ้าเดินไปรอบวงพร้อมกับนำร้องเพลง แล้วให้เด็กนำผ้าไปวางไว้ข้างหลังเพื่อน
4. คนที่ได้รับผ้าลุกขึ้นโค้งขอบคุณ แล้วบอกความดีที่ตนชอบทำหรืออยากทำ เช่น อ่านหนังสือ ช่วยทำงานบ้าน หยอตกกระปุกออมสิน เป็นต้น เล่นต่อไปเรื่อย ๆ จนครบรอบวง
5. คุณครูแนะนำเพิ่มเติมถึงความดีที่เด็ก ๆ สามารถทำได้ เพื่อเพิ่มประสบการณ์ ให้เด็กรู้จักวิธีการทำความดีได้มากขึ้น เช่น การรอคอย การรับผิดชอบหน้าที่ตนเอง การไม่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน เป็นต้น
6. หลังจากจบกิจกรรม คุณครูชวนเด็ก ๆ พูดคุยว่าอยากทำความดีอะไรเพิ่มเติม และชวนเด็กปรบมือให้กำลังใจทุกคน

คำอธิบาย

- การมองโลกในแง่บวกจะช่วยสร้างสรรค์ให้เด็กมีพฤติกรรมเชิงบวกที่สังคมต้องการ เช่น การแบ่งปัน การช่วยเหลือ การรู้หน้าที่ การเคารพกติกา เป็นต้น และยังส่งเสริมให้รู้จักการให้อภัย การระลึกถึงสิ่งดี ๆ ที่ผู้อื่นมอบให้ และเป็นแรงผลักดันให้เด็กมีกำลังใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนให้ดีขึ้น
- การที่เด็ก ๆ มีโอกาสได้รู้จักการทำดีว่าทำอะไรได้บ้าง และได้รับการส่งเสริมให้ทำสม่ำเสมอ จะส่งผลให้ทำงานเป็นนิสัย สิ่งสำคัญคือเด็กวัยนี้ชอบได้รับคำชม และคำพูดที่อ่อนโยนจากผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด ส่งผลให้เชื่อมั่นและให้ความไว้วางใจ เชื่อฟังผู้ใหญ่ที่สั่งสอนตนด้วยความรักและความอ่อนโยนด้วย

# ACTIVITY 03

## คำพูดไม่ได้มีไว้ทำร้ายกัน

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้เด็กเรียนรู้การพูดที่สร้างสิ่งดี ๆ  
ให้กำลังใจผู้อื่นและสร้างความสุข

### อุปกรณ์



- กระดาษรูปปาก
- ไม้ไอศกรีม



ขั้นตอน  
กิจกรรม

1. คุณครูแจกกระดาษรูปปากให้กับเด็ก ๆ แล้วให้ระบายสีลงในรูปปากตาม  
ชอบใจให้สวยงาม เด็ก ๆ อาจจะอยากได้ปากสีชมพู สีส้ม สีรุ้ง คุณครูชื่นชม  
และให้กำลังใจเพื่อสร้างความมั่นใจและรอยยิ้มให้กับเด็กแล้วช่วยกันนำปาก  
มาติดกับไม้ไอศกรีมเป็นคทาวีเศษของนางฟ้าและเทวดาน้อย
2. คุณครูให้เด็ก ๆ ผลิตกันออกมาหน้าชั้นเรียน แล้วใช้คทาวีเศษแทนปากเพื่อ  
มอบคำพูดดี ๆ ให้กับคุณครูและเพื่อน ๆ เช่น หนูขอให้เพื่อน ๆ และคุณครูมี  
ความสุข บ๊ิง! ผมขอให้คุณครูและเพื่อน ๆ มีขนมทานมากมาย โอ้ม! เป็นต้น
3. เมื่อเด็กเริ่มสนุกสนาน คุณครูสมมติเหตุการณ์เพิ่มเติมเพื่อชวนเด็ก ๆ คิด  
และฝึกนิสัยการพูดในสิ่งดี ๆ กับผู้อื่น เช่น หากเพื่อนวิ่งชนเราหกล้มจะบอก  
กับเพื่อนว่าอย่างไร ถ้าเพื่อนแย่งของเล่นจากเรา เราจะบอกกับเพื่อนว่า  
อย่างไร คุณครูเสริมเพิ่มเติมคำพูดที่น่ารัก เช่น “ไม่เป็นไรจ๊ะ” “เรามาเล่น  
ด้วยกันไหม” เป็นต้น

คำอธิบาย

การถ่ายทอดคำพูดที่ดีมาจากจิตใจที่ดีงาม ความคิดที่ดีงาม  
คุณครูสามารถฝึกฝนเรื่องนี้ได้อย่างสม่ำเสมอและบ่อยครั้ง  
อย่างเช่นฝึกให้เด็ก ๆ มอบคำชื่นชมให้กับเพื่อนที่ทำความดี  
ฝึกให้รู้จักขอบคุณบุคคลที่ให้ความช่วยเหลือแก่เรา ไม่ทำ  
เฉยเมย ฝึกให้รู้จักการขอโทษเมื่อตนได้ทำผิดพลาด จน  
กลายเป็นสิ่งที่ทำเป็นประจำภายในห้องเรียน ก็จะเป็นการ  
ส่งเสริมทั้งความคิดดี พูดดี ทำดี ให้กับเด็กอย่างมีค่าทีเดียว

คำแนะนำเพิ่มเติม

คุณครูอาจตั้งคำถามชวนเด็กแสดงความคิดเห็นเพื่อให้เด็ก  
รู้จักการมองในหลาย ๆ แง่มุม และการทำความดี เช่น  
“ถ้าเพื่อนทำของเล่นหลุดมือทิ้งเตะกร้าหล่นเกลื่อนกลาด  
เด็ก ๆ จะทำอย่างไร” “คุณพ่อกลับมาจากทำงานเหนื่อย ๆ  
เด็ก ๆ คิดว่าควรทำอย่างไร”  
“ถ้าเห็นพี่รังแกสัตว์ เด็ก ๆ จะทำอย่างไร” เป็นต้น  
ฟังคำตอบแล้วคุณครูช่วยแนะนำอย่างอ่อนโยน เพิ่มเติมถึง  
วิธีการกระทำเพื่อเป็นประสบการณ์เพิ่มเติมให้กับเด็ก ๆ ใ้รู้จัก  
วิธีการทำดีเพิ่มขึ้นด้วย เช่น การทำหน้าที่ของตน การช่วยเหลือ  
เมื่อผู้อื่นเดือดร้อน



การแก้ปัญหาด้วยแนวคิดที่ “ปลูกอะไรได้สิ่งนั้น...” น่าจะเป็นคำตอบ  
และนี่คือที่มาของหนังสือ *ช่วยเด็กสร้างโลก* คู่มือกิจกรรมช่วยเด็กสร้างโลกที่น่าอยู่  
เป็นมิตรกับตัวเองและเป็นมิตรกับโลก เพื่อต้องการให้พลเมืองเด็กมีภูมิคุ้มกันชีวิต  
รักตัวเองและรักคนอื่นเป็น

กิจกรรมในเล่ม เริ่มจากการช่วยให้เด็กรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตัวเอง  
เพื่อที่จะสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง เข้าใจความแตกต่างระหว่างตัวเองกับผู้อื่น  
ทั้งส่วนที่เป็นบุคลิกลักษณะภายนอก ความคิด และทัศนคติ ซึ่งเป็นเรื่องปกติ  
และในความแตกต่างเหล่านี้คือความงามที่อยู่ร่วมกันได้  
มีความมุ่งมั่นตั้งใจและมีโอกาสฝึกตนให้มีระเบียบวินัย  
เคารพกฎกติกาในระดับที่จะทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขและสันติ  
ทั้งนี้เรามีความเชื่อว่าคุณสมบัติเหล่านี้ จะเป็นอุปนิสัยที่จะติดตัวเด็กไปตลอดชีวิต  
หากเขาได้รับการปลูกฝังอย่างเหมาะสมกับพัฒนาการของแต่ละวัย



BK02

ISBN: 978-616-779-074-9



9 786167 790749

150 บาท