



"ขอจงมีความเพียรที่บริสุทธิ์ ปัญญาที่เฉียบแหลม กำลังกายที่สมบูรณ์"

จากพระราชปรารภเรื่องพระมหาชนก

พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

เป็นแก่นสำคัญ สำหรับผู้ร่วมโครงการโพธิสัตว์น้อย ลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า

ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณหาที่สุดมิได้



คำชี้แจงและความสำคัญ

โพธิ์สัตว์น้อย ลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า ปีการศึกษา๒๕๖๔

กิจกรรม “พี่สอนน้องช่วยพ่อแม่หยุด เหล้า เราจะหยุดโควิด-19”



๑.ทำไมเราต้องร่วมมือกัน

นักเรียน เป็นผู้ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการที่ผู้ปกครองดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ความไม่พร้อมในการเรียนรู้ มีสาเหตุจากพ่อแม่ผู้ปกครองดื่มเหล้า สิ่งที่มาคือความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจ ฯลฯ และเกิดการซึมซับพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากครอบครัว และอิทธิพลจากการโฆษณาในรูปแบบต่างๆเพื่อกระตุ้นให้ดื่ม ทำให้นักเรียนมีโอกาเสี่ยงสูงที่จะเป็นผู้ดื่มหน้าใหม่ และก่อให้เกิดปัญหาสังคมอื่นๆตามมา อีกทั้งการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ยังเป็นปัจจัยสำคัญต่อการติดเชื้อไวรัสโควิด-19

ในขณะเดียวกันลูกก็มีอิทธิพลต่อพ่อแม่ด้วยเช่นกัน ด้วยสายสัมพันธ์ความรัก ถ้าคุณครูออกแบบการเรียนรู้ให้ลูกๆช่วยให้พ่อแม่ เลิกเหล้า โดยให้พี่ๆ ไปสอนน้อง บทเรียนและประสบการณ์ตรงเหล่านี้ จะกลายเป็นภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับเด็กๆ ทั้งพี่และน้อง

การที่เด็กๆทั้งพี่และน้อง ได้ทำกิจกรรม ขอให้พ่อแม่ผู้ปกครองเลิกเหล้า นั้น เป็นการเรียนรู้แบบซึมซับผ่านประสบการณ์ตรง จากโจทย์ในชีวิตจริงของครอบครัว จะทำให้เด็กๆเกิดความตระหนักรู้อย่างมีพลัง



๒. เราตั้งใจปลูกฝังอะไรในใจเด็ก

๑. ให้นักเรียนแสดงความรัก ความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
๒. คำนึงความอบอุ่นให้ครอบครัวนักเรียน
๓. สร้างพื้นฐานคุณธรรม
 - ความเพียร
 - ความกตัญญู
 - ความสามัคคี
 - มีจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น
๔. ความตระหนักรู้ในพิษภัยจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด และปกป้องตัวเองได้
๕. มีส่วนร่วมแก้ปัญหาให้ตนเอง สังคม ประเทศชาติ ในการลดปัจจัยเสี่ยงการติดเชื้อไวรัสโควิด-19
๖. การเห็นคุณค่าในตนเอง (self esteem) จากการทำความดีเพื่อผู้อื่น



๓. โพธิสัตว์น้อยลูกของพ่อแม่เลิกล้ำ เป็นหนึ่งในกิจกรรมภายใต้โครงการโรงเรียนคำพ่อสอน

ที่น้อมนำกระแสพระราชดำริด้านการศึกษาของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร แปลงสู่ภาคปฏิบัติ ดังที่ได้ัญเชิญมานี้

- ๑ ให้ครูรักเด็ก และให้เด็กรักครู
๒. ให้ครูสอนเด็กให้มีน้ำใจต่อเพื่อน ไม่ให้แข่งขันกัน แค้ให้แข่งกับตัวเอง
ให้เด็กที่เรียนเก่งกว่าช่วยสอนเพื่อนที่เรียนช้ากว่า
๓. ให้ครูจัดกิจกรรมให้เด็กทำร่วมกัน เพื่อให้เห็นคุณค่าของความสามัคคี..”



๔. ขั้นตอนการเข้าร่วมและแนวทาง

ขับเคลื่อนโครงการโพธิ์สัตว์น้อยลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้าการศึกษา ๒๕๖๔

๑.เข้าเว็บไซต์ ที่โรงเรียนคำพอสอน.com มาที่หัวข้อโพธิ์สัตว์น้อย ฯ เพื่อสมัครเข้าร่วมโครงการ
หมดเขตรับสมัคร ๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔

๒.ดาวน์โหลดเอกสาร ขั้นตอนการดำเนินโครงการโพธิ์สัตว์น้อยฯ และ ดาวน์โหลดคู่มือพี่สอนน้อง
ช่วยพ่อแม่หยุด เหล้า เราจะหยุดโควิด-19 เพื่อให้นักเรียนที่จะไปสอนน้อง

แนวทางขับเคลื่อนโครงการ สำหรับผู้บริหาร

- ๑.ผู้บริหารมีจดหมายขอความร่วมมือผู้ปกครอง ให้งดเหล้าครบพรรษา หรืองดตลอดไป
เพื่อลูก ครอบครัว และลดความเสี่ยงในการติดโควิด-๑๙
- ๒.เชิญชวนให้ครู บุคลากรในโรงเรียนงดเหล้าครบพรรษา หรืองดต่อเนื่อง
- ๓.สนับสนุนให้ครูแกนนำ /คณะครูในโรงเรียนดำเนินกิจกรรมให้นักเรียนเขียนจดหมายสื่อรักขอพ่อแม่เลิกเหล้าทั้งโรงเรียน หากพ่อแม่ไม่ดื่มให้เขียนจดหมายขอบคุณ และสนับสนุนกิจกรรมพี่สอนน้อง ฯ ต่อเนื่องตลอดพรรษา
- ๔.เมื่อออกพรรษา เชิดชู ยกย่อง ให้กำลังใจ โดยมอบเกียรติบัตรหน้าเสาธง หรืออื่นๆที่เหมาะสม ให้แก่
 - ครอบครัวนักเรียนที่งดเหล้าครบพรรษา /งดตลอดไป
 - ครู และบุคลากรในโรงเรียนที่งดเหล้าครบพรรษา/งดตลอดไป
 - ครู /บุคลากร ที่ไม่ดื่มเหล้า เบียร์ และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด

แนวทางขับเคลื่อนโครงการ สำหรับครูผู้สอน

- ๑.สร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนรุ่นพี่และเตรียมความพร้อมให้นักเรียนฝึกซ้อมตามคู่มือกิจกรรมพี่สอนน้องช่วยพ่อแม่หยุดเหล้า เราจะหยุดโควิด-19 ไปสอนน้องชั้นเล็ก โดยจับคู่ชั้นเรียน เช่น ป.๔ ไปสอนน้องป.๒ โดยคุณครูพิจารณาตามความเหมาะสมในการจับคู่ชั้นเรียน (เว้นระยะห่างตามนโยบายโรงเรียน) และดำเนินกิจกรรมตามคู่มือตลอดเข้าพรรษา
- ๒.เป็นที่ปรึกษา/ ให้กำลังใจ/ แนะนำนักเรียนในการดูแลพ่อแม่ที่งดเหล้า/ ติดตามผลการงดเหล้า ของผู้ปกครอง และสรุปผล ส่งผู้บริหารโรงเรียน และส่งผลมายังโครงการ
- ๓.มอบเมล็ดพันธุ์รัก(ที่โครงการส่งไปให้) แก่นักเรียนพี่และน้องคู่ห้องพี่สอนน้องร่วมกันปลูก และช่วยกันดูแลตลอดพรรษา หรือให้นักเรียนนำไปปลูกร่วมกันกับครอบครัว “พ่อแม่ปลูกปลูกด้วยกัน”
หากมีผลผลิตก่อนออกพรรษา ให้นักเรียนเก็บผลผลิตไปมอบให้ผู้ปกครอง (ลูกทำเพื่อพ่อแม่)
- ๔.ติดตามผลการงดเหล้าเข้าพรรษาของผู้ปกครอง พฤติกรรมนักเรียน และรายงานผลส่ง หลังออกพรรษา (ตามสภาพจริง)

แนวทางขับเคลื่อนโครงการสำหรับนักเรียน

- ๑.ให้นักเรียนรุ่นพี่ศึกษาคู่มือกิจกรรมพี่สอนน้องช่วยพ่อแม่หยุดเหล้า เราจะหยุดโควิด-19 โดยมีคุณครูเป็นที่ปรึกษา
- ๒.ดำเนินกิจกรรมตามคู่มือตลอด ๓ เดือนเข้าพรรษา โดยปรึกษาคูณครูแกนนำ



ระหว่างพรรษา

การดำเนินกิจกรรมระหว่างพรรษา ถ้ามีกรณีศึกษา / เรื่องราวที่ประทับใจ
โรงเรียนสามารถส่งข้อมูลกิจกรรม และภาพ เพื่อเผยแพร่มายังไลน์กลุ่มโพธิ์สัตว์น้อยๆ
ตามคิวอาร์โค้ดนี้



เมื่อออกพรรษา

ให้โรงเรียนรายงานผล (ตามสภาพจริง) มายัง เว็บไซต์ ที่โรงเรียนคำพ่อสอน.com
ภายใน ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๔
ข้อมูลของโรงเรียน (ตามสภาพจริง) จะเป็นประโยชน์ต่อการป้องกันแก้ไขปัญหาอบายมุขให้ประเทศชาติ



๕.การหนุนเสริมจากโครงการ

- ช่วงเข้าพรรษา :สื่อเพื่อการทำกิจกรรม

- ๑.เมล็ดพันธุ์ผัก เพื่อใช้ในกิจกรรมที่สอนน้องช่วยพ่อแม่หยุดเหล้า เราจะหยุดโควิด-19
- ๒.สื่อธรรมะ เช่นแบนเนอร์ สติกเกอร์ สื่อ หน้ากากผ้า (สำหรับผู้บริหารและครูแกนนำ)

- หลังออกพรรษา

- ๑.เกียรติบัตรสำหรับผู้เข้าร่วมในทุกกลุ่ม (หลังจากรายงานผลตามสภาพจริงกลับมา ในเวลาที่กำหนด)
- ๒.กระปุกออมสิน และขวดน้ำ “สื่อรักให้พักเหล้า” สำหรับนักเรียนที่มีความกตัญญูต่อพ่อแม่
- ๓.เชิญเข้าร่วมถอดบทเรียนและแลกเปลี่ยนผลที่เกิดขึ้น จากการขับเคลื่อนโครงการอย่างต่อเนื่องของโรงเรียน จนออกพรรษา
- ๔.งานวิจัยติดตามผลโดยคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และสรุปผลโครงการที่ทุกโรงเรียนรายงานกลับมา



หมายเหตุ

หากโรงเรียนไม่สามารถเปิดการเรียนการสอนได้

ตามปกติเพราะสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-๑๙

ให้โรงเรียนปรับกิจกรรมตามแนวทางดังนี้

๑. จดหมายสื่อรักขอพ่อแม่เลิกเหล้า โดยให้นักเรียนเขียนจดหมายบอกถึงความรักความห่วงใยที่มีต่อพ่อแม่และบอกถึงพิษภัยจากการดื่มเหล้า เบียร์ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และส่งให้พ่อแม่ได้อ่าน
๒. พ่อแม่ลูกปลูกด้วยกัน โดยโรงเรียนให้เมล็ดพันธุ์ผักแก่นักเรียนไปปลูกที่บ้านร่วมกับคุณพ่อคุณแม่หรือผู้ปกครองเพื่อเปลี่ยนเวลาดื่มเหล้า เบียร์มาทำกิจกรรมกับครอบครัวแทน และนำมาประกอบอาหาร(โครงการส่งเมล็ดพันธุ์ผักให้) โดยให้นักเรียนถ่ายรูป หรือเขียนเล่าเรื่องประกอบ
๓. อมสินสื่อรักพิทักษ์ครอบครัว ให้นักเรียนและคุณพ่อคุณแม่ นำวัสดุเหลือใช้เช่นขวดน้ำพลาสติก หรืออื่นๆที่เหมาะสม มาช่วยกันทำเป็นกระปุกออมสิน และนำเงินที่ไม่ต้องไปซื้อเหล้า เบียร์ มาหยอดกระปุกให้ครอบครัวตลอดพรรษา
๔. เมื่อออกพรรษา ให้นักเรียนรายงานผล (ตามสภาพจริง) อาจให้เด็กๆเขียนในรูปแบบเรียงความก็ได้
 - เงินในกระปุกออมสินว่าเป็นเงินเท่าไร
 - วันที่ดื่มน้ำของผู้ปกครองว่า จำนวนวันที่เลิกดื่ม/เลิกดื่มครบพรรษา /หรือตั้งใจเลิกตลอดไป
 - ผักที่ปลูก ใครช่วยปลูกบ้าง ผักโตไหม ทำเป็นอาหารอะไร
 - พ่อแม่หรือผู้ปกครองมีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ อย่างไร เช่นสอนการบ้าน ลดการทะเลาะ หรืออื่นๆ
๕. สื่อการ์ตูนเรื่อง “จุกกะจำเพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ” และแผนการสอน เพื่อให้คุณครูประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสม



สแกนการ์ตูนจุกกะจำเพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ

สื่อการ์ตูนจุกกะจำ ตอน..เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ.mp4 (ผลงานเด็กๆและคุณครู)

- มีแผนการสอนประกอบเรื่องจุกกะจำ ตอน..เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ

- อนุบาล

- ประถมศึกษา

แผนการสอนดาวน์โหลดได้ใน เว็บไซต์ ที่โรงเรียนคำพ่อสอน.com



๖. ลิงค์สื่อสร้างแรงบันดาลใจ ติดตามได้ใน เว็บไซต์ ที่โรงเรียนคำพอสอน.com

๑. คลิปพี่สอนน้องช่วยพ่อแม่เลิกเหล้า

<https://www.youtube.com/watch?v=bEnMF9WAlzQ>

๒. คลิปสำหรับผู้บริหาร

<https://www.youtube.com/watch?v=gHeHcHyPUos&t=2s>

๓. คลิปสำหรับครูผู้สอน

<https://www.youtube.com/watch?v=LhZWZDxvHk0&t=9s>

๔. คลิปสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา

<https://www.youtube.com/watch?v=7zY5nanFwKE&t=35s>

๕. คลิปสำหรับนักเรียนอนุบาล - ประถมศึกษาปีที่ ๑-๖

https://www.youtube.com/watch?v=KLi2SFQGM_o&t=57s

๖. คลิปตามรอยจดหมายสื่อรัก ภาคเหนือ (ติดตามผลระหว่างพรรษา)

<https://www.youtube.com/watch?v=ox4ZFohjAz8&t=4s>

๗. สุราไม่ใช่สินค้าธรรมดา

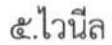
<https://www.youtube.com/watch?v=rLtengx7gx0>

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ คุณอภิศา มะหะมาน ๐๘๙-๒๗๔ ๘๘๒๔



๒.คู่มือพี่สอนน้องช่วยพ่อแม่หยุดเหล้า เราจะหยุดโควิด-๑๙

๔.หน้ากากผ้า



๒.สถิติเกอร์





การจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่อง “รักลูก ต้องเลิกเหล้า” สำหรับชั้นอนุบาล

ขอบเขต เนื้อหา

คนไทยเสียชีวิตจากเหล้าทุกๆ 10 นาที หรือปีละกว่า 5 หมื่นคน เพราะเหล้าหรือสุราเป็นสาเหตุของโรคถึง 200 ชนิด โดยเฉพาะโรคมะเร็งตับซึ่งเวลานี้ได้กลายมาเป็นอันดับ 1 ของมะเร็งทั้งหมด ที่น่าเป็นห่วงคือคนไทยถึง 2.75 ล้านคน ติดเหล้า ความสูญเสียมากที่สุดจากเหล้าคืออุบัติเหตุบนท้องถนนที่คร่าชีวิตผู้คนมากกว่า 20,000 รายต่อปี นอกจากนี้ผู้ที่ดื่มเหล้ายังได้สร้างความสูญเสียต่อผู้อื่นอีก เช่น เกิดความรุนแรงในครอบครัว การทะเลาะวิวาท การล่วงละเมิดทางเพศ ฯลฯ ที่สำคัญเหล้ายังเป็นสาเหตุหลักที่ทำลายสถาบันพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของคนไทยนั่นคือสถาบันครอบครัว

เหล้าเป็นสารพิษอย่างหนึ่งที่มีผลต่อการทำลายเซลล์ของร่างกาย เมื่อเราดื่มเหล้าเข้าไปจึงสร้างความเสียหายให้กับเซลล์ เนื้อเยื่อ และยังส่งผลกระทบต่อการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย ตามข้อมูลต่อไปนี้

๑.ตับ

แอลกอฮอล์จะทำให้เซลล์ตับเริ่มบวม มีไขมันแทรกตัวตามเซลล์ของตับ และเมื่อเราดื่มเหล้าเข้าไปมากๆ ก็จะกลายเป็นโรคตับแข็งจนนำไปสู่โรคมะเร็งตับในที่สุด

๒.สมอง

แอลกอฮอล์จะทำลายเซลล์สมอง เกิดอาการความจำเสื่อม ความคิดเลอะเลือน เสียการทรงตัว เดินเซเซ เซลล์ของสมองจะมีขนาดเล็กลง จนส่งผลกระทบต่อคุณภาพ เช่น เกิดอาการซึมเศร้า ประสาทหลอน ระแวงว่าจะมีคนมาทำร้าย เป็นต้น

๓.กระเพาะอาหาร

แอลกอฮอล์จะทำลายเซลล์เยื่อบุกระเพาะอาหาร การที่กระเพาะอาหารถูกกระตุ้นให้ผลิตน้ำย่อยออกมามากขึ้น จะเป็นสาเหตุให้กระเพาะอาหารอักเสบ เป็นแผล มีอาการปวดท้อง หรือรุนแรงถึงขั้นอาเจียนเป็นเลือด

วัตถุประสงค์

1. ความรู้ - สามารถอธิบายเรื่องผลกระทบของเหล้าเบื้องต้นได้



2. ทักษะ - สามารถอภิปรายและวางแผนเพื่อช่วยคุณพ่อคุณแม่ให้เลิกเหล้าได้อย่างสร้างสรรค์
3. คุณค่า - ตระหนักถึงโทษของเหล้าที่มีต่อคุณพ่อคุณแม่ เกิดแรงบันดาลใจที่จะช่วยคุณพ่อคุณแม่เลิกเหล้า

ขั้นตอนการ กระบวนการ 50 นาที (สำหรับ Online และ Offline)

1. ครูทักทายนักเรียน จากนั้นพาร้องเพลงเพื่อเตรียมความพร้อม(ใช้เพลงที่ครูและเด็กร้องกันเป็นประจำ)
3-5 นาที

2. ครูเล่นเกมทายคำ โดยให้นักเรียนฟังคำใบ้จากแผ่นป้ายแล้วตอบคำถาม(แผ่นป้ายมี 3 คำใบ้)

1. เป็นสิ่งที่ดื่มได้ 2. มีสีน้ำตาลอ่อน 3. ดื่มแล้วจะเมา

จากนั้นครูเฉลยโดยการนำภาพเหล้าแผ่นใหญ่ๆ มาติดบนกระดาน 5 นาที

3. ครูชวนคุยเพื่อสำรวจการดื่มเหล้าของพ่อและแม่ผ่านการตั้งคำถาม “ในห้องเรียนของเรามีพ่อแม่ใครดื่มเหล้าบ้าง” ครูให้นักเรียนยกมือตอบ และถามความรู้สึก 4-5 คน 5 นาที

4. ครูบอก “ใครไม่อยากให้พ่อแม่ดื่มเหล้าให้ยื่นขึ้น” (นักเรียนยื่น) “ใครจะช่วยไม่ให้พ่อแม่ดื่มเหล้าให้นั่งลง” (นักเรียนนั่งลง) ครูถาม “เด็กๆมีวิธีไหนที่จะช่วยไม่ให้พ่อแม่ดื่มเหล้าบ้าง” ให้นักเรียนตอบ 2-3 คน

จากนั้นครูชวนทุกคนชม Animation เรื่อง “จุกกะจำ ตอน เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ”

ครูพูด “ครูจะพาเด็กๆไปดู จุกและจำห้ามไม่ให้พ่อกินเหล้า ลองมาดูกันว่าพวกเขาจะทำสำเร็จไหม”

ครูเปิด Animation เรื่อง “จุกกะจำ ตอนเพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ” 20 นาที

6. ครูชวนสรุปการเรียนรู้ ด้วยคำถาม “เด็กๆ ดู Animation เรื่องนี้แล้วรู้สึกอย่างไรบ้าง”

ครูชวนคิดและให้ชิ้นงาน “ถ้าเด็กๆจะช่วยไม่ให้พ่อแม่ดื่มเหล้า จะทำอย่างไร” ครูให้

นักเรียนวาดภาพแสดงความคิดสร้างสรรค์และเขียนคำบรรยายเล็กน้อย(ตามความสามารถ)ลงบนการ์ด

เพื่อนำไปมอบให้พ่อและแม่ 15 นาที



ให้วาดภาพแสดงความคิดสร้างสรรค์พร้อมกับเขียนคำบรรยายที่เด็กๆอยากช่วยพ่อและแม่

“เก่งมากเพื่อนๆ”



ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....โรงเรียน.....



การจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่อง “รักลูก ต้องเลิกเหล้า” ชั้นประถมศึกษา

ขอบเขต เนื้อหา

คนไทยเสียชีวิตจากเหล้าทุกๆ 10 นาที หรือปีละกว่า 5 หมื่นคน เพราะเหล้าหรือสุราเป็นสาเหตุของโรคถึง 200 ชนิด โดยเฉพาะโรคมะเร็งตับซึ่งเวลานี้ได้กลายมาเป็นอันดับ 1 ของมะเร็งทั้งหมด ที่น่าเป็นห่วงคือคนไทยถึง 2.75 ล้านคน ติดเหล้า ความสูญเสียมากที่สุดจากเหล้าคืออุบัติเหตุบนท้องถนนที่คร่าชีวิตผู้คนมากกว่า 20,000 รายต่อปี นอกจากนี้ผู้ที่ดื่มเหล้ายังได้สร้างความสูญเสียต่อผู้อื่นอีก เช่น เกิดความรุนแรงในครอบครัว การทะเลาะวิวาท การล่องละเมิดทางเพศ ฯลฯ ที่สำคัญเหล้ายังเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ลายสถาบันพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของคนไทยนั่นคือสถาบันครอบครัว

เหล้าเป็นสารพิษอย่างหนึ่งที่มีผลต่อการทำลายเซลล์ของร่างกาย เมื่อเราดื่มเหล้าเข้าไปจึงสร้างความเสียหายให้กับเซลล์ เนื้อเยื่อ และยังส่งผลต่อการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย ตามข้อมูลต่อไปนี้

๑.ตับ

แอลกอฮอล์จะทำให้เซลล์ตับเริ่มบวม มีไขมันแทรกตัวตามเซลล์ของตับ และเมื่อเราดื่มเหล้าเข้าไปมากๆ ก็จะกลายเป็นโรคตับแข็งจนนำไปสู่โรคมะเร็งตับในที่สุด

๒.สมอง

แอลกอฮอล์จะทำลายเซลล์สมอง เกิดอาการความจำเสื่อม ความคิดเลอะเลือน เสียการทรงตัว เดินเซ เซลล์ของสมองจะมีขนาดเล็กลง จนส่งผลต่อบุคลิกภาพ เช่น เกิดอาการซึมเศร้า ประสาทหลอน ระแวงว่าจะมีคนมาทำร้าย เป็นต้น

๓.กระเพาะอาหาร

แอลกอฮอล์จะทำลายเซลล์เยื่อบุกระเพาะอาหาร การที่กระเพาะอาหารถูกกระตุ้นให้ผลิตน้ำย่อยออกมามากขึ้น จะเป็นสาเหตุให้กระเพาะอาหารอักเสบ เป็นแผล มีอาการปวดท้อง หรือรุนแรงถึงขั้นอาเจียนเป็นเลือด



วัตถุประสงค์

1. ความรู้ - สามารถอธิบายเรื่องผลกระทบของเหล้าเบื้องต้นได้
2. ทักษะ - สามารถอธิบายและวางแผนเพื่อช่วยคุณพ่อคุณแม่ให้เลิกเหล้าได้อย่างสร้างสรรค์
3. คุณค่า - ตระหนักถึงโทษของเหล้าที่มีต่อคุณพ่อคุณแม่ เกิดแรงบันดาลใจที่จะช่วยคุณพ่อคุณแม่เลิกเหล้า

ขั้นประถมศึกษา กระบวนการ 50 นาที

1. ครูทักทายนักเรียนและเล่นเกม 20 คำถามเพื่อทายคำว่า “เหล้า” (เกม 20 คำถามคือเกมที่ให้นักเรียนตั้งคำถามโดยการตั้งคำถาม ใช่หรือไม่ ไม่เกิน 20 คำถาม) ถ้านักเรียนถามและรวบรวมข้อมูลเพียงพอแล้วก็ให้ลองทายซึ่งใครที่ทายคำแล้วจะหมดโอกาสถามอีกต่อไป ถ้าทายคำได้ถูกต้องเกมก็จะจบลง (ครูมีหน้าที่ตอบเพียงใช่หรือไม่ใช่) เมื่อนักเรียนทายถูกครูเขียนแผนภาพพระอาทิตย์บนกระดานและชวนคุยว่า “เหล้าที่นักเรียนรู้จักเป็นอย่างไร” นักเรียนตอบและครูเขียนลงเป็นแผนภาพพระอาทิตย์

10 นาที

2. ครูให้นักเรียนพิจารณาข้อความบนกระดานและตั้งคำถาม “ในห้องนี้มีพ่อแม่ใครดื่มเหล้าบ้าง” จากนั้นครูถามต่อ “นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่เห็นพ่อแม่ดื่มเหล้า” ครูเขียนคำตอบเพิ่มเติมลงในแผนภาพพระอาทิตย์ (ควรใช้สีแตกต่างกันในการบันทึกคำตอบ) ครูถามต่อ “ใครต้องการให้พ่อแม่เลิกเหล้าให้ยั้งยืน” “และ” “ใครต้องการช่วยพ่อแม่ให้เลิกเหล้าให้สู้ก้าบ้าน” ครูชื่นชมนักเรียนถึงความตั้งใจ จากนั้นพาไปดูความตั้งใจของลูกและจำที่จะพาพ่อแม่เลิกเหล้า ครูเปิด Animation เรื่อง “ลูกกะจำ ตอน เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ”

15 นาที

3. ครูให้นักเรียนสรุปการเรียนรู้จากการชม Animation เรื่อง “ลูกกะจำ ตอน เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อ” ลงในใบงาน

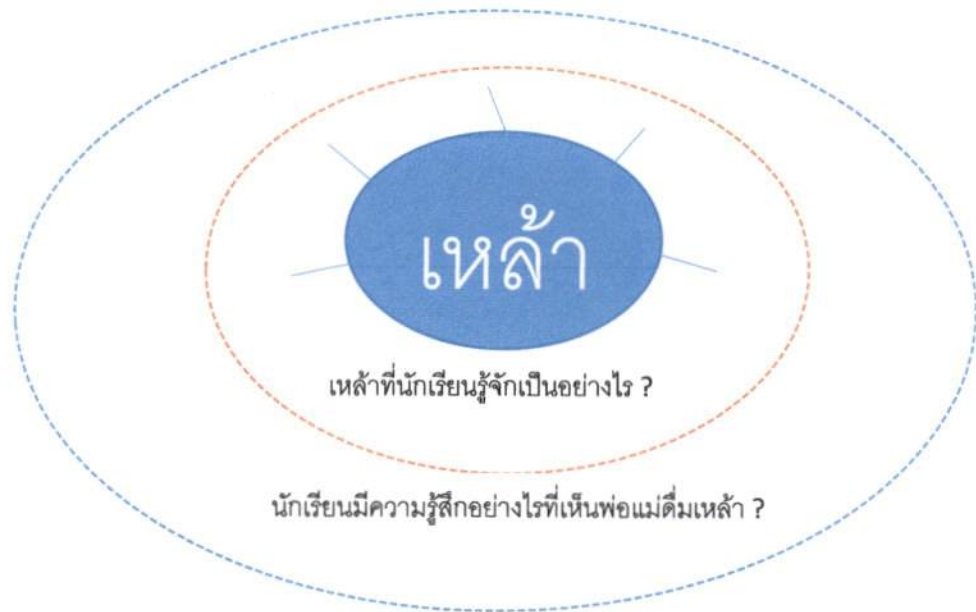
15 นาที

4. ครูพานักเรียนนั่งเป็นวงกลมและนำเสนอโครงการ “เพราะรักจึงพิทักษ์พ่อและแม่จากเหล้า” ให้นักเรียนผลัดกันเล่าสิ่งที่ตนเองตั้งใจจะทำ ครูบันทึกการนำเสนอด้วยการอัดคลิปวิดีโอ และส่งวิดีโอการนำเสนอให้ผู้ปกครอง ครูชื่นชมความคิดนักเรียนและสนับสนุนให้นักเรียนไปดำเนินการจริง หากบ้านใดพ่อแม่ไม่สะดวกเรื่องเครื่องมือสื่อสารให้นักเรียนเขียนความตั้งใจลงในกระดาษและวาดรูปตกแต่งให้สวยงาม

10 นาที



รูปแบบแผนภาพพระอาทิตย์สรูปความคิดของนักเรียนในชั้นเรียน





ให้นักเรียนตอบคำถามจากการชม Animation เรื่อง “จุกกะจำ ตอน เพราะรัก
จึงพิทักษ์พ่อ”

1. ให้นักเรียนเขียนคุณธรรมของจุกและจำที่ได้พบจากเรื่องนี้ (ในรูปแบบ
แผนภาพพระอาทิตย์)



2. ให้นักเรียนเขียนชื่อของอวัยวะและบอกสิ่งที่อวัยวะได้รับผลกระทบจากเหล้า



ชื่ออวัยวะ

.....

.....

.....

.....

.....

[illegible]

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....โรงเรียน.....

3. ถ้านักเรียนมีกล่องที่สามารถเสกของวิเศษได้ 1 อย่างเพื่อช่วยพ่อแม่ให้เลิกเหล้า ของชิ้นนั้นคืออะไร ให้วาดภาพพร้อมเขียนบรรยาย



4. ให้นักเรียนคิดและออกแบบโครงการ “เพราะรักจึงพิทักษ์ พ่อและแม่จากเหล่า” โดยระบุสิ่งที่นักเรียนจะไปทำจริงกับครอบครัวตนเอง

[illegible]