



รายงานนวัตกรรมการจัดการเรียนรู้

เพื่อยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของสถานศึกษานำร่องพื้นที่นวัตกรรม
โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ประจำปีการศึกษา 2568 (งบประมาณ พ.ศ. 2568)

นวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ “สบู่มุนไพรพื้นบ้าน”

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาตามแนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL



นายสทธีฐ คำภา
ตำแหน่ง ครู

รูปเล่มเต็มฉบับ

วิดีโอการสอน



โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



คำนำ

แบบรายงานนวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ “สบู่มนไพรพื้นบ้าน” รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาตามแนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ ใส่ใจการใช้ชีวิต จัดทำขึ้นเพื่อเป็นเอกสารนวัตกรรมนาร่องในพื้นที่นวัตกรรมการศึกษา ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๘ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต ๑

นอกจากนี้เอกสารฉบับนี้ยังช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้รู้จักคุณค่าของสมุนไพรในท้องถิ่นที่สามารถนำมาทำประโยชน์ได้ และได้รู้จักวิธีการดูแลรักษาความสะอาดของร่างกายและการดูแลสุขภาพของตนเอง ตามแนวทางสุขบัญญัติแห่งชาติ ๑๐ ประการ

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่ได้ศึกษา และทางผู้จัดทำต้องขอขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการโรงเรียน คณะครู บุคลากร นักเรียน รวมไปถึงผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ให้คำปรึกษา แนะนำชี้แนะแนวทางต่าง ๆ จนเอกสารเล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ทางผู้จัดทำต้องขอขอบพระคุณมา ณ ที่นี้ด้วย

นายสหรัฐ คำภา

สารบัญ

	หน้า
บันทึกข้อความ รายงานผลนวัตกรรม	ก
คำนำ	ข
สารบัญ	ค
รายงานการพัฒนา นวัตกรรม	1
1. ชื่อ นวัตกรรม	1
2. ผู้จัดทำ	1
3. ประเภท นวัตกรรม	1
4. สมรรถนะที่พัฒนา	1
5. ความเป็นมาและความสำคัญ	2
6. วัตถุประสงค์	3
7. ขอบเขตการศึกษา	4
8. กรอบแนวคิด	4
9. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	6
10. ขั้นตอนวิธีการพัฒนา นวัตกรรม	7
11. การนำ นวัตกรรมไปใช้	9
12. ผลการใช้ นวัตกรรม	9
สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	11
การเผยแพร่ นวัตกรรม	12
บรรณานุกรม	13
ภาคผนวก	14
แผนการจัดการเรียนรู้	15
รูปภาพการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน	23



รายงานนวัตกรรมการจัดการเรียนรู้
เพื่อยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาของสถานศึกษานำร่องพื้นที่นวัตกรรม
โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ประจำปีการศึกษา 2568 (งบประมาณ พ.ศ. 2568)
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานีเขต 1
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

1. ชื่อนวัตกรรมการเรียนรู้

นวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ “สบู่มุนไพรพื้นบ้าน” รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาตามแนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL

2. ผู้จัดทำนวัตกรรม

ชื่อผู้จัดทำ นายสหรัฐ คำภา
สอนระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ 3

3. ประเภทของนวัตกรรม

- (1) หลักสูตร
- (2) การจัดการเรียนรู้
- (3) สื่อและเทคโนโลยี
- (4) การบริหารจัดการ
- (5) กิจกรรมและโครงการ
- (6) ลดความเหลื่อมล้ำ
- (7) การวัดและประเมินผล
- (8) การประกันคุณภาพ

4. สมรรถนะที่พัฒนา

- (๑) สมรรถนะพื้นฐาน
 - (๑.๑) ด้านภาษาไทย

- (๑.๒) ด้านคณิตศาสตร์
- (๑.๓) ด้านวิทยาศาสตร์
- (๑.๔) ด้านภาษาอังกฤษ
- (๒) สมรรถนะหลัก
 - (๒.๑) การจัดการตนเอง
 - (๒.๒) การคิดขั้นสูง
 - (๒.๓) การสื่อสาร
 - (๒.๔) การรวมพลังทำงานเป็นทีม
 - (๒.๕) การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง
 - (๒.๖) การอยู่ร่วมกันกับธรรมชาติและวิทยาการอย่างยั่งยืน
- (๓) สมรรถนะอื่น ๆ
 - (๓.๑) ด้านการดูแลร่างกายตนเอง
 - (๓.๒)
 - (๓.๓)

5. ความเป็นมาและความสำคัญ

จากกระแสโลกาภิวัตน์ ที่เกิดจากความเจริญทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สังคมไทยจึงต้องมีการปรับตัว โดยการ "พัฒนาคน" ในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านคุณภาพและสมรรถนะของบุคคลเพื่อให้มีพื้นฐานในการคิด เรียนรู้ และทักษะการจัดการและการดำรงชีวิต ที่สามารถเผชิญกับปัญหาสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปรวมทั้งจำเป็นต้องปรับกระบวนการพัฒนาพร้อมกับการสร้างโอกาสและหลักประกันให้ทุกคนในสังคม โดยความร่วมมือของทุกภาคส่วนเพื่อให้คนไทยได้รับการพัฒนาทั้งด้านสติปัญญา กระบวนการเรียนรู้และทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง เพื่อประโยชน์ในการร่วมพัฒนาท้องถิ่นและประเทศชาติ (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2560: 1) การพัฒนาคนเป็นงานที่สำคัญและจำเป็นมากในกระบวนการพัฒนาประเทศ เพราะประเทศจะพัฒนาไปได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับคุณภาพของคนในประเทศ และสิ่งสำคัญประการหนึ่งที่จะทำให้คนมีคุณภาพ คือ การที่มีสุขภาพดี มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง การดูแลสุขภาพจึงเป็นเรื่องสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรบุคคลตลอดคล้องตามวิสัยทัศน์ของแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ.2560-2564 "ระบบสุขภาพไทย เข้มแข็ง เป็นเอกภาพ เพื่อคนไทยสุขภาพดีสร้างประเทศให้มั่นคง มั่งคั่งและยั่งยืน เพื่อเตรียมสร้างความพร้อมคน สังคมรองรับต่อการเปลี่ยนแปลง นำไปสู่การพัฒนาเพื่อประโยชน์สุขของสังคมไทยในอนาคต"การสร้างความรู้ตระหนักให้เป็นคุณค่าในการดูแลสุขภาพ ทั้งตรวจสุขภาพ การออกกำลังกาย เป็นปัจจัยสำคัญและเป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้ไม่ต้องก้าวไปสู่การเจ็บป่วย และการรักษาพยาบาล อันเป็นการป้องกันที่ยั่งยืนกว่า (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, 2559: 42)

สุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต การมีสุขภาพดีย่อมเป็นพื้นฐานในการพัฒนาชีวิตในทุก ๆ ด้าน ประเทศกำลังพัฒนาจึงมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพอนามัยประชาชน โดยเน้นการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องในปัจจุบัน การมีสุขภาพดีนับเป็นสิทธิพื้นฐานของมนุษย์ การพัฒนาประเทศจะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับสุขภาพที่ดีของคนในชาติเป็นสำคัญ ประเทศที่ประชาชนมีสุขภาพดีมีสติปัญญา มีคุณธรรมและจริยธรรมย่อมเป็นผู้ที่มีความสามารถเรียนรู้และสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ได้ดีซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมของประเทศโดยรวม (ณภัทร พานิชการ, 2557: 1)

ในการเรียนการสอน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ซึ่งเป็นวิชาที่เน้นการปฏิบัติ ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จริง เกิดทักษะในการคิด วิเคราะห์ เชื่อมโยงกับกิจกรรมการเรียนรู้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในปัจจุบัน ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีความรู้รอบด้าน สามารถนำสิ่งรอบตัวมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ สอดคล้องกับทักษะที่ความจำเป็นในการเรียนรู้ของนักเรียนในศตวรรษที่ 21 และส่งเสริมความเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นของจังหวัดอุบลราชธานี

การปฏิบัติตนในยุคสมัยใหม่ ที่ต้องต่อสู้กับเชื้อโรค มลภาวะ ฝุ่น PM2.5 ที่ทำให้ร่างกายของมนุษย์ป่วยง่ายยิ่งขึ้น การปฏิบัติตนของนักเรียนเวลามาโรงเรียนมีความเสี่ยงของการเกิดโรคต่างๆ ทั้งการเรียน การเล่นเกม การพูด รวมไปถึงการกิน นักเรียนต้องไปจับสิ่งของต่างๆ โดยอาจจะมีเชื้อโรคติดมากับมือ และนักเรียนหลายคนมีสุขภาพเล็บที่ไม่ดี เช่น เล็บดำ เล็บยาว เล็บมีฝุ่นติด เป็นต้น คุณครูจึงเป็นห่วงสุขภาพของนักเรียน จึงหาแนวทางในการป้องกันเชื้อโรคโดยการให้นักเรียนล้างมือบ่อยๆ และก่อนรับประทานอาหาร แล้วมีแนวคิดที่จะจัดทำสบู่สมุนไพรพื้นบ้านเพื่อให้นักเรียนได้มีสบู่ไว้ล้างมือ และประหยัดต้นทุน โดยมีแนวทางการปฏิบัติตนตาม “สุขบัญญัติแห่งชาติ” เป็นแนวทางการปฏิบัติตนหรือการดูแลสุขภาพพื้นฐาน เพื่อสร้างเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงจากโรคภัยไข้เจ็บ รวมทั้งอันตรายต่อสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น นำไปสู่การมีสุขภาพดีซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการทำกิจกรรมและดำเนินชีวิตประจำวัน ปลูกฝังและสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตั้งแต่เยาว์วัย และทุกช่วงชีวิต ด้วยการปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอจนเป็นสุขนิสัย สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ

สุขบัญญัติแห่งชาติในข้อที่ 1 ดูแลรักษาร่างกาย และของใช้ให้สะอาด ทำได้โดย อาบน้ำทุกวัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง ถ่ายอุจจาระเป็นเวลาทุกวัน ใส่เสื้อผ้าสะอาดไม่จับขึ้น สุขบัญญัติแห่งชาติในข้อที่ 3 ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่าย ล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้งก่อนและหลังปรุงอาหาร และหลังขับถ่าย คุณครูจึงอยากให้นักเรียนมีร่างกายที่สะอาดเลยจัดทำนวัตกรรมการทำสบู่สมุนไพรเพื่อให้เด็กได้บูรณาการในการผลิตสบู่จากสมุนไพรที่มีในท้องถิ่น ได้รู้จักพืชและสมุนไพรในท้องถิ่น รู้วิธีการผลิตและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อร่างกายที่สะอาดและสุขภาพที่ดี

6. วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เรื่อง การจัดทำสบู่สมุนไพรพื้นบ้าน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL
2. เพื่อให้นักเรียน เรียนรู้วิธีการนำวัตถุดิบจากธรรมชาติรอบตัวที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์
3. เพื่อดูแลรักษาร่างกายให้สะอาดตามเป็นแนวทางการปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ

7. ขอบเขตการศึกษา

- ด้านประชากร/กลุ่มเป้าหมาย/กลุ่มตัวอย่าง

เชิงปริมาณ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568 จำนวน 21 คน

เชิงคุณภาพ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ทุกคน รู้วิธีการผลิตสบู่สมุนไพรพื้นบ้าน รู้จักสบู่สมุนไพรในท้องถิ่น และรู้วิธีการดูแลรักษาร่างกายตนเองให้สะอาด

-ด้านเนื้อหา

สุขบัญญัติแห่งชาติ ๑๐ ข้อ เป็นวิธีดูแลสุขภาพด้านร่างกาย และจิตใจ รวมถึงสิ่งแวดล้อมภายนอก และสังคม ฉะนั้นการปฏิบัติตามสุขบัญญัติ ๑๐ ข้อ จะทำให้เรามีสุขภาพกายและจิตแข็งแรงสมบูรณ์

การสร้างผลิตภัณฑ์สุขภาพจำเป็นต้องศึกษาข้อมูลก่อนการผลิต และต้องเลือกวัสดุอย่างถูกวิธี เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ให้ประโยชน์และปลอดภัยในการอุปโภค

-ด้านเครื่องมือ

การจัดการเรียนรู้ “สบู่สมุนไพรพื้นบ้าน” รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาตามแนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL

ลำดับที่	ชื่อสื่อ-อุปกรณ์/เครื่องมือ และรายละเอียด
1	วัสดุอุปกรณ์ในการผลิตสบู่
2	สบู่สมุนไพรพื้นบ้าน
3	สื่อและเอกสารประกอบการจัดการเรียนการสอนด้วยนวัตกรรม
4	แบบทดสอบในการวัดและประเมินผลการจัดการเรียนรู้

-ด้านระยะเวลา

วันที่ 16 พฤษภาคม 2568 ถึง วันที่ 30 กันยายน 2568 (ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568)

8. กรอบแนวคิด

สบู่ คือ ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดร่างกาย ผิวพรรณ มือและหน้า โดยสบู่เกิดจากกรดเกลือของไขมันที่เกิดจากปฏิกิริยา saponification หรือก็คือปฏิกิริยาระหว่างไขมันหรือน้ำมันกับสารละลายต่าง ก่อนจะกลายมาเป็นสบู่ สำหรับสบู่ในปัจจุบันนี้มีอยู่หลายแบบ เริ่มจากสบู่ก้อนขุ่น ซึ่งหลายคนคุ้นเคยกันดี เพราะใช้กันอยู่ทั่วไป ต่อมาคือสบู่ก้อนใส เป็นสบู่ที่มีส่วนประกอบตามสัดส่วนของกลีเซอริน ให้ฟองน้อยกว่าสบู่ก้อนขุ่น แต่จะ

ใส่สารเติมแต่งชนิดต่างๆลงไป ส่วนสบู่อีกหนึ่งแบบก็คือสบู่เหลว เป็นสบู่ที่ใช้สารตั้งต้นจากเกร็ดสบู่เหมือนกับสบู่ก้อนเช่น แต่จะใช้ต่างเข้มข้นโพแทสเซียมไฮดรอกไซด์ แทนโซเดียมไฮดรอกไซด์ เพื่อให้เนื้อสบู่อ่อนตัวเป็นของเหลว สบู่แต่ละชนิดแม้จะมีประโยชน์ในการทำความสะอาดผิวกาย ทำให้ผิวกายสะอาด แต่ถ้าหากว่าไม่สามารถเลือกใช้สบู่ที่เหมาะสมกับผิวได้ มีการเลือกใช้สบู่ที่มีส่วนผสมของสารเคมีหรือใช้สบู่ที่มีค่าความสมดุลเป็นต่างจากโซเดียมและโพแทสเซียมสูงเกินไป อาจทำให้ผิวหนังเกิดการระคายเคือง แห้งลอกเป็นขุย เกิดรอยแตก และผลร้ายที่สุดของสบู่เหล่านี้ก็คือการเป็นต้นตอของการเกิดโรคผิวหนัง

“สุขบัญญัติแห่งชาติ” เป็นแนวทางการปฏิบัติตนหรือการดูแลสุขภาพพื้นฐาน เพื่อสร้างเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงจากโรคภัยไข้เจ็บ รวมทั้งอันตรายต่อสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น นำไปสู่การมีสุขภาพดีซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการทำกิจกรรมและดำเนินชีวิตประจำวัน โดยรัฐบาลได้มีการอนุมัติให้การปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติเป็นนโยบายสำคัญ เมื่อวันที่ 28 พฤษภาคม 2539 โดยมีเป้าหมายให้คนไทยทุกคนได้รับการปลูกฝังและสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องตั้งแต่เยาว์วัย และทุกช่วงชีวิต ด้วยการปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอจนเป็นสุขนิสัย สุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ ประกอบด้วย

1. ดูแลรักษาร่างกาย และของใช้ให้สะอาด ทำได้โดย
 - อาบน้ำทุกวัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง
 - ถ่ายอุจจาระเป็นเวลาทุกวัน
 - ใส่เสื้อผ้าสะอาดไม่จับขึ้น
2. รักษาฟันให้แข็งแรง และแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง โดยการ
 - แปรงฟันทุกวันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เช้าและก่อนนอน
 - หลีกเลี่ยงการทานลูกอม ลูกกวาด
 - ตรวจสุขภาพช่องปากและฟันอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง
3. ล้างมือให้สะอาด ก่อนทานอาหารและหลังขับถ่าย
 - โดยล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้ง ก่อนและหลังการเตรียมปรุงและรับประทานอาหาร รวมทั้งหลังการขับถ่าย
4. กินอาหาร สุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสูดฉาด โดยการ
 - เลือกซื้ออาหารสด สะอาด ปลอดภัย
 - รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่
 - ใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน
 - หลีกเลี่ยงทานอาหารสุกๆ ดิบๆ
5. งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
 - โดยส่งเสริมธรรมเนียมรักนวลสงวนตัว และมีคูครองเมื่อถึงวัยอันควร
6. สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น ทำได้โดย
 - จัดทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว
 - เผื่อแผ่น้ำใจให้กันและกัน

7. ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท ทำได้โดย
 - ระมัดระวังป้องกันภัย ที่อาจเกิดขึ้นภายในบ้าน เช่น เต้าแก๊ส ไฟฟ้า ของมีคม
 - ระวังป้องกันอุบัติเหตุในที่สาธารณะ ปฏิบัติตามกฎหมายจราจร หรือในบริเวณก่อสร้าง
8. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และตรวจสุขภาพประจำปีทุกปี โดยการ
 - ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละไม่น้อยกว่า 30 นาที
 - ตรวจสุขภาพประจำปี อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
9. ทำจิตใจให้ร่าเริง แจ่มใสอยู่เสมอ โดยการ
 - พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ
 - จัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านและที่ทำงานให้น่าอยู่
10. มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และร่วมสร้างสรรค์สังคม เช่น
 - หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุ อุปกรณ์ที่ก่อให้เกิดมลภาวะต่อสิ่งแวดล้อม เช่น โฟม พลาสติก
 - กำจัดขยะภายในบ้าน
 - มีและใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ
 - ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด เป็นต้น

แนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL มีกระบวนการอยู่ 4 ขั้นตอน ดังนี้

Mindfulness การฝึกสติ คือการจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน โฟกัสอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเรา รู้ว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร เพื่อให้มีสมาธิและพร้อมปฏิบัติในแบบฝึกต่อไป

Active Learning การปฏิบัติจริง เป็นการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นหลัก โดยการเปลี่ยนจากเป็นผู้เรียน ที่เป็นผู้รับสารด้วยการฟังเพียงอย่างเดียว กลายมาเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด ตั้งแต่การพูด อ่าน เขียน รวมถึงการคิดวิเคราะห์ ตั้งคำถาม พร้อมทั้งลงมือปฏิบัติจริง

Network Learning การแลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจ การทำงานร่วมกัน

Useful การนำไปใช้ประโยชน์ การนำไปดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย

9. แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. ทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning Theory)

- แนวคิด: การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีที่สุดเมื่อผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการลงมือปฏิบัติจริง ไม่ใช่แค่การท่องจำ

การประยุกต์ใช้:

- การปฏิบัติจริง: เด็กๆ ได้ใช้สบู่นี้ล้างมือและอาบน้ำด้วยตัวเอง ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติสุขบัญญัติข้อ 1 และ 3 โดยตรง
- การมีส่วนร่วม: อาจมีการจัดกิจกรรมให้เด็กๆ ได้ลองทำสบู่อเองในโรงเรียน หรือออกแบบบรรจุภัณฑ์ด้วยตัวเอง เพื่อให้พวกเขาารู้สึกเป็นเจ้าของนวัตกรรมนี้

2. ทฤษฎีการปรับพฤติกรรม (Behavioral Learning Theory)

• แนวคิด: พฤติกรรมที่ดีจะเกิดขึ้นได้จากการได้รับแรงเสริม (Reinforcement) ทั้งในเชิงบวกและลบ
การประยุกต์ใช้:

- แรงเสริมเชิงบวก: การใช้สบู่ที่สนุกสนาน มีกลิ่นหอม และมีรูปร่างน่ารัก จะทำให้เด็กๆ รู้สึกชอบการล้างมือและอาบน้ำ ซึ่งเป็นการสร้างประสบการณ์ที่ดีที่ส่งผลต่อการอยากทำซ้ำๆ
- การสร้างนิสัย: เมื่อเด็กๆ ใช้สบู่เป็นประจำจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวัน พฤติกรรมด้านสุขอนามัยที่ดีจะถูกสร้างขึ้นโดยอัตโนมัติ

3. ทฤษฎีการสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง (Constructivism)

• แนวคิด: ผู้เรียนจะสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองผ่านการเชื่อมโยงข้อมูลใหม่เข้ากับประสบการณ์เดิมที่มีอยู่
การประยุกต์ใช้:

- การเชื่อมโยงกับชีวิตประจำวัน: สบู่นี้จะทำหน้าที่เป็นสื่อกลางที่ช่วยให้เด็กๆ เชื่อมโยงความรู้เรื่องสุขบัญญัติ (ซึ่งเป็นสิ่งนามธรรม) เข้ากับการกระทำที่เป็นรูปธรรมในชีวิตประจำวัน (การอาบน้ำ, การล้างมือ)
- การแก้ปัญหา: การใช้สบู่อาจกระตุ้นให้เด็กๆ คิดว่า "ถ้าฉันใช้สบู่ที่มีรูปแปรงสีฟัน ฉันต้องจำได้ว่าต้องไปแปรงฟันด้วยนะ" เป็นการสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง


4. ทฤษฎีการเรียนรู้ผ่านการเล่น (Learning Through Play)

• แนวคิด: การเล่นเป็นเครื่องมือสำคัญในการเรียนรู้สำหรับเด็ก เพราะช่วยให้พวกเขาสนุกและลดความตึงเครียดจากการเรียนรู้แบบดั้งเดิม

การประยุกต์ใช้:

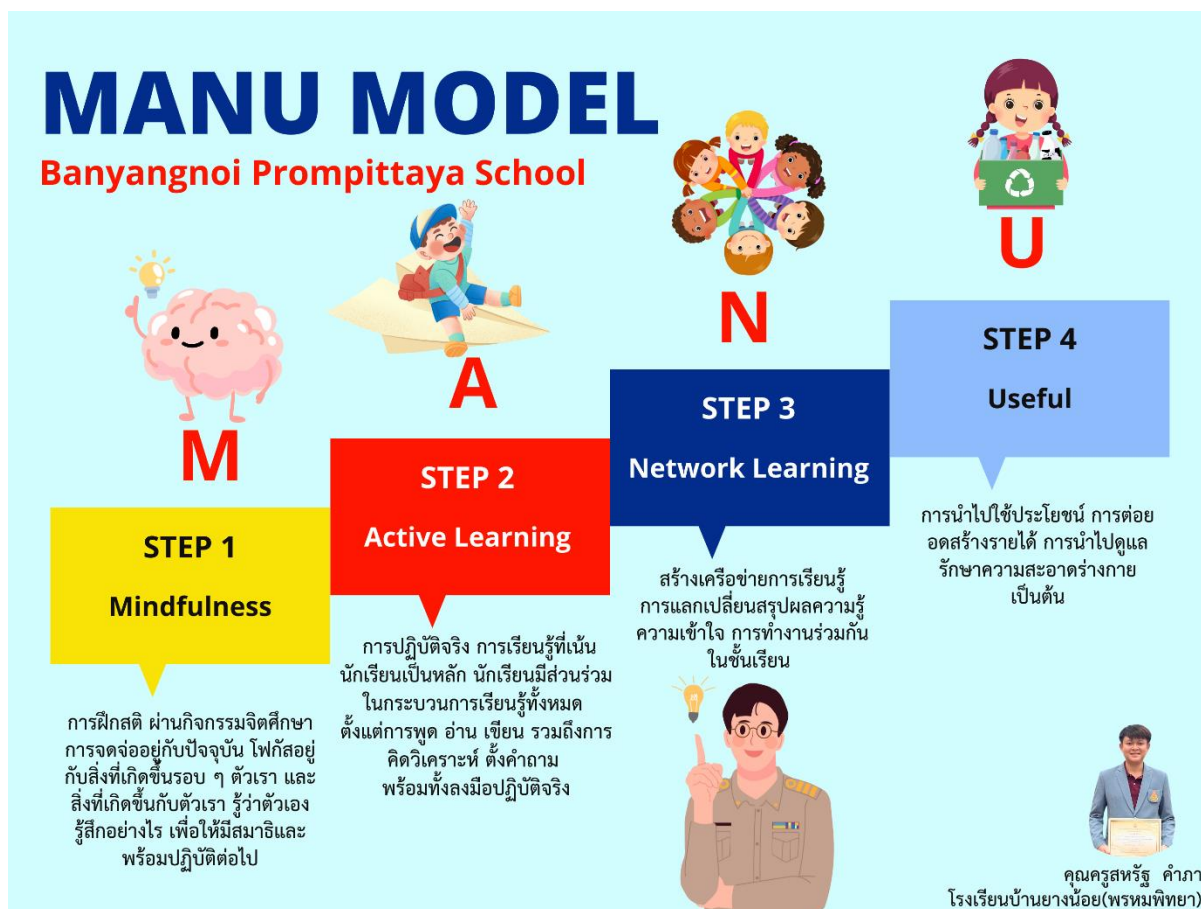
- การออกแบบที่สนุกสนาน: รูปลักษณ์ของสบู่ที่น่าสนใจ สีสันและกลิ่นที่ดึงดูด จะทำให้การอาบน้ำหรือล้างมือไม่ใช่แค่หน้าที่ แต่เป็นเหมือนการ "เล่น" ที่สนุก
- เกมประกอบการเรียนรู้: การสร้างเกมหรือนิทานที่มาพร้อมกับสบู่ จะช่วยให้เด็กๆ จดจำและทำความเข้าใจสุขบัญญัติแต่ละข้อได้อย่างลึกซึ้งและไม่น่าเบื่อ

10. ขั้นตอนวิธีการพัฒนานวัตกรรม

กระบวนการ/ขั้นตอน	กิจกรรม/แนวทางการดำเนินงาน โดยสรุป
1. การเตรียมการและวางแผน ดำเนินการ P – Plan 	1. วิเคราะห์สภาพปัจจุบันปัญหาของผู้เรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในรายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ทั้งการเรียนทฤษฎีและการปฏิบัติจริง ความเข้าใจ ความรู้ทางสมุนไพร ความสะอาดของร่างกาย ความสามัคคีเพื่อนำข้อมูลมา วิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล 2. ประชุมสร้างความตระหนักให้กับครู บุคลากร และผู้ปกครอง ผู้เรียนให้เห็น ความสำคัญและขอความร่วมมือ

กระบวนการ/ขั้นตอน	กิจกรรม/แนวทางการดำเนินงาน โดยสรุป
2. การดำเนินการสร้าง/พัฒนา นวัตกรรม D – DO 	3. ผู้บริหารนำคณะครูแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (PLC) เพื่อค้นหาและพัฒนาต่อยอด นวัตกรรมเพื่อใช้แก้ปัญหาอย่างเป็นรูปธรรม (กิจกรรม PLC ครูและ AAR นักเรียน) 4. ดำเนินการจัดหาหรือจัดทำแบบฝึกและเอกสารประกอบการจัดการเรียนรู้ 5. จัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกระบวนการ MANU Model หน่วยการเรียนรู้ “ใส่ใจสุขภาพดี มีนวัตกรรม นำของชุมชน” รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้าน ยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568
3. ตรวจสอบประเมินผล C – Check 	6.นิเทศ ติดตามผลการจัดการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกระบวนการ MANU Model หน่วยการเรียนรู้ “ใส่ใจสุขภาพดี มีนวัตกรรม นำของชุมชน” รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้าน ยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568 สู่การเรียนรู้ มีความสุข จาก ผู้อำนวยการสถานศึกษาอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และให้คำแนะนำเพื่อ นำไปใช้ปรับปรุงในการจัดการเรียนการสอนต่อไป 7. วัดและประเมินผลจากผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา และการตรวจสอบสุขภาพ
4. การรายงานผลเพื่อการปรับปรุง พัฒนา A – Act 	8. จัดทำรายงานผลการดำเนินการใช้นวัตกรรม เพื่อนำไปปรับใช้ในการจัดการ เรียนรู้ต่อไป

11. การนำนวัตกรรมไปใช้



Mindfulness การฝึกสติ คือการจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน โฟกัสอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเรา รู้ว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร เพื่อให้มีสมาธิและพร้อมปฏิบัติในแบบฝึกต่อไป

Active Learning การปฏิบัติจริง เป็นการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นหลัก โดยการเปลี่ยนจากผู้เรียน ที่เป็นผู้รับสารด้วยการฟังเพียงอย่างเดียว กลายมาเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด ตั้งแต่การพูด อ่าน เขียน รวมถึงการคิดวิเคราะห์ ตั้งคำถาม พร้อมทั้งลงมือปฏิบัติจริง

Network Learning การแลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจ การทำงานร่วมกัน

Useful การนำไปใช้ประโยชน์ การนำไปดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย

12. ผลการใช้นวัตกรรม

การนำการจัดการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกระบวนการ MANU Model หน่วยการเรียนรู้ “ใส่ใจสุขภาพดี มีนวัตกรรม นำของชุมชน” รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568 จำนวน 21 คน ไปใช้มีผลดังต่อไปนี้

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 รู้วิธีผลิตสบู่ด้วยสมุนไพรพื้นบ้านได้ ด้วยรูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL

2. ประสิทธิภาพของการตรวจสอบสุขภาพก่อนการเรียนรู้และหลังการเรียนรู้ของการใช้สบู่ด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน ดังภาพในตาราง

แบบประเมินสุขภาพเล็บและมือ
คำชี้แจง ครูผู้สอนตรวจสอบสุขภาพเล็บและมือนักเรียนก่อนและหลังเรียน

ที่	รายชื่อ	ก่อนเรียน		รวม 10	หลังเรียน		รวม 10	ผลต่างของ การพัฒนา	ระดับการ พัฒนา
		เล็บ 5	มือ 5		เล็บ 5	มือ 5			
1	เด็กชายกิตติคุณ ทองสัน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
2	เด็กชายณัฐกรณ์ สลักคำ	3	3	6	4	5	9	+3	ดีมาก
3	เด็กชายณัฐกิตติ์ บุญโสม	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
4	เด็กชายธนบดี สุขเสนา	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
5	เด็กชายธีรภัทร สารผล	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
6	เด็กชายนิพนธ์พงศ์ พิไลกุล	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
7	เด็กชายรชานนท์ พันธุ์ชิน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
8	เด็กชายวรโชติ จรุงญกุล	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
9	เด็กชายฐานพัฒน์ ภารจรุง	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
10	เด็กหญิงชาลิสา เจริญสุข	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
11	เด็กหญิงทิพย์สุดา มนัส	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
12	เด็กหญิงรักชิตา เกษกุล	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
13	เด็กหญิงศุภกานต์ บุญอุ้ม	3	4	7	4	5	9	+2	ดีมาก
14	เด็กหญิงสิริยากร ชายเชื้อ	4	4	8	5	5	10	+2	ดีมาก
15	เด็กหญิงชุติมิน อุตพุ	2	3	5	4	5	10	+5	ดีมาก
16	เด็กชายชนสรณ์ แซ่ฉิน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
17	เด็กชายชัยวัฒน์ เพชรินทร์	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
18	เด็กชายธนชัย ทับทอง	1	2	3	3	4	7	+4	ดี
19	เด็กชายอติเทพ สารบรรณ	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
20	เด็กชายณัฐพล บัวหุ้ง	1	2	3	3	4	7	+4	ดี
21	เด็กหญิงพรรณนิภา หนูมา	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก

เกณฑ์คะแนนการพัฒนาเทียบระดับการพัฒนา

9 – 10	ระดับ ดีมาก
6 – 8	ระดับ ดี
4 – 6	ระดับ ปานกลาง
0 – 3	ระดับ ปรับปรุง

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผล

การสร้างการจัดการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกระบวนการ MANU Model หน่วยการเรียนรู้ “ใส่ใจสุขภาพดี มีนวัตกรรม นำของชุมชน” รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568 มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1. เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เรื่อง การจัดทำสบู่สมุนไพรพื้นบ้าน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ MAN U MODEL 2. เพื่อให้นักเรียน เรียนรู้วิธีการนำวัตถุดิบจากธรรมชาติรอบตัวที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ 3. เพื่อดูแลรักษาร่างกายให้สะอาดตามเป็นแนวทางการปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ ครูผู้สอนสามารถอภิปรายผล และให้ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาต่อยอดนวัตกรรมดังนี้

ผลการพัฒนาจากการนำนวัตกรรมไปใช้ในการพัฒนาการตรวจสอบสุขภาพเล็บและมือก่อนเรียนและหลังเรียนผลปรากฏว่า ผลการพัฒนาของผู้เรียนมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้นจากเดิม ตามวัตถุประสงค์ทั้ง 3 ข้อ การพัฒนาระดับดีมากมี จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 71.42 การพัฒนาระดับดีมี จำนวน 6 คน การพัฒนาระดับปานกลางและระดับปรับปรุงไม่มี คิดเป็นร้อยละ 28.57 แสดงให้เห็นว่านวัตกรรมการพัฒนาการตรวจสอบสุขภาพเล็บและมือจากการใช้สบู่และการล้างมือที่ถูกต้องทำให้มีนักเรียนที่มีมือที่สะอาดเพิ่มมากขึ้น

การอภิปรายผล

จากแนวคิดในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เชิงรุกผ่านกระบวนการ MANU Model หน่วยการเรียนรู้ “ใส่ใจสุขภาพดี มีนวัตกรรม นำของชุมชน” รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา) ปีการศึกษา 2568 มาเป็นกระบวนการในการพัฒนานวัตกรรม และการสร้างสรรค์นวัตกรรมการเรียนรู้ที่ตอบโจทย์ศตวรรษที่ 21 อย่างแท้จริง ทำให้ครูผู้สอนได้พัฒนาการสอนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เข้าใจธรรมชาติของการเรียนรู้ของนักเรียน และสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ได้ โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนานักเรียนให้มีทักษะ การแก้ปัญหา และการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง

ครูผู้สอนได้เลือกรูปแบบ MAN U MODEL มาเป็นกระบวนการในการพัฒนานวัตกรรม ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน Mindfulness การฝึกสติ คือการจดจ่ออยู่กับปัจจุบัน โฟกัสอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเรา รู้ว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร เพื่อให้มีสมาธิและพร้อมปฏิบัติในแบบฝึกต่อไป Active Learning การปฏิบัติจริง เป็นการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นหลัก โดยการเปลี่ยนจากเป็นผู้เรียน ที่เป็นผู้รับสารด้วยการฟังเพียงอย่างเดียว กลายมาเป็นผู้ที่มีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด ตั้งแต่การพูด อ่าน เขียน รวมถึงการคิดวิเคราะห์ ตั้งคำถาม พร้อมทั้งลงมือปฏิบัติจริง Network Learning การแลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจ การทำงานร่วมกัน Useful การนำไปใช้ประโยชน์ การนำไปดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย

ข้อเสนอแนะ

การนำนวัตกรรมจัดการเรียนรู้ “สบู่สมุนไพรพื้นบ้าน” รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาตามแนวปฏิบัติสุขบัญญัติแห่งชาติ โดยนำไปสู่การจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษาและรายวิชาพลศึกษา เพื่อพัฒนาทักษะต่างๆ โดยใช้แบบประเมินในการพัฒนาตัวผู้เรียนและมีประสิทธิภาพมากขึ้นกว่าเดิม

การเผยแพร่ข่าวสาร

1. การเผยแพร่ในโรงเรียน

- จัดกิจกรรมการล้างมือให้กับนักเรียนชั้นอื่นๆในโรงเรียน
- บุรณาการสอนในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
- มีการจัดทำเล่มรายงานเพื่อเป็นแนวทางให้กับคุณครูท่านอื่นในโรงเรียน

2. การเผยแพร่สู่ผู้ปกครอง

- มีการประชาสัมพันธ์การจัดทำนวัตกรรมให้ผู้ปกครองทราบ
- มีการจัดทำสบู่มุนไพรมอบให้ผู้ปกครองได้ลองใช้

ลงชื่อ.....ผู้รายงานนวัตกรรม

(นายสหรัฐ คำภา)

ตำแหน่ง ครู

ลงชื่อ.....ผู้รับรอง

(นายปรัชญา ฤชา)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา)

บรรณานุกรม

คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ. (2559). **ร่างแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ.2560 - 2564**. เข้าถึงเมื่อ 1 เมษายน 2562. เข้าถึงได้จาก http://wops.moph.go.th/ops/oic/data/20161115144754_1_pdf

ณภัทร พานิชการ. (2557). "รูปแบบการบริหารเพื่อการดูแลสุขภาพตนเองของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา." วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2560). **คู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ภาคผนวก

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์สุขภาพ(สมุนไพรชุมชน)

หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง ใส่ใจการใช้ชีวิต

รหัสวิชา พ13101 รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา)กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ภาคเรียนที่ 1

เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐานการเรียนรู้ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด ป.3/3 วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพ อย่างมีเหตุผล

2. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การสร้างผลิตภัณฑ์สุขภาพจำเป็นต้องศึกษาข้อมูลก่อนการผลิต และต้องเลือกวัสดุอย่างถูกวิธี เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์สุขภาพที่ให้ประโยชน์และปลอดภัยในการอุปโภค

สมุนไพร หมายถึง "ผลผลิตทางธรรมชาติ ได้จากพืชที่ใช้เป็นยา หรือผสมกับสารอื่นตามตำรับยา เพื่อบำบัดโรค บำรุง ร่างกาย หรือใช้เป็นยาพิษ" หากนำเอาสมุนไพรตั้งแต่สองชนิดขึ้นไปมาผสมรวมกันซึ่งจะเรียกว่า ยา ในตำรับยา นอกจากพืชสมุนไพรแล้วยังอาจประกอบด้วยสัตว์และแร่ธาตุอีกด้วย เราเรียกพืช สัตว์ หรือแร่ธาตุที่เป็นส่วนประกอบของยานี้ว่า เภสัชวัตถุ พืชสมุนไพรบางชนิด

3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

- เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีการทำสบู่สมุนไพร

3.2 ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

- เพื่อให้นักเรียนสามารถดูแลร่างกายของตนเองให้สะอาด

3.3 ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

- เห็นประโยชน์ของสมุนไพรพื้นบ้านและการดูแลความสะอาดของตนเอง

4. สาระการเรียนรู้

- การผลิตสบู่สมุนไพร

- สมุนไพรพื้นบ้าน

- การดูแลรักษาความสะอาดร่างกาย

5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

5.1 ความสามารถในการคิด

5.2 ความสามารถในการสื่อสาร

5.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

6.1 ใฝ่เรียนรู้

6.2 มุ่งมั่นในการทำงาน

7. กิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครู ทักทายนักเรียน
2. ให้นักเรียนฝึกสมาธิ
3. ครู ชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้
4. ครู ตั้งคำถาม"จากบทเรียนที่ผ่านมา นักเรียนใช้อะไรในการทำความสะดวกสบายร่างกายให้สะอาด และปลอดภัย"
5. ครู ตั้งคำถามกระตุ้นการเรียนรู้ "นักเรียนเคยใช้สบู่ประเภทใดบ้าง"
6. ครู ตั้งคำถามกระตุ้นการเรียนรู้ "ในชุมชนของเรามีสบู่ชนิดอะไรบ้าง"
7. ครูยกตัวอย่างสบู่ชนิดที่นำมาทำสบู่ได้ เช่น โใบเตย โใบมะกรูด ขมิ้น เป็นต้น

ขั้นสอน

จากคำตอบของนักเรียน ครู นำเข้าสู่ เรื่อง การจัดทำสบู่สบู่ชนิด

1. ครูอธิบายสรรพคุณและประโยชน์ของสบู่ชนิดที่นำมา
2. ครูอธิบายวิธีการและขั้นตอนการทำสบู่สบู่ชนิดให้นักเรียนรับทราบ
3. ครูแนะนำวัสดุอุปกรณ์ในการทำสบู่
4. ครูอธิบายวิธีการใช้สบู่
5. ครูอธิบายวิธีการล้างมือที่ถูกต้องอีกครั้ง

ขั้นปฏิบัติ

ครูพานักเรียนทำสบู่สบู่ชนิด

1. นำสบู่ชนิดมาสกัดให้เป็นน้ำ
2. ครูให้นักเรียนนำกลีเซอรินมาใส่ลงในหม้อ
3. หลังจากนั้นให้นำไปตั้งไฟอ่อนๆ ให้กลีเซอรินละลาย
4. นำสบู่ชนิดที่สกัดแล้วเติมลงไปลงในกลีเซอรินแล้วคนให้เข้ากัน
5. จากนั้นให้นำไปเติมลงไปลงในแม่พิมพ์ที่เตรียมไว้
6. พอแห้งแล้วให้แกะออกจากแม่พิมพ์
7. นำสบู่ไปใช้ล้างมือหรือทำความสะอาดร่างกาย

ขั้นสรุป

ครูตรวจสอบสุขภาพเล็บและมือของนักเรียนหลังเรียน

ครู สรุปบทเรียน ในการทำสบู่สบู่ชนิด

8. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

- 1) สื่อการจัดทำสบู่สมุนไพร
- 2) สื่อประโยชน์ของสบู่สมุนไพร
- 3) อุปกรณ์ในการทำสบู่
 - สบู่สมุนไพรพื้นบ้าน -กลีเซอรีน
 - หม้อ -ทัพพี
 - แม่พิมพ์
- 4) แบบประเมินสุขภาพ

9. การประเมินผลรวบยอด

- แบบสังเกต
- แบบประเมินสุขภาพ

สิ่งที่ต้องการวัด/ประเมิน	วิธีการวัด	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K) - วิเคราะห์วิธีการทำสบู่สมุนไพร	- การตอบคำถาม	- แบบบันทึกการตอบคำถาม	- ผ่านเกณฑ์ การตอบคำถาม การประเมินร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป
ด้านทักษะ/กระบวนการ (P) - นักเรียนสามารถดูแลร่างกายของตนเองให้สะอาด	- การสังเกตพฤติกรรม	-แบบประเมินสุขภาพ	- ผ่านเกณฑ์ การตอบคำถาม การประเมินร้อยละ ๖๐ ขึ้นไป
คุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A) - เห็นประโยชน์ของสบู่สมุนไพรพื้นบ้านและการดูแลความสะอาดของตนเอง	- การสังเกตพฤติกรรม	- แบบสังเกตพฤติกรรม	- ผ่านเกณฑ์การประเมิน ระดับคุณภาพ "ผ่าน"
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน ๑. ความสามารถในการคิด ๒. ความสามารถในการสื่อสาร ๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	- การสังเกตพฤติกรรม	- แบบสังเกตพฤติกรรม	- ผ่านเกณฑ์การประเมิน ระดับคุณภาพ "ผ่าน"
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1. ใฝ่เรียนรู้พฤติกรรม ๒. มุ่งมั่นในการทำงาน	- การสังเกตพฤติกรรม	- แบบสังเกตพฤติกรรม	- ผ่านเกณฑ์การประเมิน ระดับคุณภาพ "ผ่าน"

แบบประเมินสุขภาพเล็บและมือ

คำชี้แจง ครูผู้สอนตรวจสอบสุขภาพเล็บและมือนักเรียนก่อนและหลังเรียน

ที่	รายชื่อ	ก่อนเรียน		รวม 10	หลังเรียน		รวม 10	ผลต่างของ การพัฒนา	ระดับการ พัฒนา
		เล็บ 5	มือ 5		เล็บ 5	มือ 5			
1	เด็กชายกิตติคุณ ทองสัน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
2	เด็กชายณัฐกรณ์ สลักคำ	3	3	6	4	5	9	+3	ดีมาก
3	เด็กชายณัฐกิตติ บุญโสม	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
4	เด็กชายธนบดี สุขเสนา	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
5	เด็กชายธีรภัทร สารผล	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
6	เด็กชายนิพนธ์พงศ์ พิไลกุล	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
7	เด็กชายรชานนท์ พันธุ์ชิน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
8	เด็กชายวโรชาติ จรุงกุล	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
9	เด็กชายฐานพัฒน์ ภารจรุง	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
10	เด็กหญิงชาลิสา เจริญสุข	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
11	เด็กหญิงทิพย์สุดา มนต์	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
12	เด็กหญิงรักชิตา เกษกุล	3	4	7	5	5	10	+3	ดีมาก
13	เด็กหญิงศุภกานต์ บุญอุ่ม	3	4	7	4	5	9	+2	ดีมาก
14	เด็กหญิงสิริยากร ชายเชื้อ	4	4	8	5	5	10	+2	ดีมาก
15	เด็กหญิงชุติมน อุตพุ	2	3	5	4	5	10	+5	ดีมาก
16	เด็กชายชนสรณ์ แซ่ฉิน	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก
17	เด็กชายชัยวัฒน์ เพชรินทร์	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
18	เด็กชายธนชัย ทับทอง	1	2	3	3	4	7	+4	ดี
19	เด็กชายอดิเทพ สารบรรณ	2	2	4	4	4	8	+4	ดี
20	เด็กชายณัฐพล บัวหุ่ง	1	2	3	3	4	7	+4	ดี
21	เด็กหญิงพรรณนิภา หนูมา	2	3	5	4	5	9	+4	ดีมาก

เกณฑ์คะแนนการพัฒนาเทียบระดับการพัฒนา

9 – 10	ระดับ ดีมาก
6 – 8	ระดับ ดี
4 – 6	ระดับ ปานกลาง
0 – 3	ระดับ ปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างเรียนและนอกเวลาเรียน แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนนดังนี้

คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ ด้าน	รายการประเมิน	ระดับคะแนน			
		4	3	2	1
1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์	1.1 ยืนตรงเคารพธงชาติ และร้องเพลงชาติได้				
	1.2 เข้าร่วมกิจกรรมที่สร้างความสามัคคี ประองตอง และเป็นประโยชน์ต่อโรงเรียน				
	1.3 เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่ตนนับถือ ปฏิบัติตามหลักศาสนา				
	1.4 เข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวกับสถาบันพระมหากษัตริย์ตามที่โรงเรียนจัดขึ้น				
2. ซื่อสัตย์ สุจริต	2.1 ให้ข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นจริง				
	2.2 ปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง				
3. มีวินัย รับผิดชอบ	3.1 ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว มีความตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน				
4. ใฝ่เรียนรู้	4.1 รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และนำไปปฏิบัติได้				
	4.2 รู้จักจัดสรรเวลาให้เหมาะสม				
	4.3 เชื้อฟังคำสั่งสอนของบิดา - มารดา โดยไม่ได้แย้ง				
	4.4 ตั้งใจเรียน				
5. อยู่อย่าง พอเพียง	5.1 ใช้ทรัพย์สินและสิ่งของของโรงเรียนอย่างประหยัด				
	5.2 ใช้อุปกรณ์การเรียนอย่างประหยัดและรู้คุณค่า				
	5.3 ใช้จ่ายอย่างประหยัดและมีการเก็บออมเงิน				
6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน	6.1 มีความตั้งใจและพยายามในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย				
	6.2 มีความอดทนและไม่ท้อแท้ต่ออุปสรรคเพื่อให้งานสำเร็จ				
7. รักความเป็น ไทย	7.1 มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย				
	7.2 เห็นคุณค่าและปฏิบัติตามวัฒนธรรมไทย				
8. มีจิตสาธารณะ	8.1 รู้จักช่วยพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูทำงาน				
	8.2 รู้จักการดูแลรักษาทรัพย์สินสมบัติและสิ่งแวดล้อมของห้องเรียนและโรงเรียน				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

เกณฑ์การให้คะแนน

พฤติกรรมที่ปฏิบัติสม่ำเสมอ	ให้ 4 คะแนน
พฤติกรรมที่ปฏิบัติบ่อยครั้ง	ให้ 3 คะแนน
พฤติกรรมที่ปฏิบัติบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
พฤติกรรมที่ปฏิบัติน้อยครั้ง	ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
68 - 80	ดีมาก
54 - 67	ดี
40 - 53	พอใช้

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา

ลงชื่อ _____
(_____)

ตำแหน่ง _____

บันทึกหลังการสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

นักเรียนรู้วิธีการทำสบู่สมุนไพร นักเรียนสามารถดูแลร่างกายของตนเองให้สะอาดได้ดีขึ้น และเห็นประโยชน์ของสมุนไพรพื้นบ้านและการดูแลความสะอาดของตนเอง

ปัญหา/อุปสรรค

แนวทางแก้ไข

ครูผู้สอน _____
(_____)

วันที่บันทึก _____



คลิปการสอน



รูปภาพการทำกิจกรรม

Mindfulness การฝึกสติ เพื่อเป็นการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ก่อนการเรียนรู้ นักเรียนต้องฝึกการทำสมาธิก่อนการเรียนรู้โดยใช้แบบฝึกการนั่งสมาธิ และการทำจิตศึกษา เพื่อให้ นักเรียนได้มีความพร้อมในการเรียนรู้ในขั้นต่อไป



Active Learning การลงมือปฏิบัติจริง ให้นักเรียนได้ลงมือทำสมุนไพรพื้นบ้านจากใบเตยและขมิ้น โดยให้ทำตามลำดับขั้นตอนของการทำสมุนไพรสอนกำกับดูแล



ครูให้นักเรียนนำกลีเซอรินมาใส่ลงในหม้อ



หลังจากนั้นให้นำไปตั้งไฟอ่อนๆ ให้กลีเซอรินละลาย



นำสมุนไพรที่สกัดแล้วเติมลงไปนึ่งในกลีเซอรินแล้วคนให้เข้ากัน



จากนั้นให้นำไปเติมลงไปนึ่งในแม่พิมพ์ที่เตรียมไว้



พอแห้งแล้วให้แกะออกจากแม่พิมพ์

Network Learning การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จากที่นักเรียนได้ทำสบู่จากสมุนไพรพื้นบ้านเสร็จเรียบร้อยแล้ว หลังจากนั้นนักเรียนจะมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้การทำและการนำมาใช้โดยการแบ่งกลุ่มระดมความคิดเห็นว่าสิ่งที่เรียนรู้มาและสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติ สามารถนำไปทำประโยชน์และต่อยอดกับสิ่งใดได้บ้าง



Useful การนำไปใช้ประโยชน์ หลังจากที่นักเรียนได้ระดมความคิดกันแล้ว ถึงขั้นตอนที่สามารถนำสบู่สมุนไพรไปใช้ประโยชน์โดยการนำไปล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร หรือก่อนที่จะทำกิจกรรมใดๆ ตามแนวปฏิบัติของสุขบัญญัติแห่งชาติ 10 ประการ และสามารถนำไปต่อยอดโดยการขายสร้างเป็นอาชีพได้





สบู่
สมุนไพร
โรงเรียน
บ้านยางน้อย
(พรหมพิทยา)
089-624-8953 คุณครูสรวิชัย



โรงเรียนบ้านยางน้อย(พรหมพิทยา)

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ