

คู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา
ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521

(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533)



DCID LIBRARY



0000031601

๑372.84043

๗546๑

ค.5



กรมวิชาการ

กระทรวงศึกษาธิการ

คู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา
ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑
(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)



กรมวิชาการ

วันที่.....
เลขทะเบียน ๐/๐1121 ค.5
เลขเรียกหนังสือ ๐/372.84043 2546.๗

กระทรวงศึกษาธิการ

คู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษา

พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

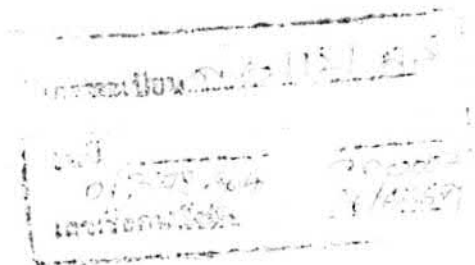
พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๓๕

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ พิมพ์แจกโรงเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ และหน่วยงาน

ที่เกี่ยวข้อง พ.ศ. ๒๕๓๕ จำนวน ๔๕,๐๐๐ เล่ม

สงวนลิขสิทธิ์

ISBN 974-10-1408-2

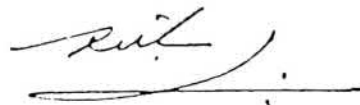


คำนำ

กระทรวงศึกษาธิการได้มอบให้กรมวิชาการดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) และหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช ๒๕๒๔ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาทั้ง ๓ ระดับ โดยมีเหตุผลว่า พลเมืองในประเทศไทยส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย เป็นสถาบันหลักของสังคมไทยที่แทรกอยู่ในวัฒนธรรม วิถีดำเนินชีวิตของคนไทยทั้งยังเป็นเอกลักษณ์และมรดกของชาติอันโดดเด่น ในขณะที่สังคมมีการพัฒนาก้าวไปสู่การเป็นประเทศอุตสาหกรรมที่มีเกษตรกรรมเป็นพื้นฐาน จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เด็กไทยสมควรจะได้รับการปลูกฝังคุณธรรมตามหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เหมาะสมกับวัยและสามารถนำหลักธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขควบคู่กันไปด้วย

คู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) เล่มนี้ กรมวิชาการได้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นคู่มือครู อาจารย์ และผู้เกี่ยวข้องในการใช้หลักสูตร ได้มีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาสาระของหลักสูตร สามารถจัดกิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอนและการวัดผล-ประเมินผล ได้สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของหลักสูตร

กรมวิชาการขอขอบคุณคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษา ตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้การปรับปรุงหลักสูตรนี้สำเร็จได้ด้วยดี หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือหลักสูตรเล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับครูใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้นักเรียนเป็นผู้มีความรู้คู่คุณธรรมได้ตรงตามเจตนารมณ์ของหลักสูตร



(นายจำเริญ เสกธีระ)

อธิบดีกรมวิชาการ

สิงหาคม ๒๕๓๔

คำชี้แจง

คู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) เป็นเอกสารแนะนำสำหรับครู ผู้บริหาร ศึกษาธิการ ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสูตรพระพุทธศาสนา และการนำหลักสูตรไปใช้ รายละเอียดของเอกสารฉบับนี้แบ่งเป็น ๕ ตอน ได้แก่ ตอนที่ ๑ : ประเด็นสำคัญในการปรับปรุง ตอนที่ ๒ : สาระของหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตอนที่ ๓ : แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ตอนที่ ๔ : แนะนำสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการ ตอนที่ ๕ : แนวการวัดและประเมินผล รวมทั้งภาคผนวกในตอนท้ายเล่ม

ดังนั้นก่อนที่จะนำคู่มือหลักสูตรเล่มนี้ไปใช้ ครู ผู้บริหาร ศึกษาธิการ ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรจะได้ศึกษาเพื่อทำความเข้าใจให้กระจ่างก่อน สาระสำคัญที่ควรทราบมีดังนี้

๑. คุณธรรม ๑๓ คุณธรรม ในส่วนของกิจกรรมจริยศึกษา กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ยังคงมีอยู่ตามเดิมซึ่งได้กำหนดให้นักเรียนที่นับถือศาสนาอื่น ๆ เรียน โดยจัดการเรียนการสอนตามเนื้อหาและคาบเวลาเรียนของหลักสูตรเดิม

สำหรับนักเรียนที่นับถือศาสนาพุทธ ให้จัดการเรียนการสอนตามเนื้อหาของพระพุทธศาสนาและคาบเวลาใหม่ (ดูจากตารางการจัดเนื้อหาพระพุทธศาสนาในตอนที่ ๑ ของเอกสารเล่มนี้)

๒. การแตกย่อยเนื้อหาบางเรื่องในส่วนที่เกี่ยวกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนาในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยนั้น จะเห็นได้ว่าหลักธรรมในแต่ละระดับชั้นจะปรากฏเพียงบางหัวข้อหรือปรากฏไม่ครบทั้งหมด แต่จะไปปรากฏครบในระดับชั้นที่สูงขึ้น ทั้งนี้ได้คำนึงถึงความยากง่ายให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็ก เช่น ในเรื่องของทศ ๖ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ กำหนดให้เรียนเพียง ๔ หัวข้อ คือ การเคารพพ่อ-แม่ การเคารพครู การเคารพผู้อาวุโส ความรักและความสามัคคีกับพี่น้อง ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ จัดให้เรียนเพิ่มอีก ๑ หัวข้อ คือ ความรักและความสามัคคีกับเพื่อน เมื่อถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ จะได้เรียนครบทุกหัวข้อ ประกอบด้วยเรื่อง การปฏิบัติตนต่อบิดามารดา (ทิศเบื้องหน้า) การปฏิบัติตนต่อครู-อาจารย์ (ทิศเบื้องขวา) การปฏิบัติต่อบุตร ภรรยา (ทิศเบื้องหลัง) การปฏิบัติตนต่อมิตรสหาย (ทิศเบื้องซ้าย) การปฏิบัติตนต่อคนรับใช้ คนงาน (ทิศเบื้องล่าง) และการปฏิบัติตนต่อพระสงฆ์ (ทิศเบื้องบน) ดังนี้ เป็นต้น

๓. การเขียนจุดประสงค์การเรียนรู้ในแผนการสอน ครูควรคำนึงถึงระดับพัฒนาการของเด็กดังนี้

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒ : ให้รับรู้และเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ศรัทธาและเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓-๔ : ศรัทธาและเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา มีทักษะ

ในการคิด การแสวงหาความรู้เพิ่มเติม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสันติ

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕-๖ : ศรัทธาและเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนาและพระรัตนตรัย ปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกที่ดี และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสันติ ปฏิบัติตนในการเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนากับผู้อื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๔. การสอนหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา สำหรับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๔ ครูผู้สอนไม่จำเป็นต้องใช้ภาษาบาลี ยกเว้น ในเรื่องของพุทธศาสนสุภาษิตที่จำเป็นต้องให้นักเรียนรู้จักศัพท์เดิมพร้อม ๆ กับคำแปลเป็นภาษาไทย ซึ่งได้เลือกสรรพุทธสุภาษิตสั้น ๆ ที่อ่านง่ายเหมาะสมกับวัยของเด็ก

๕. การจัดคาบเวลาเรียนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย นำเสนอไว้ในตารางวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา (ดูได้จากตอนที่ ๒ : สารของหลักสูตรพระพุทธศาสนา) ซึ่งครูผู้สอนสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม

๖. สื่อการเรียนการสอนประเภทเพลง ถ้าหากครูผู้สอนไม่สามารถร้องเพลงได้ ควรอ่านเป็นร้อยแก้วหรือทำนองเสนาะแทน สำหรับสื่อประเภทหนังสือ แผ่นอ่าน แผ่นพับ ฯลฯ ครูผู้สอนสามารถจัดทำขึ้นใช้เองได้ หรืออาจจัดหาจากแหล่งวิทยาการต่าง ๆ ตามที่ได้เสนอแนะไว้ในตอนที่ ๔ : แนะนำสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการ

๗. การวัดและประเมินผลการเรียนพระพุทธศาสนา มีลักษณะเดียวกันกับการวัดและประเมินผลในวิชาอื่น ๆ กล่าวคือ เป็นการวัดและประเมินผลทั้งด้านความรู้ ความคิดที่ถูกต้อง มีเจตคติที่ดีต่อการประพฤติตามคุณธรรม จริยธรรม เห็นคุณค่า ชื่นชมยินดี และเต็มใจรับเอาค่านิยมคุณธรรม จริยธรรมเหล่านั้นมาเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ

สิ่งที่ควรเน้นเป็นพิเศษในการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา คือ

- (๑) นักเรียนสามารถวิเคราะห์และประเมินตนเองได้
- (๒) มีการวัดและประเมินผลที่เกิดจากการเรียนรู้โดยเพื่อนนักเรียนด้วยกันและครูผู้เป็นกัลยาณมิตร
- (๓) มีการประเมินผลและประเมินสถานการณ์ซึ่งเกิดจากผลของการแก้ปัญหาตามหลักพุทธธรรม
- (๔) มีการวัดและประเมินการเปรียบเทียบพัฒนาการของตัวนักเรียนเองมากกว่าการเปรียบเทียบเพื่อแข่งขันกับผู้อื่น

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
คำชี้แจง	
ตอนที่ ๑	
ประเด็นสำคัญในการปรับปรุง	๑
ตอนที่ ๒	
สาระของหลักสูตรพระพุทธศาสนา	๗
ตอนที่ ๓	
แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน	๓๗
ตอนที่ ๔	
แนะนำสื่อการเรียนรู้การสอนและแหล่งวิทยาการ	๒๑๕
ตอนที่ ๕	
แนวการวัดผลและประเมินผล	๒๒๕
ภาคผนวก	
ก. แนวการจัดการคาบเวลาเรียนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต	๒๓๑
ข. คำอธิบายศัพท์	๒๓๗
ค. คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ	๒๔๒
ง. รายชื่อคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)	๒๕๗

ตอนที่ ๑
ประเด็นสำคัญในการปรับปรุง



ตอนที่ ๑

ประเด็นสำคัญในการปรับปรุง

กระทรวงศึกษาธิการ มีคำสั่งที่ วก ๑๑๙๓/๒๕๓๔ เรื่อง ปรับปรุงคำอธิบายในหลักสูตร ประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ให้โรงเรียนที่อยู่ในโครงการ โรงเรียนร่วมพัฒนาการใช้หลักสูตร จัดการเรียนการสอนตามเนื้อหาที่ปรับปรุงใหม่นี้พร้อมกัน ทุกชั้น ตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๓๕ สำหรับโรงเรียนประถมศึกษาทั่วไปจัดการเรียนการสอนใน ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒ ตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๓๕ ส่วนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓-๖ ให้จัดการเรียนการสอนตามเนื้อหาที่ปรับปรุงใหม่ในปีการศึกษาถัดไป ปีละ ๑ ชั้น ตามลำดับ ซึ่งจะครบทุกชั้นในปีการศึกษา ๒๕๓๙ โดยสอดคล้องกับคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการที่ วก ๖๑๑/๒๕๓๓ เรื่อง ให้ใช้หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

หลักการและเจตนารมณ์

การปรับปรุงหลักสูตรประถมศึกษา ส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาดังกล่าว มีเหตุผลสืบเนื่องมาจากหลักการที่ว่า พลเมืองในประเทศไทยส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติไทยและเป็นสถาบันหลักของสังคมไทยที่แทรกอยู่ในวัฒนธรรม วิถีดำเนินชีวิตของคนไทย ทั้งยังเป็นเอกลักษณ์และมรดกของชาติอันโดดเด่น ในขณะที่สังคมมีการพัฒนาไปอย่างก้าวหนักรวดเร็วมากนี้ เด็กไทยสมควรได้รับการปลูกฝังคุณธรรมตามหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เหมาะสมกับวัยและเป็นประโยชน์แก่ชีวิตอย่างแท้จริงตั้งแต่เริ่มแรก โดยการจัดเนื้อหาสาระ คาบเวลาเรียน และกระบวนการเรียนการสอนที่ชัดเจนเพื่อให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีต่อพระพุทธศาสนา การปรับปรุงหลักสูตรเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา จึงมีหลักการและเจตนารมณ์ ดังนี้

๑. นักเรียนในสถานศึกษาทุกระดับเรียนพระพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาตนและสังคมให้เจริญก้าวหน้าและสงบสุข

๒. หลักสูตรเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา มี ๓ องค์ประกอบ คือ **เนื้อหา สาระความรู้ การฝึกหัดอบรมกาย วาจา ใจ และการวิเคราะห์ประเมินผลการปฏิบัติ**

๓. จัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับ**วัยของผู้เรียน เวลาเรียน เรียงลำดับตามความยากง่าย** สร้างความเข้าใจที่ถูกต้องและป้องกันความเข้าใจผิดต่อหลักธรรมของพระพุทธศาสนา

๔. จัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมการเรียนการสอนโดยมุ่งบูรณาการ ๕ ด้าน คือ

- ๔.๑ ให้ความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องและชี้แจงลักษณะที่น่าสนใจในหลักพระพุทธศาสนา
- ๔.๒ สนองความต้องการและช่วยแก้ปัญหาของบุคคลและสังคม
- ๔.๓ มีระบบการฝึกหัดอบรมตามแนวทางของพระพุทธศาสนา
- ๔.๔ มีความสอดคล้องกับเอกลักษณ์และวัฒนธรรมไทย
- ๔.๕ มีหลักในการวิเคราะห์และประเมินผลของการปฏิบัติ

จุดประสงค์หลักสูตรพระพุทธศาสนา

หลักสูตรพระพุทธศาสนาที่ปรับปรุงใหม่ทุกระดับชั้นนี้ มีจุดประสงค์สำคัญ ๕ ประการ ได้แก่

๑. ให้นักเรียนเกิดศรัทธาและสำนึกในความสำคัญของพระพุทธศาสนา
๒. ให้มีความรู้ ความเข้าใจ และซาบซึ้งในคุณของพระรัตนตรัย
๓. ให้มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาและหลักพุทธธรรมอย่างถูกต้อง
๔. ให้มีทักษะในการคิดและการปฏิบัติตนอย่างถูกต้องตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
๕. ให้อำนาจที่ชาวพุทธและสามารถปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม

โครงสร้างหลักสูตรพระพุทธศาสนา

คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนาและคณะอนุกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนาทั้ง ๓ ระดับ คือ ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ได้ประชุมร่วมกันและพิจารณาเห็นว่า เพื่อให้การปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา บรรลุจุดประสงค์ตามหลักการและเจตนารมณ์ดังที่กล่าวมาแล้ว สมควรที่จะได้กำหนดโครงสร้างหลักสูตรพระพุทธศาสนาให้เป็นแนวทางเดียวกัน โดยต่อเนื่องตั้งแต่ระดับประถมศึกษาจนถึงระดับมัธยมศึกษาซึ่งหมายความว่า นักเรียนจะเรียนรู้ถึงพระพุทธศาสนาในหัวข้อเนื้อหาสำคัญ ๔ ประการ ในระดับที่ลึกซึ้งกว้างขวางออกไปมากขึ้นตามลำดับความยากง่ายเหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะของเด็ก ดังนี้

๑. ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา
๒. พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกา และชาวพุทธตัวอย่าง
๓. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
๔. พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์
๕. พุทธศาสนสุภาษิต
๖. หน้าที่ชาวพุทธ
๗. การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
๘. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

๔. ศาสนพิธี

การจัดเนื้อหาและคาบเวลาเรียน

การปรับปรุงหลักสูตรส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา ได้จัดเนื้อหาและคาบเวลาเรียนไว้ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ดังปรากฏในตารางต่อไปนี้

กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

ชั้น	เนื้อหาเดิมที่มีอยู่แล้ว	เนื้อหาปัจจุบัน	คาบเวลา	หมายเหตุ
ป. ๑-๒	ไม่มีหน่วยเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาโดยตรง	จัดเพิ่มใน หน่วยที่ ๔ ชาติไทย หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา	๖๐ คาบ ตลอดปี	การจัดคาบเวลาในการสอนครูสามารถ ใช้คาบเวลาจากหน่วยอื่น ๆ ได้ตาม ความเหมาะสม
ป. ๓-๔	หน่วยที่ ๔ ชาติไทย หน่วยย่อยที่ ๓ ศาสนา (๓๐ คาบ)	หน่วยที่ ๔ ชาติไทย หน่วยย่อยที่ ๓ ศาสนา หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา	๖๐ คาบ	ใช้เวลาเรียนเดิมที่เคยเสนอแนะไว้ แล้ว ๓๐ คาบ แล้วหาเวลาเพิ่มเติม จากหน่วยอื่น ๆ ตามดุลยพินิจของ ครูอีก ๓๐ คาบ
ป. ๕-๖	หน่วยที่ ๔ ชาติไทย หน่วยย่อยที่ ๓ ศาสนา (๔๐ คาบ)	หน่วยที่ ๔ ชาติไทย หน่วยย่อยที่ ๓ ศาสนา หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา	๖๐ คาบ ตลอดปี	ใช้เวลาเรียนเดิมที่เคยเสนอแนะไว้ แล้ว ๔๐ คาบ แล้วหาเวลาเพิ่มเติม จากหน่วยอื่น ๆ ตามดุลยพินิจของครู อีก ๒๐ คาบ

กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย

ชั้น	คาบเวลา เรียนตลอดปี	เนื้อหาพระพุทธ- ศาสนา/คาบเวลา	กิจกรรมสร้าง นิสัย/คาบเวลา	เนื้อหา/กิจกรรม ส่วนอื่น ๆ/คาบเวลา	หมายเหตุ
ป. ๑-๒	๗๕๐ คาบ	หน่วยที่ ๗-๑๐ ใช้เวลาเรียน ๑๔๐ คาบ/ปี	๘๐ คาบ/ปี	สลับหน่วยที่ ๑-๖ ใช้เวลาที่เหลือ ๔๕๐ คาบ	๑. นักเรียนที่นับถือ พุทธศาสนาให้ จัดการเรียนการ สอนตามเนื้อหา พระพุทธศาสนา และคาบเวลาใหม่
ป. ๓-๔	๗๕๐ คาบ	- หลักธรรมทาง พระพุทธศาสนา - ศรัทธาในคุณ พระรัตนตรัยและ พุทธศาสนสุภาษิต - การบริหารจัดการ และเจริญปัญญา - ศาสนพิธี ใช้เวลาเรียน ๑๔๐ คาบ/ปี	๑๒๐ คาบ/ปี	กิจกรรมศิลปศึกษา กิจกรรมพลศึกษา กิจกรรมดนตรีนาฏ- ศิลป์ใช้เวลาที่เหลือ ๔๕๐ คาบ	๒. นักเรียนที่นับถือ ศาสนาอื่น ๆ ให้ จัดการเรียนการ สอนตามเนื้อหา และคาบเวลาเรียน คงเดิมตามหลัก- สูตรกลุ่มสร้าง เสริมลักษณะ นิสัยในหลักสูตร
ป. ๕-๖	๖๐๐ คาบ	- หลักธรรมทาง พระพุทธศาสนา - ศรัทธาในคุณ พระรัตนตรัยและ พุทธศาสนสุภาษิต - การบริหารจัดการ และเจริญปัญญา - ศาสนพิธี ใช้เวลาเรียน ๑๔๐ คาบ/ปี	๘๐ คาบ/ปี	กิจกรรมศิลปศึกษา กิจกรรมพลศึกษา กิจกรรมดนตรีนาฏ- ศิลป์ใช้เวลาที่เหลือ ๓๔๐ คาบ	ประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับ ปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ๓. เนื้อหา/กิจกรรม ส่วนอื่น ๆ ให้ ยืดหยุ่นได้ตาม ความเหมาะสม

ตอนที่ ๒

สารบบของหลักสูตรพระพุทธศาสนา



ตอนที่ ๒

สาระของหลักสูตรพระพุทธศาสนา

การปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา ได้กำหนดกรอบสาระไว้ ดังนี้

- ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา
- พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกา และชาวพุทธตัวอย่าง
- หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
- พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์
- พุทธศาสนสุภาษิต
- หน้าที่ชาวพุทธ
- การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
- วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา
- ศาสนพิธี

จากนั้น จึงได้นำกรอบสาระทั้งหมดมาพิจารณาว่า หัวข้อใดควรกำหนดให้เรียนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและหัวข้อใดควรกำหนดให้เรียนในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย

หัวข้อที่จัดไว้ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต คือ

๑. ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา
๒. พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกา และชาวพุทธตัวอย่าง
๓. พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์
๔. หน้าที่ชาวพุทธ
๕. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

หัวข้อที่จัดไว้ในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย คือ

๑. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
๒. พุทธศาสนสุภาษิต
๓. การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
๔. ศาสนพิธี

เมื่อได้หัวข้อที่จะเรียนในแต่ละกลุ่มแล้ว กรมวิชาการได้กำหนดคาบเวลาโดยประมาณในแต่ละหัวข้อเพื่อเป็นแนวทางในการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลาย่อย ทั้งนี้ โดยคำนึงถึงความยากง่ายของเนื้อหา ความเหมาะสมของคาบเวลา และพัฒนาการของเด็กเป็นเกณฑ์ เพื่อให้ครูผู้สอนได้เห็นภาพรวมของหลักสูตรในส่วนของเนื้อหา คาบเวลา และจุดประสงค์ของแต่ละชั้น ซึ่งครูผู้สอนสามารถหยิบยกเนื้อหาในแต่ละเรื่องนำไปแตกย่อย เป็นจุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรม

การเรียนการสอน สื่อ การวัดและประเมินผลสำหรับนำไปใช้สอนในห้องเรียนได้

จากหลักเกณฑ์การพิจารณาเนื้อหาที่คำนึงถึงพัฒนาการของเด็ก และความยากง่ายของเนื้อหา จะเห็นได้ว่า เนื้อหาย่อยเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาบางเรื่องจัดให้เรียนในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย เช่น หลักธรรมสังคหวัตถุ ๔ ในชั้น ป.๑-๒ จัดให้เรียนเพียง ๒ หัวข้อย่อย คือ ทาน ปิยวาจา แต่จะไปเรียนครบ ๔ หัวข้อในชั้น ป.๔ คือ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตตา สำหรับคาบเวลาย่อยที่กำหนดให้เรียนในแต่ละเรื่องนั้น ครูผู้สอนสามารถเปลี่ยนแปลงยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม แต่จะต้องสอนให้ครบตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เรียนเนื้อหาเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาชั้นละ ๖๐ คาบต่อปี และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย เรียนชั้นละ ๑๘๐ คาบ/ปี ดังตารางคาบเวลา กรอบเนื้อหา และตารางวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ต่อไปนี้



ตารางเวลากรอบเนื้อหาสาระพระพุทธศาสนา
ในกลุ่มสร้างเสริมประสิทธิภาพและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยตลอดหลักสูตรโดยประมาณ

ชั้น/กลุ่ม/คาบ	ป.๑		ป.๒		ป.๓		ป.๔		ป.๕		ป.๖	
	สปช.	สจน.	สปช.	สจน.	สปช.	สจน.	สปช.	สจน.	สปช.	สจน.	สปช.	สจน.
๑. ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา	๒๑	-	๖	-	๙	-	๖	-	๙	-	๙	-
๒. พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกาละชาวกุฎุมภะ	๒๔	-	๒๑	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔	-
๓. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	-	๑๑๔	-	๑๑๔	-	๑๑๔	-	๑๑๔	-	๑๑๔	-	๑๑๔
๔. พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์	๖	-	๖	-	๖	-	๖	-	๖	-	๖	-
๕. พุทธศาสนสุภาษิต	-	๖	-	๖	-	๙	-	๙	-	๙	-	๙
๖. หน้าที่ชาวพุทธ	-	-	๙	-	๙	-	๖	-	๓	-	๓	-
๗. การบริหารจัดการและเจริญปัญญา	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔
๘. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา	๙	-	๑๔	-	๑๒	-	๑๔	-	๑๔	-	๑๔	-
๙. ศาสนพิธี	-	๓๖	-	๓๖	-	๓๖	-	๒๔	-	๒๔	-	๒๔
รวม	๖๐	๑๘๐	๖๐	๑๘๐	๖๐	๑๘๐	๖๐	๑๘๐	๖๐	๑๘๐	๖๐	๑๘๐

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา

กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต	หน่วยที่ ๔ ขาดิไทย
หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา	

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๑	คาบเวลา	ชั้น ป.๒	คาบเวลา
๑. รับรู้และมีความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา	ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา ๑. พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย	๒๑ ๖	ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา ๑. พระพุทธศาสนาเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย	๖ ๖
๒. รู้จักคิดและแสวงหาความรู้เพิ่มเติม	๒. วัดของเรา	๖		
๓. ศรัทธาและเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา	๓. พระรัตนตรัย	๔		
๔. ปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี	พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกาลและชาวพุทธตัวอย่าง ๔. พุทธประวัติ - ตอนประสูติ - ชีวิตวัยเยาว์ - ตรัสรู้ - ปรีนิพพาน	๒๔ ๖ ๖ ๖ ๖	พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกาลและชาวพุทธตัวอย่าง ๒. พุทธบิดา พุทธมารดา ๓. การขนานพระนามและความหมาย ๔. พระจริยวัตรวัยเยาว์ ๕. การศึกษา ๖. การเสด็จออกผนวช ตรัสรู้ ปรีนิพพาน	๒๑ ๓ ๓ ๖ ๓ ๖
	พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์ ๕. การแต่งกายของพระสงฆ์ ๖. การปฏิบัติที่ต่างจากคฤหัสถ์ ๗. การปฏิบัติต่อพระสงฆ์	๖ 3 3	พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์ ๗. วัตรปฏิบัติ ๘. หน้าที่และคุณของพระสงฆ์ ๙. ความเกี่ยวข้องกัพระสงฆ์ ๑๐. การปฏิบัติต่อพระสงฆ์ หน้าที่ชาวพุทธ ๑๑. ประโยชน์ของวัดและการไปวัด	๖ 3 3 ๕ ๕



ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต หน่วยที่ ๔ ชาดไทย
หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๓	คาบเวลา	ชั้น ป.๔	คาบเวลา
	หน้าที่ขาวพุทธ	๕	หน้าที่ขาวพุทธ	๖
	๑๑. การบูชาคุณพระสงฆ์	๖	๑๐. การบูชาคุณพระสงฆ์	๓
	๑๒. การช่วยบำรุงวัด รักษาวัด	๓	๑๑. การช่วยบำรุงรักษา และพัฒนาวัด	๓
	วันสำคัญทางพระพุทธ ศาสนา	๑๒	วันสำคัญทางพระพุทธ ศาสนา	๑๔
	๑๓. วันอาสาฬหบูชา	๓	๑๒. วันอาสาฬหบูชา	๖
	๑๔. วันเข้าพรรษา	๓	๑๓. วันเข้าพรรษา	๓
	๑๕. วันออกพรรษา	๓	๑๔. วันออกพรรษา	๓
	๑๖. วันธรรมสวนะ	๓	๑๕. วันเทโวโรหณะ	๓
			๑๖. วันธรรมสวนะ	๓

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
๑. มีความรู้ ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา	ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา ๑. พระพุทธศาสนาเป็นมรดกทางวัฒนธรรมล้ำค่าของชาติไทย	๙ ๓	ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา ๑. ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะเป็นศาสนาประจำชาติ	๙ ๙
๒. มีทักษะในการคิดและแสวงหาความรู้เพิ่มเติม	๒. พระพุทธศาสนาเป็นหลักในการพัฒนาชาติไทย	๖		
๓. ศรัทธาและเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนาและพระรัตนตรัย	พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิก และชาวพุทธตัวอย่าง ๓. ศากยวงศ์และโกสิยวงศ์	๒๔ ๓	พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิก และชาวพุทธตัวอย่าง ๒. สังฆเนยยสถาน ๔	๒๔ ๖
๔. ปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกที่ดี	๔. การตรัสรู้ร้อยสี่ ๔	๖	๓. สรุปลพุทธประวัติ	๖
๕. ปฏิบัติตนในการเข้าร่วมพิธีกรรมกับผู้อื่นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม	๕. พระอัครสาวก	๖	๔. พระอานนท์	๓
	๖. โปรดพระบิดาพระมารดาและพระญาติ	๓	๕. สามเณรบันทิต	๓
	๗. พระราहुล	๓	๖. พระมหากัจจายนะ	๓
	๘. พุทธปรีณิพพาน การถวายพระเพลิงและวันอัฐมีบูชา	๓	๗. นางวิสาขา	๓
	พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์ ๙. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวัดและพระสงฆ์ในประเทศไทย	๖ ๓	พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์ ๘. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวัดและพระสงฆ์ในประเทศไทย	๖ ๓
	๑๐. ประโยชน์ของการบวช	๓	๙. คุณของพระสงฆ์และประโยชน์ของการบวช	๓
	๑๑. ข้อควรปฏิบัติต่อพระสงฆ์		๑๐. ข้อควรปฏิบัติต่อพระสงฆ์	

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
 กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต หน่วยที่ ๔ ขาดิไทย
 หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
	หน้าที่ชาวพุทธ ๑๒. การช่วยบำรุงวัด รักษาและพัฒนาวัด ๑๓. บทบาทของพุทธ ศาสนิกชนที่พึง กระทำเพื่อประโยชน์ ต่อพระพุทธศาสนา	๓ } ๓	หน้าที่ชาวพุทธ ๑๑. การช่วยบำรุงรักษา และพัฒนาวัด ๑๒. บทบาทของพุทธ ศาสนิกชนที่พึงกระทำ เพื่อประโยชน์ ต่อพระพุทธศาสนา	๓ } ๓
	วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ๑๔. สรุปรวันสำคัญทาง พระพุทธศาสนา	๑๔ ๑๔	วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ๑๓. สรุปรวันสำคัญทาง พระพุทธศาสนา ๑๔. คุณของพระรัตนตรัย	๑๔ ๕ ๕

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา

กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๑	คาบเวลา	ชั้น ป.๒	คาบเวลา
๑. รู้จักและเข้าใจในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๑๔	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๑๔
๒. ปฏิบัติตนตามคำชี้แนะของครูได้	๑. ความเมตตากรุณาของพ่อแม่	๔	๑. บุคคลหาได้ยาก	
๓. เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติตามหลักธรรมในชีวิตประจำวัน	๒. ความดีของครู	๔	- พ่อแม่ผู้มีพระคุณ	๔
	๓. ศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย	๔	- ครูผู้มีพระคุณ	๔
	๔. การปฏิบัติต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์	๔	๒. ทิศ ๖	
	๕. มงคล ๓๘		- การเคารพพ่อแม่	๔
	- ความกตัญญูต่อพ่อแม่	๔	- การเคารพครู	๔
	- ความเป็นผู้ว่าง่าย สอนง่าย	๔	- การเคารพผู้อาวุโส	๔
	- ความมีระเบียบวินัย	๔	- ความรักและสามัคคีกับพี่น้อง	๔
	- การปฏิบัติตนต่อพี่น้อง	๔	๓. มงคล ๓๘	
	๖. ขรวาาธรรม ๔		- ความมีระเบียบวินัย	๖
	- ความซื่อสัตย์	๑๐	- ความเป็นผู้ว่าง่าย สอนง่าย	๖
	- ความอดทน	๑๐	๔. ศรัทธาในคุณของพระรัตนตรัย	
	๗. เบญจศีล		- ความสำคัญของพระรัตนตรัย	๖
	- ไม่ทำร้าย ไม่เบียดเบียนสัตว์	๔	- คุณของพระรัตนตรัย	๖
	- ไม่ลักขโมย	๔	- การปฏิบัติต่อพระรัตนตรัย	๖
	- ไม่แย่งชิงของรักของผู้อื่น	๔	๕. เบญจศีล	
	- ไม่พูดปด	๔	- ไม่ทำร้าย ไม่เบียดเบียนสัตว์	๔
	- ไม่ดื่มสุราหรือสิ่งเสพติดให้โทษ	๔	- ไม่ลักขโมย	๔
			- ไม่แย่งชิงของรักของผู้อื่น	๔
			- ไม่พูดปด	๔
			- ไม่ดื่มสุรา หรือ	๔

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ขั้น ป.๑	คาบเวลา	ขั้น ป.๒	คาบเวลา
	๘. เบญจธรรม - ความมีเมตตา-กรุณา - การดำรงชีพสุจริต ๙. โอวาท ๓ - เว้นชั่ว - ทำดี - ผูกจิตให้ผ่องใส ๑๐. อิทธิบาท ๔ - ฉันทะ เต็มใจทำงาน - วิริยะ แข็งใจทำงาน - จิตตะ ตั้งใจทำงาน - วิมังสา เข้าใจทำงาน ๑๑. สังคหวัตถุ ๔ - ทาน - ปิยวาจา ๑๒. การเคารพและเชื่อฟังครู ๑๓. ความจงรักภักดีต่อสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์	๖ ๔ ๒ ๒ ๔ ๒ ๒ ๒ ๒ ๔ ๔ ๔ ๔	สิ่งสัพยัตติให้โทษ ๖. เบญจธรรม - ความมีเมตตากรุณา - ความมีสติสัมปชัญญะ ๗. โอวาท ๓ - เว้นชั่ว - ทำดี - ผูกจิตให้ผ่องใส ๘. อิทธิบาท ๔ - ฉันทะ เต็มใจทำงาน - วิริยะ แข็งใจทำงาน - จิตตะ ตั้งใจทำงาน - วิมังสา เข้าใจทำงาน ๙. สังคหวัตถุ ๔ - ทาน - ปิยวาจา ๑๐. ขรവാสนธรรม - สัจจะ จริตใจ รักษาความตั้งใจที่จะทำดี - ทมะ ข่มใจไม่ทำชั่ว - ขันติ อดทนที่จะทำความดี - จาคะ สละความคิดและการกระทำที่ไม่ดี	๔ ๔ ๒ ๒ ๔ ๒ ๒ ๒ ๒ ๔ ๔ ๒ ๒ ๒

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๓	คาบเวลา	ชั้น ป.๔	คาบเวลา
๑. รู้และเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๑๑	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๒๓
๒. ปฏิบัติตนตามหลักธรรมตามที่กำหนดให้ได้	๑. บุคคลหาได้ยาก - บุพการี ผู้มีพระคุณ	๖	๑. ศรัทธาในคุณของพระรัตนตรัย - ตถาคตโพธิสัทธา (ศรัทธาในความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า)	๖
๓. เห็นความสำคัญของหลักธรรมที่มีต่อการดำเนินชีวิต	๒. ศรัทธาในคุณของพระรัตนตรัย - คุณของพระรัตนตรัย - การปฏิบัติต่อพระรัตนตรัย - การปฏิบัติต่อสถานที่และสิ่งที่ควรเคารพบูชา ๓. ทิฐุธรรมมีกตถประโยชน์ ๔ - การรู้จักคบเพื่อนที่ดี ๔. มงคล ๓๘ - ความมีระเบียบวินัย - ความพอใจในของของตน (สันโดษ) - ความกตัญญูกตเวทิต์ - การปฏิบัติตนต่อสถานที่และสิ่งที่ควรเคารพบูชา	๖ ๖ ๖ ๖ ๓ ๓ ๓ ๖	๒. มงคล ๓๘ - เคารพบุพการี - กตัญญู - ไม่ประมาท - ถ่อมตน ๓. ขรवासธรรม ๔ - สัจจะ จริต ใจ รักษาความตั้งใจที่จะทำดี - ทมะ ข่มใจที่จะไม่ทำชั่ว - ขันติ อดทนที่จะทำความดี - จาคะ สละความคิดและการกระทำที่ไม่ดี ๔. เบญจศีล (ทั้ง ๕ ข้อ) ๕. เบญจธรรม (ทั้ง ๕ ข้อ) - ความมีเมตตากรุณา - การดำรงชีพสุจริต - ความสำรวมในกาม - ความมีสติสัมปชัญญะ	๓ ๓ ๖ ๖ ๓ ๓ ๓ ๑๒ ๕

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๓	คาบเวลา	ชั้น ป.๔	คาบเวลา
	๘. โอวาท ๓ - เว้นชั่ว - ทำดี - ฝึกจิตให้ผ่องใส ๙. อิทธิบาท ๔ - ฉันทะ เต็มใจทำงาน - วิริยะ แข็งใจทำงาน - จิตตะ ตั้งใจทำงาน - วิมังสา เข้าใจงาน ๑๐. สังคหวัตถุ ๔ - ปิยวาจา - อิตถจริยา ๑๑. ขรรวาสธรรม - สัจจะ จริงใจ รักษา ความตั้งใจจะทำดี - ทมะ ข่มใจที่จะไม่ทำชั่ว - ขันติ อดทนที่จะทำความดี - จาคะ สละความคิดและการกระทำที่ไม่ดี ๑๒. โลกบาล ๒ - หิริและโอตตปปะ (ความละอายและเกรงกลัวต่อการทำชั่ว ทำบาป)	๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๓ ๒ ๒ ๒ ๒ ๖	๑๓. อุบาสกธรรม ๕ - มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย - มีศีลอย่างน้อยศีล ๕ - ไม่เชื่อถือองมงาย แต่เชื่อกรรมว่าทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว - ทำบุญในพระพุทธศาสนา - ไม่ทำบุญนอกพระพุทธศาสนา ๑๔. การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ	๖ ๓

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
๑. รู้และเข้าใจตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๒๓	หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	๑๒๓
๒. ปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา	๑. ศรัทธาในคุณของพระรัตนตรัย		๑. ศรัทธาในคุณของพระรัตนตรัย	
๓. สามารถนำหลักธรรมไปช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่ตนเองและสังคม	- ศรัทธาในพระธรรม	๖	- ศรัทธาในพระพุทธพระธรรม และพระสงฆ์	๖
๔. สามารถช่วยบุคคลอื่นให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข	๒. บุญกิริยาวัตถุ ๓		๒. อริยสัจ ๔	
	- ทาน เอื้อเฟื้อแบ่งปัน	๓	- ทุกข์	๓
	- ศีล การรักษาใจ วาจา กายให้เป็นปกติสุข	๓	- สมุทัย	๓
	- ภาวนา การฝึกใจให้ผ่องใส	๓	- นิโรธ	๓
	๓. กุศลกรรมบถ ๑๐		- มรรค	๓
	กายกรรม ๓	๓	๓. อกุศลมูล ๓ (โลภะ โทสะ โมหะ)	๓
	- เว้นจากการทำลายชีวิต		๔. กุศลมูล ๓	๓
	- เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้		๕. สติปัฏฐาน ๔ เบื้องต้น	๔
	- เว้นจากการประทุษร้ายในกาม		- มีสติรู้กาย	
	วจีกรรม ๔	๔	- มีสติรู้เวทนา	
	- เว้นจากการพูดเท็จ		- มีสติรู้จิต	
	- เว้นจากการพูดส่อเสียด		- มีสติรู้ธรรม	
	- เว้นจากการพูดคำหยาบ		๖. ขรราวาสธรรม	
	- เว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ		- สัจ	๓
	มโนกรรม ๓	๓	- ทมะ	๓
	- ไม่โลภคอยจ้องอยากได้ของเข้า		- ขันติ	๓
	- ไม่คิดร้ายเบียดเบียนเขา		- จาคะ	๓
	- เห็นชอบตามคลองธรรม		๗. อบายมุข ๔ (ช่องทางของความเสื่อม ๔ ประการ)	๖
			- นักเลงผู้หญิง	
			- นักเลงสุรา	
			- นักเลงพนัน	
			- คบคนชั่วเป็นมิตร	

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
	๔. อริยสัจ ๔		๘. สุขของภุคฺคหัตถ์ ๔	๖
	- ทุกข์	๓	(สุขอันชอบธรรมที่	
	- สมุทัย	๓	ผู้ครองเรือนควรมี)	
	- นิโรธ	๓	- สุขที่เกิดจากความ	
	- มรรค	๓	มีทรัพย์	
	๕. พรวาสธรรม ๔		- สุขเกิดจากการใช้	
	- สัจจะ	๓	จ่ายทรัพย์	
	- ทมะ	๓	- สุขเกิดจากความ	
	- ขันติ	๓	ไม่เป็นหนี้	
	- จาคะ	๓	- สุขเกิดจากความ	
	๖. เบญจศีล (ทั้ง ๕ ข้อ)	๑๒	ประพฤตินี้ไม่มีโทษ	
	๗. เบญจธรรม (ทั้ง ๕ ข้อ)	๕	๙. เบญจศีล (ทั้ง ๕ ข้อ)	๕
	๘. ทิฏฐธัมมิกัตถประ-		๑๐. เบญจธรรม (ทั้ง ๕	๖
	โยชน์ ๔		ข้อ)	
	- หมั่นหาความรู้และ	๖	๑๑. ทิฏฐธัมมิกัตถประ-	
	ทรัพย์		โยชน์ ๔ (สรุป)	
	- รักษาความรู้	๖	- หมั่นหาความรู้	๓
	ความดี และทรัพย์		ความดีและทรัพย์	
	ที่หามาได้		- วิชาไวซึ่งความรู้	๒
	๙. ไตรสิกขา		ความดีและทรัพย์	
	- ศีล	๓	ที่หามาได้	
	- สมาธิ	๓	- คบเพื่อนดี	๒
	- ปัญญา	๓	- เลี้ยงชีวิตเหมาะสม	๒
	๑๐. ทิศ ๖		๑๒. ไตรสิกขา	
	- การปฏิบัติตนต่อ	๖	- ศีล	๓
	เพื่อน		- สมาธิ	๓
			- ปัญญา	๓

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หน่วยที่ ๘ พุทธศาสนสุภาษิต

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ขั้น ป.๑	คาบเวลา	ขั้น ป.๒	คาบเวลา
๑. รู้จักและเข้าใจในคุณพระรัตนตรัย	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. ยถาวาที ตถาการี คนจริงพูดอย่างไร ทำได้อย่างนั้น	๖	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. โลโกปตมฺภิกก เมตตกา - เมตตกาเป็นเครื่อง คำจุนโลก ๒. สจฺจํ เว อมตา วาจา - คำจริงเป็นสิ่งที่ไม่ตาย	๖
๒. เกิดความศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย		๖		๓
๓. ปฏิบัติตนตามคำชี้แนะของพุทธศาสนสุภาษิตเพื่อใช้เป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน				๓

หมายเหตุ เนื้อหา ศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย มีอยู่แล้วในหน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : พุทธศาสนสุภาษิต

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๓	คาบเวลา	ชั้น ป.๔	คาบเวลา
๑. รู้และเข้าใจในคุณพระรัตนตรัย	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ	๔	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. ยํ เว เสวติ ตาภิโส	๔
๒. เกิดความศรัทธาในคุณพระรัตนตรัยและเห็นคุณค่าของพุทธศาสนสุภาษิตอันเป็นประโยชน์ต่อชีวิตประจำวัน	- ตนเป็นที่พึ่งของตน ๒. วิริเยน ทุกฺขมจฺเจติ - คนล่งว่ทุกข์ได้เพราะความเพียร	๓	- คบคนเช่นใดย่อมเป็นคนเช่นนั้น ๒. สุขา สงฺฆสฺส สามคฺติ - ความพร้อมเพรียงของหมู่คณะนำสุขมาให้	๒
๓. ปฏิบัติตนตามคำชี้แนะของพุทธศาสนสุภาษิตสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิต	๓. อฏฺโงเรณ ชินเ โกร - พึงชนะคนโกรธด้วยความไม่โกรธ	๓	๓. ทพฺพาโน ปิโย โหติ - ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก ๔. นิमितฺตํ สาธูรูปานํ กตญฺญกตเวทิตา - ความกตัญญูกตเวทีเป็นพื้นฐานของคนดี	๓

หมายเหตุ เนื้อหาศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย มีอยู่แล้วในหลักสูตรทางพระพุทธศาสนา

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : พุทธศาสนสุภาษิต

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
๑. รู้และเข้าใจในคุณพระรัตนตรัย ๒. เกิดความศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย ๓. สามารถนำความรู้ที่ได้จากการศึกษาและปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาไปใช้ในการพัฒนาตนเองและสังคม	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. ปัญญา ธเนน เสโย - ปัญญาประเสริฐกว่าทรัพย์ ๒. อุตตานิ ทมยนติ ปณิตา - บัณฑิตย่อมฝึกตน ๓. จิตตํ ทนฺตํ สุขาวหํ - จิตที่ฝึกดีแล้ว นำสุขมาให้ ๔. อุตตนา โจทยุตตานิ - จงเตือนตนด้วยตนเอง ๕. ปมาโท มจฺจุโน ปทํ - ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย	๔ ๒ ๑ ๒ ๒	พุทธศาสนสุภาษิต ๑. กุลยาณการี จ กุลยาณํ ปาปการี จ ปาปํ - ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ๒. อุตตา หเว ชิตํ เสโย - ชนะตนนั้นแหละดีกว่า ๓. อุฏฺฐาตา วินฺทเต ธนํ - คนขยัน ย่อมหาทรัพย์ได้ ๔. อเสวนา จ พาลานํ เอตมฺมงฺคลมุตตมํ - การไม่คบคนชั่วเป็นมิตรเป็นมงคลอันสูงสุด ๕. อิณาทานํ ทุกฺขํ โลเก - การกั๊กหั้นเป็นทุกข์ในโลก ๖. นตฺถิ สฺนติปรํ สุขํ - สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี	๔ ๒ ๑ ๑ ๑ ๒ ๒

หมายเหตุ เนื้อหาศรัทธาในคุณพระรัตนตรัยมีอยู่แล้วในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หน่วยที่ ๔ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ขั้น ป.๑	คาบเวลา	ขั้น ป.๒	คาบเวลา
๑. รับรู้และเข้าใจความหมายของสติ	การบริหารจิตและเจริญปัญญา	๒๔	การบริหารจิตและเจริญปัญญา	๒๔
๒. ฝึกสติด้วยการกำหนดรู้กาย วาจา ใจ ให้พร้อมกันได้	๑. สวดมนต์และอธิษฐานตั้งใจฝึกสติให้มีสมาธิ (ครั้งละประมาณ ๑ นาที)	๓	๑. สวดมนต์และอธิษฐานตั้งใจฝึกสติให้มีสมาธิ	๓
๓. อภิปรายผลของการฝึกสติที่มีต่อตนเองได้	๒. หัดร้องเพลงฝึกสติ เช่น เพลงนิ้วมือ ตบแผละ ฝึกสติ ยืนสมาธิ เดินด้วยสติ นั่งสมาธิ และนอนกับสติ	๖	๒. ฟังนิทานและเล่นเกมฝึกสติเพื่อกำหนดกาย วาจา ใจ เช่น เกมจึมนิ้วจึมน้า	๓
๔. เห็นประโยชน์ของการฝึกสติที่เป็นพื้นฐานของสมาธิ	๓. ฝึกทำท่าประกอบเพลงเพื่อให้รู้จักวิธีกำหนดกาย วาจา ใจ ให้พร้อมกัน เช่น เพลง ตบแผละ ฝึกสติ	๖	๓. ร้องเพลงฝึกสติพร้อมกับการฝึก - ยืนสมาธิ - เดินด้วยสติ - นั่งสมาธิ - นอนกับสติ	๑๒
หมายเหตุ				
๑. ก่อนฝึกสติภาวนาทุกครั้งต้องให้สำรวมจิตด้วยการไหว้พระสวดมนต์สั้น ๆ	๔. ฝึกสติภาวนาตามเพลง - ยืนสมาธิ - เดินด้วยสติ - นั่งสมาธิ - นอนกับสติ	๖	๔. เปรียบเทียบการทำงานหรือการเล่นขณะที่มีสติกับขณะที่ไม่มีสติ	๓
๒. การฝึกแต่ละครั้งในแต่ละวัน ไม่ควรน้อยกว่า ๑๐ นาที โดยเฉลี่ยฝึกให้ครบทั้ง ๕ ขั้น	๕. เปรียบเทียบการทำงานหรือการเล่นขณะที่มีสติ (ระลึกได้และรู้ตัว) กับขณะที่ไม่มีสติ	๓	๕. เปรียบเทียบผลของการเรียน เมื่อจิตใจสงบกับไม่สงบ	๓

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
๑. เรียนรู้และเข้าใจความหมายของสติ สมาธิ และปัญญา	การบริหารจิตและเจริญปัญญา	๒๔	การบริหารจิตและเจริญปัญญา	๒๔
๒. บังคับจิตให้ตั้งมั่นได้ โดยมีสติสัมปชัญญะทั้งในขณะปฏิบัติอิริยาบถใหญ่ (ยืน-เดิน-นั่ง-นอน) และอิริยาบถย่อย (ยก, วาง, ยืน, งอ, เขยียด ฯลฯ)	๑. สวคตมนต์สำรวมจิต • ตั้งใจฝึกสติภาวนา ๒. ฝึกกำหนดรู้เมื่อตาเห็น หูได้ยิน จมูกได้กลิ่น ลิ้นรับรส กายสัมผัส และใจนึกคิด	๓	๑. สวคตมนต์สำรวมจิต ตั้งใจฝึกสติภาวนา ๒. ฝึกกำหนดรู้อายตนะทั้ง ๖ ให้ว่องไวและรู้เท่าทันอาการ	๓
๓. สามารถเปรียบเทียบผลการปฏิบัติที่มีต่อการศึกษาเล่าเรียนและความคิดความจำของตนในขณะที่จิตสงบเป็นสมาธิ และเมื่อจิตไม่สงบไม่มีสมาธิ	๓. ฝึกยืนสมาธิกำหนดตั้งใจ (ความตั้งใจ แน่วแน่) เมื่อจะเปลี่ยนอิริยาบถ เช่น ยาก เดินหนอ ยากนั่งหนอ ฯลฯ	๓	๓. ฝึกสมาธิในการกำหนดตั้งใจเมื่อจะเปลี่ยนอิริยาบถต่าง ๆ	๓
๔. เห็นประโยชน์ของการบริหารจัดการเจริญปัญญาตามแนวทางของพระพุทธศาสนา	๔. ฝึกเดินจงกรมเพิ่มกำหนดรู้ ๔ ระยะ คือ ยกสัน ยก ย่าง เขยียบ	๖	๔. ฝึกเดินจงกรมเพิ่มกำหนดรู้ ๔ ระยะ คือ ยกสัน ยก ย่าง เขยียบ	๖
หมายเหตุ	๕. ฝึกนั่งสมาธิ พิจารณาอารมณ์และความคิดของตนว่าดีหรือไม่ดี ถูกหรือผิดอย่างไร เพื่อแก้ไขภายหลัง	๖	๕. ฝึกนั่งสมาธิ พิจารณาอารมณ์และความคิดของตน	๖
๑. ก่อนฝึกสติภาวนาทุกครั้งต้องให้สำรวมจิตด้วยการสวคตมนต์	๖. ฝึกกำหนดอิริยาบถย่อยในขณะที่แต่งตัวด้วยการกำหนดรู้เมื่อสวมหรือถอดเสื้อผ้า กัดกระดาษ ดม กลัลดกระดุม คาด เข็มขัด เป็นต้น	๓	๖. ฝึกกำหนดอิริยาบถย่อยในขณะที่รับประทานอาหารด้วยวิธีรับประทานอย่างมีสติและในขณะที่แต่งตัว	๓
๒. การฝึกแต่ละครั้งในแต่ละวันไม่ควรน้อยกว่า ๒๐ นาที โดยเฉลี่ยฝึกให้ครบทั้ง ๗ ชั้น			๗. ฝึกพิจารณาผลการปฏิบัติและประโยชน์ของการบริหารจัดการเจริญปัญญา อภิปรายผลการปฏิบัติที่มีต่อชีวิตประจำวัน	๓

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
	๗. ฝึกพิจารณาผลของการปฏิบัติและประโยชน์ของการบริหารจัดการ เจริญปัญญา อภิปรายผลการปฏิบัติที่มีต่อการศึกษาเล่าเรียน	๓		

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : หน่วยที่ ๑๐ ศาสนพิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๑	คาบเวลา	ชั้น ป.๒	คาบเวลา
๑. รู้และเข้าใจเกี่ยวกับการกราบไหว้ตามแบบของชาวพุทธ	ศาสนาพิธี - การไหว้พระสวดมนต์ - การกราบพระรัตนตรัย	๓๖ ๕ ๕	ศาสนาพิธี - การไหว้พระสวดมนต์ - การกราบพระรัตนตรัย	๓๖ ๖ ๖
๒. ปฏิบัติตามมารยาทของชาวพุทธได้อย่างถูกต้อง	แบบเบญจางคประดิษฐ์ - การไหว้พระและไหว้ผู้ใหญ่	๕	แบบเบญจางคประดิษฐ์ - การไหว้พระและไหว้ผู้ใหญ่	๖
๓. สามารถเข้าร่วมศาสนพิธีโดยปฏิบัติตามคำชี้แนะของครูได้	- การประเคนของแด่พระสงฆ์	๕	- การประเคนของแด่พระสงฆ์ - การปฏิบัติต่อปูชนียวัตถุทางพระพุทธศาสนา	๕ ๕

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : ศาสนพิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๓	คาบเวลา	ชั้น ป.๔	คาบเวลา
๑. รวบรวมความรู้เกี่ยวกับศาสนาพิธีต่าง ๆ เพื่อนำมาปฏิบัติตนในการเข้าร่วมพิธี	ศาสนาพิธี - การกราบ การไหว้ และการประเคน - การสวดบูชาคุณพระรัตนตรัยพร้อมคำแปล	๓๖ ๔ ๔	ศาสนาพิธี - การอาราธนาและสมานทานศีล ๕ - การอาราธนาธรรม	๒๔ ๖ ๖
๒. สืบรวจข้อบกพร่องปรับปรุง แก้ไข ประเมินตนเองเพื่อปรับปรุงการปฏิบัติตนในพิธีกรรมต่าง ๆ ให้ถูกต้องและดียิ่งขึ้น	- การอาราธนาและสมานทานศีล ๕ - การไหว้พระสวดมนต์ โดยย่อก่อนนอนพร้อมทั้งคำแปล	๔ ๔	- การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ - การปฏิบัติตนในวันธรรมสวนะ	๖ ๖
๓. มีความชื่นชมและศรัทธาในการปฏิบัติศาสนาพิธีทางพระพุทธศาสนา				

ตารางการวิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ รายละเอียดเนื้อหาและคาบเวลา
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย : ศาสนพิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา			
	ชั้น ป.๕	คาบเวลา	ชั้น ป.๖	คาบเวลา
๑. สามารถปฏิบัติตนในการเข้าร่วมศาสนพิธีต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง	ศาสนพิธี - การอาราธนาพระปริตร - การแผ่เมตตาและกรวดน้ำโดยย่อ	๒๔ ๖ ๓	ศาสนพิธี - การอาราธนาศีล - การอาราธนาธรรมและคำอาราธนาพระปริตร	๒๔ ๓ ๖
๒. เกิดศรัทธาและเห็นความสำคัญของศาสนพิธี	- พิธีกรรมในการทำบุญงานมงคล	๖	- พิธีทอดผ้าป่า	๖
๓. ปฏิบัติตนตามหน้าที่ชาวพุทธได้อย่างถูกต้อง	- พิธีถวายสังฆทาน	๖	- พิธีทอดกฐิน	๖
๔. เกิดความสามัคคีในการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา	- พิธีการถืออุโบสถศีล	๓	- พิธีกรรมในการทำบุญงานศพ	๓
๕. ปรับปรุงการปฏิบัติทางศาสนพิธีได้เหมาะสมกับสภาพของสังคม โดยไม่ขัดกับหลักการทางพระพุทธศาสนา				

ตอนที่ ๓
แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน



ตอนที่ ๓

แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนพระพุทธศาสนานั้น ควรสอนโดยเริ่มที่ “ใจ” ของนักเรียนก่อน เนื่องจากจำเป็นต้องเร้าความสนใจ ใฝ่รู้ เพื่อให้เกิดความตั้งใจเรียน และให้มีความซาบซึ้งในหลักธรรมของพระพุทธศาสนา จนเกิดความมั่นใจ และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทั้งของตัวเองและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้

จุดเน้นในการจัดการเรียนรู้การสอนพระพุทธศาสนา มีข้อเสนอแนะในการปฏิบัติดังนี้

๑. การสอนหลักธรรมของพระพุทธศาสนามุ่งเน้นการ “รับรู้” หมายความว่า นักเรียนได้เรียนโดยใช้ประสาทสัมผัส คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อารมณ์ รับและเกิดความเข้าใจ เรียนรู้จนสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน

สำหรับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๔ ไม่จำเป็นต้องใช้คำบาลี ยกเว้น พุทธศาสนสุภาษิตเท่านั้น

๒. การสอนพระพุทธศาสนาให้เกิดศรัทธาควบคู่กับการรู้คิดอย่างมีเหตุผล ครูผู้สอนควรเป็นตัวอย่างที่ดี มีพฤติกรรมการสอนที่เน้นทักษะกระบวนการและให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมไทยด้วยการเสริมสร้างศรัทธา เป็นกระบวนการสร้างความรู้สึกล้อมใสและเชื่อมั่นในคุณของพระรัตนตรัย ความเชื่อมั่นที่เกิดจากการเรียนพระพุทธศาสนามี ๓ องค์ประกอบคือ

- (๑) เชื่อมั่นว่าหลักพระพุทธศาสนา เป็นความจริง ความดีจริง และความงามที่แท้จริง
- (๒) เชื่อมั่นว่าการปฏิบัติตามหลักของพระพุทธศาสนาย่อมเกิดผลที่มีคุณค่าที่แท้จริงแก่ชีวิต
- (๓) เชื่อมั่นว่าการศึกษเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา เป็นการเรียนศาสตร์ที่มีเหตุผลสามารถใช้ปัญญาพิสูจน์ให้เห็นจริงได้

การเสริมสร้างศรัทธา เกิดขึ้นได้จากการที่ครูบำเพ็ญตนเป็นกัลยาณมิตรของศิษย์ สร้างแรงจูงใจใฝ่รู้แก่นักเรียน มีบุคลิกลักษณะและพฤติกรรมที่เหมาะสม และปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนของตนอยู่เสมอ

ศรัทธานั้นเกิดขึ้นควบคู่กับปัญญา การสอนพระพุทธศาสนาให้เกิดศรัทธาพร้อมกับการรู้คิดอย่างมีเหตุผล จึงมีหลักการและพฤติกรรมการสอนที่เน้นทักษะกระบวนการทางปัญญา และสอดคล้องกับวิถีวัฒนธรรมไทยด้วย

๓. กิจกรรมการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา ควรเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะดังนี้
 - ๓.๑ เป็นกิจกรรมที่พัฒนานักเรียนทั้งด้านกาย วาจา ใจ
 - ๓.๒ ให้นักเรียนได้แสดงออกและมีส่วนร่วม
 - ๓.๓ ให้โอกาสและเห็นความสำคัญของนักเรียนทุกคนในชั้นเรียน
 - ๓.๔ ฝึกฝนวิธีการแสวงหาความรู้และวิธีการแก้ปัญหา
 - ๓.๕ สร้างบรรยากาศที่รื่นรมย์สนุกสนาน โดยใช้นิทาน เพลง และเกม
 - ๓.๖ มีการจัดกิจกรรมอย่างหลากหลาย
๔. การจัดบรรยากาศของการเรียนการสอน ควรมีลักษณะดังนี้
 - ๔.๑ มีสภาพแวดล้อมที่สะอาด สงบ ปลอดภัย ใกล้เคียง ใกล้เคียง ใกล้เคียง
 - ๔.๒ วัสดุ ครุภัณฑ์ อุปกรณ์การเรียน สามารถเคลื่อนย้าย ปรับเปลี่ยนได้ ใช้ประโยชน์ได้คุ้มค่าและส่งเสริมการเรียนรู้
 - ๔.๓ มีความเมตตากรุณาและความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน และระหว่างเพื่อนนักเรียน
 - ๔.๔ กระบวนการเรียนการสอน มีความรู้แจ้ง เบิกบาน นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยนประสบการณ์
 - ๔.๕ นักเรียนได้เห็นและยอมรับความรู้ ความจริงในพุทธธรรมด้วยการเห็นตัวอย่าง ได้ฝึกคิดพิจารณา ฝึกปฏิบัติ และเห็นผลของการปฏิบัติด้วยตนเอง

ดังนั้น เพื่อให้ครูผู้สอนได้เห็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา จึงขอเสนอตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ซึ่งครูผู้สอนสามารถปรับเปลี่ยนแก้ไขได้ตามความเหมาะสม โดยยึดกรอบสาระสำคัญ ๔ ประการตามหลักสูตรพระพุทธศาสนา ดังนี้

กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

๑. ประวัติและความสำคัญของพระพุทธศาสนา
๒. พุทธประวัติ ประวัติพุทธสาวก พุทธสาวิกา และชาวพุทธตัวอย่าง
๔. พระสงฆ์และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมต่อพระสงฆ์
๖. หน้าที่ชาวพุทธ
๘. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย

๓. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
๕. พุทธศาสนสุภาษิต
๗. การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

๙. ศาสนพิธี

ตัวอย่างแผนการสอนทั้งกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยต่อไปนี้ได้จัดทำไว้ให้เป็นแนวทางที่ครูจะนำไปใช้หรือปรับปรุงตามความเหมาะสม

กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้น ป.๑-๖ รวม ๑๒ แผน

ป.๑ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา

๑. เรื่อง พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย (๖ คาบ)
๒. เรื่อง พุทธประวัติตอนประสูติ (๖ คาบ)
๓. เรื่อง การแต่งกายของพระสงฆ์และการปฏิบัติที่ต่างจากคฤหัสถ์ (๓ คาบ)

ป.๒ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา

๑. เรื่อง พระพุทธศาสนาเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย (๖ คาบ)
๒. เรื่อง พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าตอนวัยเยาว์ (๖ คาบ)

ป.๓ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

๑. เรื่อง พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญของวัฒนธรรมไทย (๙ คาบ)
๒. เรื่อง การเสด็จออกผนวช บำเพ็ญเพียรและตรัสรู้ (๖ คาบ)

ป.๔ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

๑. เรื่อง โปรดขมูล ๓ พี่น้อง (๓ คาบ)
๒. เรื่อง การบวชตามประเพณี การบวชเพื่อศึกษาธรรมะ (๓ คาบ)

ป.๕ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา

เรื่อง ประวัติสามเณรราहुล (๓ คาบ)

ป.๖ หน่วยที่ ๔ ชาดไทย หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา

๑. เรื่อง ประวัตินางวิสาขา มหาอุปาสิกา (๓ คาบ)
๒. เรื่อง การช่วยทนุบำรุงและพัฒนาวัด บทบาทของพุทธศาสนิกชนเพื่อประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา (๓ คาบ)

กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้น ป.๑-๖ รวม ๑๙ แผน

ป.๑ หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

เรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์) (๘ คาบ)

หน่วยที่ ๘ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

เรื่อง การฝึกสติหรือจิตภาวนาเบื้องต้น (๖ คาบ)

หน่วยที่ ๑๐ ศาสนพิธี

เรื่อง การไหว้พระสวดมนต์ (๙ คาบ)

- ป.๒ หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 เรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์) (๘ คาบ)
 หน่วยที่ ๘ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
 เรื่อง การฝึกสติหรือจิตภาวนาเบื้องต้น (๖ คาบ)
 หน่วยที่ ๑๐ ศาสนพิธี
 เรื่อง การกราบพระรัตนตรัยแบบเบญจางคประดิษฐ์ (๙ คาบ)
- ป.๓ หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 เรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์) (๘ คาบ)
 หัวข้อ ศาสนพิธี
 เรื่อง คำอาราธนาและสมათานศีล ๕ (๙ คาบ)
- ป.๔ หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 เรื่อง ไตรสิกขา (๙ คาบ)
 หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต
 เรื่อง ทพมานะ ปิโย โหติ
 ผู้ให้อภัยเป็นที่รัก (๓ คาบ)
 หัวข้อ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
 เรื่อง การฝึกยืนสมาธิ เดินจงกรม และนั่งสมาธิ (๖ คาบ)
 หัวข้อ ศาสนพิธี
 เรื่อง การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ (๖ คาบ)
- ป.๕ หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 เรื่อง ไตรสิกขา (๙ คาบ)
 หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต
 เรื่อง จิตตํ ทนฺตํ สุขาวหํ
 จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้ (๒ คาบ)
 หัวข้อ ศาสนพิธี
 เรื่อง พิธีถวายสังฆทาน (๖ คาบ)
- ป.๖ หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
 เรื่อง ไตรสิกขา (๙ คาบ)
 หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต
 เรื่อง อิณาทานํ ทุกฺขํ โลก
 การกู้หนี้เป็นทุกข์ในโลก (๒ คาบ)

หัวข้อ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

เรื่อง การฝึกสมาธิเพื่อเจริญปัญญา (๖ คาบ)

หัวข้อ ศาสนพิธี

เรื่อง การอาราธนาธรรมและอาราธนาพระปริตร



ตัวอย่างแผนการสอน
กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต



ตัวอย่างแผนการสอน
กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๔	ชาติไทย	
หน่วยย่อยที่ ๓	พระพุทธศาสนา	
แผนการสอนเรื่อง	พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย	(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

คนไทยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธมาช้านาน จึงถือว่าเป็นศาสนาประจำชาติไทย

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และบอกความสำคัญของการนับถือศาสนาได้ตามวัย
๒. รับรู้และบอกได้ว่าศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติไทย

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. อ่านบัตรคำ “ศาสนา” สนทนาซักถามอภิปรายต่อไปนี้
 - รู้จักหรือเคยได้ยินคำนี้หรือไม่
 - ที่บ้านของใครมีการใส่บาตรและมีพระพุทธรูปบูชาบ้าง แสดงว่านับถือศาสนาอะไร
 - ใครสอนให้เรานับถือศาสนา
๒. ช่วยกันบอกชื่อศาสนาที่รู้จัก แล้วอ่านบัตรคำ ชื่อศาสนาที่สำคัญ (ภาคผนวก) ครูอธิบาย ความหมายและความสำคัญของศาสนา แล้วอภิปรายร่วมกันเพื่อให้ได้คำตอบว่า “ทำไมเราต้องนับถือศาสนา”

แนวคำตอบ - เพราะศาสนาเป็นหลักยึดเหนี่ยวจิตใจให้ทำความดี ศาสนาพุทธสอนให้คนละเว้นความชั่ว ทำความดี ฝึกจิตใจให้ผ่องใส คนไทยจึงนับถือพระพุทธศาสนาเพราะเป็นศาสนาที่มีเหตุผลพิสูจน์ได้ ทำให้เกิดความสามัคคี

๓. สอบถามจำนวนผู้ที่นับถือศาสนาต่าง ๆ ในห้องเรียนว่า นับถือศาสนาใดบ้าง มีจำนวนกี่คน เขียนไว้บนกระดาน สนทนาซักถาม ต่อไปนี้
 - นักเรียนในห้องนับถือศาสนาใดมากที่สุด
 - คนไทยส่วนใหญ่นับถือศาสนาอะไร
 - ทำไมจึงกล่าวว่า ศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติไทย

๔. ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการนับถือศาสนาของคนไทยที่นับถือพระพุทธศาสนา มาช้านานแล้วและประเทศไทยไม่มีปัญหาเรื่องการนับถือศาสนา เพราะไม่มีการกีดกันหรือ ทะเลาะกันในเรื่องนับถือศาสนา เราถือว่า ทุกศาสนาสอนให้คนเป็นคนดี การที่ศาสนาพุทธเป็น ศาสนาประจำชาติ เพราะคนไทยนับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ และนับถือกันมาตั้งแต่สมัยโบราณแล้ว

๕. เล่นเกม “จับคู่รู้ความ” (ภาคผนวก)

๖. ช่วยกันสรุปความหมายและความสำคัญของพระพุทธศาสนา เขียนบนกระดาน อ่าน พร้อมกันแล้วจดบันทึกลงสมุด

สื่อและอุปกรณ์

- บัตรคำ เกม “จับคู่รู้ความ”

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจจากการร่วมปฏิบัติกิจกรรม
๒. สังเกตความเข้าใจ โดยพิจารณาจากการตอบคำถามและการอภิปราย



ภาคผนวก

๑. **บัตรคำชื่อศาสนา** ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม ศาสนาพราหมณ์

๒. **เล่นเกม**

ชื่อเกม “จับคู่รู้ความ”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้อ่านคำและข้อความที่กำหนด
๒. เพื่อทบทวนความเข้าใจและสรุปบทเรียน
๓. เพื่อให้เกิดความสามัคคีและสนุกสนาน

เวลาที่ใช้ ประมาณ ๕ – ๗ นาที

สถานที่ หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์ บัตรคำและบัตรข้อความดังนี้

บัตรคำ

ศาสนา

คนไทย

ประเทศไทย

พระพุทธศาสนา

บัตรข้อความ

ทำดี

มีศาสนา

เมตตาอารี

ศาสนาประจำชาติไทย

วิธีเล่น

๑. ให้ทุกคนอ่านบัตรทั้งสองอย่างตามครู ๑ ครั้ง และอ่านเองอีก ๑ ครั้ง
๒. แจกบัตรคำ ๔ บัตร ให้ตัวแทน ๔ คน แล้วให้ไปยืนรอที่ด้านหลังห้องและแจกบัตรข้อความ ๔ บัตร ให้ตัวแทน ๔ คน แล้วยืนรอที่หน้าห้อง
๓. ให้ตัวแทนทุกคนอ่านบัตรของตน แล้วชูขึ้นให้ฝ่ายตรงข้ามอ่านด้วย เมื่อครูให้สัญญาณฝ่ายที่ถือบัตรคำอยู่ด้านหลังห้องรีบเดินมาจับคู่กับฝ่ายที่ถือบัตรข้อความที่หน้าห้องเรียน

๔. เมื่อจับคู่ครบแล้ว ให้แต่ละคู่ชูบัตรของตนให้เพื่อนที่เหลืออยู่อ่านข้อความ แล้วช่วยกันประเมินผลว่าถูกต้องหรือไม่

๕. ให้เล่นเกมนี้อีก ๒ - ๓ ครั้ง โดยเปลี่ยนตัวแทน แล้วติดบัตรคำและบัตรข้อความคู่กันไว้ที่ป้ายนิเทศ



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง พุทธประวัติตอนประสูติ

(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

พุทธประวัติเป็นเรื่องราวที่ควรรู้เกี่ยวกับความเป็นมาของพระศาสดาแห่งศาสนาพุทธ

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และบอกเรื่องราวของพระพุทธเจ้าได้ตามวัย
๒. เล่าเรื่องจากภาพพระพุทธเจ้าตอนประสูติได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ดูภาพพระพุทธเจ้าตอนประสูติ สนทนา ชักถามเกี่ยวกับภาพว่า เป็นเรื่องของใคร เคยเห็นและรู้จักหรือไม่
๒. อ่านบัตรคำ “พระพุทธเจ้า” แล้วสนทนาชักถามอภิปราย เช่น
 - พระพุทธเจ้าคือใคร
 - เรื่องราวของพระพุทธเจ้าเรียกว่าอย่างไร
 - ทำไมเราต้องเรียนรู้เรื่องราวของพระพุทธเจ้า
๓. ครูเล่าเรื่อง พุทธประวัติตอนประสูติ โดยมีหนังสือพุทธประวัติที่มีภาพประกอบ หรือใช้ภาพตอนประสูติประกอบการเล่า โดยคำนึงถึงวัยของนักเรียนที่จะรับได้
๔. สนทนา ชักถาม จากการฟังเรื่องที่ครูเล่าและดูจากภาพ เช่น
 - พระพุทธเจ้าเดิมชื่ออะไร
 - พระบิดาพระมารดาของพระพุทธเจ้ามีฐานะเป็นอย่างไร
 - บริเวณที่ประสูติ สังเกตว่าควรจะเป็นที่ใด
 - ลักษณะจากภาพที่เห็นตอนประสูติ มีสิ่งใดที่แปลกไปจากธรรมดาบ้าง
 - พระพุทธเจ้าประสูติที่ประเทศอะไร
 - วันที่พระพุทธเจ้าประสูติ ตรงกับวันขึ้นกี่ค่ำ เดือนอะไร
๕. ให้นักเรียนที่อาสาสมัคร ออกมาเล่าเรื่อง พุทธประวัติตอนประสูติ โดยมีครูคอยช่วยเหลือ

แล้วอ่านข้อสรุปพร้อมกันจากแผนภูมิ (ภาคผนวก) ซึ่งติดไว้ที่ป้ายนิเทศใกล้กับภาพพระพุทธรเจ้า
ตอนประสูติ

๖. อ่านบัตรคำ (ภาคผนวก) แล้วสนทนา ชักถามว่าเกี่ยวข้องหรือมีความสัมพันธ์กับ
พระพุทธรเจ้าอย่างไร

๗. ให้คัดบัตรคำทั้งหมดลงในสมุด

สื่อและอุปกรณ์

๑. ภาพพุทธประวัติตอนประสูติ
๒. หนังสือพุทธประวัติ
๓. บัตรคำ
๔. แผนภูมิ

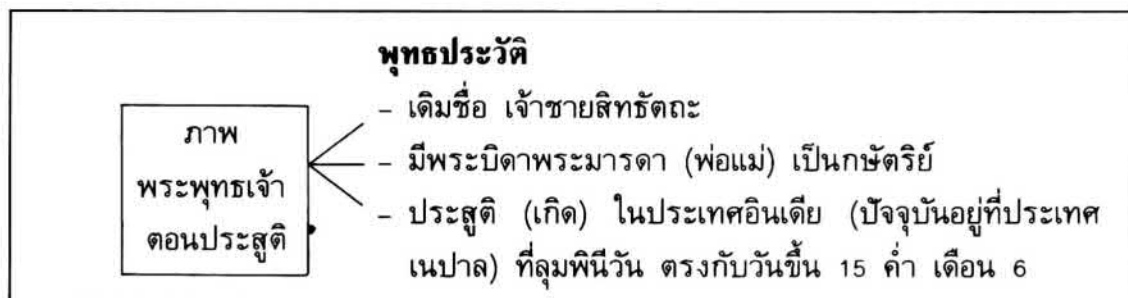
การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจจากการร่วมกิจกรรม
๒. สังเกตและพิจารณาความเข้าใจจากการตอบคำถามและอภิปราย



ภาคผนวก

๑. แผนภูมิ



๒. **บัตรคำ** พระพุทธรเจ้า พุทธประวัติ เจ้าชายสิทธัตถะ ประสูติ ลุมพินีวัน ประเทศอินเดีย (ปัจจุบันอยู่ที่ประเทศเนปาล)



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๔	ชาติไทย
หน่วยย่อยที่ ๓	พระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง	การแต่งกายของพระสงฆ์และการปฏิบัติที่ต่างจากคฤหัสถ์
(เวลา ๓ คาบ)	

สรุปสาระสำคัญ

พระสงฆ์เป็นนักบวชผู้สืบทอดพระพุทธศาสนา แต่งกายและมีข้อปฏิบัติต่างจากผู้ไม่บวช

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และบอกลักษณะโดยทั่วไปของพระสงฆ์
๒. รับรู้และบอกข้อปฏิบัติของพระสงฆ์ที่ต่างจากคฤหัสถ์

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. เล่นเกม “๒๐ คำถาม” (ภาคผนวก) โดยมีบัตรคำที่จะต้องเฉลยว่า “พระสงฆ์” ปิดไว้ก่อน

๒. ดูภาพพระสงฆ์และภาพเครื่องอัฐบริวาร ให้สังเกตลักษณะต่าง ๆ สนทนา ชักถาม อภิปรายดังต่อไปนี้

- พระสงฆ์คือใคร ท่านอยู่ที่ไหน
- เคยเห็นพระสงฆ์ทำอะไรบ้าง
- ลักษณะของพระสงฆ์มีอย่างไร
- ชื่อของใช้ต่าง ๆ ของพระสงฆ์ที่จำเป็นมีอะไรบ้าง ใช้เพื่ออะไร

๓. ช่วยกันสรุปลักษณะโดยทั่วไปของพระสงฆ์ พร้อมทั้งฝึกอ่านชื่อของใช้ต่าง ๆ ของพระสงฆ์ตามภาพ

๔. แบ่งกลุ่มละ ๓ - ๔ คน ให้ช่วยกันคิดและบอกลักษณะกิริยาท่าทางของพระสงฆ์ที่นักเรียนเคยเห็น เมื่อนักเรียนไปตักบาตรหรือไปวัดแล้วส่งตัวแทนออกมาเล่าที่หน้าชั้น ครูเขียนรวบรวมไว้ที่กระดาน อ่านพร้อมกัน

๕. ให้อ่านข้อสรุปจากแผนภูมิ (ภาคผนวก) พร้อมกัน แล้วให้จดบันทึกลงสมุด พร้อมทั้งวาดภาพพระสงฆ์และระบายสีด้วย

สื่อและอุปกรณ์

๑. เกม “๒๐ คำถาม”
๒. ภาพพระสงฆ์และภาพเครื่องอัฐบริวาร
๓. แผนภูมิ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจจากการร่วมปฏิบัติจริง
๒. พิจารณาการรับรู้จากการตอบคำถามและอภิปราย
๓. สังเกตการทำงานกลุ่มและตรวจผลงาน



ภาคผนวก

๑. เล่นเกม

ชื่อเกม	“๒๐ คำถาม”
วัตถุประสงค์	๑. เพื่อให้นำเข้าสู่บทเรียน ๒. เพื่อฝึกการตั้งคำถาม ๓. เพื่อให้เกิดความสนใจและสนุกสนาน
เวลาที่ไป	ประมาณ ๕ - ๗ นาที
สถานที่	ห้องเรียน
อุปกรณ์	บัตรคำที่จะทาย “พระสงฆ์” ต้องปิดไว้ก่อน
วิธีเล่น	๑. ครูปิดบัตรคำที่จะทายไว้ แล้วบอกใบ้คำตอบแรกว่าเป็นชื่อของอะไร (คน พืช สัตว์ สิ่งของ สถานที่) ๒. ให้นักเรียนตั้งคำถามที่จะทายเกี่ยวกับคำนี้ โดยให้มีคำว่า “ใช่ไหม” ครูดตอบเพียงว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” เท่านั้น ๓. การตั้งคำถามของนักเรียน ต้องไม่เกิน ๒๐ คำถาม แล้วให้ทายว่าเป็นสิ่งใด หากสามารถทายได้ถูกต้อง ก่อนถึงคำถามที่ ๒๐ เป็นฝ่ายชนะ ครูให้คำชมเชย ถ้าทายไม่ถูกและคำถามเกิน ๒๐ ข้อ ก็เป็นฝ่ายแพ้ ครูเปิดคำตอบให้ดู ๔. ครูควรแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อยประมาณกลุ่มละ ๕ - ๗ คน ช่วยกันคิดตั้งคำถามให้ตัวแทนกลุ่มยกมือ แล้วบอกคำถามเรียงไปที่ละกลุ่ม เพื่อให้ทุกกลุ่มฟังและจดจำคำถาม-คำตอบ ไปพร้อมกันจะได้ช่วยกันคิดตั้งคำถามที่แยบคายจนกว่าจะทายได้

๒. แผนภูมิ

ลักษณะและข้อปฏิบัติของพระสงฆ์

๑. อยู่ที่วัด ทำพิธีทางศาสนาพุทธ
๒. โกลิขิดหรือตัดต้องผู้หญิงไม่ได้
๓. นุ่งห่มด้วยผ้า ๓ ผืน คือ สบง จีวร สังฆาฏิ
๔. พระสงฆ์ฉันอาหาร (กินอาหาร) เฉพาะมือเช้าและมือกลางวันก่อนเที่ยง (เพล)
๕. พระสงฆ์กราบไหว้พระพุทธรูปและพระสงฆ์ด้วยกันเท่านั้น

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยที่ ๔	ชาติไทย	
หน่วยย่อยที่ ๓	พระพุทธศาสนา	
แผนการสอนเรื่อง	พระพุทธศาสนาเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย	(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

พระพุทธศาสนาเป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย ในเรื่องการเคารพกราบไหว้พระรัตนตรัย ความมีน้ำใจ และศิลปวัฒนธรรมประเพณีที่สืบต่อกันมา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. ปฏิบัติตนในการกราบไหว้พระรัตนตรัยได้ถูกต้อง
๒. รับรู้และบอกถึงลักษณะความมีน้ำใจดีของคนไทยที่ได้รับมาจากคำสอนในพระพุทธศาสนา
๓. รับรู้และบอกถึงศิลปวัฒนธรรมที่เป็นโบราณสถาน โบราณวัตถุ ตลอดจนประเพณีอันสืบเนื่องมาจากพระพุทธศาสนา

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ตั้งปัญหาถามว่า คนไทยส่วนใหญ่นับถือศาสนาอะไร แล้วสำรวจการนับถือศาสนาของนักเรียนในห้องว่า มีศาสนาอะไรบ้าง จำนวนกี่คน ช่วยกันอภิปรายและหาเหตุผลเกี่ยวกับคำถามที่ว่า “ทำไมพระพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาประจำชาติไทย”

๒. แบ่งกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มฝึกการกราบไหว้พระรัตนตรัย แล้วส่งตัวแทนออกมาแสดงท่าทางการกราบไหว้ที่ถูกต้อง ช่วยกันประเมินผล และมีการแก้ไขปรับปรุงท่าทางการกราบไหว้ให้เหมาะสม และถูกต้อง แล้วสนทนา ชักถาม ดังนี้

- การแสดงความเคารพของคนไทยมีอะไรบ้าง
- การเคารพของไทยเหมือนกันหรือแตกต่างจากชาติอื่น
- ลักษณะการกราบไหว้พระรัตนตรัย ควรทำอย่างไร
- การกราบไหว้เป็นสิ่งที่เราได้มาจากพระพุทธศาสนาใช่หรือไม่

๓. เล่าเรื่องสั้นหรือเรื่องจริงที่เกี่ยวกับความมีน้ำใจดี ให้บอกความรู้สึกเมื่อเป็นผู้แสดงความมีน้ำใจต่อผู้อื่น และความรู้สึกเมื่อได้รับน้ำใจที่ดีจากผู้อื่น

๔. ช่วยกันบอกลักษณะที่แสดงถึงความมีน้ำใจ ว่ามีอะไรบ้าง ยกตัวอย่างประกอบ

ครูอธิบายเพิ่มเติมถึงความมีน้ำใจเป็นลักษณะเด่นของคนไทย ซึ่งชาวต่างชาติมักกล่าวถึงและนิยมชมชอบเป็นโมติเรจิตอย่างสากลที่คนไทยสามารถปรับตัวได้อย่างดีกับคนต่างชาติหรือต่างศาสนากัน ทั้งนี้เพราะคำสอนในพระพุทธศาสนา ที่ได้ปลูกฝังจิตใจคนไทย ไม่ยึดติดถือมั่นในสิ่งต่าง ๆ จนเกินไปตามหลักอนิจจัง

๕. สนทนา ชักถามว่า นักเรียนเคยทำอะไรที่แสดงถึงความมีน้ำใจต่อผู้อื่นบ้าง แล้วให้ทุกคนเขียนเรื่องตามหัวข้อว่า “ความมีน้ำใจของฉัน” นำผลงานที่ดีเด่นอ่านเป็นตัวอย่างและติดที่ป้ายนิเทศ

๖. อ่านบัตรคำว่า เอกลักษณ์ของชาติ สนทนา ชักถาม อภิปรายถึงความหมายและตัวอย่างที่แสดงถึงความเป็นเอกลักษณ์ของชาติ

๗. ดูภาพโบราณสถานหรือโบราณวัตถุของไทย เช่น วัดหรือพระพุทธรูป และภาพประเพณีต่าง ๆ ของไทย เช่น ภาพพิธีบรรพชา อุปสมบท ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า ทำบุญ สนทนา ชักถาม และอภิปรายเกี่ยวกับ

- ชื่อและความสำคัญของภาพนั้น
- รู้จักหรือเคยร่วมในประเพณีนั้นหรือไม่
- ภาพเหล่านั้นเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาอย่างไร

๘. ร้องเพลง “รักษา-สืบทอดประเพณี” (ภาคภวนก) หรืออ่านเป็นคำคล้องจอง สนทนา ชักถามเกี่ยวกับเนื้อเพลงว่า เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาอย่างไร

๙. ช่วยกันสรุปลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์ของชาติทั้งด้านรูปธรรม คือ วัด พระพุทธรูป และด้านนามธรรม คือ การกราบไหว้ ความมีน้ำใจ อันเกิดมาจากพระพุทธศาสนาทั้งนั้น เขียนข้อสรุปบนกระดานหรือเป็นแผนภูมิ อ่านและจดบันทึก

สื่อและอุปกรณ์

๑. เรื่องสั้นที่มีคติ
๒. บัตรคำ
๓. ภาพโบราณสถานหรือโบราณวัตถุ
๔. ภาพประเพณีไทย
๕. เพลง

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม
๒. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและการอภิปราย
๓. ดูจากการปฏิบัติจริงในการแสดงกิริยามารยาท
๔. ตรวจจากผลงานการเขียนเรื่อง

ภาคผนวก

เพลง รักษา-สืบทอดประเพณี

เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล

ถิ่นใดไม่รักประเพณี
เมืองใดไร้ความเมตตา
บ้านใดสืบทอดธรรม
ลูกหลานเข้มแข็งชูชนม์
ธรรมเนียมประเพณีมีแล้ว
เลื่องชื่อลือชาติพัฒนา
ผ้าป่า กฐิน สงกรานต์
โกนจุก บวชนาค ของไทย

ถิ่นนั้นไม่มีคุณค่า
เมืองนั้นไม่ซำร้างคน
บ้านนั้นสุขล้ำเลิศผล
ผู้เฒ่ายังดั้นด้นมา
ดั่งแก้วก่องโรจน์เวหา
รักษาไว้เกิดลูกไทย
แต่งงานไหว้ครูผู้ใหญ่
สืบทอดเทิด ไว้ไทยเจริญ



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย
หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าตอนวัยเยาว์ (เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

พระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าตอนวัยเยาว์ เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เยาวชน ที่พึงนำมาปฏิบัติต่อตนเอง ในด้านความเมตตากรุณา ความขยันหมั่นเพียร และความสุภาพอ่อนโยน

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และบอกลักษณะพระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าตอนวัยเยาว์ได้
๒. บอกแนวพระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้าที่สามารถนำมาเป็นแบบอย่างใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. แข่งขันทายปัญหา โดยแบ่งกลุ่ม ๓-๔ กลุ่ม ให้ตัวแทนเขียนตอบในกระดาษ ครูอ่านปัญหาจากบัตรคำถาม (ภาคผนวก) เมื่อเฉลยแต่ละข้อ เขียนคะแนนของแต่ละกลุ่มบนกระดาน มีการเปลี่ยนตัวผู้ออกมาเขียนตอบ ซึ่งเขียนตอบคนละหนึ่งข้อเท่านั้น ชมเชยกลุ่มที่ตอบได้คะแนนมากที่สุด
๒. ทบทวน ชักถาม เกี่ยวกับพุทธประวัติตอนประสูติ แล้วตั้งปัญหาว่า เมื่อพระพุทธเจ้ายังทรงเป็นเจ้าชายสิทธัตถะเป็นเด็ก พระองค์ทรงทำอะไรบ้าง ให้ลองคิดและตอบ เขียนคำตอบทั้งหมดไว้บนกระดานดำ
๓. ครูอธิบายเพิ่มเติมถึงความหมายของคำว่า “พระจริยาวัตร” และเล่าเรื่องตอนวัยเยาว์ของพระพุทธเจ้า จากหนังสือพุทธประวัติตอนต้นบางตอน (ภาคผนวก) สนทนา ชักถาม เกี่ยวกับพระจริยาวัตร เช่น
 - ความเมตตากรุณา
 - ความขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน
 - การเชื่อฟัง รับคำอบรมสั่งสอนของครูอาจารย์
 - การมีกิริยาวาจาสุภาพอ่อนโยน

๔. สนทนา ชักถาม อภิปรายเกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามแนวพระจริยาวัตรของพระพุทธเจ้า เช่น

- พระจริยาวัตรที่กล่าวถึง เราสามารถทำได้หรือไม่ และทำได้อย่างไรบ้าง ยกตัวอย่างที่เคยปฏิบัติจริง
- การปฏิบัติตามแนวพระจริยาวัตรนี้ ให้ผลอย่างไรแก่ผู้ปฏิบัติ
- คนที่เรียนไม่เก่ง แต่ขยันหมั่นเพียร เรียกว่าเป็นคนอย่างไร และให้ผลดีแก่ตัวเองในเรื่องใด

๕. ให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมุติจากพุทธประวัติตอนวัยเยาว์ แล้วอภิปรายร่วมกัน และช่วยกันสรุปข้อพระจริยาวัตรตอนวัยเยาว์ของพระพุทธเจ้า เขียนบนกระดานดำ อ่านพร้อมกัน แล้วจดบันทึกลงสมุด

สื่อและอุปกรณ์

๑. บัตรคำถาม
๒. หนังสือพุทธประวัติ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมปฏิบัติกิจกรรมที่แสดงถึงความสนใจ
๒. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและอภิปราย

ภาคผนวก

๑. บัณฑิตคำถาม

๑. ผู้ตั้งศาสนาพุทธคือใคร (พระพุทธเจ้า)
๒. ศาสนาใดเป็นศาสนาประจำชาติไทย (ศาสนาพุทธ)
๓. เดิมพระพุทธเจ้าทรงพระนามว่าอย่างไร (เจ้าชายสิทธัตถะ)
๔. เมื่อตอนเป็นเด็ก พระพุทธเจ้าศึกษาเล่าเรียนหรือไม่ (เรียน)
๕. ศาสนาพุทธเกิดขึ้นที่ประเทศใด (ประเทศอินเดีย)
๖. พระพุทธเจ้าประสูติที่ใด (ลุมพินีวัน)
๗. พระพุทธเจ้าประสูติในวันขึ้นกี่ค่ำ เดือนอะไร (ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖)

๒. พุทธประวัติเมื่อวัยเยาว์ ตอนแย่งหงส์

เจ้าชายสิทธัตถะเป็นโอรสกษัตริย์ ต้องเล่าเรียนวิชาต่าง ๆ มากมาย โดยเฉพาะต้องฝึกการต่อสู้ ใช้อาวุธทุกประเภทได้อย่างถูกต้องคล่องแคล่วและแม่นยำ เช่น การฟันดาบ ยิงธนู นอกจากนี้ยังต้องมีการประลองฝีมือแข่งขันกับเจ้าชายที่เป็นพระญาติกันอีกด้วย

ในครั้งหนึ่ง เจ้าชายทั้งหลายได้ประลองฝีมือการยิงธนู ในจำนวนนั้นมีเจ้าชายองค์หนึ่งชื่อ เจ้าชายเทวทัตได้ยิงธนูไปถูกหงส์ ขณะที่บินอยู่บนท้องฟ้าตกลงมา เจ้าชายสิทธัตถะทรงไปพบหงส์ตัวนั้นถูกลูกธนูได้รับบาดเจ็บ จึงนำไปรักษาจนหาย เจ้าชายเทวทัตทราบเรื่อง จะแย่งเอาหงส์ตัวนั้นมาเป็นกรรมสิทธิ์ให้ได้ แต่เจ้าชายสิทธัตถะไม่ทรงยินยอม จึงพากันไปหาอาจารย์ให้ช่วยตัดสินให้ หลังจากที่อาจารย์ทราบเรื่องราวทั้งหมด จึงกล่าวว่า “ผู้ใดให้ชีวิต ผู้นั้นมีสิทธิ์ได้ตัวหงส์ไป” เจ้าชายสิทธัตถะจึงได้หงส์เป็นกรรมสิทธิ์และรักษาพยาบาลจนมันหายเป็นปกติ ก็ทรงปล่อยหงส์ตัวนั้นให้เป็นอิสระ นี่เป็นเรื่องที่แสดงให้เห็นว่า ทรงมีความเมตตากรุณามาตั้งแต่เยาว์วัย

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญของวัฒนธรรมไทย (เวลา ๕ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

วิถีชีวิตของคนไทยผูกพันอยู่อย่างแนบแน่นกับพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความเป็นมาของพระพุทธศาสนาที่เข้ามาสู่ประเทศไทยได้
๒. บอกความสำคัญของพระพุทธศาสนาที่มีต่อความเป็นอยู่ของชีวิตคนไทยได้
๓. บอกได้ว่าวัฒนธรรมไทย มีรากฐานมาจากพระพุทธศาสนา
๔. ปฏิบัติกิจกรรมที่เป็นวัฒนธรรมทางพระพุทธศาสนาได้เหมาะสมกับวัย

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. สันทนเกี่ยวกับถิ่นกำเนิดของพระพุทธศาสนาว่าเกิดขึ้นในประเทศอินเดีย พระพุทธเจ้าประสูติที่เนปาล (ปัจจุบัน) แต่ตั้งพระพุทธศาสนาที่อินเดีย แล้วมาสู่ประเทศไทยโดยพระสงฆ์จากลังกานำมาเผยแผ่ในสมัยพ่อขุนรามคำแหงมหาราชเป็นครั้งแรกที่จังหวัดนครศรีธรรมราช จนถึงกรุงสุโขทัย หลักฐานสำคัญคือ พระปฐมเจดีย์ และพระบรมธาตุนครศรีธรรมราช
๒. ชักถามถึงความสัมพันธ์ของชีวิตคนไทยกับพระพุทธศาสนาว่ามีในด้านใดบ้าง เช่น
- การเกิด
 - การทำบุญขึ้นบ้านใหม่
 - การบวช
 - การทำบุญวันเกิด
 - การแต่งงาน
 - การทำบุญตักบาตรวันสำคัญ
 - การตาย

สรุปว่าคนไทยมีพระพุทธศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยทุกช่วงแห่งชีวิต และได้มีการปฏิบัติสืบต่อกันมาช้านาน เป็นลักษณะที่แสดงถึงวิถีชีวิตไทย

๓. ดูภาพสิ่งก่อสร้างทางพระพุทธศาสนาเปรียบเทียบกับภาพวัดของศาสนาต่าง ๆ เช่น ภาพวัด เจดีย์ มณฑปพระพุทธรูป ฯลฯ สุเหร่า (อิสลาม) โบสถ์ (คริสต์) เทวสถาน (โบสถ์พราหมณ์) อภิปรายถึงความแตกต่าง ความงดงามและแบบอย่างของไทย

๔. แบ่งนักเรียนเป็น ๕ กลุ่ม แสดงบทบาทสมมุติเกี่ยวกับมารยาทไทยตามเรื่องที่จับฉลาก บัตรงานได้ คือ

- การไหว้พระ
- การกราบพระแบบเบญจางคประดิษฐ์
- การดักบาตร
- การสนทนากับพระสงฆ์
- การประเคนของพระ

เมื่อแต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมุติแล้ว ร่วมกันอภิปรายสรุปลักษณะมารยาทที่แสดงออกถึงความเคารพต่อพระสงฆ์ และความนุ่มนวล อ่อนโยนของคนไทยที่ไม่มีชาติใดเหมือน

๕. ช่วยกันสรุปว่า วัฒนธรรมไทยด้านต่าง ๆ ทั้งการก่อสร้างและมารยาท ส่วนใหญ่ สืบเนื่องมาจากพระพุทธศาสนาที่มาเกี่ยวข้องกับชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย ปฏิบัติกันมาช้านาน แสดงถึงความเป็นไทย เอกลักษณะประจำชาติแล้วจดบันทึก

๖. ร่วมร้องเพลง “คำสุภาพ” (ภาคผนวก) พร้อมแสดงท่าการไหว้ประกอบเพลงตรงคำว่า “สวัสดี” “ขอโทษ” “ขอบคุณ”

๗. เน้นการนำมารยาทและการปฏิบัติต่อพระสงฆ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันให้ถูกต้องเหมาะสม แก้ววัยและโอกาส

สื่อและอุปกรณ์

๑. ภาพสิ่งก่อสร้างทางพระพุทธศาสนา และวัดของศาสนาต่าง ๆ เช่น วัด เจดีย์ มณฑป พระพุทธรูป พระปฐมเจดีย์ พระบรมธาตุนครศรีธรรมราช สุเหร่า (อิสลาม) โบสถ์ (คริสต์) เทวสถาน (โบสถ์พราหมณ์) (ถ้ามี)

๒. ภาพความเป็นอยู่ของคนไทยที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา เช่น ภาพทำบุญเลี้ยงพระ ดักบาตร บวช สวดพระอภิธรรม

๓. บัตรงานบทบาทสมมุติ

๔. แผ่นภูมิเพลง “คำสุภาพ”

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมอภิปราย ความตั้งใจในการแสดงบทบาทสมมุติและท่าทางประกอบเพลง
๒. ประเมินผลภาคความรู้ โดยให้นักเรียนแบ่งกลุ่มช่วยกันคิดคำถามและคำตอบ
๓. ประเมินผลการศึกษาด้วยการสังเกตความศรัทธาของนักเรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาตามโอกาสทั้งที่โรงเรียนและหรือที่บ้าน

ภาคผนวก

๑. บัตรงานบทธาตสมมุติ

- การไหว้พระ
- การกราบพระแบบเบญจางคประดิษฐ์
- การประเคนของพระ
- การสนทนากับพระสงฆ์
- การตักบาตร

ตัวอย่างบัตรงาน “การตักบาตร”

ผู้แสดง ประมาณ ๘ คน เป็น พระสงฆ์ ๓ คน

ลูกศิษย์พระ ๑ คน คนรอใส่บาตร ๒ แห่งๆ ละ ๒ คน

บทธาตสมมุติ สมมุติเป็นเวลาเช้า พระสงฆ์พร้อมด้วยลูกศิษย์พระ เดินไปบิณฑบาตร
มีคนคอยใส่บาตรอยู่

ให้นักเรียนแสดงบทธาตสมมุติการตักบาตร

๒. แผนภูมิเพลง

เพลง คำสุภาพ

เนื้อร้อง คณะวิทยากร ภาควิชาประถมศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ทำนอง ลอนดอนบริจ

คำสุภาพมีอยู่มากมาย
เราทักทายกันเป็นประจำ
สวัสดีครับ
เราขอโทษเมื่อทำผิดไป
ขอโทษครับ
เราขอบคุณเมื่อใครกรุณา
ขอบคุณครับ

มีมากมายมีหลายคำ
ด้วยคำ “สวัสดี”
สวัสดีค่ะ
โปรดอภัยให้สักครา
ขอโทษค่ะ
ช่วยเหลือเกื้อกูล
ขอบคุณค่ะ

เพลงกราบเบญจางคประดิษฐ์

เนื้อร้องและทำนอง พระครูอุดมธรรมวาที

อัญชลี แปลว่าประนมมือ

สองอย่างต้องทำโดยตั้งใจ

ท่าที่หนึ่ง ประนมมือระหว่างอก

ท่าที่สาม กราบลงทั้งกายา

วันทาหรือคือการไหว้

อภิวาทันไชร์ คือ ก้มกราบวันทนา

ท่าที่สอง ยกมือขึ้นวันทา

กิจกรรมนี้หนา หุ่นจงจำไปทำเอย



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง การเสด็จออกผนวช บำเพ็ญเพียรและตรัสรู้ (เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

พระพุทธเจ้าทรงสละความสุขส่วนพระองค์เสด็จออกผนวช แล้วทรงใช้ความเพียรพยายามทุกวิถีทาง จนตรัสรู้ พบทางพ้นทุกข์แล้วสอนให้ผู้อื่นรู้ตาม

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เล่าพุทธประวัติ ตอนเสด็จออกผนวช บำเพ็ญเพียรจนตรัสรู้ได้
๒. บอกคุณลักษณะที่ทำให้พระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้
๓. บอกชื่อธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้
๔. ปฏิบัติตนตามคุณธรรมเกี่ยวกับความเพียรได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. อ่านพุทธประวัติตอนออกผนวช แล้วให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายสรุปตามหัวข้อต่อไปนี้
 - หลังจากเจ้าชายสิทธัตถะทรงผนวชแล้ว พระองค์ทรงศึกษาธรรมะอย่างไร ใครเป็นอาจารย์ของพระองค์บ้าง
 - วิธีการใดบ้างที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติก่อนตรัสรู้
 - ยกตัวอย่างจากพุทธประวัติที่แสดงให้เห็นถึงความเพียรพยายามของพระองค์เพื่อการตรัสรู้
๒. อ่านบัตรคำยาก พร้อมคำอธิบายความหมาย (ภาคผนวก) แล้วครูยกตัวอย่างหัวข้อให้นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ โดยใช้วิธีของ “อริยสัจ ๔” คือ ๑. กำหนดรู้ปัญหา ๒. หาสาเหตุ ๓. เป้าหมายในการแก้ปัญหา และ ๔. วิธีแก้ปัญหาให้บรรลุเป้าหมาย เช่นวิธีปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์เหล่านี้ :
 - ทุกข์จากการถูกทำโทษ
 - ทุกข์จากความเจ็บป่วย
 - ทุกข์จากการสอบตก

๓. ให้นักเรียนอ่าน นิทานเรื่องหนูพูน (ภาคผนวก) แล้ววิเคราะห์ว่า ความเพียรมีคุณค่าอย่างไร นักเรียนเคยนำคุณธรรมเกี่ยวกับความเพียรไปประพฤติปฏิบัติบ้างหรือไม่ อย่างไร

สื่อและอุปกรณ์

๑. หนังสือพุทธประวัติสำหรับเยาวชนของมูลนิธิวัดบวรฯ
๒. หนังสืออนุพุทธประวัติของมหามกุฏราชวิทยาลัย
๓. หนังสือพุทธาณพุทธประวัติของมหามกุฏราชวิทยาลัย
๔. บัตรคำ

ผนวช

ทุกรกิริยา

อริยสัจ ๔

ทุกข์

สมุทัย

นิโรธ

มรรค

๕. นิทาน เรื่อง หนูพูน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมกิจกรรม
๒. ประเมินผลภาคความรู้ด้วยข้อทดสอบ
๓. ประเมินผลการปฏิบัติตนทั้งด้านการเรียนและงานที่มอบหมายพิเศษ

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา มาฆบูชา อาสาฬหบูชา

ภาคผนวก

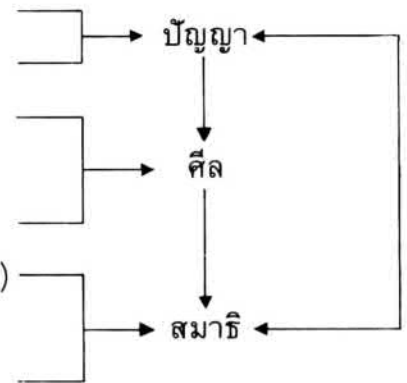
๑. อธิบายคำยาก

อริยสัจ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค
 ทุกข์ คือ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ
 สมุทัย คือ สาเหตุที่เกิดทุกข์
 นิโรธ คือ ความดับทุกข์
 มรรค คือ วิธีดับทุกข์ ๘ ประการ ดังนี้

อริยมรรค

๑. สัมมาทิฐิ (ความเห็นถูกต้อง)
๒. สัมมาสังกัปปะ (ดำริถูกต้อง)
๓. สัมมาวาจา (พูดถูกต้อง)
๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำถูกต้อง)
๕. สัมมาอาชีวะ (ดำรงชีพถูกต้อง)
๖. สัมมาวายามะ (พากเพียรถูกต้อง)
๗. สัมมาสติ (ระลึกถูกต้อง)
๘. สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตถูกต้อง)

ไตรสิกขา



ผนวช บวช ใช้กับกษัตริย์

ทุกรกิริยา คือ การทรมานร่างกายด้วยวิธีต่าง ๆ ตามอย่างโยคีโบราณในอินเดีย เช่น การนอนบนตะปู กำมือจนเล็บยาวทะลุหลังมือ ยืนขาเดียว กลั้นลมหายใจ อดอาหาร ฯลฯ

๒. แบบทดสอบ (พุทธประวัติตอนตรัสรู้)

จงกากบาททับตัวอักษร ก, ข, ค, หรือ ง หน้าข้อที่ถูกที่สุด

๑. เจ้าชายสิทธัตถะเสด็จออกผนวชเมื่อพระชนมายุเท่าไร

- | | |
|-------------|-------------|
| ก. ๑๘ พรรษา | ข. ๒๐ พรรษา |
| ค. ๒๑ พรรษา | ง. ๒๔ พรรษา |

๒. พระพุทธเจ้าใช้เวลาศึกษาค้นคว้านานเท่าไรจึงตรัสรู้

- | | |
|---------|---------|
| ก. ๕ ปี | ข. ๖ ปี |
| ค. ๗ ปี | ง. ๘ ปี |

- [illegible]

คำเฉลย

၁ ၂ ၃ ၄ ၅
 ၁. ၂. ၃. ၄. ၅.

๓. นิทาน

เรื่อง หุ่นพน

หนูพูนเป็นบุตรแม่พั้น หนูพูนเรียนหนังสืออยู่ในชั้นมูล, แต่หนูพูนสอบไล่ตกถึงสองหนแล้ว หนูพูนจึงนึกว่า เรายี่ก็เป็นคนหมั้น เหตุไฉนจึงสอบไล่ตก หนูพูนนึกเบื่อหน่ายในการเรียนจึงไปหาแม่พุดว่า แม่จำแม่ จันประหลาดใจนัก นี่จันมิต้องเรียนหนังสือในชั้นมูลจนพ้นหักหรือ แม่พั้นถามว่า มันเป็นอย่างไรรเล่าลูก เจ้าจึงพูดเช่นนั้น หนูพูนตอบว่า เพราะจันสอบไล่ตกสองหนแล้ว จันต้องเรียนซ้ำอยู่ที่เดียวนั่นเอง จันไม่เรียนละแม่ ออกเที่ยววิ่งเล่นเสียดีกว่า แม่พุดว่า ลูกเอ๋ย, ทำไมเจ้าจึงพูดเช่นนั้นเล่า แม่จะว่าให้เจ้าฟัง บรรดาทรัพย์สมบัติหรือสิ่งอันนะลูก มันไม่ประเสริฐเท่าวิชาเลย วิชานั้นมันอยู่กับลมหายใจถ้าขาดลมหายใจเวลาใดวิชาจึงจะสูญไปด้วย ท่านย่ามกล่าว ว่า “วิชาเป็นเพื่อนเลี้ยงชีวิต” ที่เจ้าพูดว่าสอบไล่ตกถึงสองหนแล้ว ข้อนี้แม่ไม่เห็นแปลกเลย ตัวเจ้าก็เป็นคนหมั้น แต่ปัญญาอ่อน คนปัญญาดีถ้าหมั้นเล่าเรียนก็ได้เลื่อนชั้นเร็ว ถ้าคนปัญญาไม่ดี แต่มีความเพียรก็คงเรียนสำเร็จเหมือนกัน คนปัญญาดี แต่เกียจคร้านก็อยู่ในฐานเลวทรามสุคน ปัญญาอ่อน แต่มีความเพียรไม่ได้ ข้อสำคัญมันอยู่ที่ความเพียรนะลูกเอ๋ย การที่เจ้าต้องเรียนซ้ำนั้น ไม่เป็นโทษแก่เจ้าเลย กลับเป็นคุณแก่เจ้ามากนัก แม่สอนให้เจ้าสวดอิติปิโสเที่ยวเดียว เจ้าจำได้แม่นอย่าหรือ แม่เห็นว่าเจ้าต้องท่องบ่นหลายหน นี่ก็เหมือนกัน การที่ต้องเรียนซ้ำ เจ้าจะมีความรู้

แน่นแฟ้นไม่หลงลืมเสียอีก ที่เจ้าพูดว่า ออกเที่ยววิ่งเล่นเสียดีกว่า ข้อนี้ให้ลูกเข้าใจเสียใหม่ว่า การเที่ยวเล่นวิ่งเล่นนั้น มันไม่ทำประโยชน์ให้แก่เจ้าเลย มีแต่จะเสียประโยชน์และเสียเงินเท่านั้น ถ้าเจ้าไม่เรียนวิชา เจ้าจะเอาอะไรเป็นที่พึ่ง พี่น้องพ่อแม่ก็ต่างคนจะตายไป แม่ก็เหมือนต้นไม้ใกล้ฝั่ง จะล้มลงเมื่อไรก็ไม่แน่ แม่จะอยู่เป็นเพื่อนเหมือนวิชาไม่ได้ เมื่อแม่ตายไปเจ้าจะได้ทำการหาเงินเลี้ยงตัว ถ้าเจ้าไม่เรียนวิชาเจ้าก็ทำการไม่ได้ ขอให้เจ้าเข้าใจเสียใหม่ว่า การเที่ยวเล่นวิ่งเล่นไม่ดี เรียนวิชาดีกว่า ได้เป็นที่พึ่ง แม่จะเล่านิทานเรื่องหนึ่งให้เจ้าฟังคือ ครั้งหนึ่งเกิดรบกันขึ้นในระหว่าง เจ้าแผ่นดินสององค์ เจ้าแผ่นดินฝ่ายหนึ่งมีกำลังอ่อนแอ ไปรบคราวใดก็แพ้เสียทหารก็มาก จึงมีความท้อถอยกลับมาอนไตร่ตรองคิดจะยอมแพ้ แต่เวลาที่นอนอยู่นั้นเห็นแมลงมุมกำลังชักใยอยู่บน เพดาน แมลงมุมชักใยจนจะแล้วก็ตกลงมายังพื้น เมื่อตกลงมาหยุดพอลายเหนียวแล้วก็ขึ้นไป ชักใยอีก แต่ชักใยอยู่อย่างนี้เป็นหลายครั้ง ในที่สุดก็สำเร็จ ความเพียรของแมลงมุมนี้ทำให้เจ้าแผ่นดิน องค์นั้นทรงทวาทะยว่า ถ้าเรามีความเพียรก็คงจะชนะ จึงให้ยกกองทัพไปรบอีก คราวนี้ก็ได้ ชัยชนะ นี่ไม่ใช่เพราะความเพียรหรือ เจ้าจงจำไว้เป็นตัวอย่าง ถ้าเจ้ามีความเพียรอยู่แล้ว เจ้าไม่ต้อง กลัวว่าจะไม่รู้วิชา เมื่อหนูพูดได้ฟังมารดาสั่งสอนดังนั้นก็เห็นจริง ตั้งแต่นั้นมาหนูพูดตั้งใจเล่าเรียน ไม่ท้อถอย หนูพูดก็สอบไล่ได้ จนถึงชั้นสูงที่สุด

จากนิทานสุภาษิต เรื่อง หนูพูด ของนายชื่น โดยกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ จัดพิมพ์ ในวันฉลองอายุ ๑๐๐ ปี ของกระทรวงศึกษาธิการ

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง โปรดชฎิล ๓ พี่น้อง

(เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การชนะผู้อื่นด้วยความดี ชี้ให้เห็นคุณประโยชน์ เป็นการชนะที่ดีกว่าการใช้กำลัง แต่การชนะตนเองได้ประเสริฐกว่าการชนะใด ๆ

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เล่าพุทธประวัติ ตอนโปรดชฎิล ๓ พี่น้องได้
๒. สรุปวิธีที่พระพุทธเจ้าทรงใช้โปรดชฎิล ๓ พี่น้อง จนสามารถเป็นพระอรหันต์ได้
๓. ปฏิบัติตนตามคุณธรรม เกี่ยวกับความอดทน อดกลั้นได้

กิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ศึกษาพุทธประวัติตอนพระพุทธเจ้าโปรดชฎิล ๓ พี่น้อง (รายละเอียดในภาคผนวก) แล้ววิเคราะห์เกี่ยวกับ

- วิธีที่พระพุทธเจ้าทรงใช้จนสามารถทำให้ชฎิลหันมาเลื่อมใส ขอบวชและบรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์
- การที่พระพุทธเจ้าทรงทรมานอุรุเวลกัสสปด้วยอิทธิฤทธิ์ต่าง ๆ จนคลายพยศ ยอมมอบตัวเป็นพุทธสาวกขอบรรพชา นักเรียนคิดว่าพระพุทธเจ้าทรงมีเหตุผลอย่างไร

๒. ขอบอสาสมัคร ให้ออกมาเล่าว่าตนเองเคยทำอะไรไม่ดีในเรื่องใดบ้าง และได้แก้ไขอย่างไร จากนั้นช่วยกันสรุปเพื่อให้ได้คำตอบว่า การที่จะเอาชนะผู้อื่นด้วยกำลังนั้น ก่อให้เกิดการอาฆาตจองเวร คิดจะทำร้ายตอบอยู่เสมอ แต่การชนะด้วยความมีเหตุผล มีคุณธรรมจะทำให้เกิดความสงบสุขในสังคม และถ้าสามารถเอาชนะสิ่งที่ไม่ดีของตนเองได้ยิ่งเป็นการชนะที่ประเสริฐกว่าชนะอื่นใด ทำให้ผู้ที่ได้ทราบได้พบเห็น ยกย่องและยินดี

๓. รวบรวมข้อที่ควรปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกัน เพื่อให้เกิดความสงบสุข เช่น
- ช่วยกันทำงานที่ได้รับมอบหมาย
 - ให้อภัยแก่กัน
 - ไม่รังแกกัน รักใคร่กัน
 - พุดจากันด้วยคำไพเราะ
 - เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ช่วยเหลือกัน
 - ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
 - ขยันเรียน

ฯลฯ

แล้วเขียนเป็นแผนภูมิติดบนป้ายนิเทศ

สื่อและอุปกรณ์

๑. พุทธประวัติตอนโปรดชฎิล ๓ ฟัน้อง
๒. แผนภูมิการปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกัน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมกิจกรรม
๒. ประเมินความรู้ด้วยการทดสอบ
๓. ประเมินการปฏิบัติตามข้อตกลง

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

- มอบหมายงานพิเศษให้รับผิดชอบ เพื่อฝึกความรับผิดชอบและความขยันหมั่นเพียรในการเรียน

ภาคผนวก

พุทธประวัติ ตอนโปรดขงิล ๓ พี่น้อง

พระพุทธเจ้า ผู้ทรงประกอบด้วยพระเมตตาคุณ พระปัญญาคุณ และพระบริสุทธิคุณ ในการสั่งสอนบุคคลต่าง ๆ พระองค์ทรงต้องใช้ความเพียรพยายาม ความอดทน ความเมตตา และวิธีต่าง ๆ ในบางครั้งจำต้องใช้อิทธิปาฏิหาริย์ เนื่องจากบุคคลที่พระองค์จะสั่งสอนมีทิวฐิ (ความถือดี) สูงอย่างเช่น ขงิล ๓ พี่น้อง คือ อรุเวลกัสสปะ นทิกัสสปะ และคยาภัสสปะ

วิธีที่พระองค์ทรงใช้ปราบขงิลทั้ง ๓ คน ก็คือ ทำให้อรุเวลกัสสปะซึ่งเป็นพี่ชายคนโต ยอมรับนับถือก่อน โดยการเข้าไปขอพักแรมด้วย ซึ่งอรุเวลกัสสปะก็ไม่ยินดี เพราะเห็นว่าเป็น นักบวชต่างลัทธิ แต่อยากจะรู้ว่า พระพุทธเจ้าจะมีอำนาจมากน้อยแค่ไหน จึงให้เข้าพักในโรงไฟ ซึ่งเป็นที่อยู่ของพญานาคที่ดุร้าย แต่ปรากฏว่า พระพุทธเจ้าไม่ทรงได้รับอันตรายแต่อย่างใด พระองค์ทรงกำจัดฤทธิ์ของพญานาคได้ด้วยโดยบันดาลให้ขดกายในบาตร

เมื่ออรุเวลกัสสปะได้เห็นพระพุทธเจ้าทรงมีอำนาจมาก จึงขอให้พระพุทธเจ้าเสด็จพักใน อาศรมของตนเอง ซึ่งในแต่ละคืนพระพุทธเจ้าจะทรงแสดงธรรมโปรดพระอินทร์ และอรุเวลกัสสปะ ก็ทราบเรื่องดี นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังได้ทรงแสดงปาฏิหาริย์ให้ปรากฏอีกหลายเรื่อง เช่น การล่องรู้ความในใจของขงิล การเปล่งวาจาศักดิ์สิทธิ์ตอนที่ขงิลทั้งหลายปรารถนาจะผ่าฟืนเพื่อก่อไฟ แต่ผ่าไม่ได้จะก่อเพลิงก็ก่อไม่ติด จนพระพุทธองค์ตรัสว่า “ท่านจงผ่าฟืนตามปรารถนากิจ” “อนุญาตให้ก่อเพลิงได้” ไฟก็ติดพร้อมกันทั้ง ๕๐๐ กอง หรือตอนที่เกิดฝนตกหนักจนเกิดน้ำท่วม ที่อยู่ของขงิล แต่บริเวณที่พระพุทธเจ้าทรงประทับเดินจงกรมน้ำกลับไม่ท่วม

ถึงแม้ว่าพระพุทธเจ้าจะทรงแสดงอิทธิปาฏิหาริย์ทรมานอรุเวลกัสสปะอย่างไร กัสสปะ ก็ยังมีสันดานกระด้างไม่ยอมรับ ถือดีว่าตนเป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าก็ยังทรงเมตตา ตรัสสอนว่า “กัสสปะ!” ตัวท่านมิได้เป็นพระอรหันต์ ทั้งการปฏิบัติของท่านก็ยังห่างไกล มิใช่ทางมรรคผลอันใด ไฉนท่านจึงถือตนว่าเป็นพระอรหันต์ เท็จต่อตัวเอง ทั้ง ๆ ที่ท่านเองก็รู้ตัวดีว่า ตัวท่านมิได้บรรลุ โมกขธรรมอันใดยังทำตนลวงคนอื่นว่าเป็นพระอรหันต์อยู่อีก ถึงเวลาอันควรแล้ว ที่ท่านจะสารภาพ แก่ตัวท่านเองว่าท่านยังมิได้เป็นพระอรหันต์ แล้วท่านจะได้เป็นพระอรหันต์ในกาลไม่นาน”

อรุเวลกัสสปะ ได้คิด รู้สึกตัว ละอายใจจึงยอมละทิวฐิ ยอมตัวขอบวช ซึ่งพระพุทธเจ้า ก็ทรงให้อรุเวลกัสสปะบวช แต่ก่อนบวชขอให้กัสสปะชี้แจงให้บริวารทั้ง ๕๐๐ คนรับทราบก่อน เมื่อบริวารทั้ง ๕๐๐ คน รับทราบก็พร้อมใจกันบวชตาม เมื่อเรื่องราวทั้งหมดทราบถึงนทิกัสสปะ ซึ่งมีบริวารอีก ๓๐๐ คน และคยาภัสสปะซึ่งมีบริวาร ๒๐๐ คน ต่างพากันเลื่อมใส ศรัทธา จึงพร้อมด้วยบริวารทั้งหมดขอบวชเช่นกัน

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง การบวชตามประเพณี การบวชเพื่อศึกษาธรรมะ (เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การบวชและศึกษาธรรมะ แล้วนำไปปฏิบัติให้ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนสอนให้ผู้อื่นรู้ และปฏิบัติตาม เป็นการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความจำเป็นในการบวช และการปฏิบัติตนเมื่อบวชในพระพุทธศาสนาได้
๒. เปรียบเทียบการบวชตามประเพณีกับการบวชเพื่อศึกษาธรรมะได้
๓. บอกความแตกต่างในการปฏิบัติตนของผู้บวชตามประเพณี และบวชเพื่อศึกษาธรรมะได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. สนทนาถึงประสบการณ์ของนักเรียนที่เกี่ยวกับการบวชของญาติ หรือเห็นผู้อื่นบวช แล้วแยกประเภท

- บวชเมื่ออายุครบบวช ๒๐ ปี
- บวชภาคฤดูร้อน
- บวชแก้บน
- บวชระหว่างพรรษา
- บวชหน้าไฟ
- บวชตลอดชีวิต

อาจแยกได้คือ บวชตามประเพณีนิยม บวชตามสมัยนิยม และการบวชเพื่อศึกษาธรรมะ ส่วนมากเป็นการบวชตามประเพณีนิยม และบวชตามสมัยนิยม แต่ปัจจุบันอนุโลมให้ถือว่าการบวชในระหว่างพรรษาและการบวชภาคฤดูร้อนที่จัดกันเป็นการบวชเพื่อศึกษาธรรมะ เพราะมีการสอนธรรมะแก่พระภิกษุและสามเณรที่บวชในช่วงดังกล่าว เมื่อเป็นพระสงฆ์ สามเณร ได้ปฏิบัติตามพระวินัย เมื่อลาสิกขาไปคงจะได้นำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิตที่มีคุณค่า แล้วช่วยกันสรุปเพื่อให้ได้คำตอบว่าการบวชนอกจากจะเป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนาแล้ว ยังเป็นเหตุ

ให้รู้จักฝึกหัดความอดทน และความเสียสละอย่างมากอีกด้วย

๒. จัดกิจกรรมให้นักเรียนรู้จักอัฐบริหารของพระสงฆ์ด้วยการดูภาพอุปกรณ์หรือนิมนต์พระสงฆ์มาให้ความรู้ สาธิตการครองผ้าไตรจีวร และบรรยายวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์ เช่น การบิณฑบาต การสวดมนต์ การศึกษาธรรมะ การเทศนา การบำเพ็ญสมาธิ

๓. สรุปการนำธรรมะมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน คือ การสวดมนต์ การรักษาศีล อย่างน้อยศีล ๕ เน้นการนำไปปฏิบัติจริง

๔. ให้ร้องเพลง นะโมก่อนนอน และเพลงศีล ๕

สื่อและอุปกรณ์

๑. ภาพประเพณีการบวช วัตรปฏิบัติของพระสงฆ์ เช่น ภาพบิณฑบาต ศึกษาธรรมะ บำเพ็ญสมาธิ ภาพอัฐบริหาร

๒. ประสบการณ์ของนักเรียนเกี่ยวกับการบวช

๓. ตัวอย่างจริงเกี่ยวกับการแห่ناق การบวช (กรณีโรงเรียนอยู่ใกล้วัด)

๔. พระสงฆ์ที่นิมนต์มาให้ความรู้

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมกิจกรรม

๒. การประเมินผลภาคความรู้

๓. ประเมินผลการปฏิบัติ เช่น การสวดมนต์ สมาทานศีล ๕

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

ให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมทั้งที่บ้านและโรงเรียน ดังต่อไปนี้

๑. สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน

๒. ปฏิบัติตามศีล ๕

๓. ทำสมาธิ ๒-๓ นาที ก่อนเรียนวิชาใหม่ ตามวิธีฝึกสติภาวนาสำหรับเด็ก

ภาคผนวก

๑. อธิบายคำ

- เพศฆราวาส คือ ผู้ครองเรือน
- เพศบรรพชิต คือนักบวช
- การบวชเพื่อศึกษาธรรม คือ การบวชอุทิศชีวิตเพื่อปฏิบัติธรรมะของพระพุทธเจ้า
- การบวชตามประเพณี คือ การบวชเป็นพระภิกษุ เมื่อชายไทยอายุครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์ หรือเด็กชายไทยอายุไม่ต่ำกว่า ๗ ปี แต่ไม่เกิน ๒๐ ปี นิยมบวชเป็นสามเณร
- อัฐบริวาร หมายถึง เครื่องใช้สอยของพระในพระพุทธศาสนา มี ๘ อย่าง คือ สบง จีวร สังฆาฏิ บาตร มืดโกน เข็ม ประคดเอว กระบอกกรองน้ำ

๒. เพลง

เพลง นะโมก่อนนอน

เนื้อร้องและทำนอง มุลนิธิแสงเทียน

ก่อนนอนคืนนี้	สวดมนต์ก่อนนะ
กราบไหว้คุณพระ	นะโมสามหน
หนูใหญ่หนูเล็ก	เด็กดีทุกคน
จงหมั่นสวดมนต์	ให้จนขึ้นใจ
ก่อนนอนคืนนี้	สวดมนต์ก่อนนะ
กราบไหว้คุณพระ	รัตนตรัย
พระพุทธพระธรรม	พระสงฆ์ฉันใด
ขอพรคุ้มภัย	ให้หนูแจ่มใสเติบโต
ก่อนนอนคืนนี้	หนูอย่าลืมนะ
กราบไหว้คุณพระ	แล้วท่องนะโม
(ซ้ำ) “นะโมตัสสะ	ภะคะวะโต
อะระหะโต	สัมมาสัมพุทธัสสะ”

(ซ้ำ ๓ จบ)

เพลง ศิล ๕

เนื้อร้องและทำนอง วลัยภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา

เชิญชวนเด็กไทยทั้งหลาย
 เตรียมพร้อมเพื่อเป็นเด็กดี
 เราจงยึดในศีลห้า
 หนึ่งเว้นฆ่าสัตว์ทรมาน
 สามไม่ผิดประเวณี
 ห้าสุราหลีกไกล
 เชิญชวนเด็กไทยทั้งหลาย
 ทำตามศีลห้าข้อนี้

รักษาใจกายให้หมดราศี
 สังคมจะมีความสุขสำราญ
 เพราะนำพาพ้นจากภัยพาล
 สองไม่ต้องการลักขโมยของใคร
 สี่ไม่มีพูดปดใดใด
 ศีลห้าจำได้ท่องไว้เป็นดี
 รักษาใจกายให้หมดราศี
 สังคมจักมีความสุขจริงเอย



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย
หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง ประวัติสามเณรราหุล (เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การเชื่อฟัง สนใจ ตั้งใจ เอาใจใส่ ศึกษาหาความรู้ ก็สามารถเป็นผู้มีความรู้แตกฉานสมควรแก่วัยตั้งแต่เยาว์

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เล่าประวัติย่อของพระราหุลได้
๒. บอกคุณธรรมที่สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการเรียน แสวงหาความรู้ได้
๓. ปฏิบัติตนเป็นผู้ใฝ่รู้ใฝ่เรียน

กิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ดูภาพกิจกรรมการบวชเณรลูกแก้วของทางภาคเหนือ การบรรพชาสามเณรหมู่ภาคฤดูร้อน อภิปรายซักถาม ประสบการณ์ของนักเรียนที่เคยเห็นการบวชเณร หรือเคยได้บวชเองว่ามีข้อปฏิบัติอย่างไรบ้าง รวบรวมศีล ๑๐ ของสามเณร เขียนแผนภูมิ (ภาคผนวก) ให้ดู แล้วช่วยกันบอกว่าศีลข้อใดบ้างที่นักเรียนปฏิบัติได้เป็นประจำ คือ ศีล ๕ (นิจศีล หรือมนุษยธรรม) ร้องเพลงศีลห้า (ภาคผนวก)

๒. ศึกษาประวัติของพระราหุล ซึ่งเป็นพระโอรสของพระพุทธเจ้า ได้ตามเสด็จไปทูลขอราชสมบัติ แต่ได้รับธรรมสมบัติทางพระพุทธศาสนาซึ่งประเสริฐกว่าธนสมบัติ และได้ศึกษาธรรมะด้วยปัญญาเจริญภาวนา จนบรรลุอรหัตผล เป็นพระอรหันต์ พระราหุลสามเณร เป็นผู้ใคร่ศึกษาพระธรรมวินัยตั้งแต่เยาว์วัย

สรุปว่า นักเรียนสมควรที่จะได้ยึดมาเป็นตัวอย่าง ในการศึกษาเล่าเรียนให้ประสบผลสำเร็จได้

๓. ให้นักเรียนได้อ่านที่ในญัตติที่ว่า “มีศีลไว้ทรัพย์ดีกว่ามีทรัพย์ไร้ศีล” เมื่อตัดสินใจตามเหตุผลที่ยกมาอ้างกัน ควรได้มีการสรุปว่า “การมีทรัพย์และมีศีลด้วย หรือมีศีลและมีทรัพย์ด้วยจะช่วยให้รู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็นประโยชน์ต่อการครองชีพอย่างมีคุณภาพไม่ลำบากและรักษาทรัพย์ที่หามาได้มิให้เป็นอันหมดสิ้นไปโดยไม่ควร

๔. เปรียบเทียบศีลของพุทธศาสนิกชน คือ ศีล ๕ ศีล ๘ และศีล ๑๐ ของสามเณร ในความเหมือนกันและแตกต่างกันในบางข้อ คือ ข้อที่ ๓ เพิ่มอีก ๓ ข้อ และ ๒ ข้อตามลำดับ

๕. ฝึกการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ และสมาทานศีล ๑๐

๖. สรุปการนำคุณสมบัติของสามเณรราหุลที่ควรนำไปปฏิบัติ คือ ควรฝึกศึกษาหาความรู้ ขยัน ฝึกฝน เอาใจใส่ จนสำเร็จกิจการงานที่ได้รับมอบหมาย

สื่อและอุปกรณ์

๑. ภาพปฐมสมโพธิ ตอนสามเณรราหุลทูลขอราชสมบัติ และบวชเป็นสามเณร
๒. หนังสือพุทธานุพุทธประวัติ ของมหามกุฏราชวิทยาลัย
๓. ข้อควรปฏิบัติที่ตกลงกันเขียนไว้ในห้อง
๔. แผนภูมิศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมการอภิปราย ได้วาที และฝึกปฏิบัติ
๒. ทดสอบความรู้ด้วยการซักถามและทำแบบฝึกหัด
๓. ประเมินการปฏิบัติตามข้อตกลง

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม ฝึกให้นักเรียนปฏิบัติเพิ่มเติมตามกิจกรรมต่อไปนี้

๑. จับคู่สัญญา ปฏิบัติตามข้อตกลง
๒. ส่งเสริมให้มีการบวชเณรภาคฤดูร้อน

ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง “สัญญา ปวารณา”

เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ

(พูด).....ฉันจะขยันทำการบ้าน (หรือฉันจะเป็นผู้ใฝ่รู้ใฝ่เรียน) ฯลฯ

ถ้าฉันผิดสัญญา จงเมตตาเตือนเตือน

๒. คีล

๒.๑ เบญจคีล (คีล ๕ นิจคีล หรือมนุษยธรรม)

- คีลข้อ ๑ ปาณาติปาตา เวรมณี (เว้นจากการฆ่าสัตว์)
 ” ๒ อทินนาทานา เวรมณี (เว้นจากถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้)
 ” ๓ กาเมสุมิจจาจารา เวรมณี (เว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม)
 ” ๔ มุสาวาจา เวรมณี (เว้นจากการพูดเท็จ)
 ” ๕ สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี (เว้นจากการดื่มน้ำเมา คือสุรา เมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท)

๒.๒ อุโบสถคีล (คีล ๘) ต่างจากคีล ๕ ในข้อ ๓ และเพิ่มข้อ ๖, ๗, ๘

- คีลข้อ ๓ อพรหมจริยา เวรมณี (เว้นจากประพฤติกกรรมที่เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์)
 ” ๖ วิกาละโภชะนา เวรมณี (เว้นจากการบริโภคอาหารตั้งแต่เวลาพระอาทิตย์เที่ยงไปแล้วจนถึงรุ่งอรุณของวันใหม่)
 ” ๗ นัจจะติตะวาทิตะวิสุกะ ทัสสะนามาลาคันธะ วิเลปะนะธาระนะมัตตะนะ วิภูสะนัฏฐานา เวรมณี (เว้นจากการฟ้อนรำขับร้องและประโคมเครื่องดนตรีต่าง ๆ บรรดาที่เป็นข้าศึกแก่บุญกุศลทั้งสิ้น และตัดทรงประดับตกแต่งร่างกายด้วยดอกไม้ของหอมเครื่องประดับ เครื่องทา เครื่องย้อม ผัดผิวร่างกายให้วิจิตรงดงามต่าง ๆ อันเป็นเหตุที่ตั้งแห่งความกำหนัดยินดี)

ศีลข้อ ๘ อุจจาสะยะนะมหาสะยะนา (เว้นจากการนั่งนอนเหนือเตียง ตั้งม้านั่งที่มีเท้าสูงเกินประมาณ และที่นั่งนอนใหญ่ ภายในมีนุ่นและสำลีเครื่องปูลาดที่วิจิตรต่าง ๆ)

๒.๓ ศีล ๑๐ (ของสามเณร) เหมือนกับศีล ๘ แต่แยกข้อ ๗ เป็นสองส่วน เลื่อนข้อ ๘ เป็นข้อ ๙ เพิ่มข้อ ๑๐

ศีลข้อ ๗ นัจจะคิตะวาทิตะวิสุกะ- (เว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง ฯลฯ)
ทัสสะนา เวมณี

" ๘ มาลาคันธะวิเลปะนะธาระนะ- (เว้นจากการทัดทรงดอกไม้)
มัตตะนะวิกุสะณัฏฐานา เวมณี

" ๑๐ ชาตะรูปะรัชตะปฏิคคะหะนา (เว้นจากการรับเก็บทรัพย์สินเงินทองไว้)
เววมณี

๓. เนื้อหา พุทธประวัติตอน สามเณรราहुล

เมื่อพระพุทธองค์ตรัสรู้แล้วเสด็จไปยังกรุงราชคฤห์ พระเจ้าสุทโธทนะ พระราชบิดาทรงทราบจึงส่งอำมาตย์ให้ไปทูลเชิญเสด็จสู่กรุงกบิลพัสดุ์ ครั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จมาถึงพระนางยโสธราได้สั่งพระราहुลกุมารผู้เป็นโอรสทูลขอราชสมบัติ พระพุทธเจ้าจึงทรงรำพึงว่า "ครั้นจะให้สมบัติเช่นพ่อก็ให้ลูกนั้น สมบัตินั้นก็เป็นห่วงผูกพันเนื่องในวัฏฏสงสาร ซึ่งไม่เที่ยงแท้แน่นอน สู้ให้อริยทรัพย์จะดีกว่า" จึงโปรดให้ท่านพระสารีบุตรเป็นผู้จัดการบวชราहुลกุมาร แต่พระกุมารยังเยาว์อยู่อายุไม่ครบบวชจึงทรงอนุญาตให้บวชเป็นสามเณร

พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนสามเณรราहुลว่า "ปัญญามีประโยชน์สำหรับสอดคล้องพิจารณา ดูว่า สิ่งใดเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเอง เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ควรกระทำ พึงอยู่ด้วยการศึกษาธรรม พิจารณาชำระกายกรรม วาจากรรม มโนกรรมให้หมดจด

ในรูปของกัมมัฏฐาน จงเจริญภาวนาคือ

เมตตา คิดให้หมู่สัตว์เป็นสุขทั่วหน้า

กรุณา คิดจะให้หมู่สัตว์พ้นทุกข์ทั่วหน้า

มุทิตา รื่นเริงบันเทิงเพราะสมบัติที่ผู้อื่นได้

อุเบกขา เพิกเฉยเป็นกลางไม่เข้าข้างไหน

อสุภะ พิจารณาว่าร่างกายไม่งาม

อนิจจาสัญญา พิจารณาเห็นสังขารไม่เที่ยง

อนึ่ง จงเจริญภาวนา ตั้งสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะภาวนานี้ บุคคลเจริญทำให้

มาก ย่อมมีผลอันยิ่งใหญ่” พระราहुลได้ฟังโอวาทที่พระศาสดาทรงสั่งสอน สงัดจิตตามเทศนา ก็ได้บรรลุอรหัตผล พระราहुลเป็นผู้ใคร่ศึกษาธรรมวินัย ตั้งแต่ครั้งยังเป็นสามเณร พระศาสดา จึงทรงสรรเสริญว่า เป็นยอดแห่งสาวก

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **พุทธานุพุทธประวัติ**, มหามกุฏราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๒/๒๕๓๔, หน้า ๑๑๑-๑๑๗

๔. แบบทดสอบ (ประวัติสามเณรราहुล)

จงกากบาททับตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง. หน้าข้อที่ถูกที่สุด

๑. สามเณรองค์แรกของพระพุทธศาสนาคือใคร

- | | |
|-----------------|------------------|
| ก. สามเณรบัณฑิต | ข. สามเณรใจสิงห์ |
| ค. สามเณรราहुล | ง. สามเณร |

๒. พระพุทธเจ้าอนุญาตให้เด็กอายุเท่าไรบวชเณรได้

- | | |
|----------|-----------|
| ก. ๕ ขวบ | ข. ๗ ขวบ |
| ค. ๘ ขวบ | ง. ๑๒ ขวบ |

๓. ราहुลเฝ้าอรสทูลขอราชสมบัติแต่พระพุทธเจ้าทรงมอบอะไรให้

- | | |
|-----------------|---------------|
| ก. ธรรมสมบัติ | ข. วิทยสมบัติ |
| ค. ทรัพย์สมบัติ | ง. ธนสมบัติ |

๔. คุณสมบัติของสามเณรราहुลเป็นอย่างไร

- | | |
|-------------------|--------------|
| ก. ขยัน | ข. เชื่อฟัง |
| ค. ใฝ่รู้ใฝ่เรียน | ง. ถูกทุกข้อ |

๕. คีล ๕ ข้อแรกของคีล ๘ ต่างกับคีล ๕ ข้อใด

- | | |
|----------|----------|
| ก. ข้อ ๑ | ข. ข้อ ๒ |
| ค. ข้อ ๓ | ง. ข้อ ๔ |

๖. สามเณรถือศีลกี่ข้อ

- | | |
|-----------|------------|
| ก. ๕ ข้อ | ข. ๘ ข้อ |
| ค. ๑๐ ข้อ | ง. ๒๒๗ ข้อ |

คำตอบ

- | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| ๑. | ๒. | ๓. | ๔. | ๕. | ๖. |
| ค. | ข. | ง. | ง. | ค. | ค. |

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง ประวัตินางวิสาขามหาอุบาสิกา (เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

นางวิสาขามหาอุบาสิกา เป็นชาวพุทธตัวอย่างที่ได้มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนา บริจาคทรัพย์ทุนบำรุงและปฏิบัติตนอยู่ในศีล พังศรรม น้อมนำชักชวนให้ผู้อื่นเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เล่าประวัติของนางวิสาขามหาอุบาสิกาโดยย่อได้
๒. เสนอแนะแนวทางปฏิบัติตนเพื่อเป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาได้
๓. ปฏิบัติตนเป็นผู้มีประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาได้ตามวัยและโอกาส แนะนำให้ผู้อื่นปฏิบัติตามได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. แบ่งกลุ่มศึกษาประวัติของนางวิสาขา แล้วอภิปรายถึงการปฏิบัติตนของนางที่เป็นประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาทั้งทางด้านการถวายภัตตาหาร บริจาคเครื่องประดับ มหาสดาปสาธน์ เพื่อสร้างวิหาร และขอพุทธทานุญาตถวายผ้าอาบน้ำฝนแก่พระสงฆ์ในระหว่างพรรษา

๒. แสดงบทบาทสมมุติ ด้านการถวายผ้าอาบน้ำฝน ตามเนื้อหาวา นางวิสาขาให้หญิงรับใช้ไปนิมนต์พระสงฆ์มาฉันอาหารที่บ้าน เมื่อไปถึงวัดพระเชตุวัน พบคนไล่เนปเลียยอาบน้ำฝน ไม่พบพระสงฆ์จึงกลับไปบอกนางวิสาขา นางให้กลับไปใหม่ เมื่อฝนหายจึงพบพระภิกษุ ซึ่งนางวิสาขาทราบว่าคนไล่เหล่านั้นคือ ภิกษุ จึงขอพุทธทานุญาตถวายผ้าอาบน้ำฝนแก่พระภิกษุสงฆ์ นับแต่นั้นเป็นต้นมา

๓. ร่วมกันอภิปรายสรุปว่า นอกจากถวายผ้าอาบน้ำฝนแล้ว ควรมีการถวายสิ่งของที่จำเป็น เช่น อาหาร ยา สิ่งอื่น ๆ อันควรแก่พระสงฆ์ด้วย

๔. ฝึกการกล่าวคำถวายผ้าอาบน้ำฝน และเข้าร่วมกิจกรรมกับทางโรงเรียนหรือไปกับผู้ปกครอง

๕. เน้นการปฏิบัติตนเป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนา ชักชวนญาติพี่น้องทำบุญตักบาตร ปฏิบัติศาสนกิจในวันสำคัญ

สื่อและอุปกรณ์

๑. หนังสือประวัติ อุบาสิกา และชาวพุทธตัวอย่าง
๒. หนังสือพระรัชมงคลฎีกาแปลภาค ๓ ของมหามกุฏราชวิทยาลัย
๓. หนังสือการทำบุญ
๔. ภาพโบสถ์ วิหาร วัด และศาสนสถาน ศาสนสมบัติ
๕. ตัวอย่างผ้าอาบน้ำฝน และคำถวาย

การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินผลงานที่ร่วมกิจกรรมกลุ่ม
๒. ทดสอบความรู้ด้วยการตอบคำถาม
๓. ติดตามการปฏิบัติตนจากการซักถามตนเองและผู้ใกล้ชิด

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. สนับสนุนให้มีการทำบุญตักบาตร ฟังเทศน์ เวียนเทียน บริจาคทรัพย์ทูลบำรุงวัด
๒. ร่วมกิจกรรมทางศาสนากับทางโรงเรียน และกับผู้นปกครอง ในโอกาสวันสำคัญต่าง ๆ

ภาคผนวก

๑. คำถวาย ผ้าอาบน้ำฝน

“อิมานิ มะยัง ภันเต วัสสิกสะสาฎะกานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ
สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ วัสสิกสะสาฎะกานิ สะปะริวารานิ ปฏิคคัณหาคู
อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ”

คำแปล ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายผ้าอาบน้ำฝนกับทั้งบริวาร
เหล่านี้แด่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับ ผ้าอาบน้ำฝน กับทั้งบริวารเหล่านี้ของ
ข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน
เทอญ

๒. ประวัติอุบาสิกา

ประวัตินางวิสาขามหาอุบาสิกา

นางวิสาขา เป็นธิดาของ รัตนชัยเศรษฐีแห่งแคว้นอังคะ ซึ่งมีมหาเศรษฐีถึง ๕ คน
พระเจ้าปเสนทิโกศล ได้ขอย้ายตระกูลเศรษฐีจากพระเจ้าพิมพิสารไปไว้ยังแคว้นโกศล รัตนชัยเศรษฐี
จึงได้ย้ายไปสร้างเมืองอยู่ที่เมืองสาเกต

เมื่อครั้งที่นางวิสาขายาได้ ๗ ขวบ เคยเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ ฟังธรรมได้โสดาปัตติผล
ครั้นเมื่ออายุได้ ๑๕-๑๖ ปี ได้แต่งงานกับปุณณวัฒนกุมารบุตรของมิกคารเศรษฐี แห่งแคว้นสาวัตถี
บิดาของนางได้ให้เครื่องประดับชื่อว่า มหาลดาปสาธน์ ซึ่งมีค่ามากมาย เมื่อนางเดินทางไปถึง
บ้านของสามีพร้อมด้วยบริวาร และทรัพย์สมบัติที่บิดาได้มอบให้มา นางได้ทำบุญในพระพุทธศาสนา
ส่วนพ่อสามีนับถืออเจพกะเป็นสมณะเปลือย นางวิสาขาได้พยายามทำให้พ่อสามีหันมานับถือ
พระพุทธศาสนา ด้วยการชักชวนให้ฟังธรรม ณ วิหารใกล้ ๆ โดยนั่งฟังอยู่หลังม่าน ในที่สุด
มิกคารเศรษฐีก็เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา

ส่วนนางวิสาขานั้น ได้ทุนบำรุงพุทธศาสนาด้วยการบริจาคทรัพย์ แม้แต่เครื่องประดับ
มหาลดาปสาธน์ เพื่อสร้างวิหารถวาย ใช้เงิน ๔ โกฏิ ใช้เวลา ๔ เดือนเสร็จ ทำการฉลองอีก
๔ โกฏิ ซื้อที่ดินเป็นเงิน ๔ โกฏิ

พระพุทธองค์ทรงสรุปว่า นางวิสาขาเป็นผู้มีทรัพย์มากและมีศรัทธามาก บางคนมี
ทรัพย์มาก แต่ศรัทธาน้อย ก็ทำบุญน้อย บางคนมีทรัพย์น้อยแต่มีศรัทธามากก็ไม่สามารถจะทำได้

มากตามศรัทธา แต่นางวิสาขามีทั้งทรัพย์สินมากและศรัทธามาก สามารถทำบุญหนุนบำรุงพระพุทธศาสนาได้อย่างมากมายจึงได้รับยกย่องว่าเป็นอุบาสิกาตัวอย่าง

จาก พระธัมมปทัฏฐกคาถาแปล ภาค ๓, มหามกุฏราชวิทยาลัย คณะกรรมการแผนก
ตำราตรวจชำระ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔/๒๕๓๒, หน้า ๗๑-๑๐๕



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หน่วยที่ ๔	ชาติไทย
หน่วยย่อยที่ ๖	พระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง	การช่วยทนุบำรุงและพัฒนาวัด บทบาทของพุทธศาสนิกชนเพื่อ ประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนา (เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

พุทธศาสนิกชนมีหน้าที่ที่จะต้องทนุบำรุงพระพุทธศาสนา ด้วยการปฏิบัติตนตามคำสอน และปฏิบัติตามคุณสมบัติอุบาสก ๑๐ ประการ

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกการกระทำของพุทธศาสนิกชนในการทนุบำรุงพระพุทธศาสนาได้
๒. บอกสมบัติอุบาสก ๑๐ ประการได้
๓. เสนอแนะวิธีการปฏิบัติตน ของพุทธศาสนิกชนที่ดีได้
๔. ทำบุญในพระพุทธศาสนา ตามควรแก่วัยและโอกาสได้
๕. สามารถชักชวนชักนำให้ผู้อื่นร่วมปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. รวบรวมใบฎีกาเชิญชวนให้ร่วมทำบุญบริจาคเพื่อซ่อมแซมวัด สร้างโบสถ์ วิหาร ศาสนสมบัติและอื่น ๆ ตลอดจนทอดกฐินและผ้าป่า ร่วมอภิปรายถึงประโยชน์ที่ทุกคนมีส่วนร่วมในการทนุบำรุงศาสนวัตถุ เพื่อเป็นหลักฐานว่ายังมีพระพุทธศาสนาอยู่ในประเทศไทย
๒. ร่วมอภิปรายว่า นอกจากมีศาสนวัตถุแล้วยังจำเป็นต้องมีสิ่งใดอีกจึงจะยืนยันว่า ยังมีพุทธศาสนาอยู่ คือ มีพุทธบริษัทปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและปฏิบัติตามสมบัติอุบาสก ๑๐ ประการ (ภาคผนวก)
๓. ศึกษาประวัติย่อของอนาถบิณฑิกเศรษฐี ซึ่งตั้งโรงทานแจกข้าวแก่คนยากไร้ ครั้น ได้พบพระพุทธเจ้าก็เกิดศรัทธา ทนุบำรุงด้วยการถวายอาหาร สร้างวัดพระเชตุวันมหาวิหาร ซึ่งเป็นวัดที่ ๒ ในพุทธศาสนา ถวายพระพุทธเจ้า นอกจากนั้นยังชักชวนบุตร ธิดา คนรับใช้ ในบ้านรักษาอุโบสถศีลในวันธรรมสวนะ แม้แต่บุตรที่ไม่สนใจธรรมะ ก็ใช้วิธีต่าง ๆ กระทั่งจ้างให้

ไปวัด ฟังเทศน์ ฟังธรรมและจดจำธรรมะกลับไปเล่าให้ฟัง จนในที่สุดบุตรชายก็บรรลุนิสาสัย
พระพุทธรูปองค์ทรงสรรเสริญว่าสมควรเป็นชาวพุทธตัวอย่าง

๔. แบ่งกลุ่มอภิปรายเสนอแนะวิธีการปฏิบัติตนของศาสนิกชนที่ดี ส่งตัวแทนรายงาน
หน้าชั้นแล้วสรุปข้อควรปฏิบัติของชาวพุทธเพื่อประโยชน์แก่พระพุทธศาสนา นำไปปฏิบัติในชีวิต
ประจำวัน ชื่นนำและชักชวนญาติพี่น้องและเพื่อนไปร่วมปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาด้วย

สื่อและอุปกรณ์

๑. ใบฎีกาออกบุญเรียไรต่าง ๆ เท่าที่ครูและนักเรียนจะรวบรวมได้
๒. ประสบการณ์จริงของนักเรียนที่เคยไปร่วมทำบุญ
๓. ภาพศาสนกิจที่พระสงฆ์ปฏิบัติ เช่น สวดมนต์ เทศนา อุปสมบท บิณฑบาต ศึกษา

พระธรรม

๔. ภาพกิจกรรมทางศาสนาที่พุทธศาสนิกชนพึงปฏิบัติ เช่น การตักบาตร ฟังเทศน์-
ธรรม ฝึกสมาธิ เวียนเทียน

๕. แผนภูมิการปฏิบัติตามสมบัติอุบาสก ๑๐ (ภาคผนวก)
๖. แผนภูมิเพลง “สืบทอดประเพณี (ภาคผนวก)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในการเรียน
๒. ทดสอบความรู้แบบถามตอบ หรือแบบเลือกตอบ
๓. ประเมินการปฏิบัติตนตามข้อเสนอแนะ และการชักชวนให้ผู้อื่นได้ร่วมกิจกรรม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติกิจกรรมเพิ่มเติมดังต่อไปนี้

๑. ร่วมบริจาคเพื่อทุนบำรุงพระพุทธศาสนา
๒. สนับสนุนให้เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนา เช่น ทำบุญตักบาตร
เวียนเทียน ถวายผ้าอาบน้ำฝน และสิ่งของจำเป็นแก่พระสงฆ์ ทั้งกับทางโรงเรียนและกับครอบครัว

ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง “รักษาสืบทอดประเพณี”

เนื้อร้อง อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง พูนสุข บุญยสวัสดิ์

ถิ่นใดไม่รักประเพณี	ถิ่นนั้นไม่มีคุณค่า
เมืองใดไร้ความเมตตา	เมืองนั้นไม่ซำร้างคน
บ้านใดสืบวัฒนธรรม	บ้านนั้นสุขล้ำเลิศผล
ลูกหลานเข้มแข็งชูชนม์	ผู้เฒ่ายังดั้นด้นมา
ธรรมเนียมประเพณีมีแล้ว	ดั่งแก้วก่องโรจน์เวหา
เลื่องชื่อลือชาติพัฒนา	รักษาไว้เถิดลูกไทย
ผ้าป่า กฐิน สงกรานต์	แต่งงาน ไหว้ครู ผู้ใหญ่
โกนจุก บวชนาค ของไทย	สืบทอดเทิด ไวไทยเจริญ

๒. คุณสมบัติอุบาสก ๑๐

๑. มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย
๒. มีศีลอย่างน้อย ๕ ข้อ
๓. เชื่อกฎแห่งกรรมตามหลักพระพุทธศาสนา
๔. ทำบุญในพระพุทธศาสนา
๕. ไม่ทำบุญนอกศาสนา (อันขัดต่อคำสอนของศาสนา เช่น การฆ่าสัตว์สังเวก)
๖. ไม่ขายมนุษย์
๗. ไม่ขายอาวุธ
๘. ไม่ขายยาพิษ
๙. ไม่ขายสัตว์ให้เขาเอาไปฆ่า
๑๐. ไม่ขายสุราและยาเสพติด

๓. ประวัติอุบาสก

ประวัติอนาถบิณฑิกเศรษฐี

เดิมชื่อ สุทัตตะ เป็นบุตรของสุมนเศรษฐีในเมืองสาวัตถี เมื่อรับมรดกจากบิดาแล้วเห็นประชาชนยากไร้เดือดร้อนต้องการช่วยเหลือ จึงจัดตั้งโรงทานแจกอาหารให้จึงได้ชื่อว่าอนาถบิณฑิกเศรษฐี แปลว่า เศรษฐีผู้ตั้งโรงทานแจกอาหารคนยากคนจนอนาถา

อนาถบิณฑิกเศรษฐี นักเดินทางไปค้าขายที่เมืองราชคฤห์ และพักที่บ้านของท่านราชคหเศรษฐีผู้เป็นพี่เขย ครึ่งหนึ่งพระพุทธรองค์พร้อมด้วยสาวกจะเสด็จมาฉันอาหารที่บ้าน พี่เขยจึงมิได้ต้อนรับตนเช่นเคยเพราะมิวเตรียมสถานที่และควบคุมการปรุงอาหารถวาย อนาถบิณฑิกได้ทราบ ก็ใครจะได้เฝ้าพระพุทธเจ้าและได้ไปวัดเวฬุวัน ในตอนเช้าตรู่ ได้พบพระพุทธรองค์ทรงแสดงธรรมให้ฟัง จนได้โสดาปัตติผล เป็นโสดาบัน

ครั้งเสร็จธุระการค้า ก็เดินทางกลับกรุงสาวัตถี ได้นิมนต์พระพุทธรเจ้าให้ไปทรงเผยแผ่พระศาสนาที่เมืองสาวัตถี แคว้นโกศล พระองค์ทรงรับคำนิมนต์

อนาถบิณฑิกเศรษฐี ได้เตรียมการเรื่องสร้างที่พักไว้ตามรายริมทางทุกระยะที่เสด็จผ่านแวะพักโดยได้จัดซื้อสวนของเจ้าชายเซต สร้างวัด วิหาร กุฏิสงฆ์ เวจกุฎี ถนน ศาลาสมาธิ บ่อน้ำ เรือนไฟนับเป็นวัดที่ ๒ (วัดแรกคือ วัดเวฬุวัน ซึ่งพระเจ้าพิมพิสาร สร้างถวาย)

ท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี มีวิชิษฏกชนลูกหลานและบริวารในบ้านให้นับถือพุทธศาสนาแบบแปลก ๆ เช่น จ้างให้ลูกชายไปวัด รับศีล ฟังธรรม จำธรรมะมาแล้วให้ฟัง จนในที่สุดลูกชายก็ได้บรรลุนิโสดาบัน

ครั้งถึงวันธรรมสวนะ บุคคลในบ้าน แม้แต่เด็กเล็ก ๆ ก็สมาทานศีล ๘ แสดงว่าท่านได้ทำประโยชน์แก่ตนในครอบครัว ญาติพี่น้อง คนยากไร้ ตลอดถึงพระพุทธรเจ้า พระสงฆ์ และบ้านเมืองประชาชนถือว่าท่านเป็นคนมีสิริมงคล มักจะเชิญไปร่วมงานมงคล ท่านกลายเป็นคนที่มีแต่คนเคารพนับถือ

ท่านเป็นตัวอย่างของชาวบ้านผู้ครองเรือน ทำหน้าที่ของบ้านผู้ครองเรือน ทำหน้าที่ของบิดาที่มีต่อบุตรสอนให้เป็นคนดี ทำหน้าที่ของนายที่มีต่อลูกน้อง หน้าที่ของอุบาสกในพระพุทธศาสนา พระพุทธรเจ้าทรงยกย่องว่าเป็นยอดของอุบาสกเพราะถวายทานโดยไม่กลัวจนและช่วยเหลือผู้ยากไร้ ท่านจึงเป็นผู้มีชีวิตไม่ตาย

จาก หนังสืออ่านเพิ่มเติม ชุดพระพุทธศาสนาและจริยธรรม ประวัติอุบาสก ของกระทรวงศึกษาธิการ

ตัวอย่างแผนการสอน
กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์) (เวลา ๘ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การรู้จักทำความดี *ไม่ทำผิดและฝึกใจให้สงบได้ตามวัย เป็นสิ่งที่ต้องฝึกตั้งแต่วัยยังเป็นเด็ก

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และบอกการทำความดีที่สามารถทำได้
๒. รับรู้และบอกการกระทำที่ไม่ดีหรือการทำผิดซึ่งละเว้นได้
๓. รับรู้และบอกคุณค่าของการทำจิตใจให้สงบด้วยวิธีฝึกสติ

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. ฟังนิทานเรื่อง โคนันทวิศาล สนทนาซักถามจากเรื่องนี้ว่า โคนันทวิศาลมีความดีอย่างไร
๒. ให้ตัวแทนออกมาเล่าการทำความดีของตนเองในวันนี้ว่า ได้ทำอะไร เขียนข้อความที่เป็นความดีนั้น บนกระดานดำ
๓. ร้องเพลง เด็กดีมีน้ำใจ จากแผนภูมิ (ภาคผนวก) แล้วสนทนา ซักถาม อภิปรายเกี่ยวกับการทำความดี เช่น
 - เด็กที่ทำความดี เป็นเด็กอย่างไร
 - เราทำความดี แล้วเรารู้สึกอย่างไร
 - พ่อแม่และคุณครูเห็นเราทำความดี ท่านจะรู้สึกอย่างไร
 - ความดีเป็นสิ่งที่เราทำได้หรือไม่
๔. ช่วยกันบอกความดีที่เราทำได้ อภิปรายและให้เล่าตัวอย่างที่ได้ทำจริง เขียนเป็นข้อ ๆ บนกระดานดำ เมื่ออ่านแล้วให้บันทึกลงสมุด พร้อมทั้งวาดภาพ การทำความดีของตน
๕. ฟังนิทานเรื่อง ลูกไก่ดื้อ (ภาคผนวก) สนทนา ซักถามจากเรื่องที่ได้ฟัง แล้วให้อ่านคำคล้องจองที่เขียนบนกระดานดำว่า “เด็กดีไม่ดื้อ เด็กดื้อไม่ดี” ให้ยกตัวอย่างว่า การดื้อเป็นอย่างไร เมื่อทำแล้วเกิดผลอย่างไร ถ้าไม่เป็นเด็กดื้อ จะทำอย่างไร ช่วยกันอภิปรายถึงผลของความดีซึ่งไม่ควรทำ เราควรทำสิ่งที่เป็นความดี คือการเชื่อฟัง
๖. ร้องเพลง “อย่าเกียจคร้าน” จากแผนภูมิ (ภาคผนวก) สนทนา ซักถาม อภิปราย

เกี่ยวกับเพลงนี้ว่า ผลของความเกียจคร้าน มีอย่างไร เราควรทำตัวอย่างไร จึงไม่เกิดความเกียจคร้าน

๗. ครูอธิบายเพิ่มเติม พร้อมทั้งเปรียบเทียบจากเรื่องความดีและความเกียจคร้านว่าเป็นสิ่งไม่ดี เป็นความชั่วที่ไม่ควรทำ เราควรละเว้น

๘. ให้ช่วยกันบอก การกระทำที่เป็นความผิดหรือความไม่ดี ซึ่งต้องละเว้น เปรียบเทียบกับข้อความดีที่ควรทำ โดยเขียนเป็นข้อ ๆ บนกระดานให้ตรงกัน ยกตัวอย่างจากที่ได้พูดอภิปรายไปแล้วและให้บอกเพิ่มเติม เช่น

ข้อละเว้น

ดื้อ
เกียจคร้าน
แก่งเพื่อนหรือรังแกสัตว์
ขโมยของ
แย่งของผู้อื่น
พูดคำหยาบ

ข้อทำดี

เชื่อฟัง
ขยัน
ช่วยเหลือเพื่อนหรือสัตว์
แบ่งปันของ
ยับยั้งใจไม่욕ได้ของผู้อื่น
พูดไพเราะ

เมื่ออ่านเปรียบเทียบและอภิปรายแล้ว เขียนข้อทำดีเป็นแผนภูมิติดไว้ในห้องเรียนให้อ่านทบทวนบ่อย ๆ หรือให้คัดหากมีเวลา

๙. ตั้งปัญหาถามว่า ทำไมบางครั้งเราทำงานตามที่ครูสั่งไม่ได้ ช่วยกันบอกปัญหาที่เกิดขึ้นว่าเพราะอะไร สนทนา ซักถาม อภิปรายเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดของเราเช่น

- ถ้าครูสอน เราคิดถึงเรื่องอื่นเราจะรู้เรื่องหรือไม่
- เวลาครูพูดอธิบาย ทำอย่างไรที่เรียกว่าตั้งใจฟัง
- บางครั้งครูให้นั่งทำสมาธิ เป็นการฝึกอะไร

๑๐. ครูอธิบายเกี่ยวกับการฝึกจิตใจให้สงบ ทำให้มีความตั้งใจที่ดี คิดในสิ่งที่ดี แล้วให้ทุกคนนั่งนิ่ง ๆ ในท่าปกติ หลับตาแล้ว ให้นึกถึงภาพของตนเองในขณะที่นั่งนิ่ง ๆ อยู่หนึ่ง ๆ อยู่หนึ่ง เป็นเวลาประมาณ ๓-๕ นาที

๑๑. ช่วยกันบอกและอภิปรายเกี่ยวกับการฝึกจิตใจ ที่ได้ทดลองทำแล้วว่า นอกจากให้ใจสงบแล้ว เราต้องฝึกความรู้สึกนึกคิดในทางที่ดีงาม ยกตัวอย่างการคิดในสิ่งที่ดี เช่น รู้จักให้อภัย มีความสงสาร ไม่อิจฉาริษยา ไม่คิดโกรธแค้น

๑๒. สรุป ทบทวน การทำดี การเว้นชั่ว และการทำใจให้สงบเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นคำสอนสำคัญที่ควรนำไปปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เกิดความสุขต่อตนเองและผู้ใกล้ชิด

ให้อ่านแผนภูมิ หลักธรรมคำสอน (ภาคผนวก) และคัดลงในสมุด

สื่อและอุปกรณ์

๑. เพลง
๒. นิทาน
๓. แผนภูมิ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือจากการทำกิจกรรม
๒. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและอภิปราย
๓. ดูจากการปฏิบัติจริง แนะนำแก้ไข ชมเชยในการปฏิบัตินั้น



ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง เด็กดีมีน้ำใจ

เนื้อร้อง อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง ฟ้อนเงี้ยว

เด็กที่ดี ต้องมีน้ำใจ อยู่กับใคร ไม่ทำให้เพื่อนเดือดร้อน
พูดไพเราะ และช่วยงานไม่เกียจงอน ดีทุกขั้นตอน จิตเมตตาอภัยแบ่งปัน
มุงแซะ มุงแซะ แซะมุง ตะลุ่มตุมมุง (ซ้ำ)

เพลง อย่าเกียจคร้าน

เนื้อร้องและทำนอง สุเทพ โชคสกุล

อย่าเกียจคร้านการทำงานนะพวกเรา
งานหนักงานเบาเหนื่อยแล้วเราพักผ่อนก็หาย
ไม่ทำงาน หลบหลีกงาน เฝ้าเกียจคร้านเอาแต่สบาย
แก่จนตาย ขอทำนายว่าไม่เจริญ (ซ้ำ)

๒. แผนภูมิ หลักธรรมคำสอน (วิไลฯ สิงห์ธรรมสาร)

หลักธรรมคำสอน	ตอนที่หนึ่งนั้น
เป็นสิ่งสำคัญ	ให้เว้นความชั่ว
เราต้องหลีกเลี่ยง	จะไม่หมองมัว
ต้องรู้สีกตัว	ความชั่วไม่ทำ
คำสอนตอนสอง	เราต้องจดจำ
ความดีควรทำ	ประจำทุกวัน
อดทน ซื่อสัตย์	ประหยัดขยัน
ช่วยเหลือแบ่งปัน	สำคัญเชื่อฟัง
ตอนสามทำใจ	ให้คิดระวัง
ฝึกใจมุ่งหวัง	ผ่องใสคิดดี

๓. นิทาน

เรื่อง ลูกไก่ตื้อ

วันหนึ่งแม่ไก่พาลูก ๓ ตัว ไปคุ้ยเขี่ยหากินอยู่ที่ลานบ้าน ใกล้สระน้ำ ลูกไก่มองเห็นแม่เปิดพาลูกของมันว่าว่ายน้ำในสระ ลูกไก่บอกกับแม่ว่า “แม่จ๋า ลูกอยากว่ายน้ำเหมือนเปิดจังเลย” แม่ไก่ตกใจรีบห้ามลูกว่า “ไม่ได้นะลูก เราว่ายน้ำอย่างเปิดไม่ได้ เพราะเท้าของเราต่างกัน ขนของเราก็ไม่มีน้ำมันเหมือนเปิด ถ้าขึ้นลงไปก็ต้องจมน้ำตาย”

ลูกไก่ตัวเล็กไม่เชื่อ แอบหนีแม่โดยเดินบังพุ่มไม้ไปว่ายน้ำในสระ พอลงไปใต้น้ำก็ไม่สามารถลอยตัวและพยุงน้ำเหมือนเปิดได้ ก็กำลังจะจมน้ำ แต่แม่เปิดเห็นเข้ารีบมาช่วยจึงรอดตาย ลูกไกรู้สำนึกจึงขอบคุณแม่เปิด แล้วไปขอโทษแม่ไก่ และให้สัญญาว่าต่อไปจะไม่ตื้ออีกแล้ว



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๔ การบริหารจัดการ และเจริญปัญญา
แผนการสอนเรื่อง การฝึกสติหรือจิตภาวนาเบื้องต้น

(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การฝึกควบคุมกิริยา หรือสํารวมกาย วาจา ใจ ให้สัมพันธ์กัน เป็นพื้นฐานของการฝึกสติ ผู้มีสติ จะมีจิตใจมั่นคง สงบ ระวัง และเกิดสมาธิในการศึกษาเล่าเรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. รับรู้และเข้าใจความหมายของสติ
๒. กำหนดรู้กาย วาจา ใจ ให้พร้อมกันได้
๓. มีทักษะในการเจริญสติเบื้องต้น

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ฟังนิทานเรื่องเศรษฐีน้อยเจ้าปัญญา (อิกคิวซัง)
๒. ครูนำเสนอให้นักเรียนเห็นว่าผู้มีสติจะมีจิตใจมั่นคง สงบ ระวังไม่ตื่นตกใจ เมื่อมีสติก็จะระลึกได้ว่ากำลังทำอะไรอยู่ ขณะนั้นรู้ตัวว่าร่างกายกำลังยืนนั่นคือใจคิดว่าเรายืน ขณะกายของเรายืนและปากพูดว่ายืน ดังนั้นใจ กาย และวาจา จึงทำในสิ่งเดียวกัน หรือสัมพันธ์กัน เช่นเดียวกับที่อิกคิวซังใจกำลังคิด ปากบอกว่า คิด และกายก็ลงนั่งสงบ คิด อิกคิวซังจึงมีสติ รู้ตัวว่ากำลังคิด จิตมุ่งมั่นอยู่กับการคิด จึงเป็นสมาธิ แล้วก็เกิดปัญญา คือ คิดออก หาทางแก้ปัญหาได้
๓. ฝึกทักษะ ในการกำหนดรู้ กาย วาจา ใจ ให้พร้อมกัน โดย
 - ๓.๑ หัดร้องเพลง “ตบแผละฝึกสติ”
 - ๓.๒ ฝึกการตบแผละฝึกสติ พร้อมกับร้องเพลงด้วย โดยให้ทำท่าคนเดียวกันก่อน เมื่อจับจังหวะได้และทำถูกแล้ว จึงให้เด็กจับคู่ นั่งหันหน้าเข้าหากัน ร้องเพลงพร้อมกับตบแผละฝึกสติเป็นคู่ ๆ (ดูภาพการฝึกตบแผละประกอบเพลง)
๔. สนทนากับนักเรียนถึงข้อสังเกตที่เด็กบางคนสามารถร้องเพลงและตบแผละกับเพื่อนได้โดยไม่ผิดพลาด เพราะมีสติดี จิตใจไม่วอกแวก แต่บางคน กาย วาจา ใจ ไม่สัมพันธ์กัน ทำให้ผิดพลาด ปากพูดว่าตบ แต่มือกลับแผละลงที่ตัก เพราะใจคิดเรื่องอื่นอยู่ ครูต้องแยกคู่ ให้ฝึกกับคนที่ทำได้และเขาพอใจ จนฝึกให้กาย วาจา ใจ สัมพันธ์ หรือทำพร้อมกันได้ จึงถือว่าเริ่มมีสติ

๕. ฝึกเจริญสติแบบ “อ้าไฟ-เทคนิค” สำหรับเด็กเพื่อให้นักเรียนรู้จักควบคุมกิริยาหรือสำรวม กาย วาจา ใจ และกำหนดอิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน อันเป็นพื้นฐานของสมาธิเบื้องต้น (ดูภาคผนวก) หรือให้ฝึกวิธีอื่นตามที่ครูถนัด

๖. หลังจากนักเรียนนอนกับสติประมาณ ๕ นาที แล้วให้ลุกไปล้างหน้าให้สะอาด ครูแนะนำนักเรียนให้นำวิธีนอนกับสติไปฝึกที่บ้าน จะนอนหลับสนิท และพักผ่อนได้เต็มที่ แล้วให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายว่า เมื่อนักเรียนรู้จักการฝึกสติภาวนา ด้วยการยืน เดิน นั่ง นอน แล้ว ให้นักเรียนสังเกตความมีสติของตนเองในขณะที่ฝึก และในขณะที่ร้องเพลง หรือเล่น ว่า ถ้ามีสติ (ระลึกได้และรู้ตัว) กับไม่มีสติ (เผลอตว์) มีผลแตกต่างกันอย่างไร

สื่อและอุปกรณ์

๑. เพลง ตบแผละฝึกสติ
๒. การทำท่าประกอบเพลงตบแผละฝึกสติ
๓. นิทานจากการ์ตูนเรื่อง เณรน้อยเจ้าปัญญา (อิกคิวซัง)
๔. การเจริญสติ แบบ “อ้าไฟ-เทคนิค” สำหรับเด็ก

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือในการทำกิจกรรม
 ๒. ดูพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติของนักเรียน แนะนำแก้ไข และชมเชยการปฏิบัติที่ถูกต้อง
- งดงาม
๓. พิจารณาการฝึกกำหนดรู้ กาย วาจา ใจ พร้อมกันหรือไม่
 ๔. การฝึกสติภาวนา หรือการเจริญสติแบบอ้าไฟ-เทคนิคนั้น เด็กฝึกได้หรือไม่เพียงไร

ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง ตบแผละฝึกสติ

เนื้อร้อง อ่ำไพ สุจริตกุล
ทำนอง รำวงตบแผละ

ตบแผละ ตบแตะ ตบแผละ
ปากใจตรงกันนั้นแหละ
เรามาลองฝึกกัน
จิต-กาย สัมพันธ์กับปาก
ตบแผละ

๒. การทำท่าประกอบเพลงตบแผละ
วิธีฝึก

แบบที่ ๑ (ดังภาพ) ให้นักเรียนจับคู่หันหน้า
เข้าหากัน

- จังหวะที่ ๑ ตบมือของตนเอง (ตบ)
จังหวะที่ ๒ ตบเข้าของตน (แผละ)
จังหวะที่ ๓ ตบมือ (ตบ)
จังหวะที่ ๔ แบมือทั้งสองให้แตะมือเพื่อน (แตะ)
จังหวะที่ ๕ ตบมือ (ตบ)
จังหวะที่ ๖ ตบเข้า (แผละ)
จังหวะที่ ๗ ตบมือ (ตบ)
จังหวะที่ ๘ แบมือทั้งสองให้แตะมือเพื่อน

แล้วตบ-แผละ-ตบ-แตะ ไปตามจังหวะเพลง
จนจบ ดังนี้

ตบ แผละ ตบ แตะ	ตบ แผละ
ปาก ใจ ตรง กัน	นั้น แผละ
... เรา มา ลอง	ฝึก กัน จิต กาย
สัมผัส กับ ปาก	ตบ แผละ



เสนอแนะ การเจริญสติแบบ “อัมไพ - เทคนิค” สำหรับเด็ก*

การเตรียมตัว

ควรจัดห้องเรียนให้มีที่ว่างรอบห้องโดยเลื่อนโต๊ะ เก้าอี้เข้าไปรวมกันกลางห้อง

ครูฝึก : ให้นักเรียนยืนจับมือกัน เป็นวงกลมห่างกันสุดช่วงแขน

การสำรวมใจ

ครูฝึก : พนมมือ กล่าวคำอธิษฐาน

“ข้าพเจ้าจะฝึกสติภาวนา กำหนดอิริยาบถ ยืน-เดิน-นั่ง-นอน ขอให้ข้าพเจ้า
ฝึกด้วยความพากเพียร อดทน จนบรรลุผลสมความปรารถนาเถิด”

- สาธุ (กัมศีระชะจรดปลายมือพนม)

ฝึกยืนสมาธิ

ครูฝึก : ทุกคนยืนตรง ปล่อยแขนไว้ข้างลำตัว

- มือซ้ายยกขึ้นช้า ๆ มาวางที่หน้าท้อง
- มือขวายกขึ้นช้า ๆ กุมมือซ้ายไว้
- ก้มลงมองดูเท้าที่เหยียบพื้นอยู่ มองขึ้นมาถึงมือ แล้วเลื่อนขึ้นมาถึงปลายจมูก
เงยหน้ามองตรง
- นึกให้เห็นหน้าตัวเอง นึกต่อขึ้นมาถึงบนกระหม่อม
- หลับตา นึกให้เห็นตัวเองกำลังยืนอยู่จากหัวลงไป ถึงมือและเท้า แล้วนึก
มองขึ้นจากเท้า ถึงมือจนมาถึงกระหม่อม
- นึกลงและขึ้นอย่างนี้ซ้ำ ๆ

(เปิดเพลงยืนสมาธิเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๓ จบ)

เพลง ยืนสมาธิ

มือกุมกัน แล้วก็ยืนตรง ๆ (ซ้ำ)

ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนตรง

* ศ.อัมไพ สุจริตกุล ได้แนวคิดจากการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของ คุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

ฝึกเดินด้วยสติ

- ครูฝึก : - ต่อไป กำหนดในใจว่า “อยากเดินหนอ ๑๑”
 - ลืมตาขึ้นช้า ๆ เห็นหนอ
 - ซ้ายหัน เตรียมเดินด้วยสติ (เดินเวียนขวาตามเข็มนาฬิกา)
 - ยกเท้าขวาก้าวก่อนพร้อมจังหวะเพลง
 (เปิดเพลงเดินด้วยสติเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๓ จบ)

เพลง เดินด้วยสติ

ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา
 พุทฺธัง ธัมมัง สังฆัง เราเชื่อฟัง ทำแต่ความดี

ฝึกนั่งสมาธิ

- ครูฝึก : - เตรียมหยุดเดิน
 - กำหนดในใจว่า “อยากนั่งหนอ ๑๑”
 - มือขวา ยก ลง ซ้าย ๆ ปล่อยลงไปข้างตัว
 - มือซ้าย ยก ลง ซ้าย ๆ ปล่อยลงไปข้างตัว
 - เท้าซ้าย ถอยหลัง ย่อตัวลง ลง ลง เข้าถึงพื้น
 - มือซ้ายท้าวพื้น นั่ง นั่งทับ ขาซ้าย
 - มือขวาจับข้อเท้าขวายกมาวางบนขาซ้าย
 - มือสองข้างวางบนเข่า
 - มือซ้าย ยก เข้า มา หงาย วางลงบนตัก
 - มือขวา ยก เข้า มา หงาย วางลงบนมือซ้าย
 - ตัวตั้งตรง ตาปิดเบา ๆ
 (เปิดเพลงนั่งสมาธิเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๓ จบ)

เพลง นั่งสมาธิ

นั่งขัดสมาธิให้ดี สองมือวางทับกันทันที
 หลับตาดึงตัวตรงขึ้น ตั้งสติให้ดี ภาวนาในใจ
 พุท-โธ - พุท-โธ } หรือ { ยุบ-พอง - ยุบ-พอง
 พุท-โธ - พุท-โธ } { ยุบ-พอง - ยุบ-พอง
 (กำหนด พุท-โธ หรือ ยุบ-พอง ต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าจิตจะสงบ)

การแผ่บุญกุศล

ครูฝึก : นั่งสมาธิกันแล้ว กำหนดในใจว่า “อยาก พักนอน ๑๑”

- มือขวายกขึ้นช้า ๆ คว่า แล้ววางบนขวา
- มือซ้ายยกขึ้นช้า ๆ คว่า แล้ววางบนขวา
- พนมมือ กล่าวคำแผ่บุญกุศล

“ขอแผ่กุศลให้แก่คุณพ่อ คุณแม่ คุณครูอาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน
ตลอดจนสัตว์ทั้งหลายที่มีชีวิตวิญญาณ จงเป็นสุข เป็นสุขเกิด จงได้รับ
ผลบุญจากข้าพเจ้าด้วยเถิด”

- สาธุ (กัมมัสระจรคปลายมือพนม)
- ลืมตาขึ้นช้า ๆ เห็นนอน

ฝึกนอนกับสติ

- ครูฝึก : - ให้นักเรียนนั่งพับเพียบ ขาช้ายทับขาขวา
- พนมมือ สวดมนต์ ตามเสียงเพลง

เพลง บูชาผู้มีพระคุณ

พุทฺธัง วันทามิ ธัมมัง วันทามิ สังฆัง วันทามิ

พวกหนู บูชารัตนตรัย หนูไหว้พระพุทฺธ ไหว้พระธรรม พระสงฆ์
คุณพ่อ คุณแม่ คุณครู อาจารย์ ผู้มีคุณทุกท่าน หนูจะเป็นคนดี

- กราบ
- มือซ้าย ยกมาวางที่ท้อง
- มือขวา ท้าวพื้น เตรียมเอนตัวนอนพร้อมเสียงเพลง

(เปิดเพลงนอนกับสติเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๑ จบ ร้องซ้ำแล้ว ๆ

เฉพาะ ยุบ-พอง - ยุบ-พอง ยุบ-พอง - ยุบ จนเด็กหลับ)

เพลง นอนกับสติ

ตัวเอนลง	มือท้าวลงถึงนอน
หลับตาลงนึกดูก่อน	เวลานอนเคลื่อนไหวตรงพุง
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ
พอง ยุบ ในใจ	จน นอน หลับไป
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยที่ ๑๐ ศาสนพิธี

แผนการสอนเรื่อง การไหว้พระสวดมนต์

(เวลา ๕ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การไหว้พระสวดมนต์ นอกจากจะเป็นการระลึกถึงคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์แล้ว หากปฏิบัติเป็นประจำจะช่วยให้จิตใจสงบได้ระยะหนึ่ง

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความสำคัญของการไหว้พระสวดมนต์ได้
๒. บอกผลดีของการไหว้พระสวดมนต์ประจำวันได้
๓. ปฏิบัติตนในการไหว้พระสวดมนต์ประจำวันได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ครูนำเสนอเนื้อหาถึงการปฏิบัติตนก่อนเข้าชั้นเรียน โดยใช้คำถาม ดังนี้
 - เมื่อได้ยินเสียงระฆังตอนเช้า นักเรียนทำอย่างไร
 - หลังจากร้องเพลงชาติแล้ว ต่อจากนั้นนักเรียนทำอะไร
 - การสวดมนต์ สวดเฉพาะภาษาบาลี หรือมีการแปลด้วย
 - นอกจากสวดมนต์ไหว้พระที่โรงเรียนแล้ว นักเรียนเคยสวดมนต์ไหว้พระที่ไหนอีกบ้าง ใช้บทสวดเหมือนกันหรือไม่
๒. ให้นักเรียนเล่าถึงการปฏิบัติตนในการไหว้พระสวดมนต์ของตนเอง และของผู้อื่น ที่นักเรียนเคยพบเห็นที่บ้านและที่โรงเรียน แล้วแสดงความคิดเห็นในประเด็นที่ว่า
 - ทำไมต้องไหว้พระสวดมนต์
 - การสวดมนต์เป็นการระลึกถึงอะไร
 - สวดมนต์แล้วรู้สึกอย่างไร
 - เมื่อเห็นผู้อื่นไหว้พระสวดมนต์แล้วรู้สึกอย่างไร
๓. ครูนำเสนอแผนภูมิ บทสวดมนต์ไหว้พระที่กระทำในตอนเช้าที่โรงเรียนครูอ่านนำ ที่สวดวรรค นักเรียนอ่านตาม พร้อมทั้งแปลความหมายจนครบแล้วให้ตัวแทนนักเรียนออกมาอ่าน พร้อมทั้งสรุปให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการไหว้พระสวดมนต์ ว่าเป็นสิ่งดีควรกระทำด้วย

ความตั้งใจให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริงในห้องเรียนหรือห้องจริยธรรม

๔. ครูถามถึงการปฏิบัติตนของนักเรียนก่อนนอนว่าปฏิบัติอย่างไร ให้นักเรียนช่วยกันตอบ ครูเขียนคำตอบบนกระดาน ถ้าคำตอบไม่มี การไหว้พระสวดมนต์ ครูพยายามใช้คำถามนำเพื่อช่วยให้ได้คำตอบ เช่น

- นอกจากอาบน้ำ แปรงฟัน ล้างมือ ล้างหน้าแล้ว นักเรียนทำอะไรอีก
 - ใครเคยสวดมนต์ก่อนนอนบ้าง
 - บทสวดมนต์ที่นักเรียนสวดก่อนนอนสวดอย่างไร
- เสร็จแล้วร้องเพลง นะโมก่อนนอน (ภาคผนวก)

๕. ให้นักเรียนช่วยกันบอกผลดีของการไหว้พระสวดมนต์ ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปและย้ำให้นักเรียนปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน ทั้งตอนเข้าก่อนเข้าเรียนและก่อนนอน

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิบทสวดมนต์ไหว้พระ
๒. ภาพชาวพุทธ ไหว้พระสวดมนต์ ในวันสำคัญต่าง ๆ หรือภาพกิจกรรมหน้าเสาธงตอนเช้า
๓. เพลง “นะโมก่อนนอน”

การวัดและประเมินผล

๑. ครูสังเกตการปฏิบัติตนในการไหว้พระสวดมนต์ประจำวันหน้าเสาธง
๒. สอบถามความรู้สึกและผลดีที่ได้รับจากการไหว้พระสวดมนต์
๓. ติดตามผลการปฏิบัติจากผู้ปกครองและโอกาสต่าง ๆ

ภาคผนวก

แบบสวดมนต์ไหว้พระของนักเรียน (พร้อมคำแปล)

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลส เพลิงทุกข์สิ้นเชิง
พุทฺธัง ภะคะวันตัง อภิวาเทมิ

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
(กราบ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรม เป็นคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว
ธัมมัง นะมัสสามิ

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรม
(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว
สังฆัง นะมามิ

ข้าพเจ้านมัสการพระสงฆ์
(กราบ)

เพลง นะโมก่อนนอน

(จากเทพแสงเทียน)

ก่อนนอนคืนนี้สวดมนต์ก่อนนะ
กราบไหว้คุณพระนะโมสามหน
หนูใหญ่ หนูเล็ก เด็กดีทุกคน
จงหมั่นสวดมนต์ให้จนขึ้นใจ
ก่อนนอนคืนนี้ สวดมนต์ก่อนนะ
กราบไหว้คุณพระรัตนตรัย
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์อันใจ
ขอพรคุ้มภัย ให้หนูแจ่มใสเติบโต
ก่อนนอนคืนนี้ หนูอย่าลืมนะ
กราบไหว้คุณพระ แล้วท่องนะโม
นะโม ดัสสะ ภาคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์)

(เวลา ๘ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การละเว้นความชั่ว หมั่นทำดีอยู่เสมอและฝึกจิตใจให้สงบ ผ่องใสเป็นการปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกและละเว้นการกระทำที่เป็นความชั่ว
๒. บอกและรู้จักทำความดีให้แก่ตนเองและผู้อื่น
๓. บอกประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกจิตใจของตนเองให้สงบและบริสุทธิ์
๔. สามารถนำคำสอนจากหลักธรรมไปปฏิบัติได้ตามวัย

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ร้องเพลง “งูไล่ปลา” จากแผนภูมิ (ภาคผนวก) สนทนา ชักถามเกี่ยวกับการกระทำของงูว่าเป็นอย่างไร ดีหรือไม่
๒. ให้ตัวแทนของกลุ่มบอกการทำความผิดที่เคยทำ เขียนบนกระดาน ชักถามว่า ใครเคยทำเช่นนี้บ้าง หรือเคยทำผิดอย่างอื่นหรือไม่ สนทนา ชักถาม อภิปรายเกี่ยวกับการทำผิด เช่น
 - การทำผิดที่กล่าวมามีผลต่อตัวเองอย่างไร
 - การทำผิดเช่นนั้นคนอื่นเดือดร้อนหรือไม่
 - คนที่ทำผิดแล้วยอมรับผิดดีหรือไม่ และควรทำอีกหรือไม่
 - การทำผิดถือว่าไม่ดี เรียกว่าอย่างไร
 - ทำไมเราจึงควรรู้จักสิ่งที่เป็นความผิด
๓. แสดงบทบาทสมมุติตามเพลง “งูไล่ปลา” โดยให้ตัวแทนออกมาเป็นงู และปลาชนิดต่าง ๆ มีสื่อประกอบตามควร เช่น ใช้กระดาษทำเป็นหัวงู หัวปลา
๔. สรุปบทบทวนผลของการทำไม่ดีหรือผลของการทำชั่ว ซึ่งต้องละเว้นช่วยกันบอกข้อห้ามทำชั่ว เขียนเป็นข้อ ๆ บนกระดาน อ่านแล้วจดบันทึกลงสมุด

๕. ร้องเพลง “คุณธรรมเด็กไทย” จากแผนภูมิ (ภาคผนวก) แล้วช่วยกันบอกข้อความดีจากเพลงว่ามีอะไรบ้าง

๖. สนทนา ชักถาม อภิปรายเรื่องการทำความดี เช่น

- การทำความดีมีผลต่อตัวเองอย่างไรบ้าง
- เราทำความดี ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเรารู้สึกอย่างไร
- เมื่อเราทำความดี ตัวเรามีความรู้สึกอย่างไร
- ความดีอะไรบ้าง ที่เราสามารถทำได้

๗. ฟังนิทานชาดกเรื่องสุวรรณสาม (ภาคผนวก) แล้วสนทนาชักถามจากเรื่องนี้ว่า ได้ข้อคิดที่เป็นความดีอย่างไร เราสามารถทำความดีอย่างนิทานได้ อย่างไรบ้าง

๘. ให้ทุกคนเขียนเรื่อง “ความดีที่ฉันเคยทำ” นำเสนอผลงานที่ดี อภิปรายและเน้นการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ติดผลงานที่ป้ายนิเทศ

๙. อ่านบัตรข้อความว่า **ละเว้นความชั่ว หมั่นทำความดี** ช่วยกันอภิปรายว่าเป็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติคู่กัน ผู้ที่สามารถทำได้จริงต้องมีสิ่งสำคัญคือ จิตใจ ครูอธิบายเพิ่มเติม เรื่องความสำคัญของจิตใจว่า การกระทำและคำพูดของเราจะดีหรือไม่ อยู่ที่จิตใจเป็นตัวนำ

๑๐. สนทนา ชักถาม อภิปรายเกี่ยวกับเรื่องจิตใจ เช่น

- ผู้ที่ทำความดี แสดงว่าจิตใจเป็นอย่างไร
- คนที่มีความโกรธบ่อย ๆ แสดงถึงจิตใจว่าเป็นอย่างไร
- ถ้าเราคิดในสิ่งที่ดีงาม จิตใจเราเป็นอย่างไร
- สาเหตุที่จิตใจหงุดหงิด ขุ่นมัว เพราะเหตุใด

๑๑. ให้ทุกคนนั่งฝึก ในท่าที่ถูกต้อง คือ ขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาหงายวางบนมือซ้าย หลับตา ให้กำหนดเห็นท่อนั่งของตนเองและแผ่ดูอาการเคลื่อนไหวของท้อง ขณะหายใจเข้าและหายใจออก ใช้เวลาประมาณ ๕ นาที แล้วสนทนา อภิปราย เช่น

- ขณะฝึก ใจของเราเป็นอย่างไร
- คนที่นั่งขยับไปมาเวลาฝึก แสดงว่าเป็นอย่างไร
- ผลของการฝึกบ่อย ๆ ทำให้ใจเราเป็นอย่างไร

๑๒. ให้ช่วยกันบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกทำใจให้สงบ เขียนเป็นข้อ ๆ ไว้บนกระดาน

๑๓. สรุปบททวนว่า การละเว้นความชั่ว หมั่นทำความดีและฝึกจิตให้สงบผ่องใส เป็นหลักธรรมคำสอนสำคัญของพระพุทธศาสนา ซึ่งผู้ที่นำแนวทางนี้ไปปฏิบัติจะได้รับความสุข ความเจริญในชีวิตของตนเอง (ครูผู้สอนติดตามผล การปฏิบัติจริง มีการแนะนำตักเตือนให้แก้ไข หรือยกย่องชมเชยอย่างสม่ำเสมอ)

๑๔. อ่านข้อประโยชน์จากการทำใจให้สงบ จดบันทึกในสมุดและทำแบบฝึกหัดเพิ่มเติม

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิเพลง
๒. นิทาน
๓. บัตรข้อความ
๔. ตัวอย่างแบบฝึกหัด

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและอภิปราย
๒. สังเกตความสนใจและความร่วมมือขณะร่วมกิจกรรม
๓. สังเกตการปฏิบัติจริงในการฝึกใจ การพูดและการกระทำ
๔. ตรวจจากผลงาน



ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง ฐโล่ปลา

เนื้อร้องและทำนอง กิตติวดี บุญเชื้อ

ดูซิดู ดูฐโล่ปลา	ดูซิดู ดูปลาหนึ่เง
ฐนี้หนาเป็นอันธพาล	ฐนี้หนานิสัยไม่ดี
เรารักกันไม่ควรแกลังกัน	เราเพื่อนกันไม่เป็นอย่างฐ
เพื่อนอย่างฐเป็นอันธพาล	เพื่อนอย่างฐนิสัยไม่ดี

เพลง คุณธรรมเด็กไทย

เนื้อร้องและทำนอง ศ.อำไพ สุจริตกุล

เด็กดีมีวินัย	เด็กไทยกล้าหาญทุกคน
สติมั่น กตัญญู	เมตตา อดทน
เสียสละ สามัคคี	สร้างตน
ซื่อสัตย์ ประหยัด	ไม่จน
ขยัน พึ่งตน	ไม่เห็นแก่ตัว

๒. นิทาน

เรื่อง สุวรรณสาม

มีนายพรานสองคนเป็นเพื่อนรักกันมาก สัญญากันว่า ถ้าต่างฝ่ายมีลูกชายและลูกสาวจะให้แต่งงานกัน ในที่สุดต่างก็มีลูกชายและลูกสาวจริง ชื่อ ทูกุลกุมาร และปาริกากุมารี เมื่อเติบโตพ่อแม่จึงให้แต่งงานกันตามสัญญา คนทั้งสองไม่ต้องการแต่งงาน แต่ขัดพ่อแม่ไม่ได้จึงยอมเข้าพิธีแต่งงานแล้วขอออกบวชเป็นดาบสและดาบสินี ไปอยู่ป่าในอาศรม คนละหลัง ริมฝั่งแม่น้ำ ถือศีลเจริญเมตตา ทำให้สัตว์ในป่าบริเวณนั้น ไม่เบียดเบียนกัน

ต่อมาพระอินทร์ทรงเห็นว่า ดาบสทั้งสองจะได้รับกรรมเก่า คือ จะต้องตาบอด จึงลงมาหาและบอกให้ทั้งสองตั้งความปรารถนาที่จะมีบุตร เพื่อช่วยปรนนิบัติยามมีทุกข์ เมื่อนางปาริกาทั้งครรภ์และคลอดบุตรเป็นชาย มีผิวพรรณดั่งทอง ให้ชื่อว่า สุวรรณสาม ซึ่งเติบโตมาเป็นผู้ที่มี

กิริยาวาจาสุภาพอ่อนหวาน มีความเมตตาต่อสัตว์ ไม่รังแกหรือฆ่าสัตว์เลย

วันหนึ่งดาบสทั้งสองออกไปหาผลไม้ เกิดฝนตกหนัก จึงหลบฝนอยู่ใต้ต้นไม้ที่ติดกับจอมปลวก มีงูพิษอาศัยอยู่เมื่อน้ำฝนไหลลงไปในรู มันเลื้อยออกมาพ่นพิษใส่ตาของดาบส ทำให้ดาบอดทันที หาทาทางกลับอาศรมไม่ถูก เวรกรรมที่ทำให้ดาบสทั้งสองต้องเสียดา เพราะเมื่อชาติก่อน ทั้งสอง เกิดเป็นหมอรัจฉาตา ได้รักษาคนไข้ที่เป็นเศรษฐีจนตาหายเป็นปกติ แต่คนไข้ไม่ยอมจ่ายเงิน ภรรยาโกรธมากจึงให้สามีประกอบยาใหม่อย่างแรง แล้วหลอกเศรษฐีว่า ยังไม่หายขาดต้องหยอดยาเพิ่มอีก เศรษฐีรับยามาหยอด ต่อมาไม่ช้าตาของเศรษฐีก็บอดสนิท นี่คือการกรรมเก่าที่ตามมา

ฝ่ายสุวรรณสามไม่เห็นพ่อแม่กลับ จึงออกไปตามในป่าจนพบ ชักถามเรื่องราว แล้ว สุวรรณสามก็ร้องไห้และหัวเราะสลับกันไป ที่ร้องไห้เพราะเสียใจว่าพ่อแม่ตาบอด ส่วนหัวเราะนั้น เพราะตั้งใจที่จะได้ปรนนิบัติพ่อแม่เป็นการทดแทนพระคุณ สุวรรณสามปรนนิบัติพ่อแม่ด้วยความตั้งใจ เป็นอย่างดีทุกวันมิได้ขาด เมื่อออกไปป่าหาผลไม้ ก็มีฝูงกวางเนื้อทราย สัตว์ต่าง ๆ เดินตามห้อมล้อม ทุกครั้ง

ต่อมามีพระราชานามว่า ท้าวบิลยักขราชเสด็จมาล่าสัตว์ในป่า เห็นรอยเท้าสัตว์มากมาย จึงแอบซุ่มดูเห็นสุวรรณสามถือหม้อน้ำไปตักน้ำ มีฝูงกวางเดินตามมา พระราชาสงสัยมากจะถาม ก็กลัวหนี จึงเอาหนูลอยยาพิษยิงถูกสุวรรณสามล้มลง

สุวรรณสามรู้ว่าตนถูกยิงก็ตั้งสติค่อย ๆ วางหม้อน้ำลงแล้วพูดว่า “ป่านี่ไม่มีใครที่เป็นศัตรู กับเราหรือพ่อแม่ของเรา เนื้อของเราก็ไม่เป็นอาหาร ยิ่งเราแล้วทำไมจึงซ่อนตัว” พระราชาได้ฟัง ก็ละอายใจจึงออกมาชักถาม เมื่อได้ความ ก็รู้ว่าตัวเองผิดให้สัญญาว่าจะเลี้ยงดูพ่อแม่ของสุวรรณสาม ให้ สุวรรณสามก็กลับไป พระราชาไปที่อาศรมเล่าเรื่องให้ดาบสทั้งสองฟัง ดาบสเสียใจมาก ขอให้พระราชพาไปหาสุวรรณสาม ต่างร้องไห้รำพันด้วยความรักลูก ด้วยคุณงามความดีของ สุวรรณสามและอำนาจคำอธิษฐานของดาบส จึงทำให้สุวรรณสามฟื้นจากสลบ และตาที่มองไม่เห็น ของดาบสทั้งสองก็สามารถมองเห็นได้ดังเดิม

พระราชารู้สึกอัศจรรย์มาก จึงตรัสถามสาเหตุความเป็นมา สุวรรณสามตอบว่า เป็นเพราะ ความกตัญญูต่อพ่อแม่ เหตุการณ์จึงกลับกลายเป็นดี แล้วสุวรรณสามทูลขอพระราชให้สมทาน เบญจศีล และทรงให้สัญญาว่า จะไม่เบียดเบียนทำร้ายสัตว์อีก ทรงขอโทษสุวรรณสามที่ทำให้ เดือดร้อน แล้วจึงเสด็จกลับ สุวรรณสามได้เลี้ยงดูพ่อแม่ และบำเพ็ญศีลภาวนาต่อไป

คติธรรมที่ได้จากเรื่องนี้คือ ความเมตตาการุณาของสุวรรณสามที่มีต่อคนและสัตว์ทั่วไป มีความรักความกตัญญูกตเวทีต่อพ่อแม่ มีความรักระหว่างพ่อแม่และลูกมีความให้อภัยไม่โกรธตอบ ตลอดจนการทำผิดแล้วยอมรับผิด จึงทำให้เรื่องร้ายกลายเป็นดีได้

(เรียบเรียง ย่อเรื่อง จากหนังสือ “เล่าเรื่องทศชาติ” กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ โรงพิมพ์คุรุสภา

๓. แบบฝึกหัดเพิ่มเติม

จงเลือกคำตอบข้อที่ถูกต้งที่สุด

๓.๑ เด็กลักษณะใดที่ไม่ค่อยมีเพื่อน

- ก. ชอบเล่น
- ข. ☒ ชอบแกล้ง
- ค. ชอบพูดดัง

๓.๒ เราตั้งใจทำงานคุณครูมอบหมายจนเสร็จ เรียกว่า มีคุณธรรมข้อใด

- ก. ☒ อดทน
- ข. เสียสละ
- ค. สามัคคี

๓.๓ การทำผิดของเด็กคนใด ที่พ่อแม่ต้องเดือดร้อนมากที่สุด

- ก. น้อยชอบทะเลาะกับพี่ทุกวัน
- ข. นิดไม่ส่งการบ้านติดต่อกัน ๓ วัน
- ค. ☒ หน้อยไปขโมยของที่ร้านค้า

๓.๔ ตุ่มช่วยรับของจากคุณแม่ เมื่อกลับจากตลาด เขามีความดีที่เห็นชัดในด้านใด

- ก. ☒ ด้านการกระทำ
- ข. ด้านพูดจา
- ค. ด้านจิตใจ

๓.๕ สิ่งใดที่ช่วยให้เรามีความตั้งใจเรียนดี

- ก. จิตใจที่สนุกสนาน
- ข. จิตใจที่คิดมาก
- ค. ☒ จิตใจที่สงบ

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยที่ ๔ การบริหารจัดการ และเจริญปัญญา
แผนการสอนเรื่อง การฝึกสติหรือจิตภาวนาเบื้องต้น

(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การฝึกควบคุมกิริยา หรือสารวมกาย วาจา ใจ ให้สัมพันธ์กัน เป็นพื้นฐานของการฝึกสติ ผู้มีสติจะมีจิตใจมั่นคง สงบ ระวัง และมีความตั้งใจมั่น อันจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และมีสมาธิในการศึกษาเล่าเรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. ฝึกสติด้วยการกำหนดรู้ กาย วาจา ใจ ให้พร้อมกันได้
๒. มีทักษะในการเจริญสติ
๓. สามารถอภิปรายผลของการฝึกสติที่มีต่อตนเอง
๔. เห็นประโยชน์ของการฝึกสติที่เป็นพื้นฐานของสมาธิ

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. สวดมนต์ และอธิษฐาน ตั้งใจฝึกสติให้มีสมาธิ
๒. ฟังนิทานเรื่องอาพวกยักษ์
๓. ฝึกทักษะในการกำหนดรู้ กาย วาจา ใจ ให้พร้อมกัน โดย
 - ๓.๑ หัดร้องเพลงสี่ระ ชื่นสมาธิ เดินด้วยสติ นั่งสมาธิ และนอนกับสติ
 - ๓.๒ เล่นเกม “จิ้มหน้า” ในตอนแรกให้ใช้นิ้วชี้เอวไว้ที่หน้าของตนเองตามเนื้อเพลงที่ร้องแล้วจึงจับคู่กับเพื่อน ร้องเพลงนี้พร้อมทั้งใช้นิ้วมือชี้เอวไว้ต่าง ๆ ของกันและกัน ตามเนื้อร้อง
๔. ช่วยกันอภิปรายผลของการเล่นเกม “จิ้มหน้า” บางคนอาจชี้ไม่ตรงกับเนื้อร้อง เพราะเคลอสติ เนื่องจากใจคิดตามปากที่ร้องไม่ทัน ทำให้มือชี้ไม่ตรงกับคำที่ร้อง แต่ผู้มีสติดีจะสามารถทำได้ถูกต้อง เปรียบเทียบการเล่นที่มีสติกับไม่มีสติ
๕. ฝึกเจริญสติแบบ “อ้าไฟ-เทคนิค” สำหรับเด็กตามวิธีฝึกอิริยาบถใหญ่ คือ ยืน-เดิน-นั่ง-นอน และเพิ่มการฝึกกำหนดอิริยาบถย่อย ในการรับประทานอาหารตามแบบฝึก (ดูภาคผนวก) หรือให้ฝึกวิธีอื่นตามที่ครูถนัด
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการฝึกสติที่ทำให้เกิดสมาธิ คือ

ความตั้งมั่นของจิตในการศึกษาเล่าเรียน

สื่อและอุปกรณ์

๑. บทสวดมนต์สั้น (บทสวดบูชาคุณ)
๒. เพลงศีรชะ, ยืนสมาธิ, เดินด้วยสติ, นั่งสมาธิ และนอนกับสติ
๓. เกมจิ้มหน้า
๔. นิทานเรื่องอาพวกยักษ์
๕. รูปแบบการเจริญสติแบบ “อ้าไฟ-เทคนิค” สำหรับเด็กครบชั้นตอน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือในการทำกิจกรรม
๒. ดูพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติของนักเรียน แนะนำแก้ไข และชมเชยการปฏิบัติที่ถูกต้องงดงาม
๓. พิจารณาการฝึกกำหนดรู้ กาย วาจา ใจ พร้อมกันหรือไม่
๔. นักเรียนเห็นประโยชน์ของการฝึกสติว่าเป็นพื้นฐานของสมาธิเพียงไร



ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง บูชาผู้มีพระคุณ (ใช้เป็นบทสวดมนต์สั้น ๆ)

เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล

พุทฺธัง วันทา มิ รัมมัง วันทา มิ สังฆัง วันทา มิ
พว กหนฺนุชารัตนตริย
หนฺนุไหว้พระพุทฺธ ไหว้พระธรรม พระสงฆ์
คุณพ่อ คุณแม่ คุณครูอาจารย์
ผู้มีคุณทุกท่าน หนฺนุจะเป็นคนดี

เพลง ศีรชะ

เนื้อร้อง กิตติวดี บุญเชื้อ
ทำนอง เพลงจีน

คาง คิ้ว ปาก ตา หู
จมูก คิ้ว คาง หู ปาก ตา หัว
ปาก คาง คิ้ว ตา จมูก หู
ปาก ตา คิ้ว คาง จมูก หัว

เพลง ชุติฝึกอิริยาบถยืน-เดิน-นั่ง-นอน*

เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล

เพลง ยืนสมาธิ

มือกุมกัน แล้วก็ยืนตรง ตรง (ซ้ำ)
ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนตรง

เพลง เดินด้วยสติ

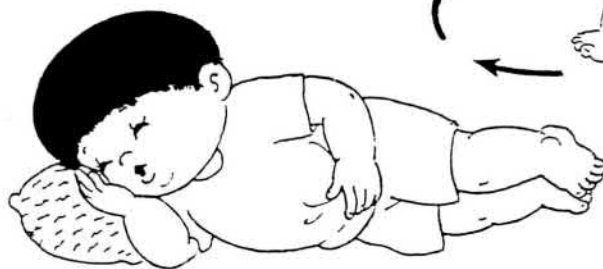
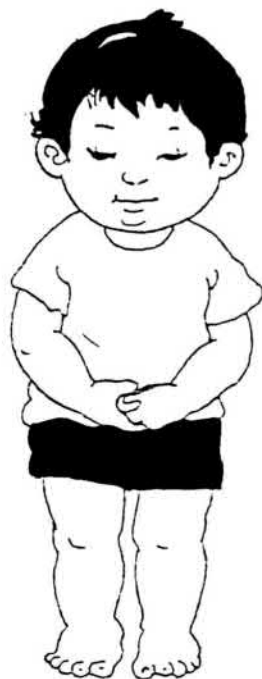
ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา
พุทริ้ง ฐัมมัง สังฆัง เราเชื่อฟังทำแต่ความดี

เพลง นั่งสมาธิ

นั่งขัดสมาธิให้ดี	สองมือวางทับกันทันที
หลับตาลงตั้งตัวตรงซี้	ตั้งสติให้ดี ภาวนาในใจ
พุท-โร-พุท-โร	หรือ { ยุบ-พอง-ยุบ-พอง ยุบ-พอง-ยุบ-พอง
พุท-โร-พุท-โร	

เพลง นอนกับสติ

ตัวเอนลง	มือเท้าวางลง-ถึง-นอน
หลับตาลงนึกดูก่อน	เวลานอนเคลื่อนไหวตรงพุง
ยุบ-พอง-ยุบ	พอง-ยุบ-พอง-ยุบ
พอง-ยุบ ในใจ	จนนอนหลับไป
ยุบ-พอง-ยุบ	พอง-ยุบ-พอง-ยุบ



๒. เกมจิมหน้า

วัตถุประสงค์	เพื่อฝึกสติ โดยรับรู้และชี้ให้ทันเนื้อร้อง
เวลาที่ใช้	ประมาณ ๓-๕ นาที
อุปกรณ์	เพลงศีรชะ
วิธีเล่น	ขั้นแรก ให้นักเรียนฝึกร้องเพลงให้คล่อง และจำเนื้อร้องได้อย่างแม่นยำ แล้วจึงให้ใช้นิ้วชี้ที่อวัยวะของตนตามเนื้อร้อง ขั้นที่สอง ให้จับคู่กัน แล้วต่างฝ่ายชี้อวัยวะที่ศีรชะของกันและกันให้ทัน และถูกต้องตามเนื้อร้อง
การตัดสิน	ในระหว่างผู้เล่นแต่ละคู่ใครชี้ได้ถูกต้องไม่ผิดพลาดเป็นผู้ชนะ

๓. นิทาน

เรื่อง อาพวกยักษ์

ในสมัยพุทธกาล มียักษ์ตนหนึ่งชื่ออาพวกะ มีนิสัยดุร้ายมาก พระราชาปราบไม่ได้ต้องยอมให้ยักษ์กินนักโทษวันละคนจนหมดเรือนจำ ต่อมายักษ์กินคนแก่จนหมดแล้ว จะกินเด็กเล็ก ๆ จนถึงพระโอรสของพระราชารเอง พระพุทธเจ้าต้องเสด็จไปช่วยเหลือ .เข้าไปในที่อยู่ของยักษ์ เมื่อยักษ์กลับมาเห็น พระพุทธเจ้านั่งสมาธิอย่างสงบ ก็โกรธแค้นมาก จะจับกินเป็นอาหาร แต่จับพระพุทธเจ้าไม่ได้ จึงส่งเสียงด่าว่าพระพุทธเจ้าต่าง ๆ นานา พระพุทธเจ้ามีสติมั่นคง นั่งสมาธินิ่งอยู่ไม่หวั่นไหว ในที่สุดยักษ์ออกคำสั่งว่า “ลุกขึ้นเดี๋ยวนี้” พระพุทธเจ้าก็ทรงลุกขึ้นอย่างว่าง่าย ยักษ์กลับออกคำสั่งอีกว่า “นั่งลงในที่เดิม” พระพุทธเจ้าก็ทรงนั่งลง ยักษ์ก็ได้ใจ ออกคำสั่งอีกว่า “ลุกขึ้นเดี๋ยวนี้” พระพุทธเจ้าตอบว่า “เราไม่ลุกขึ้นอีกแล้ว” ยักษ์ถามว่า “อ้าว ทำไมล่ะ” พระพุทธเจ้าตรัสว่า เมื่อเรานั่งครั้งแรกไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าผู้เป็นเจ้าของถ้ำ เจ้าสั่งให้เราลุก เราจึงลุกขึ้น ครั้นเจ้าบอกให้เรานั่งลงในที่เดิม เราก็ได้นั่งตามคำอนุญาตของเจ้าแล้ว เรื่องอะไรเราจะลุกไปตามคำสั่งของเจ้าอีก เจ้ายักษ์เอ่ยการอนุญาตให้ใครเขานั่ง แล้วออกปากไล่เขานั้น เป็นกิริยาที่ไม่ดี ไม่มีมารยาท ไม่มีใครเขานับถือ อาพวกะเป็นยักษ์ที่ยังมีความละอายอยู่บ้าง จึงแปลกใจในความฉลาดของพระพุทธเจ้า ได้ถามปัญหาหลายอย่าง พระพุทธเจ้าก็ตอบได้หมด ยักษ์จึงเลื่อมใสและคลายความเหี้ยมโหดลง พระพุทธเจ้าจึงทรงเทศนา ให้ยักษ์เห็นบาปบุญคุณโทษ ยักษ์จึงยอมเชื่อว่า ที่ตนต้องเกิดมาเป็นยักษ์กินคนนั้น เพราะกรรมเก่าที่เคยทำไว้ แล้วยังจะมาสสร้างกรรมใหม่ขึ้นอีกจะเป็นบาปหนักไม่มีที่สิ้นสุด ยักษ์จึงรู้สึกในในความผิดของตน สัญญาว่าจะไม่ทำบาปอีก เมื่อเสนาของพระราชานำพระโอรสมาให้ยักษ์กินตามสัญญา อาพวกยักษ์ก็ละอายใจไม่กล้ารับ พระพุทธเจ้าทรงบอกให้รับ ยักษ์ก็ต้องยอมรับ แล้วรีบส่งให้พระพุทธเจ้า พระองค์รับพระโอรสของ

พระราชาก็ส่งใส่มือยักษ์ พร้อมทั้งตรัสให้ยักษ์คืนทารกนั้นแก่เสนาเพื่อนำไปถวายคืนแก่พระราชินี พระโอรสน้อยนี้จึงได้นามว่า หัตถกะ แปลว่า ผู้ถูกเปลี่ยนมือรับ ต่อมาอาพวกยักษ์ก็ติดตามพระพุทธเจ้า ไปพบพระราชานางแห่งแคว้นอาพวกะ พระราชาเคารพนับถือพระพุทธเจ้าอย่างยิ่ง และเมื่อพระโอรสเติบโตขึ้นก็เคารพบูชาพระพุทธเจ้าที่สุด ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกอย่าง เจ้าชายหัตถกะจึงได้รับยกย่องว่าทรงเป็นยอดหรือเลิศในด้านให้ความช่วยเหลือผู้อื่น

(สรุปจากหนังสืออ่านเพิ่มเติม ชุดพระพุทธศาสนาและจริยธรรม เรื่อง ประวัติอุบาสก กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ)

๔. การเจริญสติแบบ “อัมไบ-เทคนิค” สำหรับเด็ก (มีเทปเสียงประกอบการฝึก)

เสนอแนะ

รูปแบบ

การเจริญสติแบบ “อัมไบ - เทคนิค” สำหรับเด็ก

(AMBAI-TECHNIQUES OF MEDITATION DEVELOPMENT FOR CHILDREN)

(การฝึกสมาธิหรือสติภาวนาสำหรับเด็ก)*

โดย : ศาสตราจารย์ อัมไบ สุจริตกุล คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การฝึกควบคุมกิริยาหรือสํารวมกาย วาจา ใจ และกำหนดอิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นพื้นฐานสำคัญของการปฏิบัติธรรม หากเด็ก ๆ ได้รับการฝึกให้มีสติในการควบคุมกาย วาจา ใจ ในทางที่ถูกที่ควร ตั้งแต่ยังเล็ก ในช่วงเวลาที่เหมาะสมเพียงวันละประมาณ ๕-๑๐ นาที จะช่วยส่งเสริมพัฒนาการด้านจิตใจและคุณธรรม ตลอดจนสติปัญญาได้อย่างดี เนื่องจากรู้จักความสงบ ระวัง และมีสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนาพอสมควรแล้ว ตามขั้นตอนต่อไป

การเตรียมตัว

ครูฝึก : ให้นักเรียนยืนจับมือกัน เป็นวงกลมห่างกันสุดช่วงแขน

* ศ.อัมไบ สุจริตกุล ได้แนวคิดจากการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานของ คุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

การสำรวมใจ

ครูฝึก : พนมมือ กล่าวคำอธิษฐาน

“ข้าพเจ้าจะฝึกสติภาวนา กำหนดอิริยาบถ ยืน-เดิน-นั่ง-นอน ขอให้ข้าพเจ้าฝึกด้วยความพากเพียร อดทน จนบรรลุผลสมความปรารถนาเถิด”

- สาธุ (กัมมศีระจะจรดปลายมือพนม)

ฝึกยืนสมาธิ

ครูฝึก : ทุกคนยืนตรง ปล่อยแขนไว้ข้างลำตัว

- มือซ้ายยกขึ้นช้า ๆ มาวางที่หน้าท้อง
- มือขวายกขึ้นช้า ๆ กุมมือซ้ายไว้
- ก้มลงมองดูเท้าที่เหยียบพื้นอยู่ มองขึ้นมาถึงมือ แล้วเลื่อนขึ้นมาถึงปลายจมูก เยกหน้ามองตรง
- นึกให้เห็นหน้าตัวเอง นึกต่อขึ้นมาถึงบนกระหม่อม
- หลับตา นึกให้เห็นตัวเองกำลังยืนอยู่จากหัวลงไป ถึงมือและเท้า แล้วนึกมองขึ้นจากเท้า ถึงมือจนมาถึงกระหม่อม
- นึกลงและขึ้นอย่างนี้ซ้ำ ๆ

(เปิดเพลงยืนสมาธิเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๓ จบ)

เพลง ยืนสมาธิ

มือกุมกัน แล้วก็ยืนตรง ๆ (ช้า)

ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนตรง

ฝึกเดินด้วยสติ

ครูฝึก : - ต่อไป กำหนดในใจว่า “อยากเดินหนอ ๆๆ”

- ลืมตาขึ้นช้า ๆ เห็นหนอ
- ข้ายัน เติริยมเดินด้วยสติ (เดินเวียนขวาตามเข็มนาฬิกา)
- ยกเท้าขวาก้าวก่อนพร้อมจังหวะเพลง

(เปิดเพลงเดินด้วยสติเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๓ จบ)

เพลง เดินด้วยสติ

ขวา ข้าย ขวา ข้าย ขวา ข้าย ขวา

พุทฺธัง ธัมมัง สังฆัง เราเชื่อฟัง ทำแต่ความดี

ฝึกนั่งสมาธิ

- ครูฝึก :
- เตรียมหยุดเดิน
 - กำหนดในใจว่า “อยากนั่งนอน ๑๑”
 - มือขวา ยกลง ช้า ๑ ปล่อยลงไปข้างตัว
 - มือซ้าย ยกลง ช้า ๑ ปล่อยลงไปข้างตัว
 - เท้าซ้าย ถอยหลัง ย่อตัวลง ลง ลง เข้าถึงพื้น
 - มือซ้ายท้าวพื้น นั่ง นั่งทับ ขาซ้าย
 - มือขวาจับข้อเท้าขวายกมาวางบนขาซ้าย
 - มือสองข้างวางบนเข่า
 - มือซ้าย ยก เข่า มา หงาย วางลงบนตัก
 - มือขวา ยก เข่า มา หงาย วางลงบนมือซ้าย
 - ตัวตั้งตรง ตาปิดเบา ๑
- (เปิดเพลงนั่งสมาธิเบา ๑ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๑ ๓ จบ)

เพลง นั่งสมาธิ

นั่งขัดสมาธิให้ดี สองมือวางทับกันทันที
 หลัดตาตั้งตัวตรงซี้ ตั้งสติให้ดี ภาวนาในใจ
 พุท-โธ - พุท-โธ } หรือ { ยุบ-พอง - ยุบ-พอง
 พุท-โธ - พุท-โธ } ยุบ-พอง - ยุบ-พอง
 (กำหนด พุท-โธ หรือ ยุบ-พอง ต่อไปเรื่อย ๑ จนกว่าจิตจะสงบ)

การแผ่บุญกุศล

- ครูฝึก :
- นั่งสมาธิกันแล้ว กำหนดในใจว่า “อยาก พักนอน ๑ ๑”
 - มือขวายกขึ้นช้า ๑ คว่า แล้ววางบนเข่า
 - มือซ้ายยกขึ้นช้า ๑ คว่า แล้ววางบนเข่า
 - พนมมือ กล่าวคำแผ่บุญกุศล
- “ขอแผ่กุศลให้แก่คุณพ่อ คุณแม่ คุณครูอาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่าน
 ตลอดจนสัตว์ทั้งหลายที่มีชีวิตวิญญาณ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด จงได้รับ
 ผลบุญจากข้าพเจ้าด้วยเถิด”
- สาธุ (กัมมัสสาสะจรดปลายมือพนม)
 - สิ้นตาขึ้นช้า ๑ เห็นนอน

ฝึกนอนกับสติ

- ครูฝึก : - ให้นักเรียนนั่งพับเพียบ ขาช้ายทับขาขวา
- พนมมือ สวดมนต์ ตามเสียงเพลง

เพลง บูชาผู้มีพระคุณ

พุทฺธัง วันทาโม ธัมมัง วันทาโม สังฆัง วันทาโม
พวกหนู บูชารัตนตรัย หนูไหว้พระพุทฺธ ไหว้พระธรรม พระสงฆ์
คุณพ่อ คุณแม่ คุณครู อาจารย์ ผู้มีคุณทุกท่าน หนูจะเป็นคนดี

- กราบ
- มือซ้าย ยกมาวางที่ท้อง
- มือขวา ท้าวพื้น เติร์ยมเอนตัวนอนพร้อมเสียงเพลง

(เปิดเพลงนอนกับสติเบา ๆ หรือผู้ฝึกร้องเพลงนี้เบา ๆ ๑ จบ ร้องซ้ำแผ่ว ๆ)
เฉพาะ ยุบ-พอง - ยุบ-พอง ยุบ-พอง - ยุบ จนเด็กหลับ)

เพลง นอนกับสติ

ตัวเอนลง	มือท้าวลงถึงนอน
หลับตาลงนึกดูก่อน	เวลานอนเคลื่อนไหวตรงพุง
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ
พอง ยุบ ในใจ	จน นอน หลับไป
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ

การฝึกรับประทานอาหารอย่างมีสติ

ขั้นที่ ๑ ก่อนรับประทานอาหาร เตรียมอาหารและน้ำวางไว้พร้อมแล้วให้เด็กพนมมือ
กล่าวคำบูชาคุณ ก่อนรับประทานอาหาร ดังนี้

“ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวาย น้ำกับอาหาร
บูชาคุณพระ
แล้วรับประทานอาหาร ด้วยจิตเบิกบาน
ประหยัดทันที

ไม่กินทิ้งขว้าง อาหารทุกอย่าง ประโยชน์มากมี
ขอบคุณพ่อแม่ และทุกท่านที่ บริการอย่างดี
ขอบคุณ ขอขอบคุณ

ขั้นที่ ๒ กำหนดอิริยาบถขณะรับประทานอาหาร โดยภavanaในใจ ดังนี้

เห็นหนอ	-	เมื่อมองเห็นอาหารที่วางอยู่ตรงหน้า	} กำหนดครั้งเดียว
อยากกินหนอ	-	เมื่อเกิดความรู้สึกอยากรับประทาน	
ยกไป	-	เมื่อมียกช้อนไปตักอาหาร	
ตัก	-	เมื่อตักอาหาร	
มา	-	เมื่อช้อนมาใกล้ปาก	
ใส่	-	เมื่อใส่อาหารเข้าปาก	
เคี้ยว	-	เมื่อเคี้ยวอาหาร - กำหนดในใจว่า เคี้ยว ๆ ๆ ๆ ๆ	
กลืน	-	เมื่อกลืนอาหารลงคอ	

การฝึกรับประทานอาหารอย่างมีสติ ด้วยการกำหนดอิริยาบถละเอียด เช่นนี้คือ การฝึกสติ ภavanaอันเป็นแนวทางนำสู่การปฏิบัติธรรมขั้นสูงต่อไป ถ้าเด็กยังเล็ก อาจฝึกเพียงขั้นที่ ๑ ก่อน จนปฏิบัติได้ดีแล้ว จึงฝึกขั้นที่ ๒

การเจริญสติแบบ “อัมไฟ-เทคนิค” เฉพาะการฝึก ยืน-เดิน-นั่ง-นอน ตามรูปแบบนี้ ใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ ๘ นาที กล่าวคำบูชาคุณและฝึกกำหนดอิริยาบถขณะรับประทานอาหาร ครั้งแรกประมาณ ๑ นาที ต่อจากนั้นเด็กจะกำหนดได้เอง ตลอดเวลารับประทาน โดยไม่พูดคุยหัวเราะ แย้งแย้ง หรือเล่นกันในขณะเคี้ยวอาหาร

เด็กอายุระหว่าง ๓-๑๐ ขวบ ทำตามคำพูดในเทปได้ทุกประการ

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

หน่วยที่ ๑๐ ศาสนาพิธี

แผนการสอนเรื่อง การกราบพระรัตนตรัยแบบเบญจางคประดิษฐ์ (เวลา ๙ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ เป็นการกราบโดยให้อวัยวะทั้ง ๕ อย่าง ได้แก่ เข่าทั้งสอง ฝ่ามือทั้ง ๒ และหน้าผาก จรดลงกับพื้น

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความหมายของการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ได้
๒. แสดงวิธีการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ได้ถูกต้อง
๓. ปฏิบัติตนในการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ตามโอกาสได้

กิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ครูทบทวนการไหว้พระสวดมนต์ที่นักเรียนปฏิบัติเป็นประจำก่อนเข้าห้องเรียน แล้วใช้คำถามดังต่อไปนี้

- การแสดงความเคารพทำได้อย่างไรบ้าง
- นักเรียนเคยไปทำบุญหรือฟังเทศน์ที่วัดหรือไม่ ในขณะที่พระเทศน์นักเรียนปฏิบัติตนอย่างไร
- นักเรียนเคยกราบพระพุทธรูป/กราบพระสงฆ์หรือไม่ วิธีการทำอย่างไร

ให้นักเรียนช่วยกันตอบ หลังจากนั้น ครูอธิบายความหมายและลักษณะของการกราบและการไหว้ให้นักเรียนฟัง

การไหว้ หมายถึง การประนมมือทั้งสองให้นิ้วชิดกันแล้วยกมือขึ้นให้นิ้วหัวแม่มือ อยู่ตรงสันจมูก แล้วก้มศีรษะลง ใช้สำหรับกราบไหว้บุคคลต่าง ๆ ส่วนการไหว้พระ นิ้วหัวแม่มือจะต้องจรดหน้าผาก แล้วก้มศีรษะลง

การกราบ หมายถึง ทำอริยาบถหมอบแล้วกราบลง ถ้ากราบนุคคล กราบโดยประนมมือตั้ง ก้มศีรษะลงบนมือส่วนที่ตึงแล้วกราบครั้งเดียว ส่วนการกราบพระสงฆ์หรือกราบพระพุทธรูปมือทั้งสองต้องคว่ำลงกับพื้น ไม่ใช่ตั้งสันมืออย่างกราบนุคคลแล้วกราบ ๓ ครั้ง การกราบ กราบได้ ๒ แบบ คือ การกราบแบบธรรมดา และการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์

๒. นำเสนอรูปภาพ การกราบแบบธรรมดา และการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ที่แสดงขั้นตอนการกราบทั้ง ๓ จังหวะ คือ อัญชลี วันทา และอภิวาท แล้วสนทนา ชักถาม ครูอธิบายความหมายของการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ และสาธิตให้นักเรียนดู

การกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ หมายถึง การกราบโดยให้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ๕ ส่วน จรดพื้น คือ หน้าผาก ๑ มือ ๒ เข่า ๒

วิธีการบ คือ

๑. นั่งคุกเข่าปลายเท้าตั้ง
๒. ยกมือขึ้นประนมในท่าไหว้ ให้หัวแม่มือจรดกลางหน้าผาก
๓. ก้มกราบโดยให้แขนทั้งสองวางลงพร้อมกัน มือทั้งสองคว่ำวางห่างกันเพียงเล็กน้อย พอให้หน้าผาก จรดพื้นได้ อย่าให้กันยกสูง
๔. แล้วลุกขึ้นนั่งในท่าคุกเข่า
๕. กราบลักษณะนี้ต่อไปจนครบสามครั้ง แล้วไหว้โดยให้หัวแม่มือจรดกลางหน้าผากอีกครั้งหนึ่งแล้วนั่งในท่าปกติ

๓. ให้นักเรียนส่งตัวแทนออกมาแสดงการประนมมือ การไหว้ การกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์พร้อมทั้งอ่านคำ “เบญจางคประดิษฐ์” ต่อจากนั้นให้นักเรียนทั้งชั้นฝึกปฏิบัติที่ห้องจริยธรรม หรือห้องว่างที่สามารถจัดโต๊ะหมู่บูชาแบบง่าย ๆ ได้ โดยฝึกเป็นกลุ่ม

๔. ร้องเพลง เบญจางคประดิษฐ์และทำท่าประกอบ (ภาคผนวก)

๕. ให้นักเรียนสำรวจตนเองและแก้ไขข้อบกพร่อง พร้อมกับปรับปรุงการกราบโดยตั้งใจ อธิษฐานถึงคุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แสดงถึงการเคารพอย่างจริงใจจะทำให้จิตใจสงบสบาย

สื่อและอุปกรณ์

๑. โต๊ะหมู่บูชาที่จัดอย่างง่าย ๆ ในชั้นเรียนหรือในห้องจริยธรรม
๒. ภาพการกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์ทั้ง ๓ ท่า คือ ท่าอัญชลี ท่าวันทา และท่าอภิวาท
๓. แผนภูมิเพลงการกราบเบญจางคประดิษฐ์
๔. บัตรคำ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจในการฝึกปฏิบัติของนักเรียนทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม
๒. สนทนาซักถามเกี่ยวกับความรู้สึกรู้สึกจากการได้ฝึกปฏิบัติ
๓. ติดตามผลการปฏิบัติในโอกาสต่าง ๆ

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

ครูควรจัดกิจกรรมการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์เป็นประจำทุกสัปดาห์อย่างต่อเนื่อง โดยทำเป็นกลุ่มหรือทั้งชั้นเรียน แล้วแต่ความเหมาะสมของสถานที่เพื่อสร้างกิริยาสำถักนักเรียน



ภาคผนวก

เพลง การกราบเบญจางคประดิษฐ์

โดย พระครูอุดมธรรมวาที

อัญชลีแปลว่าประนมมือ	วันทาหรือคือการไหว้
สองอย่างต้องทำโดยตั้งใจ	อภิวาทันไชรั คือ ก้มกราบวันทนา
ท่าที่ ๑ ประนมมือระหว่างอก	ท่าที่ ๒ ยกมือขึ้นวันทา
ท่าที่ ๓ กราบลงทั้งกายา	กิจกรรมนี้หนาหนุงจำไปทำเอย
(ซ้ำท่าที่ ๑.....๓ ครั้ง)	



**ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓**

หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
แผนการสอนเรื่อง โอวาท ๓ (โอวาทปาติโมกข์) (เวลา ๘ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

ไม่ทำชั่ว ทำแต่ความดี ทำจิตใจให้ผ่องใสเป็นการปฏิบัติตามคำสอน อันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกคำสอนที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา
๒. เปรียบเทียบผลจากการกระทำที่เป็นความดีและความชั่ว
๓. บอกผลดีของการฝึกจิตใจให้ผ่องใส
๔. นำข้อคำสอนไปปฏิบัติให้เหมาะสมและถูกต้องอย่างสม่ำเสมอ

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. ร้องเพลง “หัวใจพระพุทธศาสนา” จากแผนภูมิ (ภาคผนวก)
๒. สนทนา ซักถาม จากเนื้อเพลงที่ร้องไป เช่น
 - หัวใจพระพุทธศาสนามีความหมายและสำคัญอย่างไร
 - คำสอนข้อแรกในหัวใจของพระพุทธศาสนาคืออะไร
 - คำสอนข้อใดที่ต้องฝึกเพราะทำได้ยาก
 - คำสอนที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนามีกี่ข้อ อะไรบ้าง
๓. ช่วยกันอภิปรายลำดับความสำคัญของข้อคำสอนที่เป็นหัวใจพระพุทธศาสนาซึ่งต้องสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันทุกข้อ ให้ช่วยกันบอกความหมายและความสำคัญของคำสอนที่เป็นหัวใจพระพุทธศาสนา เขียนสรุปไว้บนกระดานดำ อ่าน แล้วให้จดบันทึกลงสมุด
๔. ให้ตัวแทนออกมาหยิบบัตรข้อความ (ภาคผนวก) คนละบัตร อ่านแล้วบอกว่าเป็นการกระทำที่เป็นความดีหรือความชั่ว ซึ่งมีประมาณ ๑๐-๑๒ บัตร อ่านสรุปเมื่อจัดกลุ่มบัตรข้อความเพื่อให้ทราบว่าแต่ละกลุ่มมีข้อความการกระทำอย่างไร บอกเพิ่มเติมอีกก็ได้
๕. สนทนา ซักถาม อภิปรายการกระทำทั้งสองกลุ่มว่ามีผลจากการกระทำนั้นเป็นอย่างไร

๖. แบ่งกลุ่ม ๖ กลุ่ม ให้ช่วยกันเขียนรายงานเป็นข้อ ๆ เรื่อง ผลของการทำความดี
๓ กลุ่ม และผลของการทำชั่ว ๓ กลุ่ม นำเสนอผลการทำรายงานเปรียบเทียบผลจากการกระทำ
ทั้งสองแบบโดยการอภิปรายและติดผลงานที่ป้ายนิเทศ

๗. สรุปผลจากการกระทำทั้งความดีและความชั่ว เขียนเป็นข้อ ๆ บนกระดาน ให้จด
บันทึกลงสมุด

๘. ให้ทุกคนมีสมุดบันทึกการทำความดีประจำตัวคนละ ๑ เล่ม ตีตารางเป็นช่องวัน เดือน ปี
ความดีที่ได้ทำและลงชื่อผู้รับรอง โดยกำหนดระยะเวลาที่ให้นักเรียนทำตามความเหมาะสม

๙. ฟังนิทานสุภาษิต เรื่อง นายทหารหน่อกับหญิงแม่ลูกอ่อน (ภาคผนวก) สนทนา
ซักถาม อภิปรายเกี่ยวกับการทำความดีที่มาจากจิตใจบริสุทธิ์และดีงามจากนิทานที่ได้ฟังไปแล้ว
และร่วมกันแสดงเหตุผลจากข้อคำถามดังต่อไปนี้

- คนที่ช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ แสดงว่าจิตใจเป็นอย่างไร
- ทีกกล่าวว่า ช่วยผู้อื่นให้เหมาะสมกับสภาพตัวเอง หมายความว่าอย่างไร
- ลักษณะใดบ้างที่แสดงว่ามีจิตใจดี
- สิ่งที่ไม่ดีที่ทำให้จิตใจเกิดความขุ่นมัว มีอะไรบ้าง
- การฝึกจิตใจให้สงบและผ่องใสมีผลอย่างไรบ้าง

๑๐. ฝึกสมาธิด้วยสติภาวนาอย่างง่าย โดยฝึกยืนสมาธิ เดินด้วยสติ นั่งสมาธิ และนอน
กับสติตามเพลง (ภาคผนวก) ฝึกปฏิบัติตามวิธีบริหารจิตเจริญปัญญา

๑๑.ให้อ่านแผนภูมิการพัฒนาจิตใจ ๓ ด้าน (ภาคผนวก) แล้วสนทนาซักถาม อภิปราย
เกี่ยวกับการฝึกจิตใจ เช่น

- คุณธรรมอะไรบ้างที่จะฝึกจิตใจให้เกิดความดีงาม
- เมตตากรุณามีความหมายและการปฏิบัติที่คู่กันอย่างไร
- การฝึกจิตใจให้มีความสามารถควรฝึกในเรื่องใดบ้าง
- การมีความเพียรต้องมีคุณธรรมใดมาประกอบกัน
- ลักษณะของคนที่มีสุขภาพจิตดี เป็นอย่างไร
- การละความโกรธ รู้จักให้อภัย มีผลดีแก่ผู้ปฏิบัติอย่างไร

๑๒. ช่วยกันสรุปผลดีของการฝึกจิตใจให้ผ่องใส เขียนเป็นข้อ ๆ ไว้บนกระดานอ่านพร้อมกัน

๑๓. ร้องเพลง “เด็กดี” จากแผนภูมิ (ภาคผนวก) สนทนาซักถามเกี่ยวกับเพลงว่ามีข้อ
ปฏิบัติของคำสอนที่เป็นหัวใจพระพุทธศาสนาคืออะไรบ้าง

๑๔. คัดแผนภูมิการพัฒนาจิตใจ ลงสมุด ทำแบบฝึกหัดทบทวนเกี่ยวกับคำสอนที่เป็นหัวใจ
พระพุทธศาสนา

สื่อและอุปกรณ์

๑. เพลง
๒. บัตรข้อความ
๓. นิตาน
๔. แผนภูมิ
๕. ตัวอย่างการบันทึก
๖. กระดาษรายงาน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและการอภิปราย
๒. สังเกตความร่วมมือและความสนใจจากการปฏิบัติกิจกรรม
๓. ดูจากการทำงานกลุ่มและผลการทำงาน
๔. ตรวจจากการทำแบบฝึกหัด



ภาคผนวก

๑. เพลง

เพลง หัวใจพระพุทธศาสนา

ของ มุลนิริแสงเทียน

เพื่อนเอยอยากรู้ใหม่ว่า	พระพุทธศาสนาสอนว่าอย่างไร
ฟังนะฉันจะบอกให้	จงตั้งใจจดจำให้ดี
หนึ่งละเว้นความชั่ว	อย่าเกลือกกลั้วให้เสื่อมศรี
สองสร้างสมความดี	ให้ก่อเกิดมีความสุขกาย
สามทั้งความเศร้าหมอง	อย่าให้ครองดวงจิตผ่องใส
สามข้อที่กล่าวไป	คือหัวใจพระพุทธศาสน์เอย

เพลง “เด็กดี”

เนื้อร้อง กิตติวดี บุญซื่อ
ทำนอง ชีวชาญชมจันทร์

เด็กดีนั้นหนา เขาไม่ว่าใคร ๆ พุดจาปราศรัย ฟังชื่นใจ
ทุกราย เจอะกันสวัสดี ด้วยไมตรีทักทาย ขอบคุณ ขอโทษอย่างง่ายดาย
ไม่ละอายทำดี
แม้เรียนก็เพียรตั้งใจ รับรู้เร็วไวทันที มอบงานอย่างไหน
ไม่หลีกหนี ยึดมั่นยืนดีได้ตั้งใจ
น่ารักจริงหนอ เราจะขอจำไป เด็ก ๆ ทั้งหลายจงสนใจ
ทำดีเถิดหนา อย่าเผลอไป คนดีนั้นหนาเพลินตาเพลินใจ ไปแห่งไหนคนชม

เพลงเกี่ยวกับการฝึกสติภาวนา

เพลง ยืนสมาธิ

เนื้อร้องและทำนอง : ศ.อำไพ สุจริตกุล

มือกุมกัน แล้วก็ยืนตรงตรง (ซ้ำ)
ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนตรง

เพลง เดินด้วยสติ

ขวา ซ้าย ขวา ซ้ายขวา ซ้าย ขวา
พุทฐัง ธัมมัง สังฆัง
เราเชื่อฟัง ทำแต่ความดี

เพลง นั่งสมาธิ

นั่งขัดสมาธิให้ดี	สองมือวางทับกันทันที
หลับตาลงตั้งตัวตรงซี้	ตั้งสติให้ดี ภาวนาในใจ
พุท-โธ พุท-โธ	ยุบ-พอง ยุบ-พอง

เพลง นอนกับสติ

ตัวเอนลง	มือเท้าลงถึงนอน
หลับตาลงนึกดูก่อน	เวลานอนเคลื่อนไหวตรงพุง
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ
ยุบ พอง ในใจ	จนนอนหลับไป
ยุบ พอง ยุบ	พอง ยุบ พอง ยุบ

๒. บัณฑิตข้อความ

ชี้แจงทำการบ้าน
แกลังฟี่รังแกน้อง
เกลียดคนที่ครูพูดชมเชย
ขอบคุณเพื่อนที่ให้ยืมดินสอ

พูดตวาดเพื่อน
เล่นหยอกล้อเพื่อนในแถว
ยกเก้าอี้ให้คุณครู
ไปซื้อของให้คุณพ่อ

รับของจากคุณแม่เมื่อกลับจากตลาด
ปรบมือให้เพื่อนที่ชนะเลิศการวาดภาพ

นอนตื่นสาย
เก็บเงินได้นำไปส่งคุณครู

๓. นิทาน

เรื่อง “นายทหารหนุ่มกับหญิงแม่ลูกอ่อน”

ครั้งหนึ่งมีเรือโดยสารแล่นมากลางทะเล เกิดประสบลมพายุรุนแรงจนเรือไม่สามารถแล่นต่อไปได้และกำลังจะจม นายทหารหนุ่มประจำเรือ จึงให้ผู้หญิง เด็ก และคนชราลงเรือเล็ก ซึ่งตนเป็นผู้บังคับเรือ และต้องจำกัดจำนวนคน ดังนั้น ผู้ชายที่แข็งแรงให้ช่วยตัวเอง โดยว่ายน้ำไป

ในเรือลำเล็กมีหญิงแม่ลูกอ่อนผู้หนึ่ง ซึ่งสามิต้องลงไปว่ายน้ำอยู่กลางทะเล นางร้องให้คร่ำครวญ ร่ำพังก่ำก้นกับลูกน้อยของตนว่า “ลูกเอ๋ยถึงเราจะขึ้นไปบนฝั่งได้ แต่เราก็ต้องอดตายเพราะพ่อของเจ้าคงจะจมน้ำตายแน่ ๆ เราจะทำอย่างไร” นายทหารหนุ่มได้ยินก็มีความสงสารคิดว่า เราตัวคนเดียว แม้ว่าจะตายก็คงไม่มีใครไต่ลาก เขาจึงนำเรือเล็กเข้าไปใกล้ชายฝั่งเป็นสามิตของหญิงผู้นั้น แล้วสั่งให้ขึ้นมาบนเรือนำเรือไปให้ถึงฝั่ง ส่วนตัวของนายทหารหนุ่มลงไปในทะเลแทน ด้วยจิตใจที่ตั้งามประกอบกับความมีสติมั่นคง กล้าหาญและอดทน เขาจึงสามารถว่ายน้ำไปจนถึงฝั่งได้โดยปลอดภัย คุณความดีของนายทหารผู้นี้ เป็นที่รู้จัก ได้รับรางวัลและคำยกย่องสรรเสริญอย่างมากมาย

๔. แผนภูมิ “การพัฒนาจิตใจ”

๑. จิตใจมีคุณภาพที่ดีงาม คือ

เมตตากรุณา ใจใฝ่แผ่
กตัญญูกตเวที รักและเป็นมิตรต่อผู้อื่น

๒. จิตใจมีความสามารถ คือ

มีสติดี มีความเพียร
มีความอดทน มีความตั้งใจจริง

๓. จิตใจมีสุขภาพดี คือ

ร่าเริงเบิกบาน ชื่นชมยินดี
ปลอดโปร่งสงบ ไม่เครียดขุ่นมัว



หมายเหตุ การพัฒนาจิตใจนี้เรียบเรียงจากหนังสือ “ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะศาสนาประจำชาติ” โดยพระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)

๕. แบบฝึกหัดเพิ่มเติม

จงเลือกคำตอบข้อที่ถูกต้องที่สุด

๑. ธรรมที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา เรียกว่าอย่างไร
 - ก. พระปริยัติธรรม
 - ข. พระไตรปิฎก
 - ค. โอวาทปาติโมกข์
 - ง. ธรรมจักรกัปปวัตนสูตร
๒. การนอนตื่นสาย แสดงว่าเป็นคนอย่างไร
 - ก. อ่อนแอ
 - ข. เกียจคร้าน
 - ค. เห็นแก่ตัว
 - ง. มีความเครียด
๓. น้อยเอาสมุดของนิดไปซ่อน เพราะนิดได้รางวัลจากการทำงานดี แสดงว่าน้อยมีจิตใจอย่างไร
 - ก. โกรธ
 - ข. ริษยา
 - ค. เบื่อหน่าย
 - ง. หงุดหงิด
๔. เมื่อครูประกาศผลการสอบของเพื่อนที่ได้คะแนนยอดเยี่ยมเราจะทำอย่างไร
 - ก. ไม่พูดด้วย
 - ข. วิ่งไปจับมือ
 - ค. ประบมือให้
 - ง. นั่งเฉย ๆ
๕. ลักษณะของคนที่มีสุขภาพจิตดี เป็นอย่างไร
 - ก. ร่าเริงเบิกบาน
 - ข. พุดคุยเสียงดัง
 - ค. มีความพยายาม
 - ง. ร้องเพลงเก่ง
๖. ผลของการฝึกสติภาวนาที่สำคัญคือข้อใด
 - ก. ทำสมาธิได้เก่ง
 - ข. ไม่ริษยาอาฆาต
 - ค. ทำให้เกิดความเพียร
 - ง. เป็นการพัฒนาจิตใจ

๖. ตัวอย่าง

ตารางบันทึกการทำความดี

วัน เดือน ปี	ความดีที่ได้ทำ	ผู้รับรอง
๑๕ ธ.ค. ๓๔	พาน้องที่หกล้มไปใส่ยา	
๑๘ ธ.ค. ๓๔	ล้างผักให้คุณแม่	
๑๙ ธ.ค. ๓๔	ช่วยถือของให้คุณแม่ตอนไปตลาด	

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หัวข้อ

ศาสนพิธี

แผนการสอนเรื่อง

คำอาราธนาและสมาทานศีล ๕

(เวลา ๙ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การอาราธนาศีลเป็นการเชื้อเชิญให้พระสงฆ์ในพิธีให้ศีลก่อนที่จะประกอบพิธีต่อไป พิธีถวายทานทุกอย่างจะต้องอาราธนาศีลเสมอ ส่วนการสมาทานศีลเป็นการรับเอาศีลไปประพฤติปฏิบัติ

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความหมายของการอาราธนาศีลและสมาทานศีล ๕ ได้
๒. ปฏิบัติตนในการอาราธนาศีล ๕ และสมาทานศีล ๕ ได้
๓. นำความรู้ที่ได้ไปใช้ปฏิบัติในพิธีทางศาสนาต่าง ๆ ตามโอกาสอันควร

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ครูตั้งประเด็นคำถาม ให้นักเรียนช่วยกันคิด ดังนี้
 - ทำไมการกราบพระจึงต้องกราบถึง ๓ ครั้ง แตกต่างจากการกราบบุคคลอย่างไร
- คำตอบที่ได้ อาจมีมากมาย เช่น
- กราบพระ ๓ ครั้ง เพราะ ระลึกถึง พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์
 - เป็นการแสดงความเคารพ จึงต้องกราบถึง ๓ ครั้ง
 - พ่อแม่บอกให้กราบก็ทำตาม

ฯลฯ

ครูอธิบายเหตุผลของการกราบพระ ๓ ครั้ง ดังนี้

๑. กราบครั้งที่ ๑ เป็นการระลึกถึง พระพุทธรูป หมายถึง ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ซึ่งมีคุณ ๓ ประการ คือ

๑.๑ พระเมตตาคุณ ทรงรักใคร่ ห่วงใย แก่สรรพสัตว์ทุกจำพวกเสมอกัน

๑.๒ พระปัญญาคุณ ทรงใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาลต่าง ๆ

๑.๓ พระบริสุทธิคุณ ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่สัตว์โลก โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน

โดยครูอาจเล่าพุทธประวัติประกอบด้วย (ดูภาคผนวก)

๒. กราบครั้งที่ ๒ เป็นการระลึกถึงพระธรรม คือ คำสอนของพระพุทธองค์

๓. กราบครั้งที่ ๓ เป็นการระลึกถึงพระสงฆ์ ผู้ซึ่งปฏิบัติชอบตามคำสอนของพระพุทธองค์แล้วสอนให้คนอื่นปฏิบัติตาม

๒. ครูขออาสาสมัคร ๒-๓ คน ให้ออกมาเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการเข้าร่วมทำบุญในวันสำคัญ ๆ ทางศาสนา เช่น วันพระ วันวิสาขบูชา วันเข้าพรรษา ฯลฯ โดยกำหนดหัวข้อให้นักเรียนพูดในเรื่องต่อไปนี้

- นักเรียนไปวัดกับใคร
- วิธีการทำบุญที่วัดทำอย่างไร
- นักเรียนปฏิบัติตนอย่างไรเมื่อไปทำบุญ
- นักเรียนนำสิ่งใดบ้างไปทำบุญที่วัด
- พระสงฆ์ปฏิบัติอย่างไรในการทำบุญ

ต่อจากนั้นแบ่งกลุ่มให้นักเรียนช่วยกันสรุปลำดับขั้นตอนของการทำบุญว่าจะต้องทำอะไรก่อน/หลัง

๓. นำเสนอบัตรคำ

- อารธนาศีล
- สมาทานศีล

ฝึกให้นักเรียนอ่าน และอธิบายความหมายและความสัมพันธ์ของคำทั้ง ๒ คำ เพื่อให้ได้ข้อสรุปตรงกันว่า

การอารธนาศีล คือ การกล่าวคำเชิญหรือขอร้องให้พระให้ศีล

การสมาทานศีล คือ รับศีลมาปฏิบัติ

๔. เปิดเทปบันทึกเสียง การอารธนาศีลและการสมาทานศีล แล้วนำเสนอแผนภูมิการอารธนาศีล ๕ และการสมาทานศีล ฝึกให้นักเรียนอ่านตาม (แล้วฝึกกล่าวคำอารธนาศีลและสมาทานศีล)

๕. ร้องเพลง แยกบอกศีล

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิคำอารธนาศีล
๒. แผนภูมิคำสมาทานศีล
๓. เทปบันทึกเสียงการอารธนาศีลและการสมาทานศีล

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตพฤติกรรมในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม
๒. ความรับผิดชอบและการให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ

๓. การแสดงความคิดเห็นและการตอบคำถาม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

เมื่อถึงวันสำคัญทางศาสนา ครูและนักเรียนเตรียมของเพื่อนำไปถวายพระที่วัดใกล้โรงเรียน หรือนิมนต์พระมารับถวายของที่โรงเรียนในโอกาสวันสำคัญหรือโอกาสเหมาะ เพื่อฝึกให้นักเรียน รู้จักปฏิบัติตนในการเข้าร่วมพิธีทางศาสนา



ภาคผนวก

เพลง

เพลง แบกบอกสี่

ไม่ทราบนามผู้แต่ง

เห่ เฮ.....สลัมมะนา ถามว่าสี่ ๕ นั่นคืออะไร
 สี่ ๕ ก็คือ ข้อห้าม เราต้องจำเอาไว้ให้ดี
 ข้อ ๑ ซึ่งห้ามฆ่าสัตว์ กักขังมัดตัดชีวิต
 ข้อ ๒ ต้องห้ามลักทรัพย์ หรือลักเอาเจ้าของเขามี
 ข้อ ๓ ห้ามผิดผิวเมียลูกเขา เคล้าเคลียรักใคร่เต็มที่
 ข้อ ๔ นี่ห้ามพูดปดหรือคิดคดมุสาพาที
 ข้อ ๕ ห้ามดื่มสุราสูบกัญชาฝิ่นไม่ดี
 ฮัลเลวังกา รักษาสี่ ๕ เอาไว้ให้ดี

พระเมตตาคุณ

พระสิทธัตถะได้เสด็จจากนครราชคฤห์ตรงไปยังชนบทอันเต็มไปด้วยทิวเขาซึ่งเป็นที่อยู่แห่งฤๅษีและนักบวชนานาชนิด ขณะที่พระองค์เสด็จไปตามหนทาง ได้ทรงเห็นฝูงนกกตบฟ้าลงมาจากภูเขา พร้อมกับเสียงกืบสัตว์จำนวนมากกระทบกับพื้นดิน ครั้นเสด็จใกล้เข้าไปก็ทอดพระเนตรเห็นแพะและแกะฝูงใหญ่ ออกมาจากกลุ่มผืนอันพุ่งขึ้นดุจเมฆนั้น ฝูงสัตว์ที่น่าสงสารนั้นกำลังถูกขับต้อนไปทางในเมือง ตอนท้ายปลายฝูงอันยาวยืดยาวนั้น มีลูกแกะตัวหนึ่งขาเจ็บเป็นแผลมีเลือดไหลโหมม ต้องพยายามไขยกเขยกเดินไปตามฝูงด้วยความเจ็บปวดทรมาน เมื่อพระสิทธัตถะทอดพระเนตรเห็นลูกแกะตัวนี้ และทั้งทรงสังเกตเห็นแม่ของมันกำลังเดินควานพะวงหน้าพะวงหลัง เพราะมีลูกเล็กที่จะต้องห่วงหลายตัว พระหฤทัยของพระองค์ก็เต็มอัดอยู่ด้วยความกรุณา

ดังนั้น พระองค์จึงได้ทรงอุ้มแกะขาเจ็บตัวนั้นไว้ในอ้อมพระหัตถ์ พลองพลอบโยนอย่างปราณี แล้วเสด็จเดินตามฝูงแกะไปข้างหลัง เมื่อทรงทอดพระเนตรเห็นหมู่คนเลี้ยงแกะ ซึ่งกำลังเดินตามมาก็ตรัสถามว่า เขาจะต้อนฝูงแกะเหล่านี้ไปทางไหน และทำไมเขาจึงต้อนแกะเหล่านี้ในเวลากลางวันเช่นนี้ แทนที่จะต้อนมันกลับจากที่เลี้ยงในเวลาเย็น คนเหล่านั้นได้กราบทูลพระองค์ว่า เขาต้องทำตามคำสั่ง ซึ่งสั่งให้น้าแพะและแกะอย่างละร้อยตัวไปสู่พระนครในตอนกลางวัน เพื่อให้เป็นการพริกกพร้อมทันเวลาที่พระราชจะประกอบการบูชามหาโยนิในวันนี้ พระสิทธัตถะตรัสว่า “ฉันจะไปกับท่านด้วย” แล้วพระองค์ก็เสด็จตามฝูงแกะนั้นไป ทรงอุ้มลูกแกะตัวน้อยนั้นไว้ในอ้อม

พระหัตถ์ตลอดทาง

พระสิทธัตถะได้เสด็จตามฝูงแกะ ซึ่งกำลังก้าวเข้าไปใกล้ความตายอยู่ทุกขณะจนกระทั่งถึงพระนคร แล้วเสด็จต่อไปจนถึงพระราชวังอันเป็นที่ซึ่งจะมีการบูชายัญญู ณ ที่นั้น พระราชาประทับอยู่กับหมู่่นักบวช ซึ่งกำลังสวดมนต์สรรเสริญคุณเทพเจ้าทั้งหลายอยู่ ในขณะที่นั้นไฟบนแท่นบูชาได้ติดขึ้นแล้ว นักบวชเหล่านั้นก็พร้อมที่จะทำการบูชาด้วยฝูงสัตว์ที่เพิ่งมาถึง ขณะที่หัวหน้านักบวชกำลังยกมิดเงื้อขึ้น เพื่อจะตัดศีรษะแกะที่ถูกนำเข้ามาเป็นตัวแรก พระสิทธัตถะได้ทรงก้าวเข้าไปตรงหน้า และหยุดยั้งการกระทำของเขาไว้

พระสิทธัตถะได้ทรงยับยั้งการกระทำของหัวหน้านักบวชผู้นั้นไว้ ด้วยท่าทางอันสง่างามและสูงส่ง ครอบงำความรู้สึกของคนทั้งหลายในที่นั้นอย่างสิ้นเชิง และได้ตรัสแก่พระเจ้าพิมพิสารว่า “อย่าเลยมหาราช อย่าให้ผู้บูชายัญญูล่าชีวิตสัตว์ที่น่าสงสารนี้เลย” เมื่อได้ตรัสดังนั้นแล้ว พระองค์ก็ได้ทรงชี้แจงให้ทุกคนในที่นั้นได้ทราบถึงข้อที่ชีวิตนี้เป็นของน่าอัศจรรย์เพียงไร คือ การที่ใคร ๆ อาจจะทำลายได้ แต่เมื่อทำลายลงไปแล้วก็ไม่อาจสร้างให้กลับเป็นขึ้นมาได้ พระองค์ได้ตรัสแก่ประชาชนที่ล้อมรอบอยู่ในที่นั้นว่า สัตว์ทุกตัวซึ่งมีชีวิต ย่อมรักชีวิตย่อมกลัวต่อความตาย เช่นเดียวกับมนุษย์ แล้วทำไมมนุษย์จะมาใช้กำลังที่ตนมีเหนือสัตว์ผู้เป็นเพื่อน เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันนั้นให้เป็นไปในทางปล้นเอาชีวิตซึ่งเป็นที่รักของมันเสียเล่า?

พระองค์ตรัสต่อไปว่า ถ้ามนุษย์ปรารถนาจะได้รับความเมตตากฎณาแล้ว ก็ควรแสดงความเมตตากฎณาออกไป ถ้ามนุษย์เป็นผู้ล้างผลาญชีวิตเขาก็จะถูกล้างผลาญชีวิตเป็นการตอบแทนตามกฎความจริงซึ่งครองโลก และได้ทรงสรุปว่า ถ้าคนเราปรารถนาจะได้รับความสุขด้วยตนเองในอนาคตแล้วก็ต้องไม่ทำความทุกข์ให้เกิดแก่สัตว์อื่น แม้ที่ต่ำต้อยเพียงไร ผู้ที่หว่านพืชแห่งความเศร้าโศกทรมานลงไปแล้ว ไม่ต้องสงสัยเลยจักต้องได้เก็บเกี่ยวผล อันเกิดขึ้นในทำนองเดียวกัน

พระสิทธัตถะได้ตรัสแก่พระราชาและนักบวช ผู้ประกอบการบูชายัญญูตลอดถึงประชาชนชาวนครราชคฤห์เหล่านั้นด้วยพระอาการอันสุภาพอ่อนโยนเต็มไปด้วยพระทัยกรุณาอย่างแท้จริง แต่ก็ทรงไว้ซึ่งอำนาจ และพลังอันเข้มแข็ง ถึงกับเปลี่ยนจิตใจของพระราชาและนักบวชเหล่านั้นได้โดยสิ้นเชิง ดังนั้น พระเจ้าพิมพิสารจึงได้ทรงขอร้องพระสิทธัตถะอีกครั้งหนึ่ง เพื่อให้ประทับอยู่ในอาณาจักรของพระองค์ และสั่งสอนชนทั้งหลายให้มีความเมตตาปราณีต่อสัตว์มีชีวิตสืบไป พระสิทธัตถะได้ทรงตอบขอบพระทัยในความหวังดีของพระราชา แต่เนื่องจากพระองค์ยังมีได้ตรัสรู้สิ่งที่ทรงประสงค์จึงได้ทรงปฏิเสธ และได้ทูลลาเพื่อเสด็จจาริกต่อไป

ที่มา พุทธประวัติประกอบภาพสำหรับเยาวชน เล่ม ๔ หน้า ๔ - ๑๙

พุทธศาสนิกชน โดย ปยุต เงากระจ่าง วาดภาพปก และภาพประกอบ

มณฑา แสงสมบูรณ์ เรียบเรียงคำบรรยายจากพุทธประวัติสำหรับเยาวชน

พระปัญญาคุณ ทรงใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาลักษณะต่าง ๆ

เข้าวันหนึ่ง พระพุทธองค์ได้เสด็จออกจากพระอารามเวฬุวัน เพื่อไปบิณฑบาตในนครราชคฤห์ พระองค์ได้ทรงพบชายหนุ่มคนหนึ่ง เนื้อตัวเปียกชุ่มไปหมด รวากับว่าเพิ่งขึ้นมาจากน้ำ ยืนอยู่กลางถนน ทำอาการโศกตัวนบไหว้ทิศทั้งสี่ คือ ทิศตะวันออก ทิศใต้ ทิศตะวันตก ทิศเหนือ แล้วไหว้แขนขึ้นไปบนฟ้า และไหว้ลงไปทางพื้นดินแทบเท้าของตน ในที่สุดได้โปรยเมล็ดข้าวไปทุกทิศในขณะที่ตนกำลังนบไหว้

พระองค์ได้ทรงทอดพระเนตรดูชายหนุ่มคนนั้น กระทำพิธีอันแปลกประหลาดอยู่บนทางสาธารณะจนเสร็จแล้ว ได้ตรัสถามเขาว่า ทำไมเขาจึงทำอย่างนั้น ชายหนุ่มคนนั้นทูลตอบว่า เขาทำตามคำสั่งของบิดาซึ่งขอร้องเขาไว้เป็นครั้งสุดท้ายก่อนจะสิ้นชีพ ให้เขาทำเช่นนั้นทุก ๆ เวลาเช้า เพื่อเป็นการป้องกันสิ่งชั่วร้ายทุกประการ มิให้มาสู่ตัวเขาจากทิศทั้งสี่ จากเทวดาเบื้องบน จากปีศาจในเบื้องต่ำ เมื่อได้ทรงฟังคำตอบดังนี้ พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า “เป็นการถูกต้องอย่างยิ่งที่ท่านรักษาคำมั่นสัญญาอันได้ให้ไว้กับบิดาขณะที่จะสิ้นชีพอย่างซื่อสัตย์ แต่ว่าที่ท่านกระทำนั้นยังไม่ตรงตามที่บิดาของท่านมุ่งหมาย”

“ข้อที่บิดาของท่านสั่งให้ท่านทำการนบไหว้ และโปรยอาหารไปทางทิศตะวันออกนั้น หมายความว่า ท่านจะต้องแสดงความเคารพสักการะต่อบุคคลซึ่งให้กำเนิดชีวิตแก่ท่าน โดยเฉพาะก็คือ มารดาบิดานั่นเอง การนบไหว้ทางทิศใต้นั้น บิดาของท่านหมายถึง การเคารพสักการะครูบาอาจารย์ ซึ่งสั่งสอนวิชาความรู้ให้แก่ท่าน การนบไหว้ทางทิศตะวันตกนั้น หมายถึง การทะนุถนอมเลี้ยงดูบุตรและภรรยา การนบไหว้ทางทิศเหนือ หมายถึง การเคารพนับถือสงเคราะห์วงศ์ญาติและมิตรสหาย การนบไหว้ทางทิศเบื้องบน หมายถึง การสักการะบูชาบุคคลผู้มีความดี ความงาม ความประเสริฐ เช่น สมณะ และพรหมณ์ เป็นต้น”

“สำหรับการไหว้ลงเบื้องต่ำทางพื้นดินนั้น หมายถึง การยอมรับนับถือสิทธิในการแสวงสุข และการมีชีวิตของสัตว์ต่ำ ๆ ทุกประเภท แม้แต่สัตว์ที่ถือว่าเล็กและเลวที่สุด ซึ่งอาศัยอยู่ในแผ่นดิน บิดาของท่านมุ่งหมายอย่างนี้ จึงได้สั่งให้ท่านนบไหว้เช่นนั้น และเป็นการป้องกันอันตรายทุกอย่าง อันจะมาถึงท่านจากทุกทิศทุกทางได้จริง” นอกจากนี้ พระองค์ยังได้ทรงอธิบายให้ชายหนุ่มซึ่งมีนามว่า “สิงคาละ” ผู้นี้ เข้าใจโดยละเอียดในสิ่งที่เขาจะต้องประพฤติต่อตนเอง และต่อบุคคลอื่น เพื่อให้ทุกคนมีความสุข ความเจริญ ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต พระองค์ได้ทรงแนะนำให้สิงคาละละเว้นจากการฆ่า เว้นจากการลักขโมย จากการล่วงเกินของรักของบุคคลอื่น จากการพูดเท็จ และการดื่มน้ำเมาทุกชนิด

ต่อจากนั้น พระองค์ก็ได้ทรงแนะนำให้เขาทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียรในการแสวงหาทรัพย์ และให้รู้จักรักษาทรัพย์ซึ่งหามาได้แล้ว แต่ก็มิให้หลงละโมภ หรือบริโภคใช้สอยทรัพย์นั้นเพื่อประโยชน์แก่ตนแต่ผู้เดียว ทั้งต้องไม่ใช้ทรัพย์ไปในทางสุรุ่ยสุร่ายโง่เขลา ทรงแนะนำให้ใช้ทรัพย์

จำนวนหนึ่งในสี่เพื่อการเลี้ยงดูตัวเองและครอบครัว หนึ่งในสี่ในการขยายการงานอาชีพของตน ให้กว้างขวางออกไป หนึ่งในสี่ในการช่วยเหลือคนที่กำลังต้องการความช่วยเหลือ และอีกหนึ่งในสี่ เก็บไว้เป็นทุนสำรองเมื่อคราวภัยพิบัติเกิดขึ้น จะได้ใช้สอยทันท่วงที สิ่งลาคะได้ตั้งใจฟังคำแนะนำของพระองค์ด้วยความเคารพและได้กราบทูลขอสมัครเป็นสาวกของพระองค์ยืนยันในการที่จะทำการ ไหว้ทิศทั้งหก ตามวิธีที่พระองค์ทรงแนะนำโดยครบถ้วนจนตลอดชีวิต

ที่มา พุทธประวัติประกอบภาพสำหรับเยาวชน เล่ม ๕ หน้า ๓๕-๔๓

พุทธทาสภิกขุ โดย ปยุต เงากระจ่าง วาดภาพปก และภาพประกอบ

มณฑา แสงสมบูรณ์ เรียบเรียงคำบรรยายจากพุทธประวัติสำหรับเยาวชน

พระบริสุทธิตุณ

ในครั้งนั้นมีนักบวชคนหนึ่งนามว่า สุภัททะ พักอยู่ในเมืองกุสินารา เมื่อสุภัททะทราบว่ พระพุทธองค์กำลังจะปรินิพพาน จึงตั้งใจจะไปเฝ้าพระองค์เพื่อทูลถามปัญหาบางประการ ซึ่งทำความ ยุ่งยากใจแก่เขาในขณะนั้น เขาเชื่อว่า พระพุทธองค์เท่านั้นที่จะสามารถแก้ปัญหานี้ให้กระจ่างได้ จึงได้ตามไปพบพระพุทธเจ้า เมื่อไปถึงพบพระอานนท์แจ้งความประสงค์ให้ทราบ แต่พระอานนท์ ห้ามว่า อย่าเลยสุภัททะ พระผู้มีพระภาคเจ้ากำลังทรงอดิโรย อย่ารบกวนพระองค์ด้วยการถาม ปัญหาเลย แต่สุภัททะไม่ฟังคำทัดทานพยายามรบเร้าเพื่อจะพบให้ได้ เมื่อพระพุทธองค์ได้สดับเสียง ของคนทั้งสอง จึงตรัสแก่พระอานนท์ว่า “ดูก่อนอานนท์ เธออย่าห้ามสุภัททะเลย จงปล่อยให้เขา เข้ามาหาเราเถิด ข้อที่เขาซักถามเรานั้น จึงเป็นความดีแก่การศึกษาในธรรมวินัยของเขา หาใช่ เป็นการรบกวนเราโดยไร้ประโยชน์แต่อย่างใด เมื่อพระองค์ได้สดับปัญหาของสุภัททะแล้ว ได้ทรง แสดงพระธรรมเทศนา โปรดจนสุภัททะเลื่อมใสขอบวชเป็นภิกษุ ซึ่งพระองค์ทรงอนุญาตให้พระ อานนท์ประกอบการอุปสมบทให้ สุภัททะจึงเป็นภิกษุองค์สุดท้าย

พระองค์ทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่สัตว์โลก โดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง ไตรสิกขา

(เวลา ๕ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

ไตรสิกขา เป็นกระบวนการที่พัฒนามนุษย์ ทั้งทางกาย วาจา ความคิด จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ให้สามารถดำรงและดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสันติและมีอิสรภาพ เน้นการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตนด้วยหลักของศีล สมาธิ ปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องของไตรสิกขา
๒. เห็นประโยชน์ในการปฏิบัติตามหลักของไตรสิกขา

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ครูนำเสนอ เพื่อรวบรวมความรู้ ความเข้าใจ และความคิดต่าง ๆ เกี่ยวกับเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อสรุปเข้าสู่ความหมาย ตัวอย่างเช่น

๑.๑ ในเรื่องของ**ศีล** คือข้อควรละเว้น ไม่ประพฤติปฏิบัติ เช่น เว้นจากการทำร้าย หรือทำลายชีวิต เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นประพฤติผิดในกาม เว้นการพูดเท็จ เว้นการพูดส่อเสียด เว้นการพูดคำหยาบ เว้นการพูดเพ้อเจ้อ เว้นจากการดื่ม เสพของมีนเมาทุกชนิด รวมทั้งต้องเลี้ยงชีพ และดำรงชีพอย่างสุจริต ไม่ผิดศีลธรรมและกฎหมาย

๑.๒ เรื่อง**สมาธิ** ให้ระลึกว่าอยู่ตลอดเวลาที่กำลังทำอะไรอยู่ ต้องระวังไม่ให้เผลอใจไปทำบาป พยายามทำแต่ความดี ทำจิตใจให้ผ่องใส ไม่ฟุ้งซ่าน ในเรื่องการศึกษาเล่าเรียนก็ต้องเรียนอย่างมีสมาธิ จิตใจไม่วอกแวก ในเรื่องการทำงานอื่น ๆ ก็เช่นเดียวกัน ต้องทำอย่างตั้งใจ และมีสมาธิในการทำงาน จะส่งผลให้งานสำเร็จด้วยดี

๑.๓ **ปัญญา** ครูชี้แนะให้นักเรียนมองเห็นความจริงแห่งอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ (สภาพที่เป็นปัญหา) สมุทัย (เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา) นิโรธ (เป้าหมายของการแก้ปัญหา ทางแห่งความดับทุกข์) มรรค (เห็นวิธีแก้ปัญหามาหรือแนวทางการปฏิบัติเพื่อดับทุกข์) ยกตัวอย่างความทุกข์ที่มีอยู่ในใจของแต่ละคนแล้วให้ติดตามอริยสัจ ๔ จะส่งผลให้เกิดปัญญา คือ รู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งที่เป็นความทุกข์ แล้วหาทางดับทุกข์นั้น ๆ ปัญญาก็จะเกิดขึ้น นอกจากนั้นผู้ที่มีปัญญาย่อมมีความคิด

ที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น คิดที่จะให้ตนหลุดพ้นจากความอยากได้ อยากมี อยากเป็นในสิ่งที่ไม่เหมาะสม ไม่ควร ไม่เบียดเบียนผู้อื่น และตนเอง รวมทั้งต้องไม่มีความอาฆาตพยาบาทจองเวร เพราะสิ่งเหล่านี้จะบั่นทอนปัญญาของคน

๒. ยกตัวอย่างข่าวจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ เพื่อให้เห็นความจำเป็น ความสำคัญ และประโยชน์ในการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ซึ่ให้เห็นผลดีของการปฏิบัติ/ผลเสียของการไม่ปฏิบัติ

๓. สนทนาซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของนักเรียนว่าเคยปฏิบัติสิ่งใดที่สามารถโยงเข้าสู่เรื่องของ ศีล-สมาธิ-ปัญญา ได้บ้าง การปฏิบัติอย่างใดที่ดี/เหมาะสม ควรปฏิบัติต่อไป การปฏิบัติใดที่ไม่เหมาะสม ควรละเว้นหรือหลีกเลี่ยง

๔. ให้นักเรียนกับเพื่อนสนิท ๑ คน จับคู่สัญญากันเพื่อกล่าวคำสัญญา-ปวารณาในเรื่องที่จะปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขา ข้อที่นักเรียนยังบกพร่องอยู่ เช่น เรื่องการพูดจา / การกระทำที่ไม่เหมาะสม ฯลฯ โดยใช้เพลงสัญญา-ปวารณา และครูต้องคอยติดตามผลการปฏิบัติของคู่สัญญาแต่ละคู่ด้วย ตัวอย่างเช่น คู่สัญญาคนที่ ๑ มักจะขบถคุยในเวลาเรียน และต้องการที่จะเลิกคุย จึงให้สัญญากับคู่สัญญาคนที่ ๒ ตามเพลงสัญญา-ปวารณา :-

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ (ฉันจะไม่พูดคุยในเวลาเรียน)

* ข้อความในวงเล็บเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม ถ้าฉันผิดสัญญาจงเมตตาเตือนโทษ

๕. ร่วมกันร้องเพลงที่สามารถสรุปเข้าสู่เรื่องของไตรสิกขาได้ เช่น เพลงนักเรียนไม่พูดร้าย เพลงใจเขา ใจเรา ฯลฯ

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิไตรสิกขา
๒. เพลง (ในภาคผนวก)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
๒. พูดคุยสอบถาม/ใช้แบบสอบถาม
๓. ประเมินพฤติกรรมโดยคู่สัญญา

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ครูควรพิจารณาสอดแทรกเพลง เกม ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนบ้าง เพื่อให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน รวมทั้งเป็นการสร้างเสริมคุณธรรมต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นในตัวนักเรียน เช่น เมื่อสอนเรื่องศีล (การพูดชอบ พูดดี) อาจแทรกด้วยเพลง “นักเรียนไม่พูดร้าย” หรือสอนเรื่องการไม่แย่งชิงของรัก ของหวงของผู้อื่น อาจแทรกด้วยเพลง “ใจเขา-ใจเรา”

ใจเรา” “ขอคืน” สอนโดยให้จับคู่สัญญาใช้เพลง “สัญญา-ปวารณา” เป็นต้น (เพลงต่าง ๆ เหล่านี้มีในภาคผนวก)

๒. ครูอาจมอบหมายงานให้นักเรียนค้นคว้า อภิปรายนอกเวลาเรียนเกี่ยวกับเรื่องประโยชน์ของการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาโทษของการไม่ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา โดยจะให้ทำเป็นกลุ่มหรือเป็นรายบุคคลก็ได้ แล้วจัดเวลาให้นักเรียนเสนอผลการค้นคว้า/อภิปรายในเวลาเรียนตามความเหมาะสม



ภาคผนวก

๑. ชั้นของการปฏิบัติศาสนา

ไตรสิกขา

สิกขาขั้นแรกที่สุด เราเรียกว่า **“ศีล”** ซึ่งหมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้อื่นเดือดร้อนและไม่ทำตนเองให้เดือดร้อน มีจำแนกไว้เป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่น ๆ อีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อยปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ทางกายทางวาจาของตนที่เกี่ยวกับสังคมและส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่

สิกขาขั้นที่ ๒ เรียกว่า **“สมาธิ”** ข้อนี้นี้ได้แก่ การบังคับจิตใจของตัวเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำให้ประโยชน์ให้มากที่สุดตามที่ตนต้องการ ขอให้ตั้งข้อสังเกตความหมายของคำว่า **“สมาธิ”** ไว้ให้ถูกต้อง โดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ฟังมาว่า สมาธินั้นคือจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่เหมือนท่อนไม้หรือมักว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์ แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้น ไม่ใช่ความหมายอันแท้จริงของสมาธิ การกล่าวเช่นนั้นนี้มีหลักในพุทธวจนะนั่นเอง พระองค์ทรงแสดงลักษณะของจิต ด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุด คือคำว่า **“กัมมณีโย”** แปลว่าสมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรงแสดงลักษณะของจิต ที่เป็นสมาธิ

สิกขาขั้นที่ ๓ นั้นเรียกว่า **“ปัญญา”** หมายถึงการฝึกฝนอบรม ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้อง และสมบูรณ์ถึงที่สุดในสิ่งทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง คนเราตามปกติไม่สามารถรู้อะไร ๆ ให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงได้ คือมันถูกแต่เพียงตามที่เราเข้าใจเอาเอง หรือตามโลกสมมติ มันจึงไม่ใช่ตามที่เป็นจริงด้วยเหตุนี้พุทธศาสนาจึงมีระเบียบปฏิบัติเรียกว่าปัญญาสิกขานี้ขึ้นอีกส่วนหนึ่ง เป็นส่วนสุดท้ายสำหรับจะได้ฝึกฝนอบรมให้เกิดความเข้าใจ ให้เห็นแจ้ง ในสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นจริงโดยสมบูรณ์

คำว่า **“ความเข้าใจ”** กับคำว่า **“ความเห็นแจ้ง”** นั้น ในทางธรรมะแล้วไม่เป็นอันเดียวกัน **“ความเข้าใจ”** นั้นอาศัยการคิดคำนึงด้วยการใช้เหตุผลบ้าง หรือการคาดคะเนเอาตามเหตุผลต่าง ๆ บ้าง ส่วน **“ความเห็นแจ้ง”** ไปไกลกว่านั้น คือต้องเป็นสิ่งที่เราได้สัมผัสมาแล้ว ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาด้วยตนเอง หรือด้วยการมีจิตใจจดจ่อต่อเนื่องอยู่กับสิ่งนั้น ๆ โดยอาศัยการเฝ้าเพ่งดูอย่างพินิจพิจารณาจนเกิดความรู้สึغبोध์หน่าย ไม่หลงใหลในสิ่งนั้น ๆ ด้วยน้ำใสใจจริง ไม่ใช่ด้วยการคิดเอาตามเหตุผล เพราะฉะนั้นปัญญา-สิกขาตามหลักของพุทธศาสนาจึงไม่ได้หมายถึงปัญญาที่ได้มาจากหลักของเหตุผลเหมือนที่ใช้กันอยู่ในวงการศึกษาวិชาการสมัยปัจจุบัน แต่เป็นคนละอย่างทีเดียว

ปัญญาในทางพุทธศาสนา ต้องเป็นการรู้แจ้งเห็นแจ้ง ด้วยน้ำใสใจจริง ด้วยการผ่านผจญ

สิ่งนั้น ๆ มาแล้วโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง (Spiritual-Experience) จนฝังใจแน่น ไม่อาจลืมเลือนได้ เพราะฉะนั้น การพิจารณาในทางปัญญตามสิกขาข้อนี้จึงต้องใช้สิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมาแล้วในชีวิตตนเอง เป็นเครื่องพินิจพิจารณา หรืออย่างน้อยก็ต้องเป็นเรื่องที่มีน้ำหนักมากพอที่จะทำให้ใจของเราเกิดความรู้สึกสลดสังเวช เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลาย ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนเหล่านั้นได้จริง

ถ้าเราจะคิดไปตามแนวของเหตุผล ทำการวินิจฉัย ลักษณะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทันทีสักเท่าไรก็ตามมันก็ได้แค่ความเข้าใจ ไม่มีทางให้เกิดความสลดสังเวชได้ ไม่มีทางให้เกิดความเบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลายในโลกได้ ขอให้เข้าใจว่ากิริยาอาการที่จิตใจเบื่อหน่าย คลายความอยากจากสิ่งที่เคยหลงรักนั้นแหละ คือตัวความเห็นแจ้งในที่นี้ หลักธรรมะได้บัญญัติไว้ชัดเจนทีเดียวว่า ถ้าเห็นแจ้งจริง ๆ ก็ต้องเบื่อหน่ายจริง ๆ จะไปหยุดอยู่เพียงแค่เห็นแจ้งนั้นไม่ได้ ความเบื่อหน่าย คลายความอยากในสิ่งนั้น จะต้องเกิดตามขึ้นมาทันควันอย่างแยกกันไม่ได้

ศีลสิกขา นั้นเป็นเพียงการศึกษาปฏิบัติ ในขั้นเตรียมเบื้องต้น เพื่อให้เรามีความเป็นอยู่ ผาสุก อันจะช่วยให้จิตใจเป็นปกติ อานิสงส์ของศีลมีหลายอย่างด้วยกัน แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือ เป็นไปเพื่อให้เกิดสมาธิ อานิสงส์อย่างอื่น ๆ เช่นว่าให้เป็นสุข หรือให้ไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์นั้น พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงมุ่งหมายโดยตรง ท่านมุ่งหมายโดยตรงถึงข้อที่จะให้เป็นที่เกิดที่เจริญของสมาธิ ศีลจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้โดยง่าย ถ้าเรามีเครื่องรบกวนมาก จิตใจของเราจะเป็นสมาธิได้อย่างไร

สมาธิสิกขา คือการที่เราสามารถควบคุมจิตหรือใช้จิตของเราให้ทำหน้าที่ของมันให้เป็นประโยชน์ถึงที่สุดขั้นในขั้นศีล มีความประพฤติดีทางกาย ทางวาจา ในขั้นสมาธิ มีความประพฤติดีทางจิต คือ ไม่มีความคิดผิด ไม่เศร้าหมอง ไม่มีความฟุ้งซ่านและอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมันอย่างที่เราเรียกว่าสมาธิ

แม้ในส่วนที่เกี่ยวกับประโยชน์ทั่ว ๆ ไปในทางโลกสมาธิก็ยังเป็นของจำเป็นทุกกรณี ไม่ว่าเราจะทำอะไร ถ้าไม่ทำด้วยใจที่เป็นสมาธิแล้ว ย่อมไม่ได้รับผลสำเร็จด้วยดี ท่านจึงจัดสมาธินี้ไว้ในลักษณะของบุคคลที่เรียกว่า มหาบุรุษไม่ว่าจะเป็นมหาบุรุษทางโลกหรือทางธรรม ล้วนแต่จำเป็นจะต้องมีสมาธิ เป็นคุณสมบัติประจำตัวทั้งนั้น

แม้แต่เด็กนักเรียน ถ้าไม่มีจิตเป็นสมาธิแล้ว จะคิดเลขออกได้อย่างไร สมาธิในทำนองนั้น เป็นสมาธิตามธรรมชาติ มันยังอยู่ในระดับอ่อน ส่วนสมาธิในทางหลักพุทธศาสนา ที่เรากำลังพูดถึงนี้เป็นสมาธิที่เราได้ฝึกให้สูงขึ้นขึ้นไปกว่า ที่จะเป็นไปตามธรรมชาติ เพราะฉะนั้น เมื่อฝึกกันสำเร็จแล้วจึงกลายเป็นจิตที่มีความสามารถ มีกำลัง มีคุณสมบัติพิเศษอย่างอื่น ๆ มากมายเหลือเกิน

การที่คนเราสามารถถือเอาประโยชน์ จากสมาธิได้ถึงปานนี้ เรียกว่ามนุษย์ได้ก้าวขึ้นมา ถึงการรู้ความลับของธรรมชาติอีกขั้นหนึ่ง ข้อนี้หมายถึง การรู้วิธีบังคับจิต ให้มีสมรรถภาพยิ่งไปกว่ามนุษย์ธรรมดาจะทำได้ ขั้นศีลยังไม่ถือว่าเป็นการเลาะระดับของมนุษย์ธรรมดา แม้จะอวดกัน

ก็ยังไม่ถือว่าเป็นการอวดอุตริมนุสสธรรม แต่พอมาถึง **ขั้นที่เป็นสมาธิ เป็นฌาน เป็นสมาบัติ** ท่านจัดเป็นอตุตติมนุสสธรรม ซึ่งพระภิกษุจะอวดไม่ได้ บิณฑุคค์ชื่อว่า **ไม่เป็นพระที่ดีหรือ** **ถึงกับไม่เป็นพระเลย** แล้วแต่กรณี

การได้มาซึ่งสมาธินี้เราต้องลงทุน อุตหนศึกษา อบรมและปฏิบัติ จนเรามีสมาธิตามสมควรที่จะมีได้ในที่สุด เราก็จะได้ผลในการปฏิบัติหน้าที่ได้ดีมากไปกว่ามนุษย์ธรรมดาที่เขาได้ ๆ กัน เพราะเรามีเครื่องมือที่สูงไปกว่าที่เขา มี เพราะฉะนั้น จึงขอให้สนใจไว้ อย่าถือว่าเป็นของศรีโง่เขลา งามายพินสมัยเลย มันยังคงเป็นของสำคัญที่สุด ซึ่งต้องใช้กันอยู่เรื่อยไป และยิ่งในสมัยที่โลกมีอะไร ๆ หมุนเร็วแทบจะลุดเป็นไฟอย่างนี้ด้วยแล้ว ยิ่งจะต้องการสมาธิมากไปเสียกว่าครั้งพุทธกาลด้วยซ้ำไป อย่าไปหลงคิดว่า เป็นเรื่องไปวัด หรือเรื่องสำหรับคนวัด หรือของคณงามายเลย

ถัดไปนี้ ก็ถึงความเกี่ยวเนื่องกันระหว่าง สมาธิสิกขา กับ **ปัญญาสิกขา** พระพุทธเจ้าตรัสไว้เลยทีเดียวว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง หมายถึงอาการที่จิตประกอบด้วยสมาธิ ในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ ถ้าจิตมีลักษณะเช่นนี้แล้ว ก็จะเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง

ข้อนี้มีความแปลกประหลาดอยู่หน่อยหนึ่ง คือว่าเรื่องอะไร ๆ ที่เราอยากรู้ หรือปัญหาที่เราอยากจะสะสางนั้น ตามปกติมันฝังตัวประจำอยู่ในใจของคนเราทั้งนั้น เราอาจจะไม่รู้สึกรู้สีกก็ได้ คือมันอยู่ใต้จิตสำนึก (Subconscious) เรื่อยไปตลอดเวลา ขณะที่เราตั้งใจจะสะสางให้ออก มันก็ไม่ออก เพราะเหตุว่าจิตใจขณะนั้น ยังไม่เหมาะสมที่จะสะสางปัญหานั้นนั่นเอง ถ้าผู้ใดทำสมาธิที่ถูกต้อง คือให้มีลักษณะที่เรียกว่า **“กัมมุณีโย”** พร้อมทั้งจะปฏิบัติงานทางจิตแล้ว ปัญหาต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ใต้จิตสำนึกนั้น มันจะมีคำตอบไหลออกมาเฉย ๆ อย่างไม่มีปี่มีขลุ่ย ต่อเนื่องจากขณะที่จิตเป็นสมาธินั้น

แต่ว่าถ้าหากมันยังไม่ไหลออกมา เราก็ยังมีวิธีอื่นอีกอันหนึ่ง คือให้น้อมจิตไปสู่การพิจารณาปัญหาที่เรากำลังมีอยู่ การพิจารณาด้วยกำลังของสมาธิ ในลักษณะเช่นนี้เอง เรียกว่า **ปัญญาสิกขา** หรืออย่างน้อยก็สังเคราะห์เข้าในปัญญาสิกขา ในคืนวันที่ตรัสรู้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ปฏิจจนมุปบาท คือรู้อะไรเป็นอะไร ทอยยกกันไปตามลำดับ ทั้งนี้ก็โดยมีสมาธิ อย่างที่กล่าวมาแล้ว พระองค์ได้ตรัสเล่าเรื่องนี้ไว้อย่างละเอียด แต่รวมใจความแล้วก็ถือว่า ในขณะที่จิตเป็นสมาธิดีแล้ว ก็น้อมจิตไปเพื่อพิจารณาปัญหานั้น ๆ

ทั้งหมดนี้เป็นการแสดงให้เห็นว่า **ปัญญากับสมาธินี้จะต้องเกี่ยวข้องกันเสมอไป** แต่ว่าอาการที่ปัญญา อาศัย สมาธินั้น บางทีเรามองไม่เห็นเลย เช่นเวลาที่เจียบสัจตเย็นสบาย ไม่มีอะไรรบกวนใจ จิตเป็นสมาธิสดชื่นดี เราก็คิดอะไร ๆ ที่เป็นคำตอบของปัญหา ซึ่งติดค้างอยู่ในใจได้ เป็นต้น

แต่ในพุทธศาสนานั้น ท่านแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิกับปัญญา ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก

คือ **ต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา; ต้องมีปัญญาก็จะมีสมาธิ** ข้อนี้เป็นเพราะในการที่จะให้เกิดสมาธิ ยิ่งไปกว่าสมาธิตามธรรมชาตินั้น มันต้องอาศัยอาการต่าง ๆ ของจิต ว่าจะบังคับมันอย่างไร จึงจะเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาได้ ฉะนั้น คนมีปัญหา จึงสามารถมีสมาธิมากขึ้นได้ตามลำดับ เมื่อมีสมาธิมากขึ้น ปัญญาก็ยิ่งมีกำลังมากขึ้นตาม มันส่งเสริมซึ่งกันและกันไปในตัว

ถ้ามีปัญหาแล้ว ก็จะต้องมีความเห็นแจ้ง และมีผลเป็นความรู้สึกเบื่อหน่ายสลดสังเวช ถอยหลังออกมาจากสิ่งทั้งปวง ที่เคยหลงรักหลงยึดถือ ถ้ายังรู้เข้าไปหาสิ่งทั้งปวงด้วยความหลงรัก ด้วยความยึดถือ ด้วยความหลงใหลแล้ว ไม่ใช่เป็นปัญญาของพระพุทธศาสนา ที่ว่าชะงักหรือถอยหลังนี้ไม่ใช่ทางกิริยาอาการ เช่นจะต้องจับสิ่งนั้น สิ่งนี้ขวางกั้นหรือทุบตีให้แตกหัก หรือว่าต้องวิ่งหนีเข้าป่าไปอย่างนี้ก็หาไม่ได้ แต่หมายถึงชะงักถอยหลัง ด้วยจิตใจโดยเฉพาะ คือมีจิตใจถอยห่าง ออกจากการที่เคยตกเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงมาเป็นจิตที่อิสระ

ผลของความเบื่อหน่ายคลายความอยาก จากสิ่งทั้งปวงมันเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ไปฆ่าตัวตาย หรือเข้าป่าไปบวชเป็นฤาษี แล้วเอาไฟจุดเผาสิ่งต่าง ๆ เสียให้หมด ภายนอกจะเป็นอย่างไรก็เป็นไปตามเรื่อง ยังคงเป็นไปตามเหตุผล ตามความเหมาะสม แต่ภายในจิตใจนั้นยอมเป็นอิสระ ไม่เป็นทาสของสิ่งใดอย่างแต่ก่อนอีกต่อไป นี่คือ **อานิสงส์ของปัญญา** ท่านใช้เรียกด้วยคำบาลีว่า **วิมุตติ** หมายความว่า หลุดพ้นจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะทาสของสิ่งที่เรารัก

แม้แต่สิ่งที่เราไม่รัก เราก็ดตกเป็นทาสของมันเหมือนกัน เป็นทาสตรงที่ต้องไปเกลียดมันนั่นเอง อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ อุตสาหะไปเกลียดมัน ไปรื้อนใจกับมัน มันบังคับเราได้เหมือนกับของที่เรารัก แต่อยู่ในลักษณะคนละอย่าง ฉะนั้น คำว่าเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงนั้น ย่อมหมายถึงทั้งทาง **ที่พอใจและไม่พอใจ** ทั้งหมดนี้แสดงว่า เราหลุดออกจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง มาเป็นอิสระอยู่ได้ด้วยอาศัยปัญญา

พระพุทธเจ้าท่านจึงได้วางหลักไว้สั้น ๆ ที่สุดว่า **คนเราบริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา ท่านไม่เคยตรัสว่าบริสุทธิ์ได้ด้วยศีลด้วยสมาธิ; แต่บริสุทธิ์ได้ด้วยปัญญา** เพราะมันทำให้หลุดออกจากสิ่งทั้งปวง การไม่หลุดก็คือ มีความไม่บริสุทธิ์ สกปรกมิดมัว เราร้อน เมื่อหลุดก็จะมี ความบริสุทธิ์ สะอาด สว่างไสวแจ่มแจ้ง และสงบเย็น มันเป็นผลของปัญญาหรือเป็นลักษณะอาการที่แสดงว่า **ปัญญาได้เข้าปฏิบัติหน้าที่ของมันถึงที่สุดแล้ว** ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงได้กำหนดพิจารณาสิกขาข้อที่ ๓ คือปัญญานี้ให้ดี ๆ ว่ามันมีอยู่อย่างไร และเป็นของสูงสุดเพียงไร

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาก็คือ ปัญญาที่ถอนตนออกมาเสียจากสิ่งทั้งปวง โดยการทำลายอุปาทาน ๔ ประการ เสียได้หมดสิ้น ความยึดติดทั้ง ๔ นั้นเป็นเหมือนกับเชือกที่ผูกมัดล่อลวงเราไว้ ปัญญาก็เป็นเสมือนมีดที่จะตัดสิ่งเหล่านั้นให้ขาดออกไป จนไม่มีอะไรเป็นเครื่องผูกมัดเราให้ติดอยู่กับสิ่งต่าง ๆ ได้อีกต่อไป

ข้อปฏิบัติทั้ง ๓ อย่างดังกล่าวนี้ จึงคงทนต่อการพิสูจน์หรือไม่ จะเป็นหลักวิชาอันแท้จริง

เพราะที่ทุกคนจะปฏิบัติหรือไม่ ขอให้พิจารณาดู

เมื่อดูต่อไปอีก จะเห็นว่าหลักทั้ง ๓ ข้อนี้ไม่ค้านกับศาสนาไหนเลย ถ้าศาสนานั้น ๆ ต้องการจะแก้ปัญหาดัง ๆ ที่เป็นความทุกข์ของมนุษย์กันจริง ๆ พุทธศาสนาย่อมไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อศาสนาใด ๆ แต่มีอะไร ๆ มากไปกว่าศาสนาอื่น ๆ มีโดยเฉพาะก็คือ การปฏิบัติในทางปัญญา อันเป็นสิกขาข้อสุดท้าย เพื่อตัดความยึดมั่นทั้ง ๔ ประการ ปลดเปลื้องจิตใจให้เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ไม่ผูกพันเป็นทาส หรือตกอยู่ในอำนาจของสิ่งทั้งปวง เช่นพระเป็นเจ้าบนสวรรค์ หรือผีบางเทวดา ข้อนี้แหละ ไม่มีศาสนาอื่นกล้าพอที่จะสอนให้เป็นอิสระสิ้นเชิง ฉะนั้น เราจะเข้าใจความสำคัญของพระพุทธศาสนาไว้ให้ดี ๆ ดังที่กล่าวมา

เมื่อความจริงได้แสดงแล้วว่า พระพุทธศาสนากล้าทำให้พิสูจน์ว่ามีอะไร ๆ ทุกอย่างที่ศาสนาอื่น ๆ มี และยังมีอะไรบางอย่าง มากไปกว่าที่เขามีกัน ฉะนั้นจะเห็นได้ทันทีว่า พุทธศาสนานี้เป็นของคนทั่วไป หรือเป็นศาสนาสากลที่ใช้ได้แก่คนทุกคน ทุกยุคทุกสมัย เพราะว่าทุกคนมีความทุกข์อย่างเดียวกันหมด คือทุกข์เพราะเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกข์ เพราะความอยาก ความยึดถือครอบงำย่ำยี ไม่ว่าเทวดา มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน ย่อมจะมีปัญหาอย่างเดียวกัน มีสิ่งที่ต้องทำอย่างเดียวกัน คือต้องตัดกิเลสตัณหาที่เป็นตัวการสำคัญ หรือตัดความยึดติดที่ผิด ๆ นี้เสียให้ได้ นี่แหละ คือความหมายของความเป็นศาสนาสากล

พุทธทาสภิกขุ. คู่มือมนุษย์ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ, ๒๕๓๕.

๒. ตัวอย่างเพลงประกอบกิจกรรม

เพลง นักเรียน ไม่พูดร้าย

เนื้อร้อง ศ.อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง แม่สะเรียง

นักเรียนจำอย่าพูดจาส่อเสียด ไม่พูดหยามเหยียดให้เพื่อนได้อาย
เว้นคำเพื่อเจือหยาบคาย เย้ยเยาะถากถางทั้งหลาย จงอย่าพูดร้าย เรา
ต้องพูดคำจริง ได้ประโยชน์ยิ่งชวนฟัง
เลือกแต่คำไพเราะ ใช้คำพูดเหมาะ และตรงตามจริง (ซ้ำ)

เพลง ขอดิน

เนื้อร้องและทำนอง สกวนศรี บุญยามระ

ยังใจให้ตี	ของนี้ของใคร
ฉันรักเพียงใด	ขอคืนให้ฉัน
ถ้าเป็นของเธอ	คงไม่ยอมเช่นกัน
ขอคืนโดยพลัน	ความสัมพันธ์ไม่คลาย

เพลง ใจเขาใจเรา

เนื้อร้องและทำนอง สกวนศรี บุญยามระ

ของของใคร	ใครก็รัก
อย่าชิงฉกฉัก	ของรักใครใคร
ของของเธอ	หรือเธอจะให้
โปรดยังซึ้งใจ	คืนเขาไปแหละดี

เพลง สัญญา-ปวารณา

เนื้อร้องและทำนอง ศ.อำไพ สุจริตกุล

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ
 (จะขยันทำการบ้านส่งครูทุกครั้ง)
 ถ้าฉันผิดสัญญาจงเมตตาเตือนเตือน
 * เปลี่ยนคำสัญญาได้ทุกอย่างตามที่ต้องการ

๓. ตัวอย่างเกมประกอบกิจกรรม

ชื่อเกม “รักยาวให้บัน รักสั้นให้ต่อ”

วัตถุประสงค์ ๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคีและความสนุกสนานเพลิดเพลิน
 ๒. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาที่ไป ประมาณ ๕ นาที

สถานที่ หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์ ของใช้ในตวันักเรียนที่มีความยาว สามารถผูก/วางต่อกันได้

วิธีเล่น ๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาเข้าแถวตอนหน้าชั้นเรียน ต่อจากนั้นจับกลุ่มเป็นวงกลมแล้วนั่งลง

๒. ครูออกคำสั่งให้นักเรียนแต่ละคนหาของใช้ของตนที่มีอยู่ในขณะนั้นนำมาผูก/วางต่อกัน ให้มีความยาวมากที่สุด ภายในเวลา ๑ นาที
๓. เปรียบเทียบผลงานของแต่ละกลุ่ม สรุปรกิจกรรม, สอบถามความรู้สึกของผู้เล่นแล้วให้กลุ่มเสนอผลงานตามลำดับ (ครูอาจจะให้กลุ่มที่มีความยาวมากที่สุด หรือน้อยที่สุด เสนอผลงานก่อนก็ได้)

ชื่อเกม

“ตัวกัน”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจในการทำงาน
๒. เพื่อเป็นการฝึกสติ/สมาธิของผู้เล่น
๓. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาใช้

ประมาณ ๗ นาที

สถานที่

หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์

ลูกโป่ง (เท่าจำนวนกลุ่มของนักเรียน)

วิธีเล่น

๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มยืนเป็นคู่ ๆ
ถ้ากลุ่มใดมีจำนวนคี่ให้ออกมาเป็นผู้สังเกตการณ์ ๑ คน
๒. อธิบายวิธีการเล่น/กติกาให้ผู้เล่นทราบ
โดยให้สมาชิกแต่ละคู่ หันหน้าไปทางตรงกันข้าม วางลูกโป่งที่ได้รับแจกไว้ตรงสะโพก ทั้งคู่ต้องช่วยกันประคับประคองเพื่อนำลูกโป่งเดินอ้อมเก้าอี้มาส่งให้กับคู่ต่อไป ดำเนินกิจกรรมไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะครบทุกคู่หรือหมดผู้เล่น
กติกา ๑. ถ้าลูกโป่งตกลงถึงพื้น ปรับเป็นแพ้
๒. ห้ามผู้เล่นใช้มือจับ/แตะ/ถูกลูกโป่ง
๓. ให้ผู้สังเกตการณ์ นำลูกโป่งไปวางให้สมาชิกที่เตรียมพร้อมที่จะเล่น ครูให้สัญญาณเริ่มเล่นและปฏิบัติกิจกรรม โดยผู้สังเกตการณ์คอยติดตามพฤติกรรมของผู้เล่นแต่ละกลุ่ม
๔. ให้ผู้สังเกตการณ์/ผู้เล่น แสดงความคิดเห็น ครูสรุปรกิจกรรม
๕. เรียงลำดับกลุ่มแพ้/ชนะ เสนอผลงาน

ชื่อเกม

“จะเอ่”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อฝึกคุณธรรมเรื่องความซื่อสัตย์
๒. เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน
๓. เลือกกลุ่มเสนอผลงาน

๑๕๒

เวลาที่ไป

ประมาณ ๓-๕ นาที

สถานที่

หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์

ตัวผู้เล่น

วิธีเล่น

๑. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่ม ๆ ละ ๑ คน ร่วมเล่นกิจกรรม
๒. อธิบายกติกา : ให้ผู้เล่น/ผู้ชมรับทราบว่าเกมนี้เป็นการทายใจ/เดาใจฝ่ายตรงกันข้าม เริ่มต้นด้วยการให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๑ กลุ่มที่ ๒ ยืนหันหลังให้กัน ห่างกันประมาณ ๑ ศอก แล้วให้แต่ละฝ่ายเลือกว่าอยากจะพบ/ไม่พบหน้าของอีกฝ่าย (พบหมายถึงหันหน้ามาพบกัน/ไม่พบหมายถึงหันไปคนละทาง) ขณะที่หันหน้าให้กล่าวคำว่า “จะเอ่” ด้วย
๓. ให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม ในคู่แรกถ้าหากฝ่ายไหนแพ้ก็ออกจากการเล่นและให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๓, ๔, ๕, ๖ เล่นต่อตามลำดับ จนกว่าจะครบทุกกลุ่ม
๔. เรียงลำดับกลุ่มแพ้-ชนะ/สอบถามความรู้สึกและสรุปกิจกรรม
๕. เลือกกลุ่มเสนอผลงานตามลำดับการแพ้-ชนะ เช่น ให้ผู้แพ้อันดับสุดท้ายเสนอ ก่อน แล้วไล่ขึ้นมาตามลำดับ

4. ตัวอย่างแบบบันทึกต่าง ๆ

๑. แบบบันทึกพฤติกรรมของนักเรียน (ประกอบกิจกรรมการเรียนการสอน ชั้น ป.๖ ข้อที่ ๑)

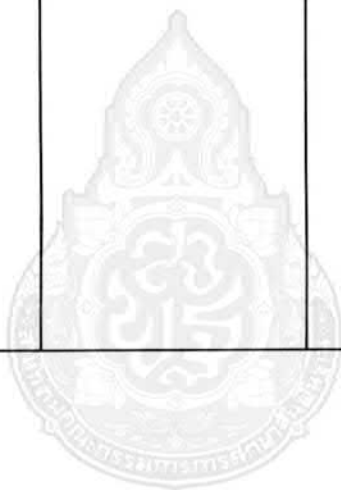
ชื่อ ชั้น เลขที่

วัน/เดือน/ปี	สถานที่	พฤติกรรม/การกระทำ	ผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง	ผลต่อผู้อื่น

๒. แบบบันทึกการแนะนำผู้อื่น (ประกอบกิจกรรมการเรียนรู้การสอนข้อ ๕)

ชื่อ ชั้น เลขที่

วัน/เดือน/ปี	เรื่องที่แนะนำ	ผู้รับคำแนะนำ	ผลการปฏิบัติของผู้รับคำแนะนำ



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต

แผนการสอนเรื่อง ททมาโน ปิโย โหติ : ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก (เวลา ๓ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

สังคมจะร่มเย็นเป็นสุขถ้าทุกคนรู้จัก “ให้” การให้มิได้หมายความว่าเฉพาะแต่เพียงสิ่งของ เครื่องใช้ หากหมายรวมถึงการให้ความรัก ความเมตตา ให้น้ำใจ ให้ความช่วยเหลือ และให้อภัยซึ่งกันและกัน

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เห็นคุณค่าและเห็นประโยชน์ของการให้
๒. ปฏิบัติตนตามพุทธภาษิตเรื่อง “การให้” ในชีวิตประจำวัน

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. ครูและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง “เด็กดี” ๒ เที้ยว
๒. อภิปรายความหมายของเนื้อเพลงว่ากล่าวถึงการให้อะไรต่อกันบ้าง สนทนาถึงเรื่องประโยชน์ของ “การให้” โทษของการ “ไม่ให้”
๓. สุ่มนักเรียน ๓-๕ คน เล่าให้เพื่อนร่วมชั้นฟังว่าได้เคยให้สิ่งใดกับใครบ้างและได้รับผลตอบแทนอย่างไร
๔. แสดงบทบาทสมมุติ “ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” โดยจัดกิจกรรมให้นักเรียน ๓ คนออกไปยืนหน้าชั้นเรียน แล้วให้เพื่อนนักเรียนคนที่ ๑ เดินออกไปที่ทั้ง ๓ คนยืนอยู่ คนที่เดินออกไปที่หลัง ทำหน้าบึ้งใส่ทั้ง ๓ คนที่ยืนอยู่หน้าชั้นเรียนแล้วกลับไปนั่งที่ของตน ต่อมาให้นักเรียนคนที่ ๒ เดินออกไปหน้าชั้นเรียน ผ่านไปส่งยิ้มให้กับทั้ง ๓ คน แล้วกลับไปนั่งที่เดิม สุดท้ายให้นักเรียนคนที่ ๓ ถือดอกไม้ ๓ ดอก เดินออกไปส่งดอกไม้ให้กับทั้ง ๓ คน พร้อมทั้งยิ้มให้ด้วย แล้วกลับไปนั่งที่เดิม ครูถามความรู้สึกของนักเรียน ๓ คน ที่ยืนอยู่หน้าชั้นว่าชอบใครมากที่สุด เพราะอะไร/ถามความรู้สึกของคนดู ผู้แสดงที่มีต่อแต่ละคน
๕. แบ่งกลุ่มนักเรียนอภิปรายเรื่อง “ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” จากกิจกรรมที่ ๔ รวมทั้งอาจยกตัวอย่างประสบการณ์ที่น่าสนใจของสมาชิกในกลุ่ม ใช้เวลาประมาณ ๕ นาที แล้วส่งตัวแทนเสนอผลการอภิปราย

๖. สรุปบทเรียนด้วยการร้องเพลง “เด็กดี” อีก ๑ เที้ยว

สื่อและอุปกรณ์

๑. เพลงเด็กดี
๒. เพลงยิ้มรับดอกไม้
๓. ดอกไม้ ๓ ดอก (ประกอบกิจกรรมข้อ ๔)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
๒. สังเกตจากพฤติกรรม/การปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน
๓. ให้นักเรียนทำแบบประเมินตนเอง/แบบบันทึกพฤติกรรม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ควรจัดกิจกรรมโดยให้นักเรียนบริจาคสิ่งของเหลือใช้ที่ยังอยู่ในสภาพดีจัดรวบรวมไว้เพื่อส่งไปช่วยเหลือผู้ประสบภัย คนยากจนหรือตำรวจ ทหารที่อยู่แนวหน้า หรืออาจจัดกิจกรรมโดยนำนักเรียนเอาสิ่งของเครื่องใช้ที่รวบรวมได้ไปบริจาคให้กับเด็กในสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ บ้านพักคนชรา คนพิการ ฯลฯ เพื่อเป็นการฝึกให้นักเรียน มีความเมตตา กรุณาต่อผู้ด้อยโอกาสเหล่านั้น
๒. ขณะที่ทำกิจกรรมในข้อ ๔ ให้ร่วมกันร้องเพลงยิ้มรับดอกไม้ไปด้วย

ภาคผนวก

เพลง เด็กดี

คำร้อง ศ.อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง พ็อนเงี้ยว

เด็กที่ดี
เอื้อเฟื้อ แบ่งปัน
รู้จักเกรงใจ
ดีทุกขั้นตอน

ต้องช่วยเหลือกัน
เห็นใจเพื่อนเดือดร้อน
และทนคอยไม่เกียจจน
จิตเมตตา อภัย แบ่งปัน

เพลง ยิ้มรับดอกไม้

คำร้อง พงษ์เทพ มั่นстрыง
ทำนอง เพลงสงรักสงยิ้ม

ส่งดอกไม้แล้วก็ส่งยิ้ม
โปรดถนนมอย่ำให้ร่วงหล่น
ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม แล้วส่งดอกไม้
ลัน ลันลา ลันลา ลันลา
ลัน ลันลา ลันลา ลันลา

เธอจงยิ้มแล้วรับดอกไม้
เราทุกคนรักษาให้ได้
ได้ดอกไม้แล้วก็งยิ้ม

๗. ฝึกการเดินจงกรม ๓ จังหวะ โดยกำหนดรู้อาการของเท้าที่ยก ย่างเหยียบ
๘. ฝึกการนั่งสมาธิ ตามคู่มือการเคลื่อนไหวของท้องที่พอง ยุบ ขณะหายใจ
๙. ให้นักเรียนบันทึกผลการฝึกของตนทุกครั้ง เพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของตนเอง

สื่อและอุปกรณ์

๑. บทสวดมนต์อย่างสั้น และคำอธิษฐาน ตั้งใจฝึกสติให้มีสมาธิ
๒. เพลง จำจำ-ลืมลืม และทำประกอบเพลง
๓. พุทธประวัติ ตอน พระพุทธเจ้าชำนะนางจิณฺจมานวิกา
๔. รูปแบบการฝึก ยืนสมาธิ เดินจงกรม ๓ จังหวะ และนั่งสมาธิ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือ ในการทำกิจกรรม
๒. ดูพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติของนักเรียน แนะนำแก้ไข และชมเชย การปฏิบัติที่ถูกต้อง
งดงาม
๓. พิจารณาพัฒนาการของนักเรียนในด้านการมีสติและสมาธิ
๔. ตรวจบันทึกผลการฝึกที่นักเรียนบันทึกไว้เพื่อช่วยแก้ไขปรับปรุงหรือให้คำแนะนำ
เพิ่มเติม และชมเชย



ภาคผนวก

๑. บทสวดมนต์

อรหัง สัมมา สัมพุทโธ ภควา พุทธัง ภควันตัง อภิวาเทมิ
 สวากขาโต ภควตาธัมโม ธัมมัง นมัสสามิ
 สุปฏิปันโน ภควโต สวากสังโฆ สังฆัง นมามิ
 นโม ตัสสะ ภควโต อรหโต สัมมา สัมพุทฺธสฺส (๓ จบ)

๒. คำอธิษฐาน

บัดนี้ ข้าพเจ้าจะฝึกสมาธิ ด้วยการยืน นั่ง และเดินจงกรมกำหนดอิริยาบถ ขอให้ข้าพเจ้า
 มีสติตั้งมั่น ฝึกด้วยความอดทน พากเพียร จนเกิดสมาธิ เพื่อความสำเร็จตามปรารถนาเถิด

๓. เพลง จำจำ-ลีมลีม

จำ จำ จำ	บอกให้จำ	ทำไมจึงลีม
ลีม ลีม ลีม	บอกให้ลีม	ทำไมจึงจำ
แหมช่างน่าจำ	บอกให้จำ	ทำไมจึงลีม
แหมช่างน่าลีม	บอกให้ลีม	ทำไมจึงจำ

ทำทางประกอบเพลง

จำ จำ จำ บอกให้จำ ทำไม	กำมือโดยใช้ปลายนิ้วชี้ และขมับทั้งสองข้างตามจังหวะ เพลง ๔ ครั้ง
จึงลีม	แบมือ หายออก ตามจังหวะเพลง ๑ ครั้ง
ลีม ลีม ลีม บอกให้ลีม ทำไม	แบมือ หายออกอีก ๔ ครั้ง
จึงจำ	กำมือ ใช้ปลายนิ้วชี้ และขมับทั้งสองข้าง ๑ ครั้ง
แหมช่างน่าจำ	มือขวาเท้าเอว มือซ้ายชี้กระดกไปข้างหน้า ๓ ครั้ง
บอกให้จำทำไมจึงลีม	ปลายนิ้วชี้และขมับ ๑ ครั้ง แล้วหายมือออก ๑ ครั้ง
แหมช่างน่าลีม	ทำท่าเหมือนเดิม
บอกให้ลีมทำไมจึงจำ	หายมือออก ๑ ครั้ง และชี้ที่ขมับ ๑ ครั้ง

๔. พุทธประวัติ ตอน พระพุทธเจ้าบ่นนางฉันทา

ครั้งหนึ่งในขณะที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่ท่ามกลางพระสาวก ได้มีหญิงสาวท้อแท้คนหนึ่ง
 ชื่อนางฉันทา พรอดพราดเข้ามาในที่ประชุม แล้วกล่าวต่อว่าพระพุทธเจ้าว่า ทอดทั้งตนไม่ดูแลลีม
 ไปแล้วหรือว่าเคยมีอะไรกัน จนนางตั้งครรภิกัลลคลอดแล้ว เหตุไฉนพระองค์จึงจำไม่ได้ นางพูด

เป็นเชิงเตือนความจำ แล้วจะให้พระพุทธรูปเจ้าพานางไปคลอดลูก ไม่ว่านางจะตีโพยตีพายอย่างไร พระพุทธรูปเจ้าก็ทรงสงบนิ่ง จนพระสาวกบางรูปเกิดความสงสัย ประชาชนบางคนก็เชื่อว่าพระพุทธรูปองค์ทรงเกี่ยวข้องกับหญิงผู้นี้จริง และยังเมื่อพระพุทธรูปเจ้าตรัสเบา ๆ กับนางจิฎจาว่า “น้องหญิง เรื่องนี้มีแต่เจ้ากับเราเท่านั้นที่รู้ความจริงทุกประการ” ยิ่งทำให้มีคนเชื่อมากขึ้นว่าคำกล่าวหาของนางเป็นความจริง บางคนถึงกับสิ้นศรัทธาในพระองค์ โดยนึกว่าพระพุทธรูปเจ้าประพฤติตนเหมือนสามัญชนทั่วไป ฝ่ายนางจิฎจาครั้งยังเห็นผู้คนฮือฮาเสื่อมศรัทธาในพระพุทธรูป นางก็ยังได้ใจทั้งเดินทั้งชี้หน้า ต้าว่าพระพุทธรูปเจ้าลืมน้ำพุทที่เคยพูดไว้กับนางต่าง ๆ นานา เดินไปเดินมา บังเอิญผ้าที่นางผูกเอาไว้ข้างในหลุดออก ท่อนไม้กลมก็หลุดกลงกระเด็นไป ท้องที่ป่องอยู่ก็แฟบลงทันที ไม่มีอาการของหญิงท้องแก่เหลือเลย ทันใดนั้นความจริงก็ปรากฏแก่สายตาของทุกคน ณ ที่นั้นว่าใครพูดคำจริง ใครพูดเท็จหลอกลวงและใส่ร้ายผู้อื่นให้เสียหาย พวกเขารู้เข้าใจจะทำร้าย นางจิฎจาตกใจแทบสิ้นสติรีบแทรกฝูงชนหนีหายสาบสูญไปทันที ไม่มีใครได้เห็นนางอีกต่อไปเลย

ศ.อำไพ สุจริตกุล (เรียบเรียง)

เสนอแนะ รูปแบบการฝึก

ยืนสมาธิ เดินจงกรม ๓ จังหวะ และนั่งสมาธิ

โดย ศ.อำไพ สุจริตกุล

การฝึกยืน และเดินจงกรม

๑. การเตรียมตัวทั่วพร้อม ผู้ฝึกเดินจงกรมจะเตรียมตัวและปฏิบัติตามจังหวะด้วยความสำรวมทั้งกาย วาจา ใจ คือ
 - กาย : เริ่มตั้งแต่ยืนตรง ตามองข้างหน้าไม่เกิน ๓ เมตร ไม่เหลียววอกแวกดูสิ่งอื่น ขณะเดินมือจะกุมประสานกันไว้ด้านหน้า เท้าจะก้าวช้า ๆ และก้าวสั้นเพียงประมาณ ๑ ฝ่าเท้า และทรงตัวอยู่ให้หนึ่ง ไม่บิดไปบิดมา
 - วาจา : เปล่งคำภาวนาเบา ๆ หรือภาวนาในใจด้วยถ้อยคำกะทัดรัด ชัดเจนพร้อมกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย
 - ใจ : กำหนดจิตตามอิริยาบถที่ร่างกายเคลื่อนไหวให้ทันวาจา กล่าวคือทำให้รู้สึกพร้อมในขณะที่ร่างกายเคลื่อนไหว และเปล่งคำภาวนา

๒. เริ่มการเดินจงกรม

ยืนตรง ปล่อยแขนไว้ข้างลำตัว ขณะยืน ตามองจับที่ปลายจมูกตนเอง จะช่วยไม่ให้สอคล้ายไปมองที่อื่น

ยกมือซ้าย : พร้อมกับภาวนาซ้ำ ๆ ว่า ยกหนอ - มาหนอ - วางหนอ (วางมือซ้ายไว้ที่หน้าท้อง)

ยกมือขวา : พร้อมกับภาวนาซ้ำ ๆ ว่า ยกหนอ - มาหนอ - วางหนอ (วางมือขวาทับข้อมือซ้าย แล้วใช้นิ้วกลางและหัวแม่มือ รวบข้อมือซ้ายไว้)

๓. การภาวนาพร้อมปฏิบัติ ให้ภาวนาเบา ๆ ซ้ำ ๆ เป็นจังหวะ จะช่วยให้กระแสดึงส่งบลงได้เร็ว และช่วยให้สติตั้งมั่น ดังนี้

ยืน - หนอ (๓ ครั้ง) ขณะนี้ใจกำหนดเห็นรูปยืน (นึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่)

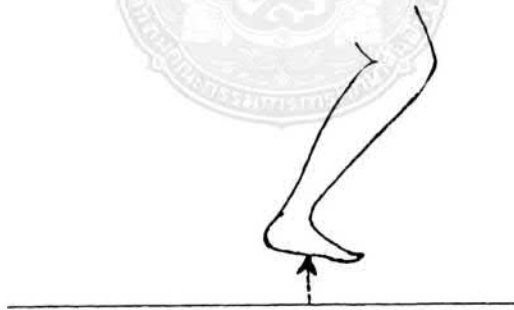
อยาก - เดิน - หนอ (๓ ครั้ง) ใจเตรียมพร้อมที่จะเดิน ตามองทางเดินห่างไป ๓ - ๔ ก้าว

ขวา - ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ

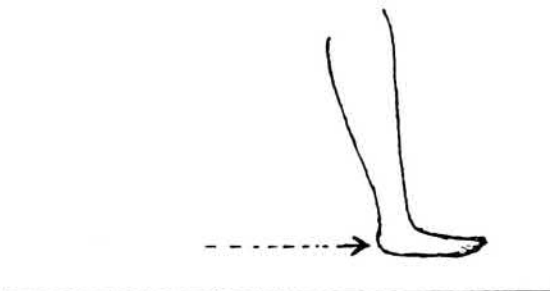
ซ้าย - ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ

(ดูภาพประกอบคำอธิบาย)

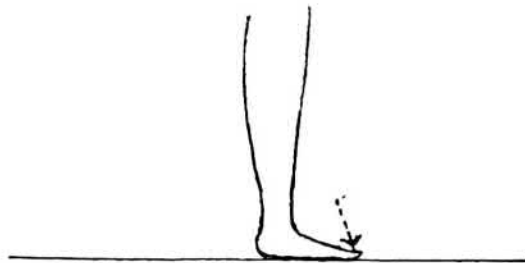
ยกหนอ : ยกเท้าขึ้นลอยขึ้น ไปข้างหลัง



ย่างหนอ : เลื่อนเท้า (ที่ยก) ไปข้างหน้าซ้ำ ๆ แล้วนั่ง



เหยียบหนอ : ลดเท้าลงให้ปลายแตะพื้นก่อน แล้วจึงวางเต็มฝ่าเท้า



๔. ระยะทางเดินและวิธีหมุนตัวกลับ

เมื่อเดินจงกรมได้ประมาณ ๙ ก้าว จะหยุดในก้าวที่ ๑๐ ภาวนาว่าซ้าย ยกหนอ - เตรียมหนอ - หยุดหนอ (เท้าซ้ายจะมาชิดเท้าขวา หยุดยืนตรง)

ยืน - หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่

อยาก - กลับ - หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกอยากหมุนตัวกลับสู่ทิศทางเดิม

หมุน - หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไป ๔๕ องศา - วางเท้าลง

ชิด - หนึ่ง ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา

หมุน - หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไปอีก ๔๕ องศา - วางเท้าลง

ชิด - สอง ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา (หันได้ ๙๐ องศา)

หมุน - หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไปอีก ๔๕ องศา - วางเท้าลง

ชิด - สาม ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา (หันได้ ๑๘๐ องศา)

ขณะนี้ผู้ฝึกจะหมุนตัวหันกลับสู่ทิศทางเดิม

๕. การเดินเที่ยวกลับ

เมื่อหันกลับสู่ทางเดิมแล้ว เตรียมตัวเดินกลับ ตั้งสติให้มั่น ตามองทางเดินเริ่มภาวนา เบา ๆ

ยืน - หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่

อยาก - เดิน - หนอ (๓ ครั้ง) ตามองแนวทางที่จะเดินกลับ เตรียมเดิน

ขวา - ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ

ซ้าย - ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ

เดินเที่ยวกลับเหมือนตอนที่เดินมา จะเห็นได้ว่า ถ้าเดินจงกรมเพียง ๑๐ ก้าว

ไป - กลับ ๑ เที่ยว จะกินเวลาประมาณ ๕ นาที ถ้ามีเวลาน้อย ฝึกเดิน ๑๐ ก้าว

ไป - กลับ ๒ เที่ยว ใช้เวลา ๑๐ นาที ถ้ามีเวลามาก ฝึกเดิน ๑๐ ก้าว ไป - กลับ ๔ - ๖

เที่ยว ใช้เวลา ๒๐ - ๓๐ นาที

๖. การหยุดเดินจงกรม

เมื่อกลับสู่จุดตั้งต้น และต้องการจะหยุดเดิน ให้ยืนตรง กำหนดในใจหรือภาวนาเบา ๆ ว่า อยาก-หยุด-หนอ (๓ ครั้ง) แล้วยกมือขวาออก ค่อย ๆ เลื่อนลงพร้อมคำภาวนาว่า

มือขวา ยกหนอ - ลงหนอ - ปล่อยหนอ (ปล่อยมือขวาลงข้างตัวตามสบาย)

มือซ้าย ยกหนอ - ลงหนอ - ปล่อยหนอ (ปล่อยมือซ้ายลงเช่นเดียวกัน)

ขณะฝึกต้องกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของมือและเท้าตลอดเวลา เช่นกำหนดรู้ที่มือ เมื่อยก ข้าง ๆ โดยข้อศอกแนบลำตัว ยกแต่มือขึ้นไปข้างหน้า จนแขนและมือทำมุม ๙๐ องศา กับลำตัวที่ ข้อศอก แล้วตามรู้ที่มือต่อไป เมื่อค่อย ๆ เลื่อนมือมาวางที่หน้าท้องหรือกำหนดรู้ที่ฝ่าเท้า เมื่อยก แล้วย่าง คือเลื่อนเท้าไปข้างหน้า และเหยียบ เมื่อปลายเท้าลดลงแตะพื้นแล้วจึงกดฝ่าเท้าค่อย ๆ เหยียบลงจนเต็มฝ่าเท้า เป็นต้น

การกำหนดรู้ หรือเอาจิตไปจับตามรู้อาการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ ตลอดเวลา ดังนี้ เป็นการฝึกสติ วิธีหนึ่ง

เมื่อฝึกเดินจงกรมกำหนดอิริยาบถแล้ว เดินเข้าห้องเรียนอย่างสงบ

(ก่อนเริ่มเรียน ควรฝึกนั่งสมาธิตามวิธีเจริญสติ ประมาณ ๓ - ๕ นาที)

วิธีเจริญสติโดยนั่งสมาธิในห้องเรียน

เมื่อเดินเข้าห้องเรียนอย่างสงบจนมาถึงเก้าอี้ของตนแล้ว

๑. ให้นั่งลงช้า ๆ กำหนดรู้ขณะที่ก้นกระทบพื้นเก้าอี้ บอกตนเองในใจว่า “นั่งหนอ ถูกหนอ เก้าอี้แข็งหนอ”

๒. มือทั้ง ๒ ข้าง วางบนเข่า และกำหนดรู้ที่มือซ้ายก่อน

๓. ภาวนาในใจว่า “ยกหนอ” พร้อมกับยกมือซ้ายขึ้นช้า ๆ โดยข้อศอกยังแนบลำตัวอยู่ “มาหนอ” ค่อย ๆ เลื่อนมือเข้ามาหาหน้าท้อง

“หงายหนอ” หงายมือขึ้นช้า ๆ

“วางหนอ” เลื่อนมือซ้ายลงวางที่หน้าตัก

๔. กำหนดรู้ที่มือขวา ภาวนาในใจเช่นเดียวกับ การยกมือซ้าย “ยกหนอ” “มาหนอ” “หงายหนอ” แล้วก็ “วางหนอ” โดยวางมือขวาหงายทับมือซ้าย

๕. กำหนดรู้ที่ลำตัว ตั้งตัวให้ตรง ตาปิดลงเบา ๆ

๖. กำหนดรู้ที่อาการเคลื่อนไหวของท้อง ขณะหายใจ เข้า-ออก ภาวนาในใจตามอาการ พอง-ยุบ ของท้องตามความเป็นจริง ไม่คิดเรื่องอื่น

๗. นั่งสมาธิกำหนดอิริยาบถเช่นนี้สัก ๓-๕ นาที จึงกำหนดในใจว่า “อยากเลิกหนอ” ยกมือขวาขึ้นช้า ๆ ค่อยแล้ววางบนเข่า ยกมือซ้ายขึ้นช้า ๆ ค่อยแล้ววางบนเข่า ลืมตาขึ้นช้า ๆ กำหนดในใจว่า “เห็นหนอ” แล้วเตรียมตัวเรียนต่อไป

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

หัวข้อ ศาสนพิธี

แผนการสอนเรื่อง การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ เป็นการประกาศตนว่าจะยอมรับนับถือพระพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งที่เคารพ และปฏิบัติตามคำสอน

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความสำคัญของการแสดงตนเป็นพุทธมามกะได้
๒. ปฏิบัติในการแสดงตนเป็นพุทธมามกะได้
๓. บอกหน้าที่และปฏิบัติตามหน้าที่ของพุทธมามกะได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ครูนำเสนอเนื้อหาถึงการปฏิบัติตนของพุทธศาสนิกชนที่นักเรียนพบเห็นในชีวิตประจำวัน และนักเรียนเคยปฏิบัติในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น

- ทำบุญตักบาตร
- ไปวัด รับศีล ฟังเทศน์ เวียนเทียน ในวันสำคัญ
- ถวายของใช้ที่จำเป็นแด่พระสงฆ์
- สวดมนต์ ไหว้พระ เป็นประจำ
- ความรู้สึกที่ได้พบเห็นหรือได้ปฏิบัติด้วยตนเอง

แล้วสรุปว่า ผู้ที่ปฏิบัติเช่นนี้เรียกว่าเป็นพุทธศาสนิกชน ผู้นับถือพระพุทธศาสนา แต่ถ้าผู้นั้นสมัครใจที่จะประกาศตนต่อพระสงฆ์ว่าตนเป็นผู้ยอมรับนับถือพระพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งที่ปฏิบัติแล้ว ควรได้ทำพิธีแสดงตนเป็น “พุทธมามกะ” ด้วย

๒. ให้นักเรียนอ่านคำว่า “พุทธมามกะ” แล้วร่วมกันอภิปรายถึง “วิธีการแสดงตนเป็นพุทธมามกะ” ว่า

- นักเรียนได้ยินคำนี้หรือไม่
- นักเรียนเคยแสดงตนเป็นพุทธมามกะหรือไม่
- ช่วยกันลำดับขั้นตอนในการแสดงตนเป็นพุทธมามกะที่นักเรียนพอจำได้

แล้วสรุปขั้นตอนของพิธีแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

๓. ให้นักเรียนปฏิบัติตามขั้นตอนการแสดงตนเป็นพุทธมามกะ โดยจัดสถานการณ์จำลอง ภายในห้องเรียน หรือห้องจริยศึกษา

ฝึก - กราบพระแบบเบญจางคประดิษฐ์

- กล่าวคำขอแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

- กล่าวคำอาราธนาศีล ๕ และสมาทานศีล ๕ (ภาคผนวก)

๔. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มรวบรวมการปฏิบัติของตนเองและสมาชิกในกลุ่มในฐานะที่เป็นพุทธมามกะอย่างไรบ้าง แล้วส่งตัวแทนออกรายงานหน้าชั้น รวบรวมสิ่งที่ปฏิบัติคล้ายคลึงกันของแต่ละกลุ่ม เน้นให้นำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน เช่น

- ทำบุญตักบาตร

- ไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน

- ประพฤติตนตามศีล ๕

- ปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในวันสำคัญ

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิ

- การกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์

- คำอาราธนาศีล ๕ และสมาทานศีล ๕

- คำกล่าวขอแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

๒. โต๊ะหมู่บูชา หรือจัดสถานที่จำลอง

๓. พระพุทธรูป หรือภาพพระพุทธรูป

๔. ดอกไม้ ธูป เทียน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม

๒. ติดตามพฤติกรรมภายหลังการฝึกและเข้าร่วมพิธีแสดงตนเป็นพุทธมามกะเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลง

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ทางโรงเรียนจัดพิธีแสดงตนเป็นพุทธมามกะให้นักเรียนที่ยังไม่ได้แสดงตน

๒. ส่งเสริมให้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ทั้งกับทางโรงเรียนและกับครอบครัว

ภาคผนวก

การแสดงตนเป็นพุทธมามกะของนักเรียน

ครูใหญ่หรือผู้แทนโรงเรียนเตรียมรายชื่อนักเรียน ดอกไม้ รูป เทียน เครื่องไทยทาน นำนักเรียนไปพบพระสงฆ์ที่วัด หรือนิมนต์พระสงฆ์อย่างน้อย ๔ รูป มาทำพิธีที่ห้องประชุมของโรงเรียนก็ได้

วิธีการแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

ตัวแทนนักเรียนนั่งคุกเข่ายกพานดอกไม้ รูป เทียน ประเคนต่อพระสงฆ์ พร้อมรายชื่อนักเรียนที่เข้าร่วมพิธีทั้งหมด

ผู้เข้าร่วมพิธี นั่งคุกเข่า หันหน้าจูดรูป เทียน กราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ สงบจิตใจระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย หันหน้ากล่าวนำคำบูชาพระรัตนตรัย คนอื่นกล่าวตามที่ละวรรค

อิมินา สักกาเรนะ	พุทฺธัง ปุเชมิ
ข้าพเจ้าขอบูชาพระพุทธเจ้า	ด้วยเครื่องสักการะนี้ (กราบ)
อิมินา สักกาเรนะ	ธัมมัง ปุเชมิ
ข้าพเจ้าขอบูชาพระธรรม	ด้วยเครื่องสักการะนี้ (กราบ)
อิมินา สักกาเรนะ	สังฆัง ปุเชมิ
ข้าพเจ้าขอบูชาพระสงฆ์	ด้วยเครื่องสักการะนี้ (กราบ)

แล้วกล่าวคำนมัสการพระพุทธเจ้า และคำขอแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อม แต่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมา สัมพุทธเจ้า พระองค์นั้น (๓ จบ)

เอเต (ชาย) มะยัง ภันเต สุกิริจะปรินิพุตตมปิ ตัง ภะคะวันตัง สาระณัง คัจฉามิ

เอตา (หญิง) ธัมมัญจะ สังฆัญจะ พุทธะมะ $\left\{ \begin{array}{l} \text{มะ (ชาย)} \\ \text{มิ (หญิง)} \end{array} \right\}$ ก่าติ โน สังฆเ ธาเรตุ.

คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอถึง พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น แม้ปรินิพพานนานแล้ว ทั้งพระธรรม และพระสงฆ์ เป็นสรณะที่ระลึกนับถือ ขอพระสงฆ์จงรับ ข้าพเจ้าไว้เป็นพุทธมามกะด้วยเถิด

เมื่อกล่าวจบ พระสงฆ์ทั้งหมดประนมมือรับ “สาธุ” ผู้เข้าร่วมพิธีนั่งพับเพียบ ประนมมือ ฟังโอวาทจากประธานสงฆ์ จบแล้ว หัวหน้านักเรียนนำกล่าว อาราธนาศีล ๕ และสมาทานศีล ๕ (กล่าวตาม พระเป็นตอน ๆ) แล้วกล่าวสรุปหลังจากสมาทานศีล พระสงฆ์บอก ๑ ครั้ง ว่าตาม ๓ ครั้ง)

อิมานิ ปัญจะสิกขาปะทานิ สามาทียามิ

ผู้เข้าร่วมพิธีหรือตัวแทน รับพุทธมามกบัตร ถวายเครื่องไทยทาน พระสงฆ์อนุโมทนา กรวดน้ำรับพร แล้วคุกเข่ากราบพระสงฆ์ ๓ ครั้ง เป็นเสร็จพิธี

หรือหลังจากเสร็จพิธี อาจมีการทำบุญถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์ ก็ได้



(เวลา ๕ คาบ)

ไตรสิกขา เป็นกระบวนการที่พัฒนามนุษย์ทั้งทางกาย วาจา ความคิด จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ให้สามารถดำรงและดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสันติและมีอิสรภาพเน้นการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตนด้วยหลักของศีล สมาธิ ปัญญา

๑. มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องไตรสิกขาและอริยมรรค มีองค์แปด
๒. เกิดศรัทธาและเห็นคุณค่าในการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา
๓. ปฏิบัติตนโดยอาศัยหลักไตรสิกขาตามการชี้แนะของครู

๑. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเพื่อให้มองเห็นความสัมพันธ์ของไตรสิกขาและอริยมรรคมีองค์แปด โดย

๑.๑ ให้นักเรียนแต่ละคนบอกความทุกข์ในใจของตนกับครู ครูยกตัวอย่างความทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งที่มีความถี่สูงสุด เช่น ไม่ได้ทำการบ้านส่งครู ให้ผู้เสนอปัญหาหาสาเหตุว่าทำไมจึงไม่ได้ทำการบ้าน จะได้รับคำตอบต่าง ๆ กัน บางคนอาจเป็นเพราะดูโทรทัศน์จนดึก บางคนต้องช่วยแม่ดูแลน้อง ฯลฯ ต่อจากนั้นให้หาทางว่าทำอย่างไรจึงจะได้ทำการบ้านส่งครู ก็จะได้รับคำตอบ เช่น ต้องตั้งใจไม่ดูโทรทัศน์ถ้ายังทำการบ้านไม่เสร็จ หรือรีบเข้านอนเพื่อจะได้ทำการบ้านให้เสร็จก่อนที่จะง่วงนอน เป็นต้น ครูสนทนากับนักเรียนเพื่อโยงเข้าสู่เรื่อง อริยสัจ ๔ และอริยมรรคองค์ที่ ๑ (สัมมาทิฏฐิ : ความเห็นถูกต้อง)

๑.๒ แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละประมาณ ๕-๗ คน ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายถึง ปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น ข่าวดาจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ เกี่ยวกับเหตุการณ์ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเพราะกิเลส ตัณหา ความมั่งร่ำรวย เบียดเบียน การแก่งแย่ง ชิงดี ชิงเด่น ครู ชี้นำให้นักเรียนเห็นว่าคนเราไม่ควรยึดติดอยู่กับภาวะเหล่านั้น ควรละเสียซึ่งความไม่ดีทั้งหลายทั้งปวง

ชี้ให้เห็นถึงความไม่เที่ยงแท้แน่นอนแห่งชีวิตแล้วโยงเข้าอริยมรรคองค์ที่ ๒ (สัมมาสังกัปปะ : ความคิดถูกต้อง)

๑.๓ แบ่งกลุ่มนักเรียน (อาจใช้กลุ่มเดิมก็ได้) ค้นคว้า/อภิปรายเรื่อง ๑ การพูดชอบ/พูดดี ๒ การกระทำชอบ/ทำดี ๓ การเลี้ยงชีพชอบ ว่าควรปฏิบัติอย่างไรในเรื่องดังกล่าว แล้วให้เสนอผลการค้นคว้า/อภิปรายหน้าชั้นเรียน ครูนำสรุปสู่อริยมรรค องค์ที่ ๓, ๔ และ ๕ อันได้แก่ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะและสัมมาอาชีวะ

๑.๔ ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงเรื่องข้อควรปฏิบัติของพุทธศาสนิกชน อันได้แก่หัวใจของพระพุทธศาสนา คือ การไม่ทำชั่ว การทำความดี และการฝึกสติทำจิตให้ผ่องแผ้ว โยงเข้าสู่อริยมรรคองค์ที่ ๖, ๗ และ ๘ คือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ

๒. สรุปความสัมพันธ์ระหว่างไตรสิกขา และอริยมรรคมีองค์แปด โดยใช้แผนภูมิ

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิไตรสิกขา (ในภาคผนวก)
๒. ตัวอย่างข่าวจากแหล่งต่าง ๆ
๓. เพลงและเกม (ตามความเหมาะสมกับเนื้อหา/กิจกรรม)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจในการร่วมกิจกรรม
๒. ให้นักเรียนประเมินตนเองด้วยวาจา/ทำแบบประเมิน แบบบันทึกพฤติกรรม
๓. พูดคุย สอบถาม/ใช้แบบสอบถาม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. พิจารณาสอดแทรกเพลง เกม เทคนิคการสอนต่าง ๆ ตามความเหมาะสม
๒. ครูอาจให้นักเรียนช่วยกันแต่งเพลง/คำประพันธ์ เกี่ยวกับเรื่องที่เรียน โดยอาจทำเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มก็ได้ แล้วให้ฝึกร้องเพลง/อ่านคำประพันธ์เหล่านั้นร่วมกัน
๓. ครูผู้สอนควรศึกษาภาคผนวกเริ่มตั้งแต่แผนภูมิไตรสิกขา อธิบายแผนภูมิรวมทั้งอริยมรรคองค์ต่าง ๆ ให้เกิดความเข้าใจก่อนสอน พยายามยกตัวอย่างสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวนักเรียนและนักเรียนสามารถเข้าใจได้ไม่ยากนัก

ภาคผนวก

๑. ชั้นของการปฏิบัติศาสนา

ไตรสิกขา

สิกขาขั้นแรกที่สุด เราเรียกว่า “ศีล” ซึ่งหมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนและไม่ทำตนเองให้เดือดร้อน มีจำแนกไว้เป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่น ๆ อีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อยปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ทางกายทางวาจาของตนที่เกี่ยวกับสังคมและส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่

สิกขาขั้นที่ ๒ เรียกว่า “สมาธิ” ข้อนี้ได้แก่ การบังคับจิตใจของตัวเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำประโยชน์ให้มากที่สุดตามที่ตนต้องการ ขอให้ตั้งข้อสังเกตความหมายของคำว่า “สมาธิ” ไว้ให้ถูกต้อง โดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ฟังมาว่า สมาธินั้นคือจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่นิ่งเหมือนท่อนไม้ หรือมักว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์ แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้น ไม่ใช่ความหมายอันแท้จริงของสมาธิ การกล่าวเช่นนั้นนี้มีหลักในพุทธวจนะนั่นเอง พระองค์ทรงแสดงลักษณะของจิต ด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุด คือคำว่า “กัมมณีโย” แปลว่าสมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรงแสดงลักษณะของจิต ที่เป็นสมาธิ

สิกขาขั้นที่ ๓ นั้นเรียกว่า “ปัญญา” หมายถึงการฝึกฝนอบรม ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้อง และสมบูรณ์ถึงที่สุดในสิ่งทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง คนเราตามปกติไม่สามารถรู้อะไร ๆ ให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงได้ คือมันถูกแต่เพียงตามที่เราเข้าใจเอาเอง หรือตามโลกสมมติ มันจึงไม่ใช่ตามที่เป็นจริงด้วยเหตุนี้พุทธศาสนาจึงมีระเบียบปฏิบัติเรียกว่าปัญญาสิกขานี้ขึ้นอีกส่วนหนึ่ง เป็นส่วนสุดท้ายสำหรับจะได้ฝึกฝนอบรมให้เกิดความเข้าใจ ให้เห็นแจ้ง ในสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นจริงโดยสมบูรณ์

คำว่า “ความเข้าใจ” กับคำว่า “ความเห็นแจ้ง” นั้น ในทางธรรมะแล้วไม่เป็นอันเดียวกัน “ความเข้าใจ” นั้นอาศัยการคิดคำนึงด้วยการใช้เหตุผลบ้าง หรือการคาดคะเนเอาตามเหตุผลต่าง ๆ บ้าง ส่วน “ความเห็นแจ้ง” ไปไกลกว่านั้น คือต้องเป็นสิ่งที่เราได้ซึมซาบมาแล้ว ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาด้วยตนเอง หรือด้วยการมีจิตใจจดจ่อต่อเนื่องอยู่กับสิ่งนั้น ๆ โดยอาศัยการเฝ้าเพ่งดูอย่างพินิจพิจารณาจนเกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย ไม่หลงใหลในสิ่งนั้น ๆ ด้วยน้ำใสใจจริง ไม่ใช่ด้วยการคิดเอาตามเหตุผล เพราะฉะนั้นปัญญา-สิกขาตามหลักของพุทธศาสนาจึงไม่ได้หมายถึงปัญญาที่ได้มาจากหลักของเหตุผลเหมือนที่ใช้กันอยู่ในวงการศึกษาวិชาการสมัยปัจจุบัน แต่เป็นคนละอย่างทีเดียว

ปัญญาในทางพุทธศาสนา ต้องเป็นการรู้แจ้งเห็นแจ้ง ด้วยน้ำใสใจจริง ด้วยการผ่านผจญ

สิ่งนั้น ๆ มาแล้วโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง (Spiritual-Experience) จนฝังใจแน่นแน ไม่อาจลืมเลือนได้ เพราะฉะนั้น การพิจารณาในทางปัญญาตามสิกขาข้อนี้จึงต้องใช้สิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมาแล้วในชีวิตตนเอง เป็นเครื่องพินิจพิจารณา หรืออย่างน้อยก็ต้องเป็นเรื่องที่มีน้ำหนักมากพอที่จะทำให้ใจของเราเกิดความรู้สึกสลดสังเวช เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลาย ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนเหล่านั้นได้จริง

ถ้าเราจะคิดไปตามแนวของเหตุผล ทำการวินิจฉัย ลักษณะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาทันทีเท่าไรก็ตามมันก็ได้แค่ความเข้าใจ ไม่มีทางให้เกิดความสลดสังเวชได้ ไม่มีทางให้เกิดความเบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลายในโลกได้ ขอให้เข้าใจว่ากิริยาอาการที่จิตใจเบื่อหน่าย คลายความอยากจากสิ่งที่เคยหลงรักนั้นแหละ คือตัวความเห็นแจ้งในที่นี้ หลักระยะได้บัญญัติไว้ชัดเจนทีเดียวว่า ถ้าเห็นแจ้งจริง ๆ ก็ต้องเบื่อหน่ายจริง ๆ จะไปหยุดอยู่เพียงแค่เห็นแจ้งนั้นไม่ได้ ความเบื่อหน่าย คลายความอยากในสิ่งนั้น จะต้องเกิดตามขึ้นมาทันควันอย่างแยกกันไม่ได้

ศีลสิกขา นั้นเป็นเพียงการศึกษาปฏิบัติ ในขั้นเตรียมเบื้องต้น เพื่อให้เรามีความเป็นอยู่ ผาสุก อันจะช่วยให้อารมณ์เป็นปกติ อานิสงส์ของศีลมีหลายอย่างด้วยกัน แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือ เป็นไปเพื่อให้เกิดสมาธิ อานิสงส์อย่างอื่น ๆ เช่นว่าให้เป็นสุข หรือให้ไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์นั้น พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงมุ่งหมายโดยตรง ท่านมุ่งหมายโดยตรงถึงข้อที่จะให้เป็นที่เกิดที่เจริญของสมาธิ ศีลจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้โดยง่าย ถ้าเรามีเครื่องรบกวนมาก จิตใจของเราจะเป็นสมาธิได้อย่างไร

สมาธิสิกขา คือการที่เราสามารถควบคุมจิตหรือใช้จิตของเรานี้ ให้ทำหน้าที่ของมันให้เป็นประโยชน์ถึงที่สุด ในขั้นศีล มีความประพฤติดีทางกาย ทางวาจา ในขั้นสมาธิ มีความประพฤติดีทางจิต คือ ไม่มีความคิดผิด ไม่เศร้าหมอง ไม่มีความคิดฟุ้งซ่านและอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมันอย่างที่เราเรียกว่าสมาธิ

แม้ในส่วนที่เกี่ยวกับประโยชน์ทั่ว ๆ ไปในทางโลกสมาธิก็ยังเป็นของจำเป็นทุกกรณี ไม่ว่าเราจะทำอะไร ถ้าไม่ทำด้วยใจที่เป็นสมาธิแล้ว ย่อมไม่ได้รับผลสำเร็จด้วยดี ท่านจึงจัดสมาธินี้ไว้ในลักษณะของบุคคลที่เรียกว่า มหาบุรุษไม่ว่าจะเป็นมหาบุรุษทางโลกหรือทางธรรม ล้วนแต่จำเป็นจะต้องมีสมาธิ เป็นคุณสมบัติประจำตัวทั้งนั้น

แม้แต่เด็กนักเรียน ถ้าไม่มีจิตเป็นสมาธิแล้ว จะคิดเลขออกได้อย่างไร สมาธิในทำนองนั้นเป็นสมาธิตามธรรมชาติ มันยังอยู่ในระดับอ่อน ส่วนสมาธิในทางหลักพุทธศาสนา ที่เรากำลังพูดถึงนี้เป็นสมาธิที่เราได้ฝึกให้สูงยิ่งขึ้นไปกว่า ที่จะเป็นไปตามธรรมชาติ เพราะฉะนั้น เมื่อฝึกกันสำเร็จแล้วจึงกลายเป็นจิตที่มีความสามารถ มีกำลัง มีคุณสมบัติพิเศษอย่างอื่น ๆ มากมายเหลือเกิน

การที่คนเราสามารถถือเอาประโยชน์ จากสมาธิได้ถึงปานนี้ เรียกว่ามนุษย์ได้ก้าวขึ้นมา ถึงการรู้ความลับของธรรมชาติอีกขั้นหนึ่ง ข้อนี้หมายถึง การรู้วิธีบังคับจิต ให้มีสมรรถภาพยิ่งไปกว่ามนุษย์ธรรมดาจะทำได้ ขั้นศีลยังไม่ถือว่าเป็นการเลยระดับของมนุษย์ธรรมดา แม้จะอวดกัน

ก็ยังไม่ถือว่าเป็นการอวดอุตริมนุสสธรรม แต่พอมาถึง **ขั้นที่เป็นสมาธิ เป็นฌาน เป็นสมาบัติ** ท่านจัดเป็นอตุตฺตริมนุสสธรรม ซึ่งพระภิกษุจะอวดไม่ได้ บิณฑกก็ชื่อว่า **ไม่เป็นพระที่ดีหรือ** **ถึงกับไม่เป็นพระเลย** แล้วแต่กรณี

การได้มาซึ่งสมาธินี้เราต้องลงทุน อดทนศึกษา อบรมและปฏิบัติ จนเรามีสมาธิตามสมควรที่จะมีได้ในที่สุด เราก็จะได้ผลในการปฏิบัติหน้าที่ได้ดีมากไปกว่ามนุษย์ธรรมดาที่เราได้ ๆ กัน เพราะเรามีเครื่องมือที่สูงไปกว่าที่เขามี เพราะฉะนั้น จึงขอให้สนใจไว้ อย่าถือว่าเป็นของครี้งเวลา งามายพินสมัยเลย มันยังคงเป็นของสำคัญที่สุด ซึ่งต้องใช้กันอยู่เรื่อยไป และยิ่งในสมัยที่โลกมีอะไร ๆ หมุนเร็วแทบจะลุดเป็นไฟอย่างนี้ด้วยแล้ว ยิ่งจะต้องการสมาธิมากไปเสียกว่าครั้งพุทธกาลด้วยซ้ำไป อย่าไปหลงคิดว่า เป็นเรื่องไปวัด หรือเรื่องสำหรับคนวัด หรือของคนงมงายเลย

ถัดไปนี้ ก็ถึงความเกี่ยวเนื่องกันระหว่าง สมาธิสิกขา กับ **ปัญญาสิกขา** พระพุทธเจ้าตรัสไว้เลยทีเดียวว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง หมายถึงอาการที่จิตประกอบด้วยสมาธิ ในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ ถ้าจิตมีลักษณะเช่นนี้แล้ว ก็จะเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง

ข้อนี้มีความแปลกประหลาดอยู่หน่อยหนึ่ง คือว่าเรื่องอะไร ๆ ที่เราอยากรู้ หรือปัญหาที่เราอยากจะสะสางนั้น ตามปกติมันฝังตัวประจำอยู่ในใจของคนเราทั้งนั้น เราอาจจะไม่รู้สึกรู้สาก็ได้ คือมันอยู่ใต้จิตสำนึก (Subconscious) เรื่อยไปตลอดเวลา ขณะที่เราตั้งใจจะสะสางให้ออก มันก็ไม่ออก เพราะเหตุว่าจิตใจขณะนั้น ยังไม่เหมาะสมที่จะสะสางปัญหานั้นนั่นเอง ถ้าผู้ใดทำสมาธิที่ถูกต้อง คือให้มีลักษณะที่เรียกว่า **“กัมมณีโย”** พร้อมทั้งจะปฏิบัติงานทางจิตแล้ว ปัญหาต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ใต้จิตสำนึกนั้น มันจะมีคำตอบไหลออกมาเฉย ๆ อย่างไม่มีปี่มีขลุ่ย ต่อเนื่องจากขณะที่จิตเป็นสมาธินั้น

แต่ว่าถ้าหากมันยังไม่ไหลออกมา เราก็ยังมีวิธีอื่นอีกอันหนึ่ง คือให้น้อมจิตไปสู่การพิจารณาปัญหาที่เรากำลังมีอยู่ การพิจารณาด้วยกำลังของสมาธิ ในลักษณะเช่นนี้เอง เรียกว่า **ปัญญาสิกขา** หรืออย่างน้อยก็สังเคราะห์เข้าในปัญญาสิกขา ในคืนวันที่ตรัสรู้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ปฏิจาสัมบุบาท คือรู้อะไรเป็นอะไร ทอยยกกันไปตามลำดับ ทั้งนี้ก็โดยมีสมาธิ อย่างที่กล่าวมาแล้ว พระองค์ได้ตรัสเล่าเรื่องนี้ไว้อย่างละเอียด แต่รวมใจความแล้วก็ถือว่า ในขณะที่จิตเป็นสมาธิดีแล้ว ก็น้อมจิตไปเพื่อพิจารณาปัญหานั้น ๆ

ทั้งหมดนี้เป็นการแสดงให้เห็นว่า **ปัญญากับสมาธินี้จะต้องเกี่ยวข้องกันเสมอไป** แต่ว่าอาการที่ปัญญา อาศัย สมาธินั้น บางทีเรามองไม่เห็นเลย เช่นเวลาที่เจียบสงัดเย็นสบาย ไม่มีอะไรรบกวนใจ จิตเป็นสมาธิสดชื่นดี เราก็คิดอะไร ๆ ที่เป็นคำตอบของปัญหา ซึ่งติดค้างอยู่ในใจได้ เป็นต้น

แต่ในพุทธศาสนานั้น ท่านแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิกับปัญญา ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก

คือ **ต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา; ต้องมีปัญญาก็จะมีสมาธิ** ข้อนี้เป็นเพราะในการที่จะให้เกิดสมาธิ ยิ่งไปกว่าสมาธิตามธรรมชาตินั้น มันต้องอาศัยอาการต่าง ๆ ของจิต ที่จะบังคับมันอย่างไร จึงจะเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาได้ ฉะนั้น คนมีปัญหา จึงสามารถมีสมาธิมากขึ้นได้ตามลำดับ เมื่อมีสมาธิมากขึ้นปัญญาก็ยิ่งมีกำลังมากขึ้นตาม มันส่งเสริมซึ่งกันและกันไปในตัว

ถ้ามีปัญหาแล้ว ก็จะต้องมีความเห็นแจ้ง และมีผลเป็นความรู้สึกเบื่อหน่ายสลดสังเวช ถอยหลังออกมาจากสิ่งทั้งปวง ที่เคยหลงรักหลงยึดถือ ถ้ายังรู้เข้าไปหาสิ่งทั้งปวงด้วยความหลงรัก ด้วยความยึดถือ ด้วยความหลงใหลแล้ว ไม่ใช่เป็นปัญญาของพระพุทธศาสนา ที่ว่าชะงักหรือถอยหลังนี้ไม่ใช่ทางกิริยาอาการ เช่นจะต้องจับสิ่งนั้น สิ่งนี้วางทิ้งหรือทุบตีให้แตกหัก หรือว่าต้องวิ่งหนีเข้าป่าไปอย่างนี้ก็หาไม่ได้ แต่หมายถึงชะงักถอยหลัง ด้วยจิตใจโดยเฉพาะ คือมีจิตใจถอยห่าง ออกจากการที่เคยตกเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงมาเป็นจิตที่อิสระ

ผลของความเบื่อหน่ายคลายความอยาก จากสิ่งทั้งปวงมันเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ไปฆ่าตัวตาย หรือเข้าป่าไปบวชเป็นฤาษี แล้วเอาไฟจุดเผาสิ่งต่าง ๆ เสียให้หมด ภายนอกจะเป็นอย่างไรก็เป็นไปตามเรื่อง ยังคงเป็นไปตามเหตุผล ตามความเหมาะสม แต่ภายในจิตใจนั้นยอมเป็นอิสระ ไม่เป็นทาสของสิ่งใดอย่างแต่ก่อนอีกต่อไป นี่คือ **อานิสงส์ของปัญญา** ท่านใช้เรียกด้วยคำบาลีว่า **วิมุตติ** หมายความว่า หลุดพ้นจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะทาสของสิ่งที่เรารัก

แม้แต่สิ่งที่เราไม่รัก เราก็ดตกเป็นทาสของมันเหมือนกัน เป็นทาสตรงที่ต้องไปเกลี้ยดมันนั่นเอง อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ อุตส่าห์ไปเกลี้ยดมัน ไปร้อนใจกับมัน มันบังคับเราได้เหมือนกับของที่เรารัก แต่อยู่ในลักษณะคนละอย่าง ฉะนั้น **คำว่าเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงนั้น ย่อมหมายถึงทั้งทางที่พอใจและไม่พอใจ** ทั้งหมดนี้แสดงว่า เราหลุดออกจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงมาเป็นอิสระอยู่ได้ด้วยอาศัยปัญญา

พระพุทธเจ้าท่านจึงได้วางหลักไว้สั้น ๆ ที่สุดว่า **คนเราบริสุทธได้ด้วยปัญญา ท่านไม่เคยตรัสว่าบริสุทธได้ด้วยศีลด้วยสมาธิ; แต่บริสุทธได้ด้วยปัญญา** เพราะมันทำให้หลุดออกมาจากสิ่งทั้งปวง การไม่หลุดก็คือ มีความไม่บริสุทธ สกปรกมืดมัว เราร้อน เมื่อหลุดก็จะมีคามบริสุทธ สะอาด สว่างไสวแจ่มแจ้ง และสงบเย็น มันเป็นผลของปัญญาหรือเป็นลักษณะอาการที่แสดงว่า **ปัญญาได้เข้าปฏิบัติหน้าที่ของมันถึงที่สุดแล้ว** ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงได้กำหนดพิจารณาสิกขาข้อที่ ๓ คือปัญญานี้ให้ดี ๆ ว่ามันมีอยู่อย่างไร และเป็นของสูงส่งเพียงไร

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา ก็คือ ปัญญาที่ถอนตนออกมาเสียจากสิ่งทั้งปวง โดยการทำลายอุปาทาน ๔ ประการ เสียได้หมดสิ้น ความยึดติดทั้ง ๔ นั้นเป็นเหมือนกับเชือกที่ผูกมัดล้ามเราไว้ ปัญญาก็เป็นเสมือนมีดที่จะตัดสิ่งเหล่านั้นให้ขาดออกไป จนไม่มีอะไรเป็นเครื่องผูกมัดเราให้ติดอยู่กับสิ่งต่าง ๆ ได้อีกต่อไป

ข้อปฏิบัติทั้ง ๓ อย่างดังกล่าวนี้ จึงคงทนต่อการพิสูจน์หรือไม่ จะเป็นหลักวิชาอันแท้จริง

เพราะที่ทุกคนจะปฏิบัติหรือไม่ ขอให้พิจารณาดู

เมื่อดูต่อไปอีก จะเห็นว่าหลักทั้ง ๓ ข้อนี้ไม่ค้านกับศาสนาไหนเลย ถ้าศาสนานั้น ๆ ต้องการจะแก้ปัญหาด่าง ๆ ที่เป็ความทุกข์ของมนุษย์กันจริง ๆ พุทธศาสนา**ยอมไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อศาสนาใด ๆ แต่มีอะไร ๆ มากไปกว่าศาสนาอื่น ๆ** มีโดยเฉพาะก็คือ การปฏิบัติในทางปัญญา อันเป็นสื่อบาข้อสุดท้าย เพื่อตัดความยึดมั่นทั้ง ๔ ประการ ปลดเปลื้องจิตใจให้เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ไม่ผูกพันเป็นทาส หรือตกอยู่ในอำนาจของสิ่งทั้งปวง เช่นพระเป็นเจ้าบนสวรรค์ หรือผีบางเทวดา ข้อนี้แหละ **ไม่มีศาสนาอื่นกล้าพอที่จะสอนให้เป็นอิสระสิ้นเชิง** ฉะนั้น เราจะเข้าใจความสำคัญของพระพุทธศาสนาไว้ให้ดี ๆ ดังที่กล่าวมา

เมื่อความจริงได้แสดงแล้วว่า พระพุทธศาสนา**กล้าทำให้พิสูจน์ว่ามีอะไร ๆ ทุกอย่าง**ที่ศาสนาอื่น ๆ มี และยังมีอะไรบางอย่าง มากไปกว่าที่เขามีกัน ฉะนั้นจะเห็นได้ทันทีว่า พุทธศาสนา**นี้เป็นของคนทั่วไป หรือเป็นศาสนาสากล**ที่ใช้ได้แก่คนทุกคน ทุกยุคทุกสมัย เพราะว่าทุกคนมีปัญหาความทุกข์อย่างเดียวกันหมด คือทุกข์เพราะเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกข์ เพราะความอยาก ความยึดถือครอบงำย่ำยี ไม่ว่าเทวดา มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน ย่อมจะมีปัญหาอย่างเดียวกัน มีสิ่งที่ต้องทำอย่างเดียวกัน คือต้องตัดกิเลสตัณหาที่เป็นตัวการสำคัญ หรือตัดความยึดติดที่ผิด ๆ นี้เสียให้ได้ **นี้แหละ คือความหมายของความเป็ศาสนาสากล**

พุทธทาสภิกขุ. คู่มือมนุษย์ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ, ๒๕๓๕.

๒. ตัวอย่างเพลงประกอบกิจกรรม

เพลง นักเรียนไม่หุคคัวย

เนื้อร้อง ศ.อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง แม่สะเรียง

นักเรียนจำอย่าพูดจาสื่อเสียด ไม่พูดหยามเหยียดให้เพื่อนได้อาย
เว้นคำเพื่อเจือหยาบคาย เย้ยเยาะถากถางทั้งหลาย
จงอย่าพูดร้าย เราต้องพูดคำจริง ได้ประโยชน์ยิ่งชวณฟัง
เลือกแต่คำไพเราะ ใช้คำพูดเหมาะ และตรงตามจริง (ซ้ำ)

เพลง ขอคิด

เนื้อร้องและทำนอง สวงวนศรี บุญยามระ

ยังใจให้ตี	ของนี่ของใคร
ฉันรักเพียงใด	ขอคิดให้ฉัน
ถ้าเป็นของเธอ	คงไม่ยอมเช่นกัน
ขอคิดโดยพลัน	ความสัมพันธ์ไม่คลาย

เพลง ใจเขาใจเรา

เนื้อร้องและทำนอง สวงวนศรี บุญยามระ

ของของใคร	ใครก็รัก
อย่าชิงฉกฉก	ของรักใครใคร
ของของเธอ	หรือเธอจะให้
โปรดยังซึ้งใจ	คืนเขาไปแหละดี

เพลง สัญญา-ปวารณา

เนื้อร้องและทำนอง ศ.อำไพ สุจริตกุล

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ
 (จะขยันทำการบ้านส่งครูทุกครั้ง)
 ถ้าฉันผิดสัญญาจงเมตตาเตือนเตือน
 * (เปลี่ยนเนื้อร้องเฉพาะในวงเล็บแต่ละเที่ยว)

๓. ตัวอย่างเกมประกอบกิจกรรม

ชื่อเกม “รักยาวให้บัน รักสั้นให้ต่อ”

วัตถุประสงค์ ๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคีและความสนุกสนานเพลิดเพลิน

๒. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาที่ไป ประมาณ ๕ นาที

สถานที่ หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์ ของใช้ในตัวนักเรียนที่มีความยาว สามารถผูก/วางต่อกันได้

วิธีเล่น ๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาเข้าแถวตอนหน้าชั้นเรียน ต่อจากนั้นจับกลุ่มเป็นวงกลมแล้วนั่งลง

๒. ครูออกคำสั่งให้นักเรียนแต่ละคนหาของใช้ของตนที่มีอยู่ในขณะนั้นนำมาผูก/วางต่อกัน ให้มีความยาวมากที่สุด ภายในเวลา ๑ นาที
๓. เปรียบเทียบผลงานของแต่ละกลุ่ม สรุปกิจกรรม สอบถามความรู้สึกของผู้เล่นแล้วให้กลุ่มเสนอผลงานตามลำดับ (ครูอาจจะให้กลุ่มที่มีความยาวมากที่สุด หรือน้อยที่สุด เสนอผลงานก่อนก็ได้)

ชื่อเกม

“ด้วยกัน”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจในการทำงาน
๒. เพื่อเป็นการฝึกสติ/สมาธิของผู้เล่น
๓. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาใช้

ประมาณ ๗ นาที

สถานที่

หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์

ลูกโป่ง (เท่าจำนวนกลุ่มของนักเรียน)

วิธีเล่น

๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มยืนเป็นคู่ ๆ
ถ้ากลุ่มใดมีจำนวนคี่ให้ออกมาเป็นผู้สังเกตการณ์ ๑ คน
๒. อธิบายวิธีการเล่น/กติกาให้ผู้เล่นทราบ
โดยให้สมาชิกแต่ละคู่ หันหน้าไปในทางตรงกันข้าม วางลูกโป่งที่ได้รับแจกไว้ตรงสะโพก ทั้งคู่ต้องช่วยกันประคับประคองเพื่อนำลูกโป่งเดินอ้อมเก้าอี้มาส่งให้กับคู่ต่อไป ดำเนินกิจกรรมไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะครบทุกคู่หรือหมดผู้เล่น
กติกา ๑. ถ้าลูกโป่งตกลงถึงพื้น ปรับเป็นแพ้
๒. ห้ามผู้เล่นใช้มือจับ/แตะ/ถูกลูกโป่ง
๓. ให้ผู้สังเกตการณ์ นำลูกโป่งไปวางให้สมาชิกที่เตรียมพร้อมที่จะเล่น ครูให้สัญญาณเริ่มเล่นและปฏิบัติกิจกรรม โดยผู้สังเกตการณ์คอยติดตามพฤติกรรมของผู้เล่นแต่ละกลุ่ม
๔. ให้ผู้สังเกตการณ์/ผู้เล่น แสดงความคิดเห็น ครูสรุปกิจกรรม
๕. เรียงลำดับกลุ่มแพ้/ชนะ เสนอผลงาน

ชื่อเกม

“จ๊ะเอ๋”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อฝึกคุณธรรมเรื่องความซื่อสัตย์
๒. เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน
๓. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาที่ไป
สถานที่
อุปกรณ์
วิธีเล่น

ประมาณ ๓-๕ นาที

หน้าห้องเรียน

ตัวผู้เล่น

๑. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่ม ๆ ละ ๑ คน ร่วมเล่นกิจกรรม
๒. อธิบายกติกา : ให้ผู้เล่น/ผู้ชมรับทราบว่าเกมนี้เป็นการทายใจ/เดาใจฝ่ายตรงกันข้าม เริ่มต้นด้วยการให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๑ กลุ่มที่ ๒ ยืนหันหลังให้กัน ห่างกันประมาณ ๑ ศอก แล้วให้แต่ละฝ่ายเลือกว่าอยากจะพบ/ไม่พบหน้าของอีกฝ่าย (พบหมายถึงหันหน้ามาพบกัน/ไม่พบหมายถึงหันไปคนละทาง) ขณะที่หันหน้าให้กล่าวคำว่า “จะเอ้” ด้วย
๓. ให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม ในคู่แรกถ้าหากฝ่ายไหนแพ้ก็ออกจากการเล่นและให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๓, ๔, ๕, ๖ เล่นต่อตามลำดับ จนกว่าจะครบทุกกลุ่ม
๔. เรียงลำดับกลุ่มแพ้-ชนะ/สอบถามความรู้สึกและสรุปกิจกรรม
๕. เลือกกลุ่มเสนอผลงานตามความเหมาะสม

๔. ตัวอย่างแบบบันทึกต่าง ๆ

๑. แบบบันทึกพฤติกรรมของนักเรียน (ประกอบกิจกรรมการเรียนการสอน ชั้น ป.๖ ข้อที่ ๑)

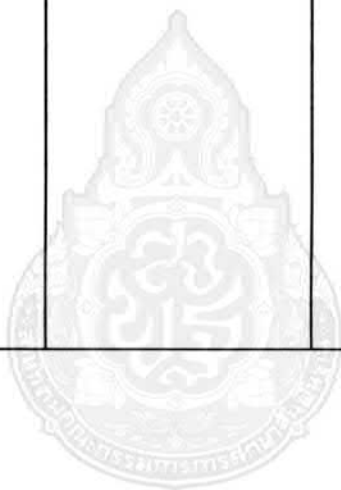
ชื่อ ชั้น เลขที่

วัน/เดือน/ปี	สถานที่	พฤติกรรม/การกระทำ	ผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง	ผลต่อผู้อื่น

๒. แบบบันทึกการแนะนำผู้อื่น (ประกอบกิจกรรมการเรียนรู้การสอนข้อ ๕)

ชื่อ ชั้น เลขที่

วัน/เดือน/ปี	เรื่องที่แนะนำ	ผู้รับคำแนะนำ	ผลการปฏิบัติของผู้รับคำแนะนำ



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต

แผนการสอนเรื่อง จิตดี หนดี สุขาวดี : จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้ (เวลา ๒ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

จิตของบุคคลทั่ว ๆ ไปมักจะไม่อยู่นิ่ง การฝึกจิตให้สงบจึงเป็นสิ่งที่กระทำได้ยาก ต้องอาศัยความเพียรพยายาม บุคคลใดสามารถควบคุมจิตได้ บุคคลนั้นก็จะพบความสุขที่แท้จริง

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เห็นประโยชน์ของการฝึกจิต
๒. บอกประโยชน์ของการฝึกจิตในชีวิตประจำวันได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ให้นักเรียนนั่งนิ่ง ๆ เพื่อสงบจิตใจ ประมาณ ๒ นาที โดยใช้วิธีฝึกสติด้วยการหลับตานึกย้อนมองตัวเองว่านั่งอยู่ในท่าใด ทำความรู้สึกเห็นตัวเองตั้งแต่เท้า ลำตัว แขน ศีรษะ แล้วนึกย้อนกลับ ศีรษะ แขน ลำตัว เท้า นึกกลับไปกลับมาเช่นนี้ประมาณ ๓-๔ เที้ยว เมื่อครบกำหนดเวลา ๒ นาที ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับความรู้สึกขณะฝึกสติว่าจิตสงบหรือไม่ หรือฟุ้งซ่านไปคิดเรื่องอื่น

๒. ครูสอบถามนักเรียนเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นว่า ลักษณะเช่นใดที่เรียกว่าจิตสงบ ลักษณะใดที่เรียกว่าจิตไม่สงบ ความรู้สึกของนักเรียนที่มีขณะที่จิตสงบ/ไม่สงบ ชี้ให้เห็นว่าจิตที่สงบจะครองกายอยู่เสมอ สนทนาถึงเรื่องประโยชน์ของการฝึกจิต โทษของความฟุ้งซ่าน

๓. ครูเล่านิทานเรื่องเจ้าหญิงแสนชน โดยเปรียบเทียบจิต เป็นเจ้าหญิงแสนชน ซึ่งมีสติเป็นพี่เลี้ยงคอยดูแล (สติควบคุมจิต) เมื่อใดที่เจ้าหญิง (จิต) หนีไปเล่นซุกซน พี่เลี้ยง (สติ) จะต้องคอยควบคุมพฤติกรรม ดูแล ตักเตือน

๔. สร้างสถานการณ์เพื่อให้เกิดความขัดแย้งในห้องเรียน ครูคอยสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคนก่อนและหลังการฝึกจิต เช่น สายตา กิริยาอาการ การยืน เดิน นั่ง ว่าทำได้อย่างเรียบร้อยหรือมีกิริยาหลุหลุก ลุกสี่ลุกลน

๕. ชี้แนะให้นักเรียนเห็นว่า สิ่งสำคัญที่เป็นตัวการทำให้จิตของคนเราไม่สงบ ได้แก่ การมีสิ่งที่น่ารังเกียจในจิตใจ อันประกอบด้วยความโลภ ความโกรธ และความหลง หากเราสามารถ

ตัดสินที่น่ารังเกียจดังกล่าวเสียได้ ก็จะทำให้จิตบังเกิดความสงบ ได้รับความสุขทั้งยามหลับและยามตื่น

สื่อและอุปกรณ์

๑. ตัวอย่างสถานการณ์จำลองที่ทำให้เกิดความขัดแย้ง เช่น การหยิบของของเพื่อนไปใช้โดยไม่ขออนุญาต/การต่อว่าต่อขานเรื่องพูดคุยในห้องเรียน/การนำของใช้ของเพื่อนไปซ่อน ฯลฯ
๒. นิทานเรื่องเจ้าหญิงแสนชน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน
๒. ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการฝึกจิตที่เกิดขึ้นกับตัวเอง
๓. ตรวจสอบแบบบันทึกการปฏิบัติของนักเรียน

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ครูควรให้นักเรียนหาเวลาฝึกจิตวันละ ๕ นาที เป็นอย่างน้อย แล้วให้บันทึกผลการปฏิบัติทุกครั้ง เมื่อครบ ๑-๒ สัปดาห์ ส่งแบบบันทึกให้ครูตรวจ
๒. สอนการฝึกสติด้วยการกำหนดอิริยาบถต่าง ๆ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน โดยใช้เพลงในภาคผนวก
๓. หากเป็นไปได้ โรงเรียนควรจัดกิจกรรมการเข้าค่ายจริยธรรม โดยให้นักเรียนมีโอกาสดำเนินปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนาตามควรแก่วัย หรืออาจจะนิมนต์พระสงฆ์มาสอนนักเรียนเรื่องการปฏิบัติธรรม โดยเน้นให้นักเรียนได้ปฏิบัติจริง

ภาคผนวก

การฝึกสติภาวนาอำไพ เทคนิค สำหรับเด็ก

โดยศาสตราจารย์อำไพ สุจริตกุล

เพลง ยืนสมาธิ

มือกุมกัน แล้วก็ยืนตรง ตรง (ซ้ำ)
ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนตรง

เพลง เดินด้วยสติ

ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา
พุทฐัง ฐัมมัง สังฆัง เราเชื่อฟังทำแต่ความดี
ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา ซ้าย ขวา

เพลง นั่งสมาธิ

นั่งขัดสมาธิให้ดี สองมือวางทับกันทันที
หลับตาตั้งตัวตรงซี้ ตั้งสติให้ติภาวนาในใจ
พุท..... โธ.....

เพลง นอนกับสติ

ตัวเอนลง มือเท้าลงถึงนอน
หลับตาลงนี่กุดูก่อน เวลานอนเคลื่อนไหวตรงพุง
ยุบ-พอง-ยุบ พอง-ยุบ-พอง-ยุบ
พองยุบในใจนอนหลับไป

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

หัวข้อ

ศาสนพิธี

แผนการสอนเรื่อง พิธีถวายสังฆทาน

(เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การถวายสังฆทาน คือ การทำบุญอุทิศแด่พระสงฆ์ โดยไม่เจาะจงว่าเป็นผู้ใดผู้ถวาย จะจัดภัตตาหารและสิ่งของเครื่องใช้ถวาย มีการอาราธนาศีล สมาทานศีล และกล่าวคำถวายสังฆทานตามพิธี

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกความหมายของการถวายสังฆทานได้
๒. บอกวิธีการถวายสังฆทานได้
๓. ปฏิบัติตนในการถวายสังฆทานได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. นำเสนอบัตรคำ “สังฆทาน” แล้วสนทนาซักถามต่อไปนี้
 - นักเรียนเคยได้ยินคำนี้หรือไม่
 - สังฆทาน หมายถึงอะไร
 - ใครเคยถวายสังฆทานบ้าง
 - สิ่งของที่ต้องเตรียมสำหรับถวายสังฆทานมีอะไรบ้าง

หรือถ้ามีนักเรียนคนใดที่เคยถวายสังฆทานขอให้ออกมาเล่าให้เพื่อน ๆ ฟังก็ได้

๒. ครูเล่าความเป็นมา ความหมาย และวิธีการถวายสังฆทาน ที่ควรคำนึงดังนี้

เมื่อตั้งใจจะถวายสังฆทาน ผู้ถวายเตรียมของที่ถวายจะมากหรือน้อย หรือจะถวายกี่รูปก็ได้ แล้วแต่ศรัทธา แล้วแจ้งความประสงค์ที่จะถวายทานนั้น ๆ ให้พระสงฆ์ทราบ ที่นิยมปฏิบัติมี ๒ วิธี คือ แจ้งความจำนงค์ต่อพระที่ออกบิณฑบาตในตอนเช้า หรือไปถวายที่วัดโดยแจ้งต่อเจ้าอาวาส เพื่อให้ท่านจัดพระสงฆ์มารับสังฆทาน

ถ้าสถานที่ที่ใช้ถวายเป็นบ้าน ควรจัดห้องใดห้องหนึ่งที่เรียบร้อย ถ้ามีพระพุทธรูปควรตั้งบูชาด้วยพอสสมควร เมื่อพระสงฆ์มาพร้อมแล้วนำภัตตาหารและสิ่งของมาตั้งต่อหน้าพระสงฆ์ แล้วอาราธนาศีลและสมาทานศีล จบแล้วกล่าวคำถวายสังฆทาน ควรว่าทั้งคำบาลีและคำแปลด้วย

ในขณะที่กล่าวคำถวายทุกคนประนมมือ พอกล่าวคำถวายจบพระสงฆ์กล่าวคำ “สาธุ” เมื่อพระสงฆ์ว่า “ยถา.....ก็กรวดน้ำ”

๓. นำเสนอแผนภูมิคำถวายสังฆทานพร้อมคำแปลให้นักเรียนฝึกอ่านตาม (ภาคผนวก)

๔. จัดสถานการณ์จำลอง ให้นักเรียนฝึกถวายสังฆทานตามขั้นตอน

- ควรจัดโต๊ะบูชา
- การอาราธนาศีล สมาทานศีล
- กล่าวคำถวายสังฆทาน และคำแปล
- กรวดน้ำ

๕. โรงเรียนอาจจัดให้มีการถวายสังฆทานในโอกาสวันสำคัญของโรงเรียนแล้วให้นักเรียนร่วมในกิจกรรม

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิ คำกล่าวถวายสังฆทานพร้อมคำแปล
๒. พระพุทธรูป โต๊ะหมู่บูชา
๓. สิ่งของต่าง ๆ ที่จะถวายสังฆทาน (สบง จีวร ยารักษาโรค ของใช้ประจำวัน ฯลฯ)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความเข้าใจจากการตอบคำถามและการอภิปราย
๒. การปฏิบัติตามขั้นตอนในกิจกรรมการถวายสังฆทาน
๓. การกล่าวคำถวายสังฆทาน การอาราธนาศีล และสมาทานศีล

ภาคผนวก

คำถวายสังฆทาน (ประเภทสามัญ)

คำบาลี อิมานิ มยํ ภนฺเต ภตฺตานิ, สปริวารานิ, ภิกฺขุสงฺฆสฺส, โอนฺชยาม, สาธุ โน ภนฺเต, ภิกฺขุสงฺโฆ, อิมานิ, ภตฺตานิ, สปริวารานิ, ปฏิกฺคณฺหาตุ, อมฺหากํ, ทิฆมฺมตฺตํ, หิตาย, สุขาย.

คำแปล ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวาย ภัตตาหาร กับของที่เป็นบริวาร เหล่านี้ แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับภัตตาหาร กับของที่เป็นบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้น (ตลอด)กาลนาน เทอญฯ

คำถวายสังฆทาน (ประเภทมตกภัตตอุทิศผู้ตาย)

คำบาลี อิมานิ มยํ ภนฺเต มตกภตฺตานิ, สปริวารานิ, ภิกฺขุสงฺฆสฺส, โอนฺชยาม, สาธุ โน ภนฺเต, ภิกฺขุสงฺโฆ, อิมานิ, มตกภตฺตานิ, สปริวารานิ, ปฏิกฺคณฺหาตุ, อมฺหากณฺเจะ. มาตาปิตุอาทินญฺจ ฆาตกานํ กาลกตานํ ทิฆมฺมตฺตํ, หิตาย, สุขาย.

คำแปล ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายมตกภัต (ภัตเพื่อผู้ตาย) กับของที่เป็นบริวารเหล่านี้ แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับมตกภัต (ภัตเพื่อผู้ตาย) กับของที่เป็นบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย และแก่ญาติของข้าพเจ้าทั้งหลายมีมารดาบิดาเป็นต้น ผู้ทำกาละล่วงลับไปแล้วสิ้น (ตลอด)กาลนาน เทอญฯ

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หัวข้อ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

แผนการสอนเรื่อง ไตรสิกขา

(เวลา ๙ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

ไตรสิกขา เป็นกระบวนการที่พัฒนามนุษย์ทั้งทางกาย วาจา ความคิด จิตใจ อารมณ์และสติปัญญา ให้สามารถดำรงและดำเนินชีวิตในสังคมอย่างสันติและมีอิสรภาพ เป็นการปฏิบัติฝึกหัดอบรมตนด้วยหลักของศีล สมาธิ ปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องของไตรสิกขา
๒. เพื่อให้นักเรียนศรัทธาและเห็นคุณค่าในการปฏิบัติตนตามหลักของไตรสิกขาในชีวิตประจำวัน
๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนโดยอาศัยหลักไตรสิกขาตามการชี้แนะของครูและชี้แนะให้ผู้อื่นปฏิบัติตามได้

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. ครูมอบหมายงานให้นักเรียนทุกคนบันทึกการปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขาทุก ๆ สัปดาห์ว่าได้อะไร อย่างไรบ้าง โดยให้ทำเป็นการบ้าน เช่น สามารถรักษาศีล ๕ ได้ หรือได้ฝึกสมาธิเพื่อสงบจิตใจทุก ๆ วัน
๒. เมื่อถึงเวลาเรียน จับฉลากชื่อนักเรียนครั้งละประมาณ ๓-๕ คน ออกไปรายงานตามที่แต่ละคนบันทึกไว้ ที่หน้าชั้นเรียน (คนละไม่เกิน ๓ นาที)
๓. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย ชี้แนะสิ่งที่ถูกต้อง เพื่อเป็นการสร้างความมั่นใจในการปฏิบัติของผู้รายงาน
๔. แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ ๕-๘ คน ร่วมกันคิดและเตรียมการเพื่อนำเสนอบทบาทสมมุติกรณีตัวอย่าง ละคร หรือสร้างสถานการณ์จำลองในเรื่องที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขาแล้วเสนอผลงานด้วยการจัดแสดงหน้าห้องที่ละกลุ่ม
๕. ร่วมกันสรุปเรื่องการปฏิบัติตนตามหลักไตรสิกขา (ปัญญา ศีล สมาธิ) พร้อมทั้งเสนอคำแนะนำที่จะให้ผู้อื่นปฏิบัติตามได้

สื่อและอุปกรณ์

๑. แบบบันทึกพฤติกรรม
๒. เทคนิคการสอนแบบต่าง ๆ ตามความเหมาะสม (กรณีตัวอย่าง ละคร บทบาทสมมุติ ฯลฯ)
๓. ฉลากชื่อนักเรียน

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตจากความสนใจในการร่วมกิจกรรม
๒. ตรวจแบบบันทึกพฤติกรรม
๓. สนทนาพูดคุย/ใช้แบบสอบถาม

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. พิจารณาสอดแทรกเพลง-เกม ตามความเหมาะสม เช่น การใช้เกม อาจใช้ในการเลือกกลุ่มเสนอผลการอภิปราย (มีตัวอย่างในภาคผนวก)
๒. ให้นักเรียนหาโอกาสแนะนำผู้อื่นให้ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา โดยให้บันทึกเรื่องที่แนะนำว่าได้กระทำต่อใคร ผลเป็นอย่างไร (ตัวอย่างแบบบันทึกมีในภาคผนวก)



ภาคผนวก

๑. ชั้นของการปฏิบัติศาสนา

ไตรสิกขา

สิกขาขั้นแรกที่สุด เราเรียกว่า “ศีล” ซึ่งหมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนและไม่ทำตนเองให้เดือดร้อน มีจำแนกไว้เป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่น ๆ อีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อยปราศจากโทษขั้นต้น ๆ ทางกายทางวาจาของตนที่เกี่ยวกับสังคมและส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่

สิกขาขั้นที่ ๒ เรียกว่า “สมาธิ” ขั้นนี้ได้แก่ การบังคับจิตใจของตนเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำประโยชน์ให้มากที่สุดตามที่ตนต้องการ ขอให้ตั้งข้อสังเกตความหมายของคำว่า “สมาธิ” ไว้ให้ถูกต้อง โดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ฟังมาว่า สมาธินั้นคือจิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่นิ่งเหมือนท่อนไม้ หรือมักว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์ แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้น ไม่ใช่ความหมายอันแท้จริงของสมาธิ การกล่าวเช่นนั้นนี้มีหลักในพุทธวจนะนั่นเอง พระองค์ทรงแสดงลักษณะของจิต ด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุด คือคำว่า “กัมมณีโย” แปลว่าสมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรงแสดงลักษณะของจิต ที่เป็นสมาธิ

สิกขาขั้นที่ ๓ นั้นเรียกว่า “ปัญญา” หมายถึงการฝึกฝนอบรม ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้อง และสมบูรณ์ถึงที่สุดในสิ่งทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง คนเราตามปกติไม่สามารถรู้อะไร ๆ ให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงได้ คือมันถูกแต่เพียงตามที่เราเข้าใจเอาเอง หรือตามโลกสมมติ มันจึงไม่ใช่ตามที่เป็นจริงด้วยเหตุนี้พุทธศาสนาจึงมีระเบียบปฏิบัติเรียกว่าปัญญาสิกขานี้ขึ้นอีกส่วนหนึ่ง เป็นส่วนสุดท้ายสำหรับจะได้ฝึกฝนอบรมให้เกิดความเข้าใจ ให้เห็นแจ้ง ในสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริงโดยสมบูรณ์

คำว่า “ความเข้าใจ” กับคำว่า “ความเห็นแจ้ง” นั้น ในทางธรรมะแล้วไม่เป็นอันเดียวกัน “ความเข้าใจ” นั้นอาศัยการคิดคำนึงด้วยการใช้เหตุผลบ้าง หรือการคาดคะเนเอาตามเหตุผลต่าง ๆ บ้าง ส่วน “ความเห็นแจ้ง” ไปไกลกว่านั้น คือต้องเป็นสิ่งที่เราได้สัมผัสขามาแล้ว ด้วยการผ่านผจญสิ่งนั้น ๆ มาด้วยตนเอง หรือด้วยการมีจิตใจจดจ่อต่อเนื่องอยู่กับสิ่งนั้น ๆ โดยอาศัยการเฝ้าเพ่งดูอย่างพินิจพิจารณาจนเกิดความรู้สึغبोध์หน่าย ไม่หลงใหลในสิ่งนั้น ๆ ด้วยน้ำใสใจจริง ไม่ใช่ด้วยการคิดเอาตามเหตุผล เพราะฉะนั้นปัญญา-สิกขาตามหลักของพุทธศาสนาจึงไม่ได้หมายถึงปัญญาที่ได้มาจากหลักของเหตุผลเหมือนที่ใช้กันอยู่ในวงการศึกษาวิชาการสมัยปัจจุบัน แต่เป็นคนละอย่างทีเดียว

ปัญญาในทางพุทธศาสนา ต้องเป็นการรู้แจ้งเห็นแจ้ง ด้วยน้ำใสใจจริง ด้วยการผ่านผจญ

สิ่งนั้น ๆ มาแล้วโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง (Spiritual-Experience) จนฝังใจแน่น ไม่อาจลืมเลือนได้ เพราะฉะนั้น การพิจารณาในทางปัญญาตามสิกขาข้อนี้จึงต้องใช้สิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมาแล้วในชีวิต ตนเอง เป็นเครื่องพิจารณา หรืออย่างน้อยก็ต้องเป็นเรื่องที่มีน้ำหนักมากพอที่จะทำให้ใจของเราเกิดความรู้สึกสลดสังเวช เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลาย ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนเหล่านั้นได้จริง

ถ้าเราจะคิดไปตามแนวของเหตุผล ทำการวินิจฉัย ลักษณะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา กันสักเท่าไรก็ตามมันก็ได้แค่ความเข้าใจ ไม่มีทางให้เกิดความสลดสังเวชได้ ไม่มีทางให้เกิดความเบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลายในโลกได้ ขอให้เข้าใจว่ากิริยาอาการที่จิตใจเบื่อหน่าย คลายความอยากจากสิ่งที่เคยหลงรักนั้นแหละ คือตัวความเห็นแจ้งในที่นี้ หลักธรรมะได้บัญญัติไว้ชัดเจนทีเดียวว่า ถ้าเห็นแจ้งจริง ๆ ก็ต้องเบื่อหน่ายจริง ๆ จะไปหยุดอยู่เพียงแค่เห็นแจ้งนั้นไม่ได้ ความเบื่อหน่าย คลายความอยากในสิ่งนั้น จะต้องเกิดตามขึ้นมาทันควันอย่างแยกกันไม่ได้

ศีลสิกขา นั้นเป็นเพียงการศึกษาปฏิบัติ ในขั้นเตรียมเบื้องต้น เพื่อให้เรามีความเป็นอยู่ ผาสุก อันจะช่วยให้จิตใจเป็นปกติ อานิสงส์ของศีลมีหลายอย่างด้วยกัน แต่ที่สำคัญที่สุดก็คือ เป็นไปเพื่อให้เกิดสมาธิ อานิสงส์อย่างอื่น ๆ เช่นว่าให้เป็นสุข หรือให้ไปเกิดเป็นเทวดาในสวรรค์นั้น พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงมุ่งหมายโดยตรง ท่านมุ่งหมายโดยตรงถึงข้อที่จะให้เป็นที่เกิดที่เจริญของสมาธิ ศีลจะส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้โดยง่าย ถ้าเรามีเครื่องรบกวนมาก จิตใจของเราจะเป็นสมาธิได้อย่างไร

สมาธิสิกขา คือการที่เราสามารถควบคุมจิตหรือใช้จิตของเราให้ทำหน้าที่ของมันให้เป็นประโยชน์ถึงที่สุด ในขั้นศีล มีความประพฤติดีทางกาย ทางวาจา ในขั้นสมาธิ มีความประพฤติดีทางจิต คือ ไม่มีความคิดผิด ไม่เศร้าหมอง ไม่มีความคิดฟุ้งซ่านและอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมันอย่างที่เราเรียกว่าสมาธิ

แม้ในส่วนที่เกี่ยวกับประโยชน์ทั่ว ๆ ไปในทางโลกสมาธิก็ยังเป็นของจำเป็นทุกกรณี ไม่ว่าเราจะทำอะไร ถ้าไม่ทำด้วยใจที่เป็นสมาธิแล้ว ย่อมไม่ได้รับผลสำเร็จด้วยดี ท่านจึงจัดสมาธินี้ไว้ในลักษณะของบุคคลที่เรียกว่า มหาบุรุษไม่ว่าจะเป็นมหาบุรุษทางโลกหรือทางธรรม ล้วนแต่จำเป็นจะต้องมีสมาธิ เป็นคุณสมบัติประจำตัวทั้งนั้น

แม้แต่เด็กนักเรียน ถ้าไม่มีจิตเป็นสมาธิแล้ว จะคิดเลขออกได้อย่างไร สมาธิในทำนองนั้นเป็นสมาธิตามธรรมชาติ มันยังอยู่ในระดับอ่อน ส่วนสมาธิในทางหลักพุทธศาสนา ที่เรากำลังพูดถึงนี้เป็นสมาธิที่เราได้ฝึกให้สูงขึ้นไปกว่า ที่จะเป็นไปตามธรรมชาติ เพราะฉะนั้น เมื่อฝึกกันสำเร็จแล้วจึงกลายเป็นจิตที่มีความสามารถ มีกำลัง มีคุณสมบัติพิเศษอย่างอื่น ๆ มากมายเหลือเกิน

การที่คนเราสามารถถือเอาประโยชน์ จากสมาธิได้ถึงปานนี้ เรียกว่ามนุษย์ได้ก้าวขึ้นมา ถึงการรู้ความลับของธรรมชาติอีกขั้นหนึ่ง ข้อนี้หมายถึง การรู้วิธีบังคับจิต ให้มีสมรรถภาพยิ่งไปกว่ามนุษย์ธรรมดาจะทำได้ ขั้นศีลยังไม่ถือว่าเป็นการยกระดับของมนุษย์ธรรมดา แม้จะอวดกัน

ก็ยังไม่ถือว่าเป็นการอวดอุตริมนุสสธรรม แต่พอมาถึง **ขั้นที่เป็นสมาธิ เป็นฌาน เป็นสมาบัติ** ท่านจัดเป็นอุตริมนุสสธรรม ซึ่งพระภิกษุจะอวดไม่ได้ บิณฑกก็ชื่อว่า **ไม่เป็นพระที่ดีหรือ** **ถึงกับไม่เป็นพระเลย** แล้วแต่กรณี

การได้มาซึ่งสมาธินี้เราต้องลงทุน อดทนศึกษา อบรมและปฏิบัติ จนเรามีสมาธิตามสมควรที่จะมีได้ในที่สุด เราก็จะได้ผลในการปฏิบัติหน้าที่ได้ดีมากไปกว่ามนุษย์ธรรมดาที่เขาได้ ๆ กัน เพราะเรามีเครื่องมือที่สูงไปกว่าที่เขา มี เพราะฉะนั้น จึงขอให้สนใจไว้ อย่าถือว่าเป็นของศรีโง่งเงลา มงายพันสมัยเลย มันยังคงเป็นของสำคัญที่สุด ซึ่งต้องใช้กันอยู่เรื่อยไป และยิ่งในสมัยที่โลกมีอะไร ๆ หมุนเร็วแทบจะลुकเป็นไฟอย่างนี้ด้วยแล้ว ยิ่งต้องการสมาธิมากไปเสียกว่าครั้งพุทธกาลด้วยซ้ำไป อย่าไปหลงคิดว่า เป็นเรื่องไปวัด หรือเรื่องสำหรับคนวัด หรือของคณงมงายเลย

ถัดไปนี้ ก็ถึงความเกี่ยวเนื่องกันระหว่าง สมาธิสิกขา กับ **ปัญญาสิกขา** พระพุทธเจ้าตรัสไว้เลยทีเดียวว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมเห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามที่เป็นจริง หมายถึงอาการที่จิตประกอบด้วยสมาธิ ในลักษณะที่พร้อมจะปฏิบัติหน้าที่ ถ้าจิตมีลักษณะเช่นนี้แล้ว ก็จะเห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง

ข้อนี้มีความแปลกประหลาดอยู่หน่อยหนึ่ง คือว่าเรื่องอะไร ๆ ที่เราอยากรู้ หรือปัญหาที่เราอยากจะสะสางนั้น ตามปกติมันฝังตัวประจำอยู่ในใจของคนเราทั้งนั้น เราอาจจะไม่รู้สึกรู้สาก็ได้ คือมันอยู่ใต้จิตสำนึก (Subconscious) เรื่อยไปตลอดเวลา ขณะที่เราตั้งใจจะสะสางให้ออก มันก็ไม่ออก เพราะเหตุว่าจิตใจขณะนั้น ยังไม่เหมาะสมที่จะสะสางปัญหานั้นนั่นเอง ถ้าผู้ใดทำสมาธิที่ถูกต้อง คือให้มีลักษณะที่เรียกว่า **“กัมมณีโย”** พร้อมทั้งจะปฏิบัติงานทางจิตแล้ว ปัญหาต่าง ๆ ที่สะสมอยู่ใต้จิตสำนึกนั้น มันจะมีคำตอบไหลออกมาเฉย ๆ อย่างไม่มีปี่มีขลุ่ย ต่อเนื่องจากขณะที่จิตเป็นสมาธินั้น

แต่ว่าถ้าหากมันยังไม่ไหลออกมา เราก็ยังมีวิธีอื่นอีกอันหนึ่ง คือให้น้อมจิตไปสู่การพิจารณาปัญหาที่เรา กำลังมีอยู่ การพิจารณาด้วยกำลังของสมาธิ ในลักษณะเช่นนี้เอง เรียกว่า **ปัญญาสิกขา** หรืออย่างน้อยก็สังเคราะห์เข้าในปัญญาสิกขา ในคินวันที่ตรัสรู้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ปฏิจจสมุปบาท คือรู้อะไรเป็นอะไร ทอยยกกันไปตามลำดับ ทั้งนี้ก็โดยมีสมาธิ อย่างที่กล่าวมาแล้ว พระองค์ได้ตรัสเล่าเรื่องนี้ไว้อย่างละเอียด แต่รวมใจความแล้วก็ถือว่า ในขณะที่จิตเป็นสมาธิดีแล้ว ก็น้อมจิตไปเพื่อพิจารณาปัญหานั้น ๆ

ทั้งหมดนี้เป็นการแสดงให้เห็นว่า **ปัญญากับสมาธินี้จะต้องเกือวข้องกันเสมอไป** แต่ว่าอาการที่ปัญญา อาศัย สมาธินั้น บางทีเรามองไม่เห็นเลย เช่นเวลาที่เียบสงบดเย็นสบาย ไม่มีอะไรรบกวนใจ จิตเป็นสมาธิสดชื่นดี เราก็คิดอะไร ๆ ที่เป็นคำตอบของปัญหา ซึ่งติดค้างอยู่ในใจได้ เป็นต้น

แต่ในพุทธศาสนานั้น ท่านแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิกับปัญญา ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก

คือ **ต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา; ต้องมีปัญญาก็จะมีสมาธิ** ข้อนี้เป็นเพราะในการที่จะให้เกิดสมาธิ ยิ่งไปกว่าสมาธิตามธรรมชาตินั้น มันต้องอาศัยอาการต่าง ๆ ของจิต ว่าจะบังคับมันอย่างไร จึงจะเกิดเป็นสมาธิขึ้นมาได้ ฉะนั้น คนมีปัญหา จึงสามารถมีสมาธิมากขึ้นได้ตามลำดับ เมื่อมีสมาธิมากขึ้น ปัญญาก็ยิ่งมีกำลังมากขึ้นตาม มันส่งเสริมซึ่งกันและกันไปในตัว

ถ้ามีปัญหาแล้ว ก็จะต้องมีความเห็นแจ้ง และมีผลเป็นความรู้สึกเบื่อหน่ายสลดสังเวช ถอยหลังออกมาจากสิ่งทั้งปวง ที่เคยหลงรักหลงยึดถือ ถ้ายังรู้เข้าไปหาสิ่งทั้งปวงด้วยความหลงรัก ด้วยความยึดถือ ด้วยความหลงใหลแล้ว ไม่ใช่เป็นปัญญาของพระพุทธศาสนา ที่ว่าชะงักหรือถอยหลังนี้ไม่ใช่ทางกิริยาอาการ เช่นจะต้องจับสิ่งนั้น สิ่งนี้ขวางกั้นหรือทุบตีให้แตกหัก หรือว่าต้องวิ่งหนีเข้าป่าไปอย่างนี้ก็หาไม่ได้ แต่หมายถึงชะงักถอยหลัง ด้วยจิตใจโดยเฉพาะ คือมีจิตใจถอยห่าง ออกจากการที่เคยตกเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงมาเป็นจิตที่อิสระ

ผลของความเบื่อหน่ายคลายความอยาก จากสิ่งทั้งปวงมันเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ไปฆ่าตัวตาย หรือเข้าป่าไปบวชเป็นฤาษี แล้วเอาไฟจุดเผาสิ่งต่าง ๆ เสียให้หมด ภายนอกจะเป็นอย่างไรก็เป็นไปตามเรื่อง ยังคงเป็นไปตามเหตุผล ตามความเหมาะสม แต่ภายในจิตใจนั้นย่อมเป็นอิสระ ไม่เป็นทาสของสิ่งใดอย่างแต่ก่อนอีกต่อไป นี่คือ **อานิสงส์ของปัญญา** ท่านใช้เรียกด้วยคำบาลีว่า **วิมุตติ** หมายความว่า หลุดพ้นจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวง โดยเฉพาะทาสของสิ่งที่เรารัก

แม้แต่สิ่งที่เราไม่รัก เราก็ตกเป็นทาสของมันเหมือนกัน เป็นทาสตรงที่ต้องไปเกลียดมันนั่นเอง อยู่เฉย ๆ ไม่ได้ อุตส่าห์ไปเกลียดมัน ไปรอนใจกับมัน มันบังคับเราได้เหมือนกับของที่เรารัก แต่อยู่ในลักษณะคนละอย่าง ฉะนั้น คำว่าเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงนั้น ย่อมหมายถึงทั้งทาง **ที่พอใจและไม่พอใจ** ทั้งหมดนี้แสดงว่า เราหลุดออกจากการเป็นทาสของสิ่งทั้งปวงมาเป็นอิสระ อยู่ได้ด้วยอาศัยปัญญา

พระพุทธเจ้าท่านจึงได้วางหลักไว้สั้น ๆ ที่สุดว่า **คนเราบริสุทธิดได้ด้วยปัญญา ท่านไม่เคยตรัสว่าบริสุทธิดได้ด้วยศีลด้วยสมาธิ; แต่บริสุทธิดได้ด้วยปัญญา เพราะมันทำให้หลุดออกมาจากสิ่งทั้งปวง** การไม่หลุดก็คือ มีความไม่บริสุทธิ์ สกปรกมืดมัว เราร้อน เมื่อหลุดก็จะมีคามบริสุทธิ์ สะอาด สว่างไสวแจ่มแจ้ง และสงบเย็น มันเป็นผลของปัญญาหรือเป็นลักษณะอาการที่แสดงว่า **ปัญญาได้เข้าปฏิบัติหน้าที่ของมันถึงที่สุดแล้ว** ฉะนั้นขอให้ท่านทั้งหลายจงได้กำหนดพิจารณาสิกขาข้อที่ ๓ คือปัญญานี้ให้ถี่ ๆ ว่ามันมีอยู่อย่างไร และเป็นของสูงสุดเพียงไร

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาคือ ปัญญาที่ถอน ตนออกมาเสียจากสิ่งทั้งปวง โดยการทำลายอุปาทาน ๔ ประการ เสียได้หมดสิ้น ความยึดติดทั้ง ๔ นั้นเป็นเหมือนกับเชือกที่ผูกมัดล่ำมเราไว้ ปัญญาก็เป็นเสมือนมีดที่จะตัดสิ่งเหล่านั้นให้ขาดออกไป จนไม่มีอะไรเป็นเครื่องผูกมัดเราให้ติดอยู่กับสิ่งต่าง ๆ ได้อีกต่อไป

ข้อปฏิบัติทั้ง ๓ อย่างดังกล่าวนี้ จึงคงทนต่อการพิสูจน์หรือไม่ จะเป็นหลักวิชาอันแท้จริง

เพราะที่ทุกคนจะปฏิบัติหรือไม่ ขอให้พิจารณาดู

เมื่อดูต่อไปอีก จะเห็นว่าหลักทั้ง ๓ ข้อนี้ไม่ค้านกับศาสนาไหนเลย ถ้าศาสนานั้น ๆ ต้องการจะแก้ปัญหาดัง ๆ ที่เป็นความทุกข์ของมนุษย์กันจริง ๆ พุทธศาสนาย่อมไม่เป็นปฏิปักษ์ต่อศาสนาใด ๆ แต่มีอะไร ๆ มากไปกว่าศาสนาอื่น ๆ มีโดยเฉพาะก็คือ การปฏิบัติในทางปัญญา อันเป็นสิกขาข้อสุดท้าย เพื่อตัดความยึดมั่นทั้ง ๔ ประการ ปลดปล่อยจิตใจให้เป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ไม่ผูกพันเป็นทาส หรือตกอยู่ในอำนาจของสิ่งทั้งปวง เช่นพระเป็นเจ้าบนสวรรค์ หรือผีบางเทวดา ข้อนี้แหละ ไม่มีศาสนาอื่นกล้าพอที่จะสอนให้เป็นอิสระสิ้นเชิง ฉะนั้น เราจะเข้าใจความสำคัญของพระพุทธศาสนาไว้ให้ดี ๆ ดังที่กล่าวมา

เมื่อความจริงได้แสดงแล้วว่า พระพุทธศาสนาถ้าทำให้พิสูจน์ว่ามีอะไร ๆ ทุกอย่างที่ศาสนาอื่น ๆ มี และยังมีอะไรบางอย่าง มากไปกว่าที่เขามีกัน ฉะนั้นจะเห็นได้ทันทีว่า พุทธศาสนานี้เป็นของคนทั่วไป หรือเป็นศาสนาสากลที่ใช้ได้แก่คนทุกคน ทุกยุคทุกสมัย เพราะว่าทุกคนมีปัญหาความทุกข์อย่างเดียวกันหมด คือทุกข์เพราะเกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกข์ เพราะความอยาก ความยึดถือครอบงำย่ำยี ไม่ว่าเทวดา มนุษย์ สัตว์เดรัจฉาน ย่อมจะมีปัญหาอย่างเดียวกัน มีสิ่งที่ต้องทำอย่างเดียวกัน คือต้องตัดกิเลสตัณหาที่เป็นตัวการสำคัญ หรือตัดความยึดติดที่ผิด ๆ นี่เสียให้ได้ นี่แหละ คือความหมายของความเป็นศาสนาสากล

พุทธทาสภิกขุ. คู่มือมนุษย์ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุ ท่าพระจันทร์ กรุงเทพฯ, ๒๕๓๕.

๒. ตัวอย่างเพลงประกอบกิจกรรม

เพลง นักเรียนไม่พูดร้าย

เนื้อร้อง ศ.อำไพ สุจริตกุล
ทำนอง แม่สะเรียง

นักเรียนจำอย่าพูดจาส่อเสียด ไม่พูดหยามเหยียดให้เพื่อนได้อาย
เว้นคำเพื่อเจือหยาบคาย แยะเยาะถากถางทั้งหลาย จงอย่าพูดร้าย เรา
ต้องพูดคำจริง ได้ประโยชน์ยิ่งชวนฟัง

เลือกแต่คำไพเราะ ใช้คำพูดเหมาะ และตรงตามจริง (ซ้ำ)

เพลง ขอดิ้น

เนื้อร้องและทำนอง สวงวนศรี บุญยามระ

ยังใจให้ตี	ของนี้ของใคร
ฉันรักเพียงใด	ขอดิ้นให้ฉัน
ถ้าเป็นของเธอ	คงไม่ยอมเช่นกัน
ขอดิ้นโดยพลัน	ความสัมพันธ์ไม่คลาย

เพลง ใจเขาใจเรา

เนื้อร้องและทำนอง สวงวนศรี บุญยามระ

ของของใคร	ใครก็รัก
อย่าชิงฉกฉก	ของรักใครใคร
ของของเธอ	หรือเธอจะให้
โปรดยังซึ้งใจ	คืนเขาไปแหละดี

เพลง สัญญา-ปาวณา

เนื้อร้องและทำนอง ศ.อำไพ สุจริตกุล

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ
 (จะขยันทำการบ้านส่งครูทุกครั้ง)
 ถ้าฉันผิดสัญญาจงเมตตาเตือนเทอญ
 (เปลี่ยนเนื้อร้องเฉพาะในวงเล็บแต่ละเที่ยว)

๓. ตัวอย่างเกมประกอบกิจกรรม

ชื่อเกม “รักยาวให้บัน รักสั้นให้ต่อ”

วัตถุประสงค์ ๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคีและความสนุกสนานเพลิดเพลิน

๒. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาที่ใช้ ประมาณ ๕ นาที

สถานที่ หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์ ของใช้ในตัวนักเรียนที่มีความยาว สามารถผูก/วางต่อกันได้

วิธีเล่น ๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาเข้าแถวตอนหน้าชั้นเรียน ต่อจากนั้นจับกลุ่มเป็นวงกลมแล้วนั่งลง

๒. ครูออกคำสั่งให้นักเรียนแต่ละคนหาของใช้ของตนที่มีอยู่ในขณะนั้นนำมาผูก/วางต่อกัน ให้มีความยาวมากที่สุด ภายในเวลา ๑ นาที
๓. เปรียบเทียบผลงานของแต่ละกลุ่ม สรุปกิจกรรม, สอบถามความรู้สึกของผู้เล่นแล้วให้กลุ่มเสนอผลงานตามลำดับ (ครูอาจจะให้กลุ่มที่มีความยาวมากที่สุดหรือน้อยที่สุด เสนอผลงานก่อนก็ได้)

ชื่อเกม

“ด้วยกัน”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เกิดความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจในการทำงาน
๒. เพื่อเป็นการฝึกสติ/สมาธิของผู้เล่น
๓. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

เวลาใช้

ประมาณ ๗ นาที

สถานที่

หน้าห้องเรียน

อุปกรณ์

ลูกโป่ง (เท่าจำนวนกลุ่มของนักเรียน)

วิธีเล่น

๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มยืนเป็นคู่ ๆ
ถ้ากลุ่มใดมีจำนวนคี่ให้ออกมาเป็นผู้สังเกตการณ์ ๑ คน
๒. อธิบายวิธีการเล่น/กติกาให้ผู้เล่นทราบ
โดยให้สมาชิกแต่ละคู่ หันหน้าไปในทางตรงกันข้าม วางลูกโป่งที่ได้รับแจกไว้ตรงสะโพก ทั้งคู่ต้องช่วยกันประคับประคองเพื่อนำลูกโป่งเดินอ้อมเก้าอี้มาส่งให้กับคู่ต่อไป ดำเนินกิจกรรมไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะครบทุกคู่หรือหมดผู้เล่น
กติกา ๑. ถ้าลูกโป่งตกลงถึงพื้น ปรับเป็นแพ้
๒. ห้ามผู้เล่นใช้มือจับ/แตะ/ถูกลูกโป่ง
๓. ให้ผู้สังเกตการณ์ นำลูกโป่งไปวางให้สมาชิกที่เตรียมพร้อมที่จะเล่น ครูให้สัญญาณเริ่มเล่นและปฏิบัติกิจกรรม โดยผู้สังเกตการณ์คอยติดตามพฤติกรรมของผู้เล่นแต่ละกลุ่ม
๔. ให้ผู้สังเกตการณ์/ผู้เล่น แสดงความคิดเห็น ครูสรุปกิจกรรม
๕. เรียงลำดับกลุ่มแพ้/ชนะ เสนอผลงาน

ชื่อเกม

“จะเอ๋”

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อฝึกคุณธรรมเรื่องความซื่อสัตย์
๒. เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน
๓. เพื่อเลือกกลุ่มเสนอผลงาน

- เวลาที่ไป** ประมาณ ๓-๕ นาที
- สถานที่** หน้าห้องเรียน
- อุปกรณ์** ตัวผู้เล่น
- วิธีเล่น**
๑. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่ม ๆ ละ ๑ คน ร่วมเล่นกิจกรรม
 ๒. อธิบายกติกา : ให้ผู้เล่น/ผู้ชมรับทราบว่าเกมนี้เป็นการทายใจ/เดาใจฝ่ายตรงกันข้าม เริ่มต้นด้วยการให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๑ กลุ่มที่ ๒ ยืนหันหลังให้กัน ห่างกันประมาณ ๑ สอก แล้วให้แต่ละฝ่ายเลือกว่าอยากจะพบ/ไม่พบหน้าของอีกฝ่าย (พบ หมายถึงหันหน้ามาพบกัน/ไม่พบหมายถึงหันไปคนละทาง) ขณะที่หันหน้าให้กล่าวคำว่า “จะเอ” ด้วย
 ๓. ให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม ในคู่แรกถ้าหากฝ่ายไหนแพ้ก็ออกจากการเล่นและให้ตัวแทนกลุ่มที่ ๓, ๔, ๕, ๖ เล่นต่อตามลำดับ จนกว่าจะครบทุกกลุ่ม
 ๔. เรียงลำดับกลุ่มแพ้-ชนะ/สอบถามความรู้สึกและสรุปกิจกรรม
 ๕. เลือกกลุ่มเสนอผลงานตามความเหมาะสม

๔. ตัวอย่างแบบบันทึกต่าง ๆ

๑. แบบบันทึกพฤติกรรมของนักเรียน (ประกอบกิจกรรมการเรียนการสอน ชั้น ป.๖ ข้อที่ ๑)

ชื่อ ชั้น เลขที่

วัน/เดือน/ปี	สถานที่	พฤติกรรม/การกระทำ	ผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง	ผลต่อผู้อื่น

ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หัวข้อ พุทธศาสนสุภาษิต

แผนการสอนเรื่อง อิทาทานํ ทุกฺขํ โลกํ : การกู้หนี้เป็นทุกข์ในโลก (เวลา ๒ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

บุคคลจะดำรงชีพอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ถ้าหากเป็นผู้ที่พอใจในอัตภาพของตน เมื่อใดที่บุคคลแสวงหาเกินขอบเขตและความจำเป็น ย่อมก่อให้เกิดหนี้สิน อันจะเป็นเหตุให้ความทุกข์ต่าง ๆ ติดตามมา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้นักเรียนมองเห็นโทษของการเป็นหนี้
๒. เพื่อให้นักเรียนพึงพอใจในสภาพของตน และไม่ก่อหนี้สิน

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ยกตัวอย่างบุคคลในสังคมหรือข่าวจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ ให้เห็นโทษของการเป็นหนี้ (การฉ้อโกง หลอกหลวง ประทุษร้าย ฯลฯ) สาเหตุของการเป็นหนี้ (ไม่ประมาณตน ไม่รู้เท่าทัน)
๒. เปรียบเทียบให้เห็นวิถีชีวิตของคนจน คนรวย ร่วมกันอภิปรายเพื่อชี้ให้เห็นว่าความจน ความรวย ไม่ได้เป็นสาเหตุให้เกิดความทุกข์หรือความสุข เหตุที่แท้จริงนั้นจะอยู่ที่จิตใจของแต่ละคน ถ้าหากบุคคลสามารถทำใจให้ยอมรับสภาพของตัวเองได้ ย่อมบังเกิดความสุข
๓. ชี้แนะให้เห็นโทษของการมีหนี้สิน เช่น บังเกิดความเกรงกลัว หวาดระแวง ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง ไม่สบายใจ สร้างศัตรู ฯลฯ เหล่านี้ล้วนเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ทั้งสิ้น
๔. แสดงบทบาทสมมติ ให้มีฝ่ายเจ้าหนี้/ลูกหนี้ เพื่อให้เห็นถึงพฤติกรรมของแต่ละฝ่าย เมื่อแสดงจบให้แต่ละฝ่ายบอกความรู้สึกของตนเองเมื่อสวมบทบาทนั้น ๆ ว่ามีความพึงพอใจหรือไม่ เพราะเหตุใด และร่วมกันอภิปรายประสบการณ์ของแต่ละคนเกี่ยวกับเรื่องการเป็นลูกหนี้/เจ้าหนี้
๕. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป เพื่อชี้ให้เห็นโทษของการเป็นหนี้/ประโยชน์ของการปลอดหนี้
๖. ให้นักเรียนจับคู่สัญญา เพื่อสัญญาต่อกันว่าจะไม่กู้หนี้ยืมสินผู้อื่น โดยใช้เพลงสัญญา-ปวารณา (ในภาคผนวก)

สื่อและอุปกรณ์

๑. ตัวอย่างข่าวจากแหล่งต่าง ๆ เกี่ยวกับเรื่องหนี้สิน
๒. บทบาทสมมุติ
๓. เพลงสัญญา-ปวารณา

การวัดและประเมินผล

๑. ชักถาม-พูดคุยเรื่องโทษของการเป็นหนี้
๒. สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรมต่าง ๆ
๓. ให้อุสัณญารายงานพฤติกรรมของแต่ละฝ่าย

กิจกรรมเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ครูอาจมอบหมายงานให้นักเรียนค้นคว้าข่าวเกี่ยวกับเรื่องหนี้สินจากแหล่งต่าง ๆ แล้ว
สุมนักเรียนให้ออกมาเล่าให้เพื่อนฟังหน้าชั้นเรียน ประมาณ ๒-๓ คน
๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ ๕-๗ คน และให้แต่ละกลุ่มอภิปรายเพื่อรวบรวมความคิดของสมาชิก
ในกลุ่มเรื่องโทษของการเป็นหนี้/ทุกข์อันเกิดจากการกู้หนี้/ประโยชน์ของการไม่เป็นหนี้/สภาพจิตใจ
ที่ไม่เป็นหนี้ ฯลฯ ใช้เวลาประมาณ ๑๐ นาที ต่อจากนั้นแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกไปรายงานผล
การอภิปรายให้เพื่อนร่วมชั้นรับรู้ร่วมกัน

ภาคผนวก

เพลง สัญญา-ปวารณา

เนื้อร้องและทำนอง ศ.อำไพ สุจริตกุล

ฉันสัญญาว่าจะทำดังนี้คือ

๑. (จะไม่กัณฑ์ยืมสินผู้อื่นเป็นอันขาด).....

ถ้าฉันผิดสัญญาจงเมตตาเตือนเทอญ

๒. จะพอใจในสิ่งที่มีและหาได้.....

๓. จะเห็นโทษของการเป็นหนี้.....

๔. จะเป็นสุขตามสภาพของตนเอง.....

(เปลี่ยนเนื้อร้องเฉพาะบรรทัดกลางแต่ละเที่ยว)



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หัวข้อ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา

แผนการสอนเรื่อง การฝึกสมาธิเพื่อเจริญปัญญา (เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การกำหนดรู้ิริยาบถใหญ่ (ยืน-เดิน-นั่ง-นอน) และกำหนดรู้ิริยาบถย่อย เช่น การเคลื่อนไหวของมือและเท้าตลอดจนอวัยวะในการรับประทานอาหารเป็นการเจริญสติ ช่วยให้จิตแน่วแน่ เกิดสมาธิได้เร็ว เป็นประโยชน์ในการคิดพิจารณาให้เกิดปัญญา

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. สามารถกำหนดรู้เมื่อตาเห็นหูได้ยินจมูกได้กลิ่น ลิ้นรู้รส กายสัมผัส และใจนึกคิด (อายตนะและผัสสะ)
๒. มีทักษะในการยืนสมาธิ เดินจงกรม นั่งสมาธิ และกำหนดอิริยาบถในขณะที่รับประทานอาหารได้
๓. เกิดทักษะในการฝึกสมาธิเพื่อเจริญปัญญา
๔. เห็นประโยชน์ของการฝึกสมาธิเพื่อเจริญปัญญา

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. สวดมนต์ สรรวมจิต ตั้งใจฝึกสติภาวนา
๒. ฟังหรืออ่านพุทธประวัติ ตอนพระพุทธรเจ้าขณะองค์อุลิมาล
๓. ครูและนักเรียนร่วมอภิปรายถึงความสัมพันธ์ขององค์อุลิมาล และพระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธรเจ้าหรือประเด็นอื่น ๆ ตามที่เห็นสมควร
๔. ฝึกการยืนสมาธิ เดินจงกรม ๔ จังหวะ โดยกำหนดรู้อาการของเท้าที่ยกขึ้น-ยก-อย่าง-เหยียบ
๕. ฝึกการนั่งสมาธิ พิจารณาอารมณ์และความคิดของตน
๖. ฝึกกำหนดอิริยาบถย่อย ในขณะที่รับประทานอาหาร ด้วยวิธีรับประทานอย่างมีสติ
๗. ให้นักเรียนบันทึกผลการฝึกทุกเรื่อง ทุกครั้ง เพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของตน
๘. ครูและนักเรียนอภิปรายปัญหาหรือประสบการณ์หลังการฝึกสมาธิ ตามรูปแบบที่เสนอแนะซึ่งมีต่อชีวิตประจำวัน

สื่อและอุปกรณ์

๑. บทสวดมนต์อย่างสั้น และคำอธิษฐาน (เหมือนชั้น ป.๔)
๒. พุทธประวัติ ตอนพระพุทธเจ้าชนะองคุมาร
๓. การฝึกหัดประทานอาหารอย่างมีสติ
๔. รูปแบบการฝึกเจริญสติแบบ “อัมไพ-เทคนิค” สำหรับเยาวชน (หรือรูปแบบการฝึกสมาธิอื่นใดตามที่ครูผู้สอนถนัด)

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความสนใจ และความร่วมมือในการทำกิจกรรม
๒. ดูพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติของนักเรียน แนะนำแก้ไข และชมเชย การปฏิบัติที่ถูกต้อง
งดงาม
๓. พิจารณาพัฒนาการของนักเรียนในด้านการมีสติและสมาธิ
๔. ตรวจบันทึกผลที่นักเรียนบันทึกไว้เพื่อช่วยแก้ไขปรับปรุง หรือให้คำแนะนำเพิ่มเติม
และชมเชย
๕. พิจารณาผลการปฏิบัติและประโยชน์ของการบริหารจัดการ เจริญปัญญา ที่มีต่อตนเอง
ในชีวิตประจำวัน



ภาคผนวก

๑. พุทธประวัติ ตอนพระพุทธเจ้าบ่นองคฺลิมาล

ในสมัยพุทธกาล เด็กชายฉลาดคนหนึ่งชื่อ อหิงสกะ พ่อแม่รักมาก ส่งไปเรียนในสำนักอาจารย์ที่มีชื่อเสียง อหิงสกะเรียนเก่งและสุขภาพแข็งแรง เป็นที่รักของครูอาจารย์และคนทั้งปวง แต่ก็มีเพื่อนคนหนึ่งอิจฉาริษยา จึงพยายามพูดใส่ร้ายอหิงสกะต่าง ๆ นานา เพื่อให้อาจารย์เกลียดอหิงสกะ จนถึงกับกล่าวหาว่าอหิงสกะเป็นชู้กับภรรยาของอาจารย์ คราวนี้ได้ผล อาจารย์เกิดความหึงหวง เพราะเห็นว่าภรรยาของตนมีเมตตาต่ออหิงสกะยิ่งกว่าศิษย์อื่น ก็คิดจะกำจัดอหิงสกะ จึงเรียกมาบอกว่า อาจารย์มีวิชาวิเศษอย่างหนึ่งที่ไม่เคยสอนให้ใครเลย เพราะผู้ใดได้วิชานี้ไปแล้ว จะเก่งจนไม่มีใครเอาชนะได้ แต่มีเคล็ดลับอยู่อย่างหนึ่ง คือ ผู้นั้นต้องสามารถฆ่าคนให้ครบหนึ่งพันคน ก่อนจึงจะบอกวิชานี้ให้

ด้วยความเชื่อฟังอาจารย์และอยากได้วิชา อหิงสกะจึงกลายเป็่นนักฆ่าคนตั้งแต่นั้นมา เป็นที่หวาดกลัวของผู้คนที่เดินทางในที่เปลี่ยว ยิ่งฆ่าคนมากเข้าสติก็พันเพื่อนจำไม่ได้ว่าฆ่าไปแล้วกี่คน จึงต้องใช้วิธีตัดนิ้วของคนที่ถูกฆ่ามาร้อยเป็นพวงสวมคอไว้ จะได้คอยนับว่าครบพันหรือยังจนได้ชื่อว่า **โจรองคฺลิมาล** เพราะฆ่าคนแล้วเอานิ้วมาร้อยเป็นพวงมาลัยสวมคอ

ฝ่ายแม่ของอหิงสกะรู้ว่าลูกชายกลายเป็นโจรฆ่าคนก็เสียใจมาก แต่ด้วยความรักลูกอดส่ำห้บุกป่ากระเซอะกระเซิงไปหาลูก เพื่อจะบอกให้หนีไปเพราะทหารจะยกกองทัพมาจับตัวไปลงโทษ

เข้าวันนั้น พระพุทธเจ้าทรงทราบว่าถ้าองคฺลิมาลเห็นแม่จะต้องฆ่าแน่ เพราะเป็นคนที่ครบพันพอดี และสติพันเพื่อนจนจำไม่ได้แล้วว่าเป็นแม่ของตน การฆ่าพ่อแม่บังเกิดเกล้าจะเป็นบาปหนักต้องตกนรก ไม่ได้หลุดได้เกิดอีกต่อไป ทั้ง ๆ ที่องคฺลิมาลเคยทำความดีมาตลอดเวลานานแสนนาน เพิ่งมาทำบาปโดยไม่รู้สึกตัว เพราะเชื่อฟังอาจารย์ครั้งนี้ พระองค์จึงรีบเสด็จไปช่วยป้องกันองคฺลิมาลไม่ให้ฆ่าแม่ของตน

ฝ่ายองคฺลิมาล เห็นพระพุทธเจ้าก็เงื้อดาบไล่ฆ่าเพื่อจะได้นิ้วมากล่องคอให้ครบพัน แต่วิ่งเท่าไรก็ตามพระพุทธเจ้าไม่ทัน จึงร้องว่า “หยุดก่อนพระ หยุดก่อน” พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า “เราหยุดแล้ว แต่เจ้ายังไม่หยุด” องคฺลิมาลยิ่งสงสัยว่าตนเป็นผู้มีกำลังและวิ่งเร็ว แต่พระรูปนี้เหมือนกับเดินไปธรรมดา ทำไมตนจึงวิ่งตามไม่ทัน เริ่มได้สติคิดพิจารณา เมื่อมีสติสัมปชัญญะก็ระลึกได้และรู้สึกตัว พระพุทธเจ้าจึงทรงอธิบายว่า พระองค์หยุดทำบาปแล้ว แต่องคฺลิมาลยังไม่หยุด ยังสร้างบาปกรรมอยู่ องคฺลิมาลเคยเป็นคนฉลาดมาก่อน บัดนี้มีสติคืนมาแล้วจึงคิดได้ด้วยปัญญาและเข้าใจโดยเร็ว ปลอยดาบหลุดจากมือ ทิ้งดาบลงกราบที่พระบาทด้วยความตื่นตันใจ เมื่อได้ฟังธรรมะ จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยิ่งรู้สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ จึงขอบวชและติดตามพระองค์ไปอยู่

ณ พระเชตะวันมหาวิหาร นครสวดี ได้รับอภัยโทษจากพระราชา ต่อมาองคฺลิมาลได้พาภเพียรปฏิบัติธรรมจนบรรลุอรหัตผล เป็นพระอรหันต์องค์หนึ่ง

ศ.อำไพ สุจริตกุล (เรียบเรียง)

๒. การฝึกหัดรับประทานอาหารอย่างมีสติ

ขั้นที่ ๑ ก่อนรับประทาน เตรียมอาหารและน้ำวางไว้พร้อมแล้วให้ทุกคนพนมมือ กล่าวคำบูชาคุณก่อนรับประทานอาหารดังนี้

“ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวาย น้ำกับอาหาร
บูชาคุณพระ แล้วรับประทาน ด้วยจิตเบิกบาน
ประหยัดทันที่

ไม่กินทิ้งขว้าง อาหารทุกอย่าง ประโยชน์มากมี
ขอบคุณพ่อ แม่ และทุกท่านที่ บริการอย่างดี
ขอบคุณ ขอบคุณ”

ขั้นที่ ๒ กำหนดอิริยาบถขณะรับประทาน โดยภาวนาในใจดังนี้

เห็นหนอ	- เมื่อมองเห็นอาหารที่วางอยู่ตรงหน้า
อยากกินหนอ	- เมื่อเกิดความรู้สึกอยากรับประทาน
ยกไป	- เมื่อยกช้อนไปตักอาหาร
ตัก	- เมื่อตักอาหาร
ยกมา	- เมื่อเลื่อนช้อนมาใกล้ปาก
ใส่	- เมื่อใส่อาหารเข้าปาก
อม	- เมื่ออมอาหารในปาก
รสหนอ	- ทันทีที่รู้รสอาหาร
เคี้ยว	- เมื่อเคี้ยวอาหาร จะเคี้ยวกี่ครั้งก็กำหนดให้ทัน พร้อมภาวนาในใจว่า เคี้ยว เคี้ยว เคี้ยว ฯลฯ
กลืน	- เมื่ออาหารล่องล้ากลงไป ระหว่างเคี้ยวและเมื่อกลืนหมดคำ

การฝึกหัดรับประทานอาหารอย่างมีสติ ด้วยการกำหนดอิริยาบถละเอียดเช่นนี้ คือ การฝึกสติภาวนา ในขณะที่รับประทาน อันเป็นพื้นฐานนำไปสู่การปฏิบัติธรรมขั้นสูงต่อไป

* ศ.อำไพ สุจริตกุล ได้แนวคิดจากการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ของคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

**เสนอแนะ
รูปแบบ
การเจริญสติแบบ “อัมไพ-เทคนิค” สำหรับเยาวชน
(การฝึกสมาธิหรือจิตภาวนาสำหรับเยาวชน) ***

โดย ศาสตราจารย์ อัมไพ สุจริตกุล คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การฝึกสมาธิด้วยการเดินจงกรมกำหนดอริยาบถในแถว หลังการเคารพธงชาติ

๑. สรรวมกาย ขยายแถว

ครูบอกให้นักเรียนเตรียมตัวเดินจงกรม โดยสรรวมกาย วาจา ใจ ขยายแถว กล่าวคือ ในแถวเคารพธงชาติ ถ้าด้านใดมีที่ว่างน้อย ประมาณ ๓ เมตร ให้ถือว่าด้านนั้นเป็นแนวเดินจงกรม ให้ขยายแถวไปทางด้านที่ว่างมาก โดยถือด้านที่จะเดินจงกรมเป็นหัวแถว ให้นักเรียนขยายแถวห่างกันคนละ ๑ ช่วงแขน เอามือลง แล้วทำซ้ายหรือขวาหัน ไปยังแนวที่จะเดินจงกรม บัดนี้ นักเรียนจะยืนเป็นแถวตอนลึก ทุกแถวจะหันหน้าไปทางแนวเดินจงกรม

๒. ตั้งจิตอธิษฐาน

ให้พนมมือ ตั้งใจกล่าวเบา ๆ ตามครู หรือหัวหน้านักเรียนว่าดังนี้

“บัดนี้ ข้าพเจ้าจะฝึกสมาธิด้วยการเดินจงกรมกำหนดอริยาบถ ขอให้ข้าพเจ้ามีสติตั้งมั่น ฝึกด้วยความอดทน พากเพียรจนเกิดสมาธิ เพื่อความสำเร็จตามปรารถนาเถิด”

๓. การฝึกเดิน

๓.๑ การเตรียมตัวพร้อม ผู้ฝึกเดินจงกรมจะเตรียมตัวและปฏิบัติตามจังหวะด้วยความ สรรวมทั้งกาย วาจา ใจ คือ

- กาย : เริ่มตั้งแต่ยืนตรง ตามองข้างหน้าไม่เกิน ๓ เมตร ไม่เหลียววอกแวก
ดูสิ่งอื่น ขณะเดินมือจะกุมประสานกันไว้ด้านหน้า เท้าจะก้าวช้า ๆ และ
ก้าวสั้นเพียงประมาณ ๑ ฝ่าเท้า และทรงตัวอยู่ให้นิ่ง ไม่บิดไปบิดมา
- วาจา : เปล่งคำภาวนาเบา ๆ หรือภาวนาในใจด้วยถ้อยคำกะทัดรัด ชัดเจน
พร้อมกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย
- ใจ : กำหนดจิตตามอริยาบถที่ร่างกายเคลื่อนไหวให้ทันวาจา กล่าวคือ ทำใจ
ให้รู้สึกพร้อมในขณะที่ร่างกายเคลื่อนไหว และเปล่งคำภาวนา

* ได้แนวคิดจากการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

๓.๒ เริ่มการเดินจงกรม

ยืนตรง : ปล่อยแขนไว้ข้างลำตัว ขณะยืน ตามองจับที่ปลายจมูกตนเอง จะช่วยไม่ให้สอจดสายไม่มองที่อื่น

ยกมือซ้าย : พร้อมกับภาวนาซ้ำ ๆ ว่า ยกหนอ-มาหนอ-วางหนอ
(วางมือซ้ายไว้ที่หน้าท้อง)

ยกมือขวา : พร้อมกับภาวนาซ้ำ ๆ ว่า ยกหนอ-มาหนอ-วางหนอ
(วางมือขวาทับข้อมือซ้าย แล้วใช้นิ้วกลางและหัวแม่มือรวบข้อมือซ้ายไว้)

๓.๓ การภาวนาพร้อมปฏิบัติ ให้ภาวนาเบา ๆ ซ้ำ ๆ เป็นจังหวะ จะช่วยให้กระแสดิจตสงบลงได้เร็ว และช่วยให้สติตั้งมั่น ดังนี้

ยืน-หนอ (๓ ครั้ง) ขณะนี้ใจกำหนดเห็นรูปยืน (นึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่)

อยาก-เดิน-หนอ (๓ ครั้ง) ใจเตรียมพร้อมที่จะเดิน ตามองทางเดินห่างไป ๓-๔ ก้าว

ขวายกส้น-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ

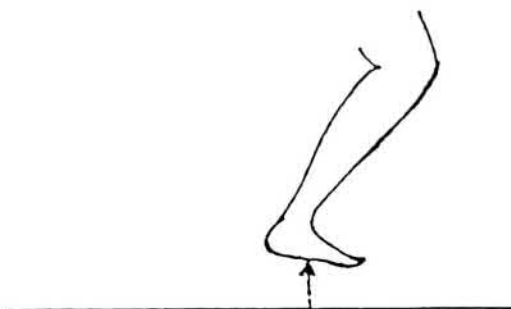
ซ้ายยกส้น-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ

(ดูภาพประกอบคำอธิบาย)

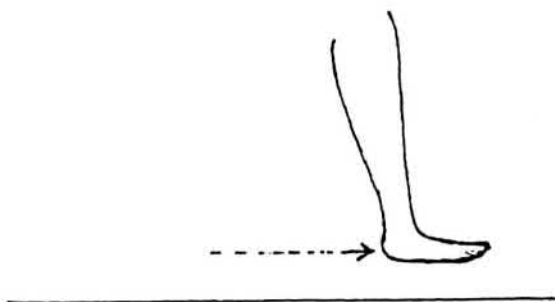
ยกส้น : เหยอส้นเท้าขึ้น แต่ปลายเท้ายังแตะพื้นอยู่ เข้าข้างนั้นจะงอเล็กน้อย



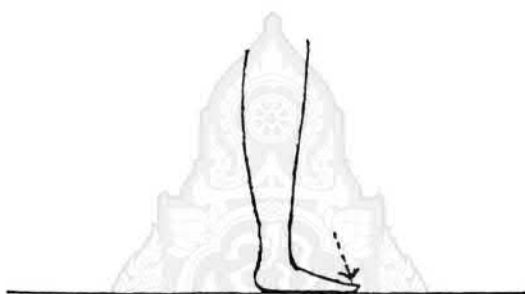
ยกหนอ : ยกเท้าขึ้นลอยขึ้นไปข้างหลัง



ย่างหนอ : เลื่อนเท้า (ที่ยก) ไปข้างหน้าช้า ๆ แล้วนั่ง



เหยียบหนอ : ลดเท้าลงให้ปลายแตะพื้นก่อน แล้วจึงวางเต็มฝ่าเท้า



๓.๔ ระยะการวางเท้า

การกำหนดเหยียบแต่ละก้าว ให้ปลายเท้าลงก่อน แล้วจึงเหยียบลงเต็มเท้า ให้สันห่างจากปลายเท้าอีกข้างหนึ่งเพียง ๒-๓ นิ้ว การก้าวให้เบนปลายเท้าออกจากเส้นตรงซึ่งเป็นแนวเดินเล็กน้อย เพื่อช่วยการทรงตัวดังในภาพ



๓.๕ ระยะทางเดินและวิธีหมุนตัวกลับ

เมื่อเดินจงกรมได้ประมาณ ๔ ก้าว จะหยุดในก้าวที่ ๑๐ ภาวนาว่าซ้ายยกส้น ยกหนอ-เตรียมหนอ-หยุดหนอ (เท้าซ้ายจะมาชิดเท้าขวา หยุดยืนตรง)

ยืน-หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่
 อยาก-กลับ-หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกอยากหมุนตัวกลับสู่ทิศทางเดิม
 หมุน-หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไป ๔๕ องศา-วางเท้าลง
 ชิด-หนึ่ง ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา
 หมุน-หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไปอีก ๔๕ องศา-วางเท้าลง
 ชิด-สอง ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา (หันได้ ๙๐ องศา)
 หมุน-หนอ เปิดปลายเท้าขวา หมุนไปอีก ๔๕ องศา-วางเท้าลง
 ชิด-สี่ ยกเท้าซ้ายตามไปชิดเท้าขวา (หันได้ ๑๘๐ องศา)
 ขณะนี้ผู้ฝึกจะหมุนตัวหันกลับสู่ทิศทางเดิม

๓.๖ การเดินเที่ยวกลับ

เมื่อหันกลับสู่ทางเดิมแล้ว เตรียมตัวเดินกลับ ตั้งสติให้มั่น ตามองทางเดิน เริ่มภาวนาเบา ๆ
 ยืน-หนอ (๓ ครั้ง) ใจนึกเห็นภาพตนเองกำลังยืนอยู่
 อยาก-เดิน-หนอ (๓ ครั้ง) ตามองแนวทางที่จะเดินกลับ เตรียมเดิน
 ขวายกส้น-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ
 ซ้ายยกส้น-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ
 เดินเที่ยวกลับเหมือนตอนที่เดินมา จะเห็นได้ว่า ถ้าเดินจงกรมเพียง ๑๐ ก้าว ไป-กลับ
 ๑ เที่ยว จะกินเวลาประมาณ ๕ นาที
 ถ้ามีเวลาน้อย ฝึกเดิน ๑ ก้าว ไป-กลับ ๒ เที่ยว ใช้เวลา ๑๐ นาที
 ถ้ามีเวลามาก ฝึกเดิน ๑๐ ก้าว ไป-กลับ ๔-๖ เที่ยว ใช้เวลา ๒๐-๓๐ นาที

๓.๗ การหยุดเดินจงกรม

เมื่อกลับสู่จุดตั้งต้น และต้องการจะหยุดเดิน ให้ยืนตรง กำหนดในใจหรือภาวนาเบา ๆ
 ว่า อยาก-หยุด-หนอ (๓ ครั้ง) แล้วยกมือขวาออก ค่อย ๆ เลื่อนลงพร้อมคำภาวนาว่า
 มือขวา ยกหนอ-ลงหนอ-ปล่อยหนอ (ปล่อยมือขวาลงข้างตัวตามสบาย)
 มือซ้าย ยกหนอ-ลงหนอ-ปล่อยหนอ (ปล่อยมือซ้ายลงเช่นเดียวกัน)

๔. การอุทิศกุศล แผ่เมตตาจิตแก่ผู้อื่น หลังจากเดินจงกรมแล้ว

พนมมือ หลับตา ตั้งจิตอธิษฐาน กล่าวคำอุทิศกุศลและแผ่เมตตา ดังนี้
 “ขอบุญกุศลในการฝึกสมาธินี้ ช่วยให้ข้าพเจ้ามีสติสัมปชัญญะ เป็นคนดีมีปัญญา ข้าพเจ้า
 ขออุทิศกุศลให้แก่บิดามารดา ครู อาจารย์ และผู้มีพระคุณ ตลอดจนสัตว์ทั้งหลายที่มีชีวิต
 วิญญาณ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด จงได้รับผลบุญจากข้าพเจ้าด้วยเถิด”
 การเดินจงกรมอย่างมีสติ กำหนดรู้ทันทุกอิริยาบถที่เคลื่อนไหว เช่นนี้เป็นการฝึกใช้สติ

ควบคุมจิตไม่ให้ฟุ้งซ่าน ชัดสายไปคิดเรื่องอื่น ๆ ผู้ที่ฝึกได้มากจนถึงขั้นสามารถฝึกจิตให้เกิดปัญญาได้ ก็จะเป็นผู้มีสติรู้ อันเป็นคุณประโยชน์สูงสุดของชีวิต

เมื่อฝึกเจริญกรรมกำหนดอิริยาบถแล้ว เดินเข้าห้องเรียนอย่างสงบ (ก่อนเริ่มเรียนควรฝึกนั่งสมาธิตามวิธีเจริญสติแบบ อำไพ-เทคนิค ประมาณ ๓-๕ นาที)



ตัวอย่างแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

หัวข้อ ศาสนาพิธี

แผนการสอนเรื่อง การอาราธนาธรรมและอาราธนาพระปริตร (เวลา ๖ คาบ)

สรุปสาระสำคัญ

การอาราธนาธรรม และอาราธนาพระปริตร เป็นการเชื่อเชิญพระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนา และสวดพระปริตรในพิธีมงคลต่าง ๆ

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกเหตุผลของการอาราธนาธรรมและอาราธนาพระปริตรได้
๒. กล่าวอาราธนาธรรมและอาราธนาพระปริตรได้
๓. ปฏิบัติตามขั้นตอนของการทำบุญ และสามารถร่วมพิธีทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ ได้

กิจกรรมการเรียนรู้

๑. ครูทบทวนเกี่ยวกับพิธีการทำบุญที่นิยมกระทำกัน ซึ่งมี ๒ ประการคือ
 - ๑.๑ ทำบุญในงานมงคล ได้แก่ การทำบุญเพื่อความสุข ความเจริญโดยปรารถนาเหตุดี
 - ๑.๒ ทำบุญในงานอวมงคล ได้แก่ การทำบุญเพื่อความสุข ความเจริญ โดยปรารถนาเหตุที่ไม่สู้ดี

แล้วให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่างของการทำบุญทั้ง ๒ ประเภท

๒. ให้นักเรียนช่วยกันว่า เจ้าภาพในงานจะต้องจัดเตรียมสิ่งใดบ้าง แล้วช่วยกันแยกประเภทซึ่งจะแยกได้ ๒ เรื่อง ได้แก่

การจัดเตรียมสิ่งของ

- จัดสถานที่ โต๊ะหมู่บูชา
- อาสนะสงฆ์
- ภัตตาหาร
- เครื่องไทยทาน
- เครื่องกรวดน้ำ

การเตรียมพิธีการ

- การนิมนต์พระ
- การอาราธนาศีล
- การอาราธนาธรรม
- การอาราธนาพระปริตร
- การกรวดน้ำ

ฯลฯ

๓. สนทนา ชักถาม และอภิปรายถึงการดำเนินการในกิจกรรมข้อที่ ๑ ว่าจะต้องดำเนินการก่อน

ให้เรียบร้อย ส่วนการปฏิบัติหรือพิธีการในระหว่างการทำบุญ (พิธีสงฆ์) คือเมื่อพระสงฆ์มาถึงในพิธีแล้ว เจ้าภาพจะต้องดำเนินการอย่างไรบ้าง ให้นักเรียนช่วยกันบอก โดยครูเขียนคำตอบไว้บนกระดานดำ แล้วจึงค่อยเรียงลำดับว่าสิ่งใดต้องทำก่อนหลัง

๔. สนทนา ชักถาม และอภิปราย เกี่ยวกับการอาราธนาศีล อาราธนาพระปริตรและอาราธนาธรรม ในประเด็นต่อไปนี้

- คำว่า อาราธนามีความหมายว่าอย่างไร
- ทำไมเราจึงต้องมีการอาราธนาเมื่อมีการทำบุญ
- การอาราธนาศีล อาราธนาธรรม และอาราธนาพระปริตร มีจุดประสงค์อย่างไร
- เมื่อเราอาราธนาแล้ว สิ่งที่ต้องปฏิบัติต่อไปคืออะไร

๕. ช่วยกันสรุปบอกเหตุผล ในการกล่าวคำอาราธนา แล้วเขียนสรุปความหมาย ความสำคัญ และคำอาราธนาต่าง ๆ ลงในสมุด (รายละเอียดในภาคผนวก)

๖. พึงเทปคำกล่าวอาราธนาศีล อาราธนาธรรม และอาราธนาพระปริตร และดูแผนภูมิตามไปด้วย เมื่ออ่านจากแผนภูมิแล้วให้ฝึกอ่านจนคล่อง

๗. จัดสถานการณ์จำลอง การทำบุญมงคล โดยให้นักเรียนจัดสถานที่โต๊ะหมู่บูชา อาสนะสงฆ์เท่าที่จะทำได้ และให้ตัวแทนออกมากล่าวคำอาราธนาตามที่ครูกำหนด

สื่อและอุปกรณ์

๑. แผนภูมิคำอาราธนาต่าง ๆ
๒. เทปบันทึกเสียงการอาราธนาธรรม และอาราธนาพระปริตร ในพิธีต่าง ๆ
๓. อุปกรณ์สำหรับจัดศาสนพิธี เช่น โต๊ะหมู่บูชา พระพุทธรูป ที่กรวดน้ำ ฯลฯ

การวัดและประเมินผล

๑. สังเกตความตั้งใจ และการแสดงความคิดเห็นในการอภิปราย
๒. ให้กล่าวคำอาราธนาศีล อาราธนาธรรม และการอาราธนาพระปริตร เป็นกลุ่มย่อยหรือรายบุคคล

ภาคผนวก

วิธีอาราธนาศีล อาราธนาพระปริตร และอาราธนาธรรม

การอาราธนา คือ การเชื้อเชิญให้พระสงฆ์ในพิธีให้ศีล สวดพระปริตร หรือแสดงธรรม เป็นธรรมเนียมมีมาแต่ดั้งเดิมที่จะต้องอาราธนา ก่อน พระสงฆ์จึงจะประกอบพิธีกรรมนั้น ๆ และการอาราธนาที่ถือเป็นธรรมเนียมกันมากก็มี ๓ กรณีนี้เท่านั้น

วิธีอาราธนา นิยมกันว่า ถ้าพระสงฆ์นั่งบนอาสนะยกสูง เจ้าภาพและแขกนั่งเก้าอี้ ผู้อาราธนาเข้าไปยืนระหว่างเจ้าภาพกับแถวพระสงฆ์ ตรงกับรูปที่ ๓ หรือที่ ๔ ห่างแถวพระสงฆ์พอสมควร หันหน้าไปทางโต๊ะที่บูชา ประนมมือไหว้พระพุทธรูปก่อน แล้วยืนประนมมือตั้งตัวตรง กล่าวคำอาราธนาตามแบบที่ต้องการ ถ้าพระสงฆ์นั่งอาสนะต่ำธรรมดา เจ้าภาพและแขกอื่นก็นั่งกับพื้น ผู้อาราธนาต้องเข้าไปนั่งคุกเข่าต่อหน้าแถวพระสงฆ์ตรงหัวหน้า กราบพระที่โต๊ะบูชา ๓ ครั้ง ก่อน แล้วประนมมือตั้งตัวตรง กล่าวคำอาราธนาที่ต้องการตามแบบ คือ

พิธีเจริญพระพุทธมนต์หรือพิธีสวดมนต์ อาราธนา คือ อาราธนาพระปริตร

พิธีเลี้ยงพระ อาราธนาศีล

พิธีถวายทานทุกอย่าง อาราธนาศีล

พิธีเทศน์ ถ้าเทศน์ต่อจากสวดมนต์ ตอนสวดมนต์ไม่ต้องอาราธนาศีล เริ่มต้นด้วยอาราธนาพระปริตร แล้วอาราธนาศีล ตอนพระขึ้นเทศน์ รับศีลแล้วอาราธนาธรรมต่อ แต่ถ้าสวดมนต์กับเทศน์ไม่ได้ต่อเนื่องกัน ถือว่าเป็นคนละพิธี ตอนสวดมนต์ก็อาราธนาตามแบบพิธีสวดมนต์เย็นที่กล่าวแล้ว ตอนเทศน์ก็เริ่มต้นด้วยอาราธนาศีลก่อน จบรับศีลแล้วจึงอาราธนาธรรม

พิธีสวดศพต่าง ๆ เช่น สวดแจ้ง สวดพระอภิธรรม เป็นต้น ถ้าไม่มีพิธีอื่นนำหน้าให้อาราธนาศีลก่อน ถ้ามีพิธีอื่นนำหน้าแล้ว ไม่ต้องอาราธนาศีล

คำอาราธนาศีล ๕ ในพิธีการ

มยฺ ภนฺเต วิสฺสุ วิสฺสุ รกฺขณฺตุถาย, ดิสรณฺเนน สห, ปญฺจ สีลานิ ยาจาม.

ทุกฺติยมฺปิ มยฺ ภนฺเต, วิสฺสุ วิสฺสุ รกฺขณฺตุถาย, ดิสรณฺเนน สห, ปญฺจ สีลานิ ยาจาม.

ตติยมฺปิ มยฺ ภนฺเต วิสฺสุ วิสฺสุ รกฺขณฺตุถาย, ดิสรณฺเนน สห, ปญฺจ สีลานิ ยาจาม.

คำอาราธนาพระปริตร

วิปตติปฏิพาหาย	สพฺพสมฺปตฺตีสัทฺธิยา
สพฺพทฺฤทฺวินาสาย	ปริตฺตํ พุรฺธ มํจลํ,
วิปตติปฏิพาหาย	สพฺพสมฺปตฺตีสัทฺธิยา
สพฺพทฺฤทฺวินาสาย	ปริตฺตํ พุรฺธ มํจลํ
วิปตติปฏิพาหาย	สพฺพสมฺปตฺตีสัทฺธิยา
สพฺพโรควินาสาย	ปริตฺตํ พุรฺธ มํจลํฯ

คำอาราธนาธรรม

พุรฺหฺมา จ โกลาธิปติ สหฺมุปติ
 กตฺถอณฺชลี อนฺธิวํ อยาจถ
 สนฺตีธ สตฺตาปฺพรทฺทฺชาติกา
 เทเสตุ ธมฺมํ อนุกมฺปิมี ปชํ ฯ



ตอนที่ ๔
แนะนำสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิชาการ



ตอนที่ ๔

แนะนำสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการ

กระทรวงศึกษาธิการได้ปรับปรุงเนื้อหาสาระในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) โดยเพิ่มเนื้อหาสาระด้านพระพุทธศาสนาในทั้งสองกลุ่มดังกล่าว สำหรับให้นักเรียนที่นับถือพระพุทธศาสนาเรียนเพื่อจะได้ประพุดติและปฏิบัติให้ถูกต้องและนำหลักธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิต

สื่อการเรียนการสอน

เมื่อมีการปรับปรุงหลักสูตร สิ่งที่มาคือ การจัดสื่อการเรียนการสอน ผู้ที่มีบทบาทสำคัญที่จะทำให้หลักสูตรประสบผลสำเร็จ บรรลุถึงวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ คือ ครู ครูมีหน้าที่จัดทำและจัดหาสื่อการเรียนการสอน แนวทางที่จะจัดทำหรือจัดหาสื่อการเรียนการสอนได้สอดคล้องกับเรื่องที่สอนนั้น ก่อนอื่น ครูควรพิจารณาหลักสูตร คู่มือครู หนังสือเรียน และสื่อดังนี้

๑. หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ควรพิจารณาคำอธิบายหลักสูตรในส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยว่า หลักสูตรได้กำหนดจุดประสงค์ เนื้อหาไว้อย่างไรบ้าง

๒. คู่มือครู คือ หนังสือเล่มนี้ซึ่งจะกำหนดแนวทาง สาระสำคัญของหลักสูตร จุดประสงค์ เนื้อหาสาระ การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการ และการประเมินผลไว้อย่างครบถ้วน ครูควรอ่านเพื่อทำความเข้าใจก่อนสอน

๓. หนังสือเรียนที่กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ จัดทำขึ้นใช้ประกอบการเรียนการสอน กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต และหนังสือเสริมประสบการณ์ ที่กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ จัดทำขึ้นใช้ประกอบการเรียนการสอน กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ว่าได้นำเสนอเรื่องพระพุทธศาสนาไว้อย่างไรบ้าง

๔. สื่อการเรียนการสอนอื่น ๆ ที่หน่วยราชการหรือเอกชน สมาคม มูลนิธิ ฯลฯ จัดทำขึ้นและมีเนื้อหาตรงตามหลักสูตร และสามารถนำเนื้อหามาใช้ประกอบการเรียนการสอนได้ ซึ่งมีทั้งสื่อที่เป็นสิ่งพิมพ์ ได้แก่ หนังสือ เอกสาร จุลสาร นิตยสาร หนังสือพิมพ์ วารสาร แผ่นภาพ และสื่อที่เป็นโสตทัศนวัสดุ ได้แก่ โทรทัศน์ วิทยุ วิทยุทัศน์ เทปเพลง หุ่นจำลอง เป็นต้น

บทบาทของครูผู้สอนพระพุทธศาสนา นอกจากพิจารณาสื่อดังกล่าวแล้ว ควรพิจารณาวางแผนในการเลือกและประเมินสื่อที่นำมาใช้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย

บทบาทของครูในการเลือกและการประเมินสื่อ

๑. **หลักสูตร** ครูควรรู้จักวิเคราะห์หลักสูตรโดยทำความเข้าใจ หลักการ โครงสร้าง จุดประสงค์ เนื้อหาของหลักสูตรให้ชัดเจน เพื่อทราบทิศทางของหลักสูตรและเพื่อจะได้เลือกสื่อได้ถูกต้องเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

๒. **ศึกษาเอกสารและข้อมูลต่าง ๆ** การเลือกสื่อให้มีประสิทธิภาพ ครูจำเป็นต้องมีความรู้เรื่องเทคนิควิธีสอนต่าง ๆ ที่จะกระตุ้นนักเรียนให้อยากเรียน การพิจารณาพื้นฐานความรู้ของนักเรียนก็เป็นสิ่งจำเป็น ทั้งนี้จะได้จัดสื่อให้เหมาะสมกับวัยนักเรียน

๓. **การกำหนดสื่อที่จะสอน** การสอนพระพุทธศาสนา ครูควรพิจารณาว่า จะใช้สื่อประเภทใด ลักษณะใดจะเหมาะสมกับเรื่องที่จะสอนและควรทราบแหล่งข้อมูล เพื่อแนะนำให้นักเรียนไปค้นคว้า

๔. **การประเมินสื่อ** เมื่อครูผู้สอนใช้สื่อไปสักระยะหนึ่ง ควรประเมินว่าสื่อที่ใช้สอนนั้น ได้พัฒนาการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพมากน้อยแค่ไหน ในการประเมินสื่อ ครูควรพิจารณาใน ๔ ประเด็น คือ

- ๔.๑ สื่อที่ใช้สอนนั้นให้ความคิดรวบยอดและสาระสำคัญมากน้อยเพียงไร
- ๔.๒ สื่อนั้นสะดวกในการจัดหาหรือไม่
- ๔.๓ สื่อนั้นมีประสิทธิภาพในการใช้หรือไม่เพียงใด
- ๔.๔ การใช้สื่อเหมาะสมตามขั้นตอนหรือไม่

การจัดทำสื่อ

การจัดการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา นอกจากครูจะพิจารณาสื่อที่มีอยู่ มีหลักในการเลือกและประเมินสื่อแล้ว ครูผู้สอนระดับประถมศึกษาอาจจัดทำสื่อขึ้นใช้เองได้ ซึ่งนโยบายการใช้สื่อและการพัฒนาสื่อการเรียนการสอน ระดับประถมศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ส่งเสริมให้มีการใช้สื่อการเรียนการสอนอย่างหลากหลายในแต่ละกลุ่มประสบการณ์ และสนับสนุนให้ครูผู้สอนจัดทำสื่อการเรียนขึ้นใช้ประกอบการสอนเอง ดังนั้น ในการสอนพระพุทธศาสนา ครูผู้สอนอาจจัดทำสื่อขึ้นใช้เอง โดยก่อนอื่นครูผู้สอน อาจเป็นนักเก็บสะสม เช่น สะสมปฏิทินปีที่ลွ่งแล้วซึ่งปฏิทินจะมีภาพต่าง ๆ ที่อาจคัดเลือกนำมาใช้ได้ หนังสือนิยายสาร วารสารเก่า ๆ ที่จะทิ้งซึ่งอาจคัดเลือกเรื่อง และภาพที่ยังใช้ประโยชน์ได้เก็บสะสมไว้เป็นเรื่อง ๆ หรือเอกสาร จุลสาร ที่ได้รับแจก ซึ่งมีเรื่องเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา หรือวัสดุอื่น ๆ ที่เห็นว่าใช้ประกอบการเรียนการสอนได้

การจัดทำสื่อขึ้นใช้เองนั้น ครูสามารถจัดทำสื่อซึ่งเรียกว่า **วัสดุอ่าน** วัสดุอ่านที่จัดทำได้เป็น ๓ ลักษณะ คือ

๑. **แผ่นอ่าน** เป็นวัสดุอ่านที่จัดทำเป็นแผ่น อาจเป็นแผ่นปลิว แผ่นอ่านขนาดใหญ่สำหรับ

ปิดบนป้ายประกาศหรือปิดบนกระดานดำ หรือบนฝาห้องเรียน จัดทำเป็นกระดาษพับสองทบ หรือเป็นแผ่นกระดาษแข็งตัดเป็นรูปต่าง ๆ ให้สวยงามได้ยิ่งดี เนื้อหาที่เขียนลงบนแผ่นอ่าน ควรเลือกเนื้อหาให้เหมาะสมกับเนื้อเรื่องที่จะสอน เช่น การจัดทำแผ่นอ่าน เรื่องวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันอาสาฬหบูชา

อุปกรณ์

การจัดทำ ครูเตรียมเนื้อหา ภาพประกอบที่สอดคล้องกับเนื้อหาวันอาสาฬหบูชา กระดาษวาดเขียนแผ่นใหญ่หรือกระดาษโปสเตอร์ ปากกาเมจิก กรรไกร กาว ไข่มุด หรือ คัตเตอร์ ฯลฯ

วิธีทำ

ออกแบบการจัดหน้าแผ่นอ่านว่าจะลงเนื้อหาและภาพอย่างไรให้สวยงาม เมื่อออกแบบแล้ว กำหนดโครงสร้างของข้อความที่จะเขียน ดังนี้

วันอาสาฬหบูชา

- วันอาสาฬหบูชา ตรงกับวันอะไร
- ความสำคัญ
 - วันประดิษฐานพระพุทธศาสนา
 - มีสาวกเกิดขึ้นครั้งแรกในโลก
 - ศาสนาพุทธครบองค์ ๓ คือ พระรัตนตรัย
- การปฏิบัติของพุทธศาสนิกชน

เมื่อกำหนดโครงสร้างของเนื้อหาที่จะเขียนลงในแผ่นอ่านแล้ว ลงมือเขียนตามโครงสร้างที่กำหนด เรียงตามลำดับแต่ละหัวข้อ เขียนข้อความโดยใช้ภาษาที่สละสลวย ข้อความกระชับพอเหมาะกับเนื้อที่ที่กำหนดไว้ แล้วเขียนข้อความด้วยปากกาเมจิก ลายมืออ่านง่าย ขนาดมองเห็นชัดเจนลงในกระดาษแผ่นอ่านที่เตรียมไว้ ติดภาพประกอบ

๒. แฟ้มอ่าน แฟ้มอ่านเป็นวัสดุอ่านที่จัดทำเป็นแฟ้ม แต่ละแฟ้มมีแผ่นอ่านหลายแผ่นรวมกัน การเก็บเข้าแฟ้มจะแยกเป็นเรื่อง ๆ เขียนชื่อเรื่องไว้หน้าแฟ้มเพื่อสะดวกในการหยิบใช้ เช่น แฟ้มอ่าน เรื่องวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ก็จะรวมแผ่นอ่านที่เกี่ยวกับวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา รวบรวมไว้ในแฟ้มเดียวกันหมด การทำแฟ้มอ่านที่จะทำได้อีกประเภทหนึ่งคือ แฟ้มบรรจุกฤตภาค ซึ่งทำได้ทั้งกฤตภาคที่เป็นบทความ ภาพ เรื่องราวต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนพระพุทธศาสนา อาจตัดจากหนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร แล้วนำมาปิดลงบนกระดาษที่มีความกว้างยาวเท่ากันทุกแผ่นและจัดกฤตภาคที่ทำไว้แล้วเข้าแฟ้ม แยกเป็นเรื่อง ๆ ทำกล่องใส่แฟ้มจัดไว้ตามมุมห้องเรียนให้นักเรียนได้อ่านค้นคว้า

๓. สมุดอ่าน คือวัสดุอ่านที่มีลักษณะคล้ายหนังสือหรือหนังสือที่ทำขึ้นด้วยมือ ไม่มีการพิมพ์

เนื้อเรื่องอาจแต่งขึ้นเอง หรือรวบรวมเรื่องแล้วนำมาร้อยเรียงให้เป็นเรื่องราวอย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับหลักสูตร จัดทำภาพประกอบ การทำภาพอาจใช้การวาด หรือใช้เศษวัสดุผสมกับการวาด ภาพประกอบควรสอดคล้องกับเนื้อหา จัดทำเป็นเล่ม มีปกหน้า ปกใน คำนำ เนื้อหา ภาพประกอบเนื้อเรื่อง จัดทำเล่มอย่างสวยงาม รูปเล่มอาจทำเป็นรูปเล่มแปลก ๆ เพื่อดึงดูดความสนใจให้เด็กอยากอ่าน การเข้าเล่มอาจใช้วิธีร้อยด้วยเชือก ร้อยด้วยด้าย ริบบิ้น หรือใช้กาวทาก็ได้ สิ่งสำคัญที่ครูจะต้องระมัดระวังคือ เนื้อหาจะต้องไม่ผิดข้อเท็จจริง เพราะหากเนื้อหาผิด เด็กจะจำสิ่งที่ผิด ๆ ไป ในการทำสมุดอ่านครูอาจมีขั้นตอนในการจัดทำตามลำดับ ดังนี้

- สำรวจความต้องการของเด็ก
- วิเคราะห์เนื้อหาหลักสูตรในส่วนพระพุทธศาสนา
- กำหนดโครงสร้างเนื้อหา หนังสือเล่มที่จะจัดทำ
- รวบรวมข้อมูลที่จะใช้ประกอบการเขียนเรื่อง
- กำหนดแนวการเขียนว่า จะเขียนเป็นความเรียงธรรมดา บทละคร สถานการณ์จำลองหรือแสดงบทบาทสมมุติหรือเขียนแบบมีตัวละครดำเนินเรื่อง
- กำหนดโครงสร้าง (Plot) หมายถึง การลำดับเนื้อหาเรื่องราวตั้งแต่ต้นจนจบ
- ลงมือเขียนเรื่อง ตรวจ บรรณาธิการและจัดทำภาพประกอบ
- นำต้นฉบับทดลองให้นักเรียนอ่าน
- ปรับปรุงต้นฉบับ ภาพประกอบและจัดทำเป็นฉบับจริง แล้วจัดไว้ที่มุมหนังสือ
- ประเมินผลการใช้

การสร้างสื่อทุกชิ้น เมื่อครูนำมาใช้แล้วควรติดตามผลด้วยว่า สื่อที่ครูสร้างขึ้นใช้ประกอบการเรียนการสอนนั้น ได้พัฒนาความรู้และการปฏิบัติตนของนักเรียนมากน้อยเพียงใด นอกจากจัดทำสื่อดังกล่าวขึ้นใช้เองแล้ว ครูผู้สอนควรทราบแหล่งวิทยาการต่าง ๆ ที่บริการทางด้านสื่อ

แหล่งวิทยาการ

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ มีหน้าที่โดยตรงในการผลิตสื่อการเรียนการสอนขึ้นใช้ในโรงเรียน การเรียนการสอนในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย กระทรวงศึกษาธิการไม่กำหนดให้มีหนังสือเรียน

กรมวิชาการได้จัดทำสื่อให้โรงเรียนใช้ ครูสามารถนำมาใช้ประกอบการเรียนการสอนได้ สื่อที่กรมวิชาการจัดทำขึ้น มีทั้งหนังสืออ่านเพิ่มเติม หนังสือส่งเสริมการอ่าน หนังสือการ์ตูน นิทานชาดก การจัดพิมพ์จะพิมพ์แจกโรงเรียนประถมศึกษาทั่วประเทศ โดยแจกโรงเรียนละ ๑ เล่มก่อน หลังจากนั้น จะส่งต้นฉบับให้องค์การค้ำของคุรุสภา จัดพิมพ์จำหน่าย ซึ่งมีจำหน่ายที่ร้านศึกษาภัณฑ์พาณิชย์ และตัวแทนร้านค้าในต่างจังหวัด และมีหนังสือที่เอกชนจัดพิมพ์จำหน่าย

รายชื่อหนังสือดังกล่าวได้จัดพิมพ์ไว้ท้ายบทนี้

นอกจากสื่อที่กรมวิชาการจัดทำแล้วยังมีสื่อที่หน่วยงานอื่นจัดทำ ซึ่งครูผู้สอนสามารถติดต่อได้จากหน่วยงานต่าง ๆ ดังนี้

- ๑) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ
- ๒) สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
- ๓) สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมเอกลักษณ์ของชาติ สำนักเลขาธิการนายกรัฐมนตรี
- ๔) ศูนย์เทคโนโลยีทางการศึกษา กรมการศึกษานอกโรงเรียน
- ๕) สมาคมครูศีลธรรมแห่งประเทศไทย
- ๖) กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ
- ๗) สมาคมและมูลนิธิต่าง ๆ ทางพุทธศาสนา เช่น พุทธสมาคม ยุวพุทธิกสมาคม เปரியู-

ธรรมสมาคมแห่งประเทศไทย

การจัดการเรียนการสอนพระพุทธศานานอกจากครูจะใช้สื่อดังกล่าวแล้ว ในการจัดการเรียนการสอน ครูผู้สอนอาจเชิญวิทยากรให้ความรู้แก่นักเรียน ซึ่งอาจเชิญวิทยากรในห้องดิน เช่น นิมนต์พระสงฆ์ ทำหน้าที่สอนหรือเทศน์ให้นักเรียนฟัง หรือจัดปฐกถาธรรม หรือนำนักเรียนไปทัศนศึกษา เช่น การนำนักเรียนไปวัดเพื่อสนทนาธรรมกับพระสงฆ์หรืออุบาสก อุบาสิกา เนื่องในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาในบางโอกาส หรือนำนักเรียนไปชมโบราณสถาน โบราณวัตถุในท้องถิ่นของนักเรียนเองหรือสถานที่ใกล้เคียงโดยจัดวิทยากรที่มีความรู้ นำชม หาวีธีกระตุ้นให้นักเรียนสนใจใฝ่รู้พระพุทธศาสนา เช่น ให้นักเรียนเก็บรวบรวมภาพหรือสื่ออื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา การเก็บให้แยกเป็นหมวดหมู่ เช่น ภาพกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา พุทธศาสนสุภาษิต แล้วครูนำภาพที่นักเรียนเก็บรวบรวมไว้นำมาเป็นสื่อประกอบการเรียนการสอนตามความเหมาะสมหรือในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ครูอาจจัดประกวดเรียงความหัวข้อต่าง ๆ เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ประกวดป้ายนิเทศ ในทางปฏิบัติครูอาจจัดโครงการประกวดมารยาทชาวพุทธที่ดี ประกวดนางงามในพระไตรปิฎก เช่น นางวิสาขา นางสามาวดี นางกุนทลเกศี เป็นต้น

การจัดการเรียนการสอนพระพุทธศาสนาให้มีประสิทธิภาพนั้น ครูผู้สอนเป็นบุคคลสำคัญ และมีบทบาทในการเลือก พิจารณา จัดทำ จัดหาสื่อและแหล่งวัสดุอุปกรณ์ วิทยาการ สิ่งสำคัญที่สุดก็คือ ครูผู้สอน พระพุทธศาสนา ควรเป็นแบบอย่างที่ดีของเด็กและแบบอย่างที่ดีของครูในโรงเรียน จึงจะทำให้การเรียนการสอนประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตร

รายชื่อหนังสือเสริมประสบการณ์พระพุทธศาสนาและจริยธรรมที่กรมวิปการจัดพิมพ์ หนังสืออ่านเพิ่มเติม

๑. พระพุทธประวัติ
๒. ประวัติพระสาวก
๓. ประวัติพระภิกษุณี
๔. ประวัติอุบาสก
๕. ประวัติอุบาสิกา
๖. นิทานชาดก เล่ม ๑, ๒, ๓ (๓ เล่มจบ)

หนังสือส่งเสริมการอ่าน

๑. แม่
๒. ลูกนก
๓. พี่ชาย
๔. หนูน้อยกลอยใจ
๕. สีสีน้อง
๖. ป้างข้าวน้อย
๗. อยู่กับพระรัตนตรัย
๘. อันความปรารถนา
๙. นิทานชาดก เรื่องกระต่ายในดวงจันทร์
๑๐. นิทานชาดก เรื่องกากับนกกาน้ำ
๑๑. นิทานชาดก เรื่องขุดบ่อน้ำในทะเลทราย
๑๒. นิทานชาดก เรื่องคนมักขอ
๑๓. นิทานชาดก เรื่องผลไม้ต้องห้าม
๑๔. นิทานชาดก เรื่องผู้ว่านอนสอนง่าย
๑๕. นิทานชาดก เรื่องพระฤๅษีเลี้ยงงูเห่า
๑๖. นิทานชาดก เรื่องราชสีห์กับนกหัวขวาน
๑๗. นิทานชาดก เรื่องศิษย์โง่กับงอนไถ
๑๘. นิทานชาดก เรื่องหมาจิ้งจอกจอมขี้ขลาด

หนังสือการ์ตูนส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

๑. หนูน้อยกับไม้เท้าวิเศษ
๒. นครไร้นัย

๓. คำแก้ว
๔. ลูกสัตว์เข้าค่าย
๕. เด็กชายแป้
๖. ผีเสื้ออวดเก่ง
๗. ผมหิดหรือ
๘. เจ้าหญิงคนขยัน
๙. ขาดวินัย
๑๐. ไม่ตื่นตูม
๑๑. เด็กชายเอ้ม
๑๒. เมืองแห่งกาลเวลา
๑๓. สองเกลอเจอหุ่นไล่กา

ฯลฯ

หนังสือที่หน่วยงานอื่นจัดพิมพ์

๑. พุทธประวัติประกอบภาพสำหรับเยาวชน เล่ม ๑-๗ จัดพิมพ์โดย กองทุนวัฒนธรรม ร่วมกับยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย
๒. พุทธประวัติสำหรับเยาวชน เล่ม ๑-๔ จัดพิมพ์โดย บริษัท สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช
๓. พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ โดยพระเทพเวที (ประยุทธิ์ ปยุตฺโต) จัดพิมพ์โดย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๔. พุทธประวัติทัศนศึกษา นิพนธ์โดยพระพิมลธรรม ราชบัณฑิต (ชอบ อนุจารีมหาเถระ) จัดพิมพ์โดย โครงการมูลนิธิหอไตร
๕. ชุดสื่อสำเร็จรูปจริยศึกษาเพื่อพัฒนาคุณธรรม ระดับประถมศึกษา ชั้น ป.๑-ป.๖ จัดพิมพ์โดย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ
๖. นิทานชาดก อันดับที่ ๑-๗ จากพระธรรมเทศนา ของพระเมธีจ ทตฺตชีโว รองเจ้าอาวาส วัดพระธรรมกาย จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์ รวีกานต์
๗. การ์ตูนคุณธรรมชุดนิทานชาดก เรื่อง เสรีวาณิชชาดก โดย ภิรมย์ สุขะจินตนา-กาญจน์ จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด
๘. การ์ตูนคุณธรรม ชุดนิทานชาดก เรื่อง พระจุลบันถก จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด
๙. การ์ตูนคุณธรรม ชุดนิทานชาดก เรื่อง สัมโมทมานชาดก โดย ภิรมย์ สุขะจินตนา-กาญจน์ จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด

๑๐. การ์ตูนคุณธรรม ชุติทานชาดก เรื่อง มตกมัตตชาดก โดย ภิรมย์ สุขะจินตนา-
กาญจน์ จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด
๑๑. การ์ตูนคุณธรรม ชุติทานชาดก เรื่อง นันทวิสาขชาดก โดย ภิรมย์ สุขะจินตนา-
กาญจน์ จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด
๑๒. การ์ตูนคุณธรรม ชุติทานชาดก เรื่อง ติตติรชาดก โดย ภิรมย์ สุขะจินตนากาญจน์
จัดพิมพ์โดย บริษัท บ้านหนูแก้ว จำกัด
๑๓. ทางสายอิสราภาพของการศึกษาไทย นิพนธ์โดย พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต)
จัดพิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์

- สุภาพร ตันนากัย. ผลการใช้กิจกรรมตามแบบฝึกสติภาวนา อำไพ-เทคนิค เพื่อส่งเสริม
ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๕
- เบญจา รุ่งประพันธ์. การเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรม ระหว่างนักเรียนชั้นประถมศึกษา
ปีที่ ๕ ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณากับการเจริญสติภาวนา วิทยานิพนธ์ ปริญญา
มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๔
- ปัทมา ภัทรากูร. ผลการใช้ชุดการฝึกสำหรับผู้ปกครอง สำหรับพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ของ
เด็กปฐมวัย วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๕

ตอนที่ ๕
แนวการวัดผลและประเมินผล



ตอนที่ ๕

แนวการวัดผลและประเมินผล

การจัดการเรียนการสอนพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรประถมศึกษา มุ่งพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านความรู้-ความคิด คุณลักษณะ ซึ่งครอบคลุมเรื่องของคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และการประพฤติปฏิบัติต่าง ๆ ให้มีอยู่หรือเป็นไปในทางที่พึงประสงค์ จุดประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้ เพื่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน จึงประกอบไปด้วยจุดประสงค์ที่ระบุให้ผู้เรียนมีความรู้ ความคิดที่ถูกต้อง มีเจตคติที่ดีต่อการประพฤติตามคุณธรรม จริยธรรม เห็นคุณค่า ชื่นชมตลอดจนยินดี เต็มใจรับเอาค่านิยม จริยธรรม คุณธรรม มาเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติ

พฤติกรรมด้านความรู้-ความคิด

จุดประสงค์การเรียนรู้ด้านความรู้-ความคิด จะมุ่งเน้นไปที่ความรู้ ความเข้าใจที่นักเรียนมีอยู่เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ รวมทั้งการนำหลักธรรมคำสอนไปใช้หรือไปประยุกต์ใช้ ซึ่งจะสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถทางสติปัญญาของนักเรียน

การวัดพฤติกรรมด้านความรู้-ความคิด

การวัดผลการเรียนรู้ที่เป็นพฤติกรรมด้านนี้ ครูสามารถกระทำได้โดยการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนได้แสดงความรู้การคิดหาเหตุผลหรือนำความรู้ ความเข้าใจที่มีอยู่ไปใช้ในการแก้ปัญหาของตน ทั้งนี้จะกำหนดให้นักเรียนเขียนตอบในกระดาษคำตอบหรือตอบปากเปล่าก็ได้ สำหรับนักเรียนในระดับประถมศึกษาในชั้นต้น ๆ ที่ยังอ่าน-เขียนไม่คล่อง การถามและการให้ตอบปากเปล่านั้นจะเป็นวิธีการที่เหมาะสมกว่าวิธีการเขียนตอบ หากนักเรียนสามารถยกตัวอย่างการกระทำที่แสดงการปฏิบัติตามค่านิยม จริยธรรมได้สามารถบอกได้ว่า สิ่งใดดี ควรกระทำการกระทำใดควรละเว้น โดยมีเหตุผลในการเลือกกระทำหรือไม่กระทำอย่างหนึ่งอย่างใดได้ เหล่านี้ก็น่าจะเพียงพอ สำหรับครูที่จะประเมินนักเรียนในระดับประถมศึกษาตอนต้นว่า มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรมที่ต้องการจะพัฒนาเขาเพียงใด

พฤติกรรมด้านความรู้ลึก

จุดประสงค์การเรียนรู้ด้านความรู้ลึกนี้ เป็นเป้าประสงค์ที่เน้นการพัฒนานักเรียนให้มีคุณลักษณะเป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือจากที่นักเรียนมีอยู่ในระดับต่ำที่ยังไม่เป็นที่น่าพอใจไปสู่ระดับที่น่าพอใจ ทั้งนี้ อาจเริ่มตั้งแต่การพัฒนาให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อบางสิ่งบางอย่างต่อการประพฤติปฏิบัติตามคุณธรรม จริยธรรมบางประการ เห็นคุณค่า ชื่นชม ต่อบางสิ่งบางอย่างตลอดจนการยินดี เต็มใจรับเอาค่านิยม จริยธรรม คุณธรรม บางประการมาเป็นแนวทางในการ

ประพัตติปฏิบัติ เช่น เกิดศรัทธาในคุณพระรัตนตรัย เห็นความสำคัญของหลักธรรมที่มีต่อการดำเนินชีวิต

การวัดพฤติกรรมด้านความรู้สึก

โดยที่พฤติกรรมด้านความรู้สึกเป็นพฤติกรรมภายในของบุคคล ซึ่งบางครั้งไม่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมภายนอก พฤติกรรมภายนอกอย่างเดียวกัน อาจมาจากพฤติกรรมภายในที่ต่างกัน แต่ถ้ามีสิ่งเร้าหรือเครื่องมือที่ดีเหมาะสมก็จะสามารถดึงพฤติกรรมภายในให้แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมภายนอกได้บ้าง แนวทางการวัดพฤติกรรมด้านนี้คือ

๑) **การวัดทางตรง** ครูสังเกตการกระทำของนักเรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นสถานการณ์จริง สถานการณ์จำลอง ว่าบุคคลจะทำอะไร อย่างไรในสถานการณ์นั้น ๆ

๒) **การวัดทางอ้อม** กระทำโดยให้ผู้เรียน (ผู้ถูกวัด) บอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก ความเชื่อและการปฏิบัติของตนเอง

จากนั้นครูจึงจะประเมินนักเรียน จากผลการสังเกตพฤติกรรมหรือผลจากการแสดงความคิดเห็น บอกเล่าของนักเรียนประกอบกัน

พฤติกรรมด้านการปฏิบัติ

จุดประสงค์การเรียนรู้ด้านการปฏิบัติเป็นพฤติกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีปฏิบัติที่มุ่งให้นักเรียนกระทำ ฝึกปฏิบัติด้วยตนเองเพื่อนำไปใช้ในชีวิตจริง เช่น ฝึกบริหารจัดการ เจริญปัญญาหรือฝึกสติภาวนาและปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี สามารถปฏิบัติด้านพิธีได้ถูกต้อง นำหลักธรรมไปช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ปฏิบัติตนตามหน้าที่ของชาวพุทธได้อย่างถูกต้อง

การวัดพฤติกรรมด้านการปฏิบัติ

๑) **วัดกระบวนการทางตรง** คือการสังเกตพฤติกรรม ขณะนักเรียนกำลังปฏิบัติกิจกรรมในสถานการณ์จริงหรือสถานการณ์จำลอง วิธีการวัดผลก็โดยการกำหนดพฤติกรรมที่จะสังเกตไว้ล่วงหน้าทั้งเชิงปริมาณ (มาก-น้อย, มี-ไม่มี) และเชิงคุณภาพ (พอใจ-ไม่พอใจ, ดี-ไม่ดี) รวมทั้งต้องกำหนดสถานการณ์ที่จะให้นักเรียนกระทำพฤติกรรมดังกล่าวด้วย เช่น ในห้องเรียน ในโรงเรียน ฯลฯ

๒) **วัดกระบวนการทางอ้อม** กรณีไม่อาจสังเกตโดยตรงในห้องเรียนหรือในโรงเรียนได้ จะใช้วิธีวัดทางอ้อม โดยให้นักเรียนบอก เล่ากิจกรรมที่ตนเคยปฏิบัติที่บ้านหรือให้เพื่อนนักเรียน ครู ผู้ปกครอง ช่วยรายงานการปฏิบัติ

๓) **วัดผลผลิตปลายทาง** คือการวัดพฤติกรรมทางด้านการปฏิบัติ โดยการอนุมานจากผลงานที่นักเรียนทำ ซึ่งวิธีการนี้จะใช้วัดพฤติกรรมด้านการปฏิบัติที่เป้าหมายปลายทางได้ เป็น

ผลงาน/ชิ้นงานเป็นส่วนใหญ่

การปลูกฝังหรือพัฒนานักเรียนให้เกิดพฤติกรรมด้านต่าง ๆ รวมทั้งการวัดผลพฤติกรรมที่เกิดขึ้นดังกล่าวข้างต้น จำเป็นต้องให้สอดคล้องกับหลักการของจริยธรรม ค่านิยม คุณธรรม ที่ต้องการปลูกฝังหรือพัฒนา รวมทั้งพัฒนาการของนักเรียนด้วย

เนื่องจากระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการประเมินผลการเรียนตามหลักสูตรกำหนดให้ มีการประเมินผลการเรียน ทั้งเพื่อปรับปรุงการเรียนการสอน และเพื่อตัดสินผลการเรียน การประเมินระหว่างเรียนการสอน นับเป็นการประเมินเพื่อปรับแก้พฤติกรรมจากที่มีอยู่น้อย ให้มีมากขึ้น หรือที่มีอยู่ แต่ไม่พึงประสงค์ไปสู่ทิศทางที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น ฉะนั้น ระหว่างการเรียนการสอนซึ่งผู้สอนพยายามจัดกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างหลากหลาย เพื่อปลูกฝังนักเรียนให้มีคุณธรรมตามหลักสูตรกำหนด หากพบว่า ยังไม่มีการพัฒนาหรือเป็นไปในลักษณะที่ไม่น่าพอใจ (ประเมินระหว่างเรียน) ผู้สอนจำเป็นต้องปรับแก้ไข/พัฒนาพฤติกรรมดังกล่าวใหม่ ส่วนการประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียนนั้น ทำการประเมินปลายภาคเรียน/ปลายปี เพื่อดูในลักษณะของภาพรวม โดยสรุปว่า ในช่วงเวลาหนึ่งหลังจากที่ครูได้พัฒนา/ปรับแก้ไข/ให้คำแนะนำแล้ว นักเรียนมีพัฒนาการเป็นอย่างไร

อนึ่ง คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่าง ๆ ที่มุ่งหวังจะให้เกิดกับตัวนักเรียนนั้น มิได้เกิดในทันที แต่ค่อยเป็นค่อยไปต้องใช้เวลาเพื่อการพัฒนา/ปลูกฝัง ฉะนั้นในช่วงระยะเวลาอันสั้น นักเรียนอาจมีพัฒนาการเพียงเล็กน้อย มองเห็นไม่เด่นชัดหรือ บางช่วงอาจไม่มีพัฒนาการเลย ดังนั้น การพัฒนาและการวัดจะต้องดำเนินการควบคู่กันไปอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ

ตัวอย่างการวัดและประเมินคุณธรรม

การวัดและประเมินนักเรียน ในเรื่อง “ความซื่อสัตย์สุจริต”

๑. ด้านความรู้-ความคิด

จุดประสงค์การเรียนรู้ : มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ “ความซื่อสัตย์สุจริต”

จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

- (๑) ระบุชื่อคุณธรรม/จริยธรรมที่ตรงกับการกระทำในสถานการณ์ที่กำหนด
- (๒) บอกผลที่จะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติตามคุณธรรม/จริยธรรมที่กำหนด
- (๓) บอกประโยชน์-โทษของการปฏิบัติ-ไม่ปฏิบัติตามค่านิยม/จริยธรรมที่กำหนด
- (๔) ยกตัวอย่างการกระทำที่แสดงถึงการมีความซื่อสัตย์สุจริต
- (๕) อื่น ๆ... (ขึ้นอยู่กับวัย/ระดับชั้นของนักเรียนที่ต้องการสอบวัด)

กิจกรรมเพื่อการสอบวัด

- (๑) เล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันของนักเรียนที่แสดงถึงการเป็นผู้มีความซื่อสัตย์สุจริต แล้วให้นักเรียนระบุว่า การกระทำในเรื่องแสดงถึงการมีจริยธรรม/คุณธรรมในเรื่องใด

สถานการณ์/เรื่องราว

ทุกวันน้องเปาจะตื่นแต่เช้าเพื่อเตรียมตัวไปโรงเรียนและจะไปโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอไม่เคยขาดเรียน เมื่อไปถึงโรงเรียนน้องเปาจะอ่านหนังสือเพื่อเตรียมตัวที่จะเรียนต่อไปเสมอ

คำถามที่ ๑ “น้องเปาในเรื่องที่ครูเล่าเป็นคนอย่างไร”

การตอบ ครูอาจรวมชื่อหลักธรรมหรือคุณธรรมหลาย ๆ ประการ เพื่อให้ นักเรียนระบุชื่อหลักธรรมหรือคุณธรรมดังกล่าวเอง โดยให้นักเรียนตอบปากเปล่าหรือเขียนตอบก็ได้

คำถามที่ ๒ การที่น้องเปาปฏิบัติตัวเช่นนั้น จะมีผลต่อน้องเปาอย่างไร ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น

คำถามที่ ๓ นักเรียนลองบอกครูซิว่า ประโยชน์ของการปฏิบัติตัวอย่างน้องเปามีอะไรบ้าง ถ้าไม่ปฏิบัติเช่นนั้นจะมีโทษอะไรบ้าง

จากสถานการณ์ที่กำหนดให้และคำถามข้อ ๑-๓ จะช่วยให้ครูสามารถวัดและประเมินตามจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมข้อ ๑, ๒ และ ๓ ได้

(๒) ให้นักเรียนยกตัวอย่างการกระทำที่แสดงถึงความซื่อสัตย์สุจริต ข้อนี้จะสามารถวัดและประเมินจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมในข้อ ๔ ได้

การวัดความรู้-ความเข้าใจของนักเรียนเกี่ยวกับหลักธรรมหรือคุณธรรมตามแนวทางดังกล่าวข้างต้นนี้ น่าจะเป็นวิธีการที่จะประเมินความรู้-ความเข้าใจของนักเรียน โดยให้ผลการวัดที่เชื่อถือได้มากกว่าการสอบวัดที่ถามถึงคำจำกัดความของหลักธรรมหรือคุณธรรมนั้น ๆ อย่างไรก็ตาม ครูจะต้องพิจารณาเลือกสถานการณ์/เรื่องราวให้เหมาะสมกับวัยและระดับชั้นของนักเรียนด้วย รวมทั้งอาจต้องคำนึงถึงลักษณะเฉพาะของหลักธรรมหรือคุณธรรมแต่ละประการด้วย

๒. ด้านความรู้สึก (เจตคติ ค่านิยม)

จุดประสงค์การเรียนรู้ : เห็นคุณค่าของการปฏิบัติตน เป็นผู้มี ความขยันหมั่นเพียรที่มีต่อการดำเนินชีวิต

จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

- (๑) แสดงความชื่นชมยินดีต่อการมีความขยันหมั่นเพียร
- (๒) แสดงความต้องการที่จะร่วมกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เพื่อน ๆ มีความขยันหมั่นเพียร
- (๓) ชักชวนให้เพื่อน ๆ เห็นประโยชน์ของการมีความขยันหมั่นเพียร

กิจกรรมเพื่อการสอบวัด

ดังได้กล่าวมาแล้วในตอนต้นถึงแนวทางการวัดพฤติกรรมด้านความรู้สึก ได้แก่ การวัดทางตรง และการวัดทางอ้อม ซึ่งครูต้องเลือกนำมาใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ และสิ่งที่ต้องการสอบวัดสำหรับตัวอย่างที่จะนำเสนอจะไม่นำเสนอเครื่องมือวัดมาตรฐาน เพราะอาจจะทำให้ครูผู้สอนมีความหนักใจหรือรู้สึกว่ายากต่อการปฏิบัติแต่นำเสนอวิธีการที่คิดว่า ครูจะสามารถกระทำได้ไม่ยากนัก ทั้งนี้เพราะครูผู้สอนในระดับประถมศึกษาใกล้ชิดเด็กมากอยู่แล้ว

ครูต้องการประเมินเด็กหญิงแบ่งว่า เป็นผู้เห็นคุณค่าของการปฏิบัติตนเป็นผู้มีความขยันหมั่นเพียรหรือเห็นคุณค่าของความขยันหมั่นเพียรหรือไม่ ครูอาจกระทำได้โดยการสังเกตพฤติกรรมของเด็กหญิงแบ่งที่แสดงความชื่นชม ผู้มีความขยันหมั่นเพียร อาทิ กล่าวคำชมเชยเพื่อนผู้มีความขยันพูดแสดงความต้องการที่จะเป็นคนขยัน พูดตำหนิผู้ที่เกียจคร้าน แสดงความจำนงที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ส่งเสริมให้ผู้อื่นมีความขยันหรือพูดชักชวนเพื่อนผู้ใกล้ชิดให้เห็นประโยชน์ของการมีความขยัน การประเมินพฤติกรรมโดยการสังเกตนี้ถือเป็นการวัดทางตรง อย่างไรก็ตาม การสังเกตพฤติกรรมดังกล่าว กระทำได้ในขอบเขตจำกัดคือ เฉพาะในห้องเรียน โรงเรียน โอกาสที่จะเห็นพฤติกรรมเหล่านั้น อาจน้อยเพราะต้องใกล้ชิดเด็กหญิงแบ่งมาก ฉะนั้น การประเมินอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยได้ก็คือ การวัดโดย การพูดคุยซักถามเด็กหญิงแบ่งว่า รู้สึกอย่างไร คิดอย่างไรต่อผู้มีความขยันหมั่นเพียร อยากจะเป็นคนขยันไหม อยากเป็นหรือไม่อยากเป็นคนขยัน เพราะอะไรหรือถ้าโรงเรียนจะจัดกิจกรรมเพื่อคัดเลือกผู้มีความขยันเป็นเลิศ เธอจะช่วยเหลือ เป็นต้น วิธีการนี้เป็น การวัดทางอ้อม ซึ่งคิดว่าเป็นวิธีการที่ใช้ได้ดีและไม่ยากวิธีการหนึ่ง แต่ครูจำเป็นต้องกำหนด

ประเด็นที่จะถาม ที่จะสังเกตให้ชัดเจนและสามารถชี้บ่งได้ว่า คำตอบที่ได้ สิ่งที่สังเกตเห็น สามารถนำมาสรุปได้ค่อนข้างเที่ยงตรง เชื่อมั่นได้

๓. ด้านการปฏิบัติ

จุดประสงค์การเรียนรู้ : ปฏิบัติตนเป็นผู้มีความขยันหมั่นเพียร

จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม : เป็นพฤติกรรมย่อยที่วิเคราะห์ได้

- (๑) มาโรงเรียนสม่ำเสมอ ไม่ขาดเรียน
- (๒) กระตือรือร้นที่จะมาโรงเรียนโดยไม่ต้องให้ใครเตือน
- (๓) ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จอย่างเข้มแข็ง อดทน
- (๔) เข้าเรียนทุกวิชา
- (๕) จัดของใช้ให้เป็นระเบียบอยู่เสมอ
- (๖) ชอบค้นคว้า ชักถาม
- (๗) อ่านหนังสือทุกครั้งที่มีเวลาว่าง

กิจกรรมเพื่อการสอบวัด

ครูสามารถสังเกตพฤติกรรมย่อยของความขยันหมั่นเพียรที่กำหนดข้างต้นได้ตลอดเวลาในทุกคาบเวลาที่นักเรียนอยู่ในห้องเรียน โรงเรียน ยกเว้นข้อ (๒) “กระตือรือร้นที่จะมาโรงเรียนโดยไม่ต้องให้ใครเตือน” ซึ่งอาจได้ข้อมูลจากการสอบถาม ผู้ปกครอง ผู้ใกล้ชิดของนักเรียน การติดตามสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอจะให้ผลการวัดที่เที่ยงตรงและเชื่อถือได้มากที่สุด ความลำบากก็อยู่ที่การวิเคราะห์พฤติกรรมย่อยให้เป็นตัวชี้บ่งพฤติกรรมหลักได้ตรง เป็นพฤติกรรมที่สามารถพบเห็น พบได้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งแตกต่างกันไปตามระดับวัยพัฒนาการของผู้ถูกประเมิน

ภาคผนวก ก
แนวการจัดการเวลาเรียนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต



แนวทางการจัดคาบเวลาเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

ในการจัดการเรียนการสอน กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) โรงเรียนและครูผู้สอน สามารถวางแผนจัดตารางสอนหรือจัดทำแผนการสอน เพื่อใช้สอนนักเรียน ตลอดปีการศึกษา โดยคำนึงถึงสภาพความพร้อม ความต้องการของนักเรียน **ตลอดจนสภาพความเหมาะสมของท้องถิ่นต่าง ๆ** ภายในโครงสร้างเวลาเรียนของกลุ่มประสบการณ์ชีวิต คือ

ระดับชั้น ป. ๑-๒ ใช้เวลาเรียน ๔๕๐ คาบตลอดปี

ระดับชั้น ป. ๓-๔ ใช้เวลาเรียน ๖๐๐ คาบตลอดปี

ระดับชั้น ป. ๕-๖ ใช้เวลาเรียน ๗๕๐ คาบตลอดปี

กรมวิชาการขอเสนอแนะการจัดเนื้อหาและคาบเวลาเรียนตลอดปีโดยประมาณการของกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตไว้เป็นตัวอย่างและแนวทางให้โรงเรียน ผู้บริหาร ตลอดจนครูผู้สอน พิจารณาดำเนินการ ซึ่งอาจจะยืดหยุ่นได้ตามสภาพความเหมาะสมของโรงเรียนท้องถิ่นดังตารางที่ปรากฏต่อท้ายนี้

อย่างไรก็ตาม การจัดเนื้อหาและคาบเวลาเรียนของกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่นำเสนอเป็นตัวอย่างเพื่อเป็นแนวทางสำหรับการจัดทำตารางสอนหรือจัดทำแผนการสอนตลอดปีการศึกษาของโรงเรียนต่าง ๆ ในที่นี้ จะสังเกตได้ว่า ในระดับชั้น ป. ๓-๔ หน่วยที่ ๑ และหน่วยที่ ๖ (ในเครื่องหมายดอกจัน) จะมีคาบเวลาเรียนเหลือไว้อีก ๑๐ คาบ และ ๓๐ คาบ ตามลำดับ คาบเวลาเรียน ๔๐ คาบ ดังกล่าวนี้น หากโรงเรียนใดดำเนินการตามแนวเสนอนี้ ครูผู้สอนสามารถนำไปใช้จัดการเรียนการสอนเนื้อหาอื่น ๆ ของกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตได้ตามความเหมาะสม

หน่วย	ป.๑	ป.๒	ป.๓	ป.๔	ป.๕	ป.๖
หน่วยย่อยที่ ๒ บุคคลสำคัญ	-	-	-	-	๓๐	๓๐
หน่วยย่อยที่ ๓ ศาสนา	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยย่อยที่ ๔ ศิลปวัฒนธรรม	-	-	-	-	๓๐	๓๐
หน่วยย่อยที่ ๕ หน้าที่ของประชาชนคนไทย	-	-	-	-	๔๐	๔๐
* หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา	จากการปรับปรุงหลักสูตรประถมศึกษา ในส่วนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา					
หน่วยที่ ๕ การทำมาหากิน	-	-	๔๐	๔๐	๓๐	๓๐
	-	-	๔๐	๔๐	๓๐	๓๐
หน่วยที่ ๖ พลังงานและสารเคมี	-	-	๑๖๐*	๑๖๐*	๒๐๐	๒๐๐
หน่วยย่อยที่ ๑ ความร้อนและแสงสว่าง	-	-	๔๐	๔๐	-	-
หน่วยย่อยที่ ๒ เสียง	-	-	๓๐	๓๐	-	-
หน่วยย่อยที่ ๓ แรง	-	-	๓๐	๓๐	-	-
หน่วยย่อยที่ ๔ สารเคมีและเชื้อเพลิง	-	-	๓๐	๓๐	-	-
หน่วยย่อยที่ ๑ ความร้อนและสสาร	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยย่อยที่ ๒ แสง	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยย่อยที่ ๓ ไฟฟ้า	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยย่อยที่ ๔ แรง แรงดัน ความกดดัน	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยย่อยที่ ๕ สารเคมี	-	-	-	-	๔๐	๔๐
หน่วยที่ ๗ จักรวาลและอวกาศ	-	-	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
	-	-	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
หน่วยที่ ๘ ประเทศเพื่อนบ้าน	-	-	-	-	๓๐	๓๐
	-	-	-	-	๓๐	๓๐
หน่วยที่ ๙ ประชากรศึกษา	-	-	-	-	๓๐	๓๐
	-	-	-	-	๓๐	๓๐
หน่วยที่ ๑๐ การเมืองและการปกครอง	-	-	-	-	๓๐	๓๐
	-	-	-	-	๓๐	๓๐
หน่วยที่ ๕, ๘, ๑๑ ข่าว เหตุการณ์และวันสำคัญ	๔๕	๔๕	๔๐	๔๐	๓๐	๓๐
รวม	๔๕๐	๔๕๐	๖๐๐	๖๐๐	๗๕๐	๗๕๐

ภาคผนวก ข
คำอธิบายศัพท์



คำอธิบายศัพท์

๑. วันอัฐมีบูชา วันระลึกถึงการถวายพระเพลิงพระพุทธรเจ้า หลังจากปรินิพพานแล้ว ๘ วัน
๒. พระมหากัจจายณะ พระมหากัจจายณะหรือพระสังข์กระเจาย เป็นพระอรหันต์ ที่พระพุทธรเจ้าทรงยกย่องว่าเป็นเอตทัคคะในทางอธิบายความของคำย่อให้พิสดาร
๓. สติ ความระลึกได้
๔. สัมปปัญญะ ความรู้ตัว
๕. กุศลกรรมบท ๑๐ ทางแห่งกรรมดี กรรมดีอันเป็นทางนำไปสู่สุคติมี ๑๐ อย่าง คือ
 - ก. กายกรรม ๓
 - ปาณาติปาตา เวรมณี เว้นจากการทำลายชีวิต
 - อทินนาทานา เวรมณี เว้นจากถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้
 - กาเมสุมิฉาจารา เวรมณี เว้นจากประพฤติดนินทา
 - ข. วจีกรรม ๔
 - มุสาวาทา เวรมณี เว้นจากการพูดเท็จ
 - ปิสุณายวาจา เวรมณี เว้นจากพูดส่อเสียด
 - ผรุสสาย วาจา เวรมณี เว้นจากพูดคำหยาบ
 - สัมผัปปลาปา เวรมณี เว้นจากพูดเพ้อเจ้อ
 - ค. มโนกรรม ๓
 - อนภิชชา ไม่โลภคอยจ้องอยากได้ของเขา
 - อพยาบาท ไม่คิดร้ายเบียดเบียนเขา
 - สัมมาทิฐิ เห็นชอบตามคลองธรรม
๖. สมบัติอุบาสก ๕ คุณสมบัติของชายที่แสดงตนเป็นคณนัถิอพระพุทธรศาสนาโดยประกาศถึงพระรัตนตรัยเป็นที่ฟังมี ๕ ประการคือ
 ๑. มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย
 ๒. มีศีลบริสุทธิ์อย่างน้อยศีล ๕
 ๓. ไม่ถือมงคลดินข้าว เชื่อกรรม ไม่เชื่อมงคล
 ๔. ไม่แสวงหาเขตบุญนอกหลักพระพุทธรศาสนา หมายถึง ไม่เชื่อถือไม่รับนับถือศาสนาอื่นใด
 ๕. ขวนขวายในการอุปถัมภ์ บำรุงพระพุทธรศาสนา

สำหรับสมบัติอุบาสก ๗ เพิ่มอีก ๒ ข้อ คือ

๑. ไม่ขาดการเยี่ยมเยียนพระสงฆ์

๒. พังธรรมไม่ใช่เพื่อจ้องจับผิด

๗. สติปัฏฐาน ๔

ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติมี ๔ อย่างคือ

๑. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน

การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกายและเรื่องทางกาย

๒. เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน

การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา

๓. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน

การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิต

๔. ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน

การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม

๘. พุทธศาสนิก

๙. พุทธศาสนิกชน

ผู้นับถือพระพุทธศาสนาผู้ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
กลุ่มบุคคลผู้นับถือศาสนา ทั้งที่เป็นนักบวชและคฤหัสถ์ คือชาวบ้าน
ผู้ครองเรือนทั้งเพศชายและเพศหญิง มีความหมายเดียวกันกับคำว่า
“พุทธบริษัท”

๑๐. อบายมุข

ช่องทางของความเสื่อม เหตุเครื่องฉิบหาย เหตุย่อยยับแห่งโภคทรัพย์
ทางแห่งความพินาศ มีอบายมุข ๔ คือ

๑. เป็นนักเลงหญิง

๒. เป็นนักเลงสุรา

๓. เป็นนักเลงการพนัน

๔. คบคนชั่วเป็นมิตร

อบายมุข ๖ คือ

๑. ดิดสุราและของมีนเมา

๒. ชอบเที่ยวกลางคืน

๓. ชอบเที่ยวดูการเล่น

๔. เล่นการพนัน

๕. คบคนชั่วเป็นมิตร

๖. เกียจคร้านการงาน

๑๑. ทัฏฐธัมมิกัตถะประโยชน์ ๔ ประโยชน์สุขสามัญญะที่มองเห็นกันในชาตินี้ ที่คนทั่วไปปรารถนา
มีทรัพย์ ยศ เกียรติ ไมตรี เป็นต้น อันจะสำเร็จด้วยธรรม
๔ ประการ คือ

๑. อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น
๒. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา
๓. กัลยาณมิตตตา ความมีเพื่อนเป็นคนดี
๔. สมชีวิตา การเลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่กำลังทรัพย์ที่หาได้



ภาคผนวก ค
คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ





คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ วก ๑๑๙๓/๒๕๓๔

เรื่อง ปรับปรุงคำอธิบายในหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

กระทรวงศึกษาธิการได้พิจารณาเห็นสมควรพัฒนาการเรียนการสอนเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาในระดับประถมศึกษาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ฉะนั้น อาศัยอำนาจตามคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการที่ วก ๖๑๑/๒๕๓๓ ลงวันที่ ๑๐ สิงหาคม ๒๕๓๓ จึงให้ปรับปรุงคำอธิบายเนื้อหาสาระพระพุทธศาสนาสำหรับนักเรียนที่นับถือศาสนาพุทธ ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตและกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ดังต่อไปนี้

๑. กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

- ๑.๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒ เพิ่ม หน่วยย่อยที่ ๓ พระพุทธศาสนา ใน หน่วยที่ ๔ ชาติไทย
- ๑.๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓-๔ เพิ่ม หน่วยย่อยที่ ๕ พระพุทธศาสนา ใน หน่วยที่ ๔ ชาติไทย
- ๑.๓ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕-๖ เพิ่ม หน่วยย่อยที่ ๖ พระพุทธศาสนา ใน หน่วยที่ ๔ ชาติไทย

๒. กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย

- ๒.๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๒ เพิ่ม หน่วยที่ ๗-๑๐ ดังนี้
หน่วยที่ ๗ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
หน่วยที่ ๘ ศรัทธาในคุณพระรัตนตรัยและพุทธศาสนสุภาษิต
หน่วยที่ ๙ การบริหารจัดการและเจริญปัญญา
หน่วยที่ ๑๐ ศาสนพิธี
- ๒.๒ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓-๔ และชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕-๖ ให้ใช้คำอธิบายเรื่องหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ศรัทธาในคุณพระรัตนตรัยและพุทธศาสน-

สุภาชิต การบริหารจัดการและเจริญปัญญา และศาสนพิธี แทนคำอธิบายจริยศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓-๖

รายละเอียดคำอธิบายตามข้อ ๑ และ ๒ ปรากฏในเอกสารแนบท้ายคำสั่งนี้ ทั้งนี้ ตั้งแต่
ปีการศึกษา ๒๕๓๕ เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๔



(นายสมชัย วุฒิปรีชา)
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ





คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ วก ๔๒๐/๒๕๓๓

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการพิจารณาหลักสูตรวิชาพระพุทธศาสนา

ตามที่กระทรวงศึกษาธิการได้มีคำสั่งให้ใช้หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) หลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) และหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช ๒๕๒๔ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๓๔ เป็นต้นไป นั้น ปรากฏว่าได้มีการวิพากษ์วิจารณ์กันเป็นอย่างมากว่า หลักสูตรดังกล่าวมิได้กำหนดให้มีวิชาพระพุทธศาสนาอย่างเหมาะสมและเพียงพอ

ฉะนั้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่แท้จริง รวมทั้งแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรในส่วนที่เกี่ยวกับวิชาพระพุทธศาสนา อาศัยอำนาจตามความในข้อ ๒๓ แห่งประกาศของคณะปฏิวัติ ฉบับที่ ๒๑๖ ลงวันที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๑๕ และระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการให้รางวัลหรือค่าตอบแทนผู้จัดทำหลักสูตร หนังสือ หรือคู่มือที่ใช้ในการเรียนการสอน พ.ศ. ๒๕๒๗ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการพิจารณาหลักสูตรวิชาพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิและบุคคลดังต่อไปนี้

- | | |
|--------------------------|------------------|
| ๑. พระพรหมคุณาภรณ์ | ผู้ทรงคุณวุฒิ |
| ๒. พระเทพเวที | ผู้ทรงคุณวุฒิ |
| ๓. พระราชธรรมนิเทศ | ผู้ทรงคุณวุฒิ |
| ๔. พระเมธีธรรมาภรณ์ | ผู้ทรงคุณวุฒิ |
| ๕. นายก่อ สวัสดิ์พาณิชย์ | ประธานคณะกรรมการ |
| ๖. นายสุชีพ ปุญญานุภาพ | คณะกรรมการ |
| ๗. นายแพทย์ประเวศ วะสี | คณะกรรมการ |
| ๘. นายจรูญ สุภาพ | คณะกรรมการ |
| ๙. นายวิทย์ วิศทเวทย์ | คณะกรรมการ |
| ๑๐. นายเสฐียรพงษ์ วรรณปก | คณะกรรมการ |
| ๑๑. นายจำรัส ดวงธิสาร | คณะกรรมการ |

- | | |
|---|--------------------------|
| ๑๒. นายวินัย เกษมเศรษฐ | คณะทำงาน |
| ๑๓. เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ | คณะทำงาน |
| ๑๔. อธิบดีกรมการศาสนา | คณะทำงาน |
| ๑๕. อธิบดีกรมวิชาการ | คณะทำงาน |
| ๑๖. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหลักสูตร | เลขานุการคณะทำงาน |
| ๑๗. นางประไพพรรณ โกศัยสุนทร | ผู้ช่วยเลขานุการคณะทำงาน |
| ๑๘. นางสาวจำเริญ ใหไทย | ผู้ช่วยเลขานุการคณะทำงาน |
| ๑๙. นางศัญญาภรณ์ สุขพยัคฆ์ | ผู้ช่วยเลขานุการคณะทำงาน |

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๙ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๓



(นายสมชัย วุฑฒิปรีชา)
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ



คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ วก ๒๐๐/๒๕๓๔

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา

อนุสนธิคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ ที่ วก ๑๙/๒๕๓๔ เรื่องแต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ลงวันที่ ๑๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๔ นั้น เพื่อให้การดำเนินงานจัดทำจุดประสงค์คำอธิบายรายวิชา และรายละเอียดของหลักสูตรพระพุทธศาสนาทั้งระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาเป็นไปด้วยดีและเสร็จโดยเร็ว ฉะนั้น อาศัยอำนาจตามความในข้อ ๒๓ แห่งประกาศของคณะปฏิวัติ ฉบับที่ ๒๑๖ ลงวันที่ ๒๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๕ และระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการให้รางวัลหรือค่าตอบแทนผู้จัดทำหลักสูตร หนังสือ หรือคู่มือที่ใช้ในการเรียนการสอน พ.ศ. ๒๕๒๗ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ดังต่อไปนี้

อนุกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา

- | | |
|----------------------------------|------------------|
| ๑. พระเมธีธรรมาภรณ์ | ที่ปรึกษา |
| ๒. นางอำไพ สุจริตกุล | ประธานอนุกรรมการ |
| ๓. นายสุชีพ ปุญญานุภาพ | อนุกรรมการ |
| ๔. นายวิชัย สุธีรชานนท์ | อนุกรรมการ |
| ๕. นางศรีจันทร์ เทพรักษ์ | อนุกรรมการ |
| ๖. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหลักสูตร | อนุกรรมการ |
| ๗. นายวรเดช อมรรวพพัฒน์ | อนุกรรมการ |
| ๘. นางนที เงินประยูร | อนุกรรมการ |
| ๙. นางสาวจำเริญ ให่ไทย | อนุกรรมการ |
| ๑๐. นางสาวเพราพรรณ โกมลมาลย์ | อนุกรรมการ |
| ๑๑. นางวัลภา สิงหธรรมสาร | อนุกรรมการ |
| ๑๒. นางสุดารัตน์ แก้วคุณ | อนุกรรมการ |
| ๑๓. นางรัตนา ภาชาฤทธิ์ | อนุกรรมการ |

๑๔. นายดวงชัย ผลชีวิน	อนุกรรมการและเลขานุการ
๑๕. นางสาวจันทนา ตั้งสุวรรณพานิช	อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๑๖. นางจุฑามาศ สรวิสุต	อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๑๗. นางสาวภา นาคทอง	อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

อนุกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

๑. พระเทพเวที	ที่ปรึกษา
๒. นายจำรัส ดวงธิดาร	ประธานอนุกรรมการ
๓. ประธานคณะกรรมการนักศึกษา สภาการศึกษา มหาวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์ หรือผู้แทน	อนุกรรมการ
๔. พระมหาสุทิน อุฑฺฒลิโน	อนุกรรมการ
๕. ประธานชมรมครูศีลธรรมแห่งประเทศไทย หรือผู้แทน	อนุกรรมการ
๖. นางก่องแก้ว เจริญอักษร	อนุกรรมการ
๗. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหนังสือ	อนุกรรมการ
๘. นายสุเมธา พลาheim	อนุกรรมการ
๙. นางบุญสม น้ำเจริญ	อนุกรรมการ
๑๐. นายบุญสืบ อินสาร	อนุกรรมการ
๑๑. นางประไพพรรณ โกศัยสุนทร	อนุกรรมการและเลขานุการ
๑๒. นางสาวดลฤดี สุจิตตานนท์รัตน์	อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

อนุกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

๑. พระราชธรรมนิเทศ	ที่ปรึกษา
๒. นางสุนน อมรวิวัฒน์	ประธานอนุกรรมการ
๓. ประธานบริหารคณะกรรมการนิสิต มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ หรือผู้แทน	อนุกรรมการ
๔. พระมหาบท ปญฺฑิตโต	อนุกรรมการ
๕. นายเสฐียรพงษ์ วรรณปก	อนุกรรมการ
๖. ผู้อำนวยการกองศาสนศึกษา	อนุกรรมการ

- | | |
|--|-------------------------------|
| ๗. ผู้อำนวยการสำนักงานทดสอบทางการศึกษา | อนุกรรมการ |
| ๘. นางอมรา รอดดารา | อนุกรรมการ |
| ๙. นางวณี วัชราก | อนุกรรมการ |
| ๑๐. นายสุระ ดามาพงษ์ | อนุกรรมการ |
| ๑๑. นางจิตรา ทองเกิด | อนุกรรมการและเลขานุการ |
| ๑๒. นางศัญญาภรณ์ สุขพัคฆ์ | อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๓. นางอัปสร มีสิงห์ | อนุกรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |

ให้คณะอนุกรรมการฯ มีหน้าที่ปรับปรุงจุดประสงค์ คำอธิบาย และเนื้อหาสาระเกี่ยวกับ พระพุทธศาสนาในหลักสูตรทั้ง ๓ ระดับ และเสนอผลการปรับปรุงหลักสูตรดังกล่าวต่อคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรฯ ต่อไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๔



(นายสมชัย วุฑฒิปรีชา)
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ



คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ วก ๑๐๙๘/๒๕๓๔

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา

อนุสนธิ คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ ที่ วก ๑๙/๒๕๓๔ เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรพระพุทธศาสนา ลงวันที่ ๑๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๔ นั้น เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ตามหลักสูตรที่ปรับปรุงใหม่ทั้งระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ทั้งนี้ ตามระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการให้รางวัลหรือค่าตอบแทนผู้จัดทำหลักสูตรหนังสือ หรือคู่มือ ที่ใช้ในการเรียนการสอน พ.ศ. ๒๕๒๗ และระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการตรวจและการพิจารณาหนังสือหรือคู่มือที่ใช้ในการเรียนการสอน พุทธศักราช ๒๕๒๔ ดังต่อไปนี้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

- | | |
|----------------------------------|------------------------|
| ๑. พระธรรมราชานุวัตร | (กมล โกวิท) |
| ๒. พระเทพเวที | (ประยุทธ์ ปยุตโต) |
| ๓. พระราชธรรมนิเทศ | (ระแบบ จิตยานโน) |
| ๔. พระเมธีธรรมาภรณ์ | (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) |
| ๕. อธิบดีกรมวิชาการ | |
| ๖. รองอธิบดีกรมวิชาการ | (นายโกวิท ประวาลพุกษ์) |
| ๗. นางสุนน อมรวิวัฒน์ | |
| ๘. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหลักสูตร | |

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา

- | | |
|--------------------------|---------------|
| ๑. นางอำไพ สุจริตกุล | ประธานกรรมการ |
| ๒. นางศรีจันทร์ เทพรักษ์ | กรรมการ |
| ๓. นางวัลภา สิงหธรรมสาร | กรรมการ |

๔. นางสาวรัตน์ แก้วคุณ	กรรมการ
๕. นางสาวภิรมย์ ศรีเพชร	กรรมการ
๖. นางรัตนา ภาชาฤทธิ์	กรรมการ
๗. นางสาวจันทนา ตั้งสุวรรณพานิช	กรรมการและเลขานุการ
๘. นายดวงชัย ผลชีวิน	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๙. นางจุฑามาศ สรวินุต	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๑๐. นางสาวภา นาคทอง	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

๑. นายจำรัส ดวงธิดา	ประธานกรรมการ
๒. นายณรงค์ ตามรักษา	กรรมการ
๓. นายสุเมธา ผลาheim	กรรมการ
๔. นายพิฑูรย์ มลิวัลย์	กรรมการ
๕. นางพาณี แสงวงกิจ	กรรมการ
๖. นางบุญสม น้ำเจริญ	กรรมการ
๗. นางประไพพรรณ โกศัยสุนทร	กรรมการและเลขานุการ
๘. นางสาวดลฤดี สุจิตตานนท์รัตน์	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

๑. นายเสฐียรพงษ์ วรรณปก	ประธานกรรมการ
๒. นางอมรา รอดดารา	กรรมการ
๓. นางวณี วัชรการ	กรรมการ
๔. นายสมประสงค์ น่วมบุญลือ	กรรมการ
๕. นายเดือน คำดี	กรรมการ
๖. นางสาวอาภา จันทรสกุล	กรรมการ
๗. นายสุระ ดามาพงษ์	กรรมการ
๘. นางจิตรา ทองเกิด	กรรมการและเลขานุการ
๙. นางศิญาภรณ์ สุขพยัคฆ์	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

๒๕๔

ให้คณะกรรมการมีอำนาจเชิญผู้ทรงคุณวุฒิร่วมพิจารณาและหรือจัดทำคู่มือดังกล่าวได้
ตามที่เห็นสมควร

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๔



(นายสนั่น อินทรประเสริฐ)

ผู้ตรวจราชการกระทรวง รักษาราชการแทน

รองปลัดกระทรวง ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ





คำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ วก ๑๔/๒๕๓๕

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา เพิ่มเติม

ตามคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ ที่ วก ๑๐๔๘/๒๕๓๔ สั่ง ณ วันที่ ๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๔ แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา นั้น เพื่อให้คณะกรรมการสามารถปฏิบัติงานได้รวดเร็ว และมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น กระทรวงศึกษาธิการจึงแต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนาในแต่ละระดับ เพิ่มเติม ดังรายนามต่อไปนี้

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา

๑. นางบุญชู ชลัษเฐียร

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

๑. นางปฏิพัทธ์ สุวรรณศรี

คณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

๑. นางจิตริยา ไชยศรีพรหม

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๕

(นายอรุณ ปรีดีติลล)

รองปลัดกระทรวง ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

ภาคผนวก ง
รายชื่อคณะกรรมการจัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนาฯ



คณะผู้จัดทำคู่มือหลักสูตรพระพุทธศาสนา ระดับประถมศึกษา

คณะกรรมการที่ปรึกษา

๑. พระธรรมราชานุวัตร (กมล โกวิท)
๒. พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต)
๓. พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตญาโน)
๔. พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
๕. นางสุนน อมรวิวัฒน์
๖. อธิบดีกรมวิชาการ
๗. รองอธิบดีกรมวิชาการ (นายทวี วรรณพุมิ)
๘. รองอธิบดีกรมวิชาการ (นายโกวิท ประวาลพุกษ์)
๙. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหลักสูตร

คณะกรรมการจัดทำ

- ตอนที่ ๑** ประเด็นสำคัญในการปรับปรุง
นายดวงชัย ผลชีวิน
- ตอนที่ ๒** สาระของหลักสูตรพระพุทธศาสนา
๑. นางสาวจันทนา ตั้งสุวรรณพานิช
 ๒. นายดวงชัย ผลชีวิน
 ๓. นางจุฬามาศ สรวีสูตร
 ๔. นางสาวภา นาคทอง
- ตอนที่ ๓** แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน
๑. นางอำไพ สุจริตกุล
 ๒. นางศรีจันทร์ เทพรักษ์
 ๓. นางวัลภา สิงห์ธรรมสาร
 ๔. นางสุดารัตน์ แก้วคุณ
 ๕. นางสาวภิรมย์ ศรีเพชร
 ๖. นางสาวจันทนา ตั้งสุวรรณพานิช
 ๗. นางจุฬามาศ สรวีสูตร
 ๘. นางสาวภา นาคทอง

ตอนที่ ๔ แนะนำสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการ

นางรัตนา ภาชาฤทธิ์

ตอนที่ ๕ แนวการวัดผลและประเมินผล

นางบุญชู ชลัษเฐียร

คณะผู้ตรวจขั้นต้น

๑. นางอำไพ สุจริตกุล
๒. นางศรีจันทร์ เทพรักษ์
๓. นางวัลภา สิงหธรรมสาร
๔. นางสุตารัตน์ แก้วคุณ
๕. นางสาวภิรมย์ ศรีเพชร
๖. นางรัตนา ภาชาฤทธิ์
๗. นางบุญชู ชลัษเฐียร
๘. นางสาวจินตนา ตั้งสุวรรณพานิช
๙. นายดวงชัย ผลชีวิน
๑๐. นางจุฑามาศ สรวิสูตร
๑๑. นางสาวภา นาคทอง

คณะผู้ตรวจขั้นสุดท้าย

๑. นางอำไพ สุจริตกุล
๒. นายจำรัส ดวงธิสาร
๓. นางสุนน อมรวิวัฒน์
๔. นายเสฐียรพงษ์ วรรณปก

คณะบรรณาธิการ

๑. นางสาวจินตนา ตั้งสุวรรณพานิช
๒. นายดวงชัย ผลชีวิน
๓. นางจุฑามาศ สรวิสูตร
๔. นางสาวภา นาคทอง

ผู้จัดทำรูปเล่ม

นางสาวจินตนา ตั้งสุวรรณพานิช

ผู้ออกแบบปก

นายปฐม พัววิมล (นามปากกาปิ๊ง)

ผู้ออกแบบตัวอักษร

นายอภิชาติ ภูวนาถศรัณญา

ผู้จัดพิมพ์ฉบับ

นางรัตนา สิทธิราษฎร์





ใบแก้คำผิด

หน้า	บรรทัดที่	ข้อความเดิม	แก้เป็น
17	1	สิ่งเสพย์ติด (ชั้น ป.2)	สิ่งเสพติด
19	21	สิ่งเสพย์ติด (ชั้น ป.3)	สิ่งเสพติด
21	30	ไม่โลกคอยจ้อง อยากได้ของเขา •(ชั้น ป.5)	ไม่โลกคอยจ้อง อยากได้ของเขา
22	26	การปฏิบัติตนต่อเพื่อน (ชั้น ป.5)	การปฏิบัติตนต่อเพื่อน (ทิศเบื้องซ้าย)
23	8	สรุปทศ 6 ขาดข้อความการปฏิบัติตน ต่อเพื่อน (ชั้น ป.6)	เพิ่มเติมข้อความ “การปฏิบัติตน ต่อเพื่อน ทิศเบื้องซ้าย” โดยนำ ไปไว้ต่อจากทิศเบื้องขวา
23	บรรทัด สุดท้าย	อุบาสกธรรม 7 : หน้าที่ชาวพุทธ	อุบาสกธรรม 7 : (หน้าที่ชาวพุทธ)
57	3	เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล	เนื้อร้องและทำนอง อำไพ สุจริตกุล พูนสุข บุญยสวัสดิ์
88	7	สงกรานต์ (ข้อ 1)	สงกรานต์
88	8	สีบทอดเทิด ไวไทยเจริญ (ข้อ 2)	สีบทอดเทิดไไว ไทยเจริญ
88	19	ไม่ขายสุราและยาเสพย์ติด (ข้อ 10)	ไม่ขายสุราและยาเสพติด
156	2	เห็นใจเพื่อนเดือดร้อน	เห็นใจเมื่อเพื่อนเดือดร้อน
160	บรรทัด สุดท้าย	และเปล่งคำภาวนา	เพิ่มเติมข้อความต่อท้ายจากเปล่ง คำภาวนา แล้วขึ้นย่อหน้าใหม่ 1.1 สวดมนต์ไหว้พระ 1.2 กล่าวคำอธิษฐาน
211	9	โกลาธิปติ	โลกาธิปติ
222	16	ปัทมา ภัทรากร	ปัทมา ภัทรางกูร



เพลง บูชาผู้มีคุณ

เนื้อร้องและทำนอง : อำไพ สุจริตกุล

พุทอังวันทามิ อัมมังวันทามิ สังฆังวันทามิ
พวกหนูบวชารัตนตรัย หนูไหว้พระพุทธ ไหว้พระธรรม พระสงฆ์
คุณพ่อ คุณแม่ คุณครูอาจารย์ ผู้มีคุณทุกท่านหนูจะเป็นคนดี

