



หนังสือเรียน

สร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

สุขศึกษาและสังคมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕



DCID LIBRARY



0000020039

ข ๕๗๐
ป.๕:๔ป.๕
๗ ๕๔๖ ๓
๗๓ (๕๕๔๔)

ตัวอย่าง

หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต
สุขศึกษาและสังคมศึกษา



ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

ตัวอย่างเพื่อการเรียนการสอน
ศูนย์พัฒนาหนังสือ
ห้ามจำหน่าย



วันที่ ๗ ก.ค. ๕๕

เลขทะเบียน ๖ ๑๖๙๔ จ. ๓

เลขเรียกหนังสือ ๖๖๗๐ ป.๕:๓๗๘

๗ ๕๔๕ ๓

กรมวิชาการ

กระทรวงศึกษาธิการ

ช่อฟ้า

หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษาและสังคมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

© กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

พิมพ์ครั้งที่ ๕ จำนวน ๕๐,๐๐๐ เล่ม

พ.ศ. ๒๕๔๔

ISBN 974-01-2345-7

องค์การค้ำของคุรุสภาจัดพิมพ์จำหน่าย

พิมพ์ที่โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว

๒๒๔๔ ถนนลาดพร้าว วังทองหลาง กรุงเทพฯ ๑๐๓๑๐

นายวิชัย พยัคฆโส ผู้พิมพ์และผู้โฆษณา ๒๕๔๔



ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง อนุญาตให้ใช้หนังสือในโรงเรียน

ด้วยกรมวิชาการได้จัดทำหนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษา และสังคมศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) นั้น กระทรวงศึกษาธิการได้พิจารณาแล้วอนุญาตให้ใช้หนังสือนี้ในโรงเรียนได้

ประกาศ ณ วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๑

๐
๐๑๖

(นายอำรุง จันทวานิช)

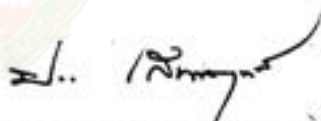
รองปลัดกระทรวง ปฏิบัติราชการแทน
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

คำนำพิมพ์ครั้งที่ ๓



ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ ๓ หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษา และสังคมศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เล่มนี้ กรมวิชาการได้ปรับปรุงเนื้อหาเกี่ยวกับประวัติศาสตร์กรุงศรีอยุธยา โดยตัดเนื้อหาในบทที่ ๗ จากอยุธยาสู่ธนบุรี ไปไว้ในหนังสือเรียนประวัติศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ และเพิ่มเติมเนื้อหาใหม่ เรื่อง ความภาคภูมิใจของชาวไทย ซึ่งเป็นเนื้อหาที่เกี่ยวกับอุทยานประวัติศาสตร์ของไทย ซึ่งเป็นมรดกโลก และเป็นความภาคภูมิใจของคนไทยเข้ามาแทน ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้ศึกษามรดกทางศิลปวัฒนธรรมและให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ห่วงแทน และร่วมมือกันอนุรักษ์รักษาโบราณวัตถุ โบราณสถานของชาวไทยไว้

กรมวิชาการหวังว่าหนังสือเรียนนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอนและช่วยให้บรรลุตามจุดประสงค์ของหลักสูตร และขอขอบคุณผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำไว้ ณ โอกาสนี้



(นายประพัฒน์พงศ์ เสนาฤทธิ์)

อธิบดีกรมวิชาการ

๓ มกราคม ๒๕๔๔

คำนำ



กรมวิชาการได้จัดทำหนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓) ขึ้น โดยแบ่งเนื้อหาของหนังสือออกเป็น ๒ เล่มคือ หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต วิทยาศาสตร์ และหนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษาและสังคมศึกษา ทั้งนี้เพื่อใช้เป็นสื่อประกอบการเรียนการสอนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ อันจะช่วยให้การเรียนการสอนบรรลุจุดประสงค์ของหลักสูตร

หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษาและสังคมศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เล่มนี้ มีเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพกายสุขภาพจิต ชีวิตในบ้าน ศาสนา การทำมาหากิน การเมืองการปกครอง ประวัติศาสตร์กรุงศรีอยุธยา มิตรประเทศเพื่อนบ้าน ประชากรศึกษา และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ในท้ายบทของแต่ละบท ยังได้จัดทำตัวอย่างกิจกรรมไว้ในหัวข้อ ชวนคิด ลองทำ เพื่อให้ให้นักเรียนได้ฝึกทักษะด้านการคิด และการใฝ่หาความรู้ด้วยตนเองมากขึ้น ซึ่งครูควรให้นักเรียนทำกิจกรรมในชวนคิด ลองทำ และอาจหากิจกรรมอื่นเสริมบทเรียนให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้กว้างขวางยิ่งขึ้น

กรมวิชาการหวังว่า หนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สุขศึกษาและสังคมศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน ช่วยให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุจุดประสงค์ของหลักสูตรได้เป็นอย่างดี และขอขอบคุณคณะกรรมการ ตลอดจนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดทำหนังสือเล่มนี้ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ไว้ ณ โอกาสนี้

(นายพยุหศักดิ์ จันทรสุรินทร์)

อธิบดีกรมวิชาการ

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๑

สารบัญ



	หน้า
บทที่ ๑ รู้จักเลือก รู้จักซื้อ	๑
บทที่ ๒ หมั่นดูแลรักษาตัวเรา	๗
บทที่ ๓ ป้องกันดีกว่ารักษา	๑๓
บทที่ ๔ มนุษย์สัมพันธ์	๒๔
บทที่ ๕ พ่อแม่ลูกผูกพัน	๓๔
บทที่ ๖ เมืองสีเทา ป่าเขาสีเขียว	๔๕
บทที่ ๗ ความภาคภูมิใจของชาวไทย	๖๐
บทที่ ๘ บุคคลสำคัญในประวัติศาสตร์	๗๔
บทที่ ๙ ศิลปวัฒนธรรมไทย	๙๐
บทที่ ๑๐ ศาสนาในเมืองไทย	๙๖
บทที่ ๑๑ การทำมาหากิน	๑๐๔
บทที่ ๑๒ การเมืองเรื่องของเรา	๑๒๑
บทที่ ๑๓ หน้าที่คนไทย	๑๓๖
บทที่ ๑๔ มิตรประเทศของเรา	๑๔๑
บทที่ ๑๕ เรียนรู้เรื่องประชากรศึกษา	๑๕๕
บทที่ ๑๖ ขวัญเหตุการณ์และวันสำคัญ	๑๖๕



รู้จักเลือก รู้จักซื้อ

อาหารที่เรากินอยู่ทุกวัน บางอย่างเป็นอาหารที่ได้ใหม่ๆ จากธรรมชาติ เช่น ปลาสด ผักสด บางอย่างเป็นอาหารที่ผ่านการแปรรูป เพื่อให้สามารถเก็บไว้ได้นานๆ เช่น อาหารกระป๋อง อาหารตากแห้ง หรือเพื่อให้มีรสชาติอร่อยขึ้น เช่น ขนมไส้สี บางครั้งก็ต้องการให้รสชาติอาหารอร่อยขึ้น เช่น ใส่ผงชูรส ถ้าเลือกได้นักเรียนคงเลือกอาหารที่ได้มาใหม่ๆ จากธรรมชาติใช่ไหม นักเรียนคงอยากกินผักที่ปลูกเอง หรือกินปลาที่จับมาได้จากหนองน้ำใกล้บ้าน ถ้าหามาเองไม่ได้และต้องซื้อมา นักเรียนก็คงอยากกินอาหารใหม่ๆ สดๆ อยู่ดี แต่ในปัจจุบันอาหารที่เราคิดว่าใหม่สดนั้นอาจมีการปนเปื้อนของสารพิษบางอย่าง เราจึงต้องรู้จักวิธีเลือกและดูแลอาหารที่เราซื้อนั้นให้ปลอดภัยถูกต้อง

การเลือกผักและผลไม้ เราควรเลือกซื้อชนิดที่ปลอดสารพิษ หรือผักที่มีรอยหนอนกัด ซึ่งแสดงว่าถ้ามีการใช้สารฆ่าแมลงก็ใช้ในปริมาณที่ไม่น่าเป็นอันตรายต่อคน เมื่อซื้อผักหรือผลไม้มาแล้ว ควรนำมาล้างด้วยน้ำสะอาดโดยแช่ไว้นาน ๕-๑๐ นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้งหนึ่ง หรือเติมสารบางอย่างลงในน้ำที่ใช้แช่ เช่น ด่างทับทิม น้ำส้มสายชู เกลือป่น เป็นต้น วิธีนี้สามารถลดปริมาณของสารฆ่าแมลงได้อย่างมาก



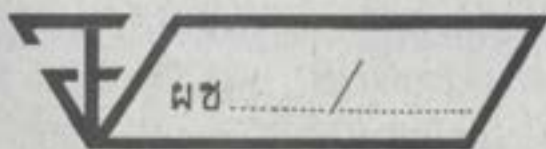
การเลือกซื้อผัก

การเลือกเนื้อสัตว์ บางครั้งมีการใส่ดินประสิวลงไปเนื้อสัตว์ เพื่อให้เนื้อมีสีแดงดูน่ากิน เวลาเลือกซื้อต้องเลือกเนื้อที่ไม่มีสีแดงจัดจนเกินไป เพราะอาจมีปริมาณของดินประสิวกินขนาด เลือกปลาที่มีเหงือกสีแดงสด ลูกตาใส กุ้งต้องมีเปลือกแข็ง หัวไม่ขาด และหางไม่เป็นสีชมพู

อาหารที่บรรจุเป็นกล่องหรือเป็นกระป๋อง เช่น นมกล่อง หรืออาหารกระป๋องต่างๆ อย่าเลือกกล่องหรือกระป๋องที่มีลักษณะบวม มีรอยบุบ มีรอยร้าว กระป๋องต้องไม่ขึ้นสนิม ที่สำคัญควรเลือกซื้อสินค้าที่ได้รับเครื่องหมายมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม จากสำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม หรือสินค้าที่มีเครื่องหมาย เลขทะเบียนอาหารและยา มีวันเดือนปีที่ผลิต และหมดอายุติดที่ข้างกล่องหรือกระป๋อง ด้วย



การเลือกซื้อปลาสด



เครื่องหมายมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรมที่
แสดงการรับรองคุณภาพสินค้า

เครื่องหมายเลขทะเบียนอาหารและยา



พวกอาหารแห้ง เช่น กุ้งแห้ง ปลาเค็ม ก่อนนำไปปรุงอาหาร ควรนำไปตากแดดเช้าและล้างน้ำให้สะอาดหลายๆ ครั้ง การตากแดดจะช่วยกำจัดสารพิษที่ปนเปื้อนโดยเฉพาะสารฆ่าแมลงออกไปได้มาก

นอกจากอาหารสด อาหารแห้ง อาหารกระป๋องที่ได้กล่าวนมาแล้ว ยังมีอาหารที่ใส่สารประเภทปรุงแต่งรสซึ่งนักเรียนต้องรู้จักเลือกกินด้วย ตัวอย่างของสารปรุงแต่งรสได้แก่ ผงชูรส น้ำส้มสายชู น้ำประสานทอง ไขมันทรานส์ เป็นต้น

น้ำส้มสายชู ช่วยให้อาหารมีรสเปรี้ยว ผลิตจากธรรมชาติโดยการหมักหรือกลั่น เราต้องเลือกซื้อน้ำส้มสายชูแท้ที่มีเครื่องหมายรับรองคุณภาพของสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาเช่นเดียวกับอาหารกล่องหรืออาหารกระป๋อง ถ้านักเรียนกินน้ำส้มสายชูปลอมที่เป็นส่วนผสมของกรดกำมะถัน จะมีการปวดท้องอย่างรุนแรง ถ้ากินมากอาจมีเลือดออกในกระเพาะอาหาร

น้ำประสานทอง หรือที่เรียกว่าบอแรกซ์ เมื่อนำไปใส่ในอาหารทำให้อาหารกรอบ น้ำประสานทองเป็นสารพิษทำให้เกิดความระคายเคืองต่อทางเดินอาหาร นักเรียนหลีกเลี่ยงสารพิษชนิดนี้ได้ โดยสังเกตว่าอาหารนั้นกรอบมากเกินไปหรือไม่ ถ้าไม่แน่ใจก็ไม่ควรกิน เลือกกินอาหารที่ทำจากผักสด หรือเนื้อสัตว์สดๆ จะดีกว่า

อาหารจำพวกผลไม้ดองหรือผลไม้เชื่อมและเครื่องดื่มบางชนิดมีรสหวานจัดเพราะใส่ซัณฑสกร ซึ่งเป็นสารที่ให้ความหวานมากกว่าน้ำตาลทรายประมาณ ๔๐๐-๕๐๐ เท่า ถ้ากินสารจำพวกนี้บ่อยๆ หรือถ้าได้รับในปริมาณมากอาจทำให้เกิดมะเร็งได้ นักเรียนจึงไม่ควรกินผลไม้ดองหรือผลไม้เชื่อมตามรถเข็นพว้าเพรื่อ เพราะนอกจากประโยชน์น้อยกว่าผลไม้สดแล้ว ยังอาจมีอันตรายอีกด้วย



นักเรียนทราบไหมว่า อาหารอะไรบ้างที่มักพบว่ามีการใช้ซัณฑสกร

สีส้มของอาหารช่วยให้อาหารดูน่ากิน จึงมีการใส่สีลงไปในการอาหารเพื่อดึงดูดและกระตุ้นให้เกิดความอยากอาหาร เราต้องเลือกกินแต่อาหารที่ใส่สีสำหรับผสมอาหารเท่านั้น หากใช้สีจากธรรมชาติ เช่น สีเหลืองจากขมิ้น สีเขียวจากใบเตย จะยังเป็นการดีไม่ควรซื้ออาหารที่ไม่แน่ใจว่าผู้ผลิตใช้สีประเภทใดผสมในอาหาร ถ้านักเรียนจะซื้อสีมาทำขนม ต้องเลือกซื้อเฉพาะสีผสมอาหารเท่านั้น และต้องแน่ใจว่าสีที่ซื้อมานั้นมีเครื่องหมายประกันคุณภาพ เช่นเดียวกับอาหารชนิดอื่นๆ

เมื่อเรารู้จักวิธีที่จะเลือกซื้อหรือเลือกกินอาหารที่ถูกสุขอนามัยแล้ว ก็คงไม่ลืมว่าในแต่ละวันเราควรกินอาหารให้ครบทั้งห้าหมู่ด้วย เพื่อให้ได้รับสารอาหารครบถ้วน



นักเรียนจำได้ใช่ไหมว่า สารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายของเรานั้น มีกี่ประเภท อะไรบ้าง ถ้าขาดสารอาหารประเภทนั้นๆ จะทำให้เกิดโรคอะไร

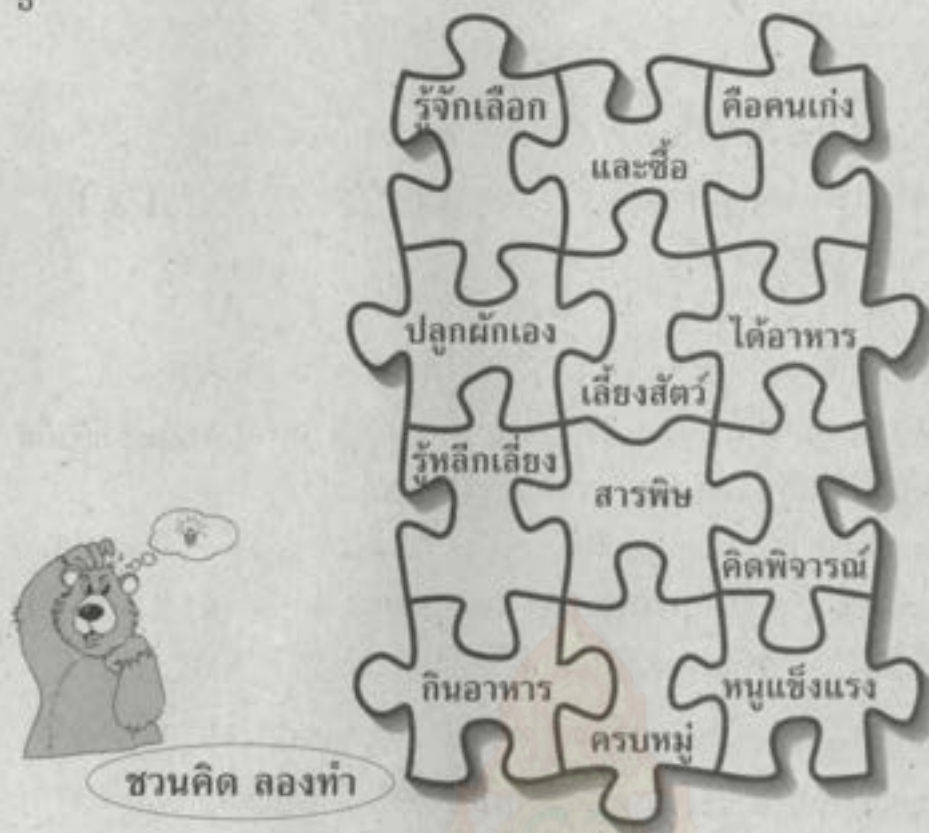
อาหารทั้งห้าหมู่นี้ นอกจากกินน้อยเกินไปทำให้ร่างกายไม่แข็งแรงแล้ว การกินอาหารหมู่ใดหมู่หนึ่งมากเกินไป สัดส่วนของอาหารแต่ละหมู่ไม่เหมาะสมก็ทำให้เกิดโรคได้เช่นกัน เช่น ถ้าเรากินแต่อาหารจำพวกคาร์โบไฮเดรต โดยกินอาหารจำพวกโปรตีนน้อย ร่างกายจะบวมอ้วน อ่อนแอ ติดเชื้อโรคร่างกาย ตัวเตี้ย โลหิตจาง ถ้ากินทั้งคาร์โบไฮเดรตและไขมันมากเกินไปทำให้เป็นโรคอ้วน เสี่ยงบุคลิกภาพ ถ้าปล่อยให้อ้วนไปเรื่อยๆ จนโตเป็นผู้ใหญ่ จะมีโอกาสเป็นโรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคไขข้อเสื่อมได้

การกินอาหารหวานจัดบ่อยๆ ก็คือการกินอาหารคาร์โบไฮเดรตมากนั่นเอง

คนบางคนชอบกินอาหารรสจัด เช่น ต้องเติมน้ำปลาในอาหารทุกมื้อจนติดเป็นนิสัย ซึ่งก่อให้เกิดผลเสีย เพราะอาหารเค็มเป็นอาหารที่มีปริมาณเกลือสูง ไตซึ่งทำหน้าที่ขับเกลือส่วนเกินออกจากร่างกายต้องทำงานหนักอยู่เรื่อยๆ คนที่กินอาหารเค็มเป็นประจำจึงมีโอกาสเป็นโรคไตและโรคความดันโลหิตสูงได้ง่ายกว่าคนที่กินไม่เค็ม

คนที่กินอาหารเปรี้ยวจัด หรือเผ็ดจัด มักมีปัญหาปวดท้องบ่อย บางทีก็มีท้องเสีย ทำให้เสียการเรียน ทำงานได้ไม่เต็มที่

นักเรียนลองถามตัวเองซิว่า เรากินอาหารครบห้าหมู่หรือไม่ เรากินอาหารแต่ละหมู่อย่างน้อยเพียงใด เรากินอาหารรสจัดหรือไม่ ถ้าเรามีนิสัยการกินที่ไม่ถูกต้อง ก็ควรเปลี่ยนแปลงนิสัยเหล่านี้เสียเพื่อให้เรามีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ไม่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังในอนาคต เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน หรือโรคความดันโลหิตสูง



๑. ให้นักเรียนช่วยกันคิดว่ามีผักอะไรที่ขึ้นได้ง่าย ไม่ต้องดูแลมาก ใช้เนื้อที่ในการปลูกน้อยและนักเรียนสามารถปลูกได้เองที่บ้านหรือโรงเรียน

๒. จงบอกตัวอย่างของอาหารแปรรูปที่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เก็บไว้ได้นานๆ มาสัก ๑๐ ตัวอย่าง

๓. ให้นักเรียนช่วยกันบอกชื่อขนมไทยที่ใส่สีเพื่อให้ดูน่ากิน

๔. เวลาที่นักเรียนไปกินก๋วยเตี๋ยวหรือข้าวต้มตามร้านค้า นักเรียนจะรู้ได้อย่างไรว่าพริกน้ำส้มที่กินนั้นทำมาจากน้ำส้มสายชูแท้หรือปลอม

ให้คุณครูและนักเรียนลองนำพริกชี้ฟ้าหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ แล้วแบ่งเป็นสองส่วน ส่วนแรกนำไปใส่ในภาชนะแก้วที่ใส่น้ำส้มสายชูแท้ อีกส่วนหนึ่งนำไปใส่ในภาชนะแก้วที่ใส่น้ำส้มสายชูปลอม ทิ้งไว้ประมาณครึ่งวัน แล้วให้นักเรียนสังเกตและบอกความแตกต่างที่เห็น

๕. ให้นักเรียนช่วยกันคิดว่าการกินอาหารที่ไม่เหมาะสม จะทำให้เกิดโรคอะไรบ้าง

๖. ถ้านักเรียนจะซื้ออาหารปรุงสำเร็จ เช่น ข้าวแกง ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน ฯลฯ นักเรียนจะมีวิธีเลือกซื้ออย่างไรให้ปลอดภัย เพราะเหตุใด



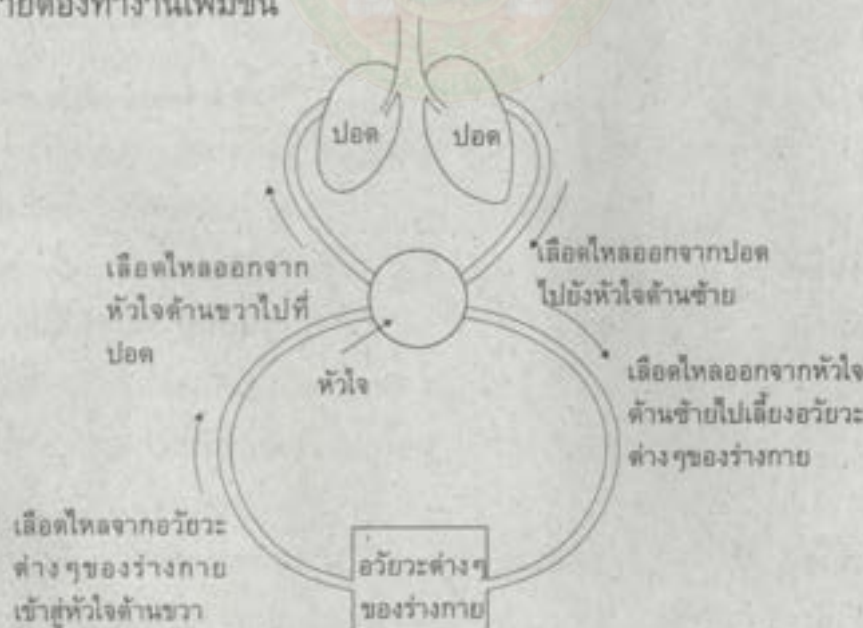
หมั่นดูแลรักษาตัวเรา

ร่างกายของเราประกอบด้วยอวัยวะต่างๆหลายส่วน ส่วนที่นักเรียนมองเห็นได้ คือ อวัยวะภายนอก ส่วนที่อยู่ภายในร่างกาย มองไม่เห็น คือ อวัยวะภายใน

อวัยวะภายในที่นักเรียนควรรู้จัก ได้แก่ อวัยวะเกี่ยวกับการไหลเวียนของเลือด และการหายใจ เช่น หัวใจ ปอด อวัยวะเกี่ยวกับทางเดินอาหาร เช่น กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ และอวัยวะเกี่ยวกับการขับถ่ายของเสีย เช่น ไต

อวัยวะเกี่ยวกับการไหลเวียนของเลือดและการหายใจ

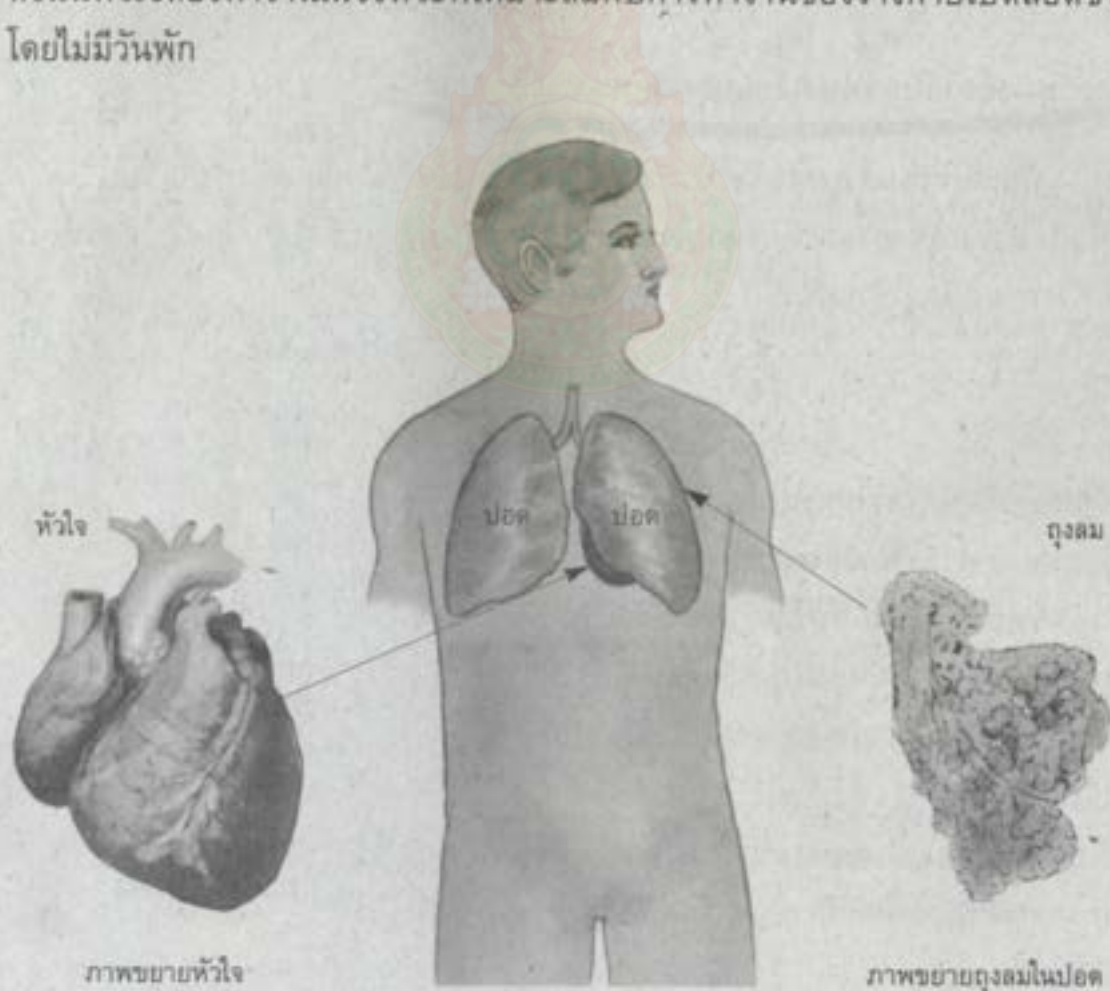
นักเรียนเคยสังเกตหรือไม่ว่าหลังจากที่วิ่งออกกำลังกายแล้ว นักเรียนจะรู้สึกเหนื่อย หัวใจเต้นแรงและต้องหายใจเร็วขึ้น นักเรียนทราบหรือไม่ว่ามีอวัยวะส่วนไหนของร่างกายต้องทำงานเพิ่มขึ้น



ภาพแสดงการไหลเวียนของเลือด

หัวใจ อยู่ในช่องอกด้านซ้ายระหว่างกระดูกหน้าอกกับกระดูกสันหลัง มีขนาดเท่ากำปั้นของเจ้าของ มีหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกาย โดยการบีบตัวและคลายตัว หัวใจมี ๔ ห้อง ได้แก่ ห้องบนซ้าย ห้องล่างซ้าย ห้องบนขวา และห้องล่างขวา

หัวใจด้านซ้ายรับเลือดที่มีออกซิเจนจากปอด แล้วสูบฉีดไปเลี้ยงอวัยวะทั่วร่างกาย เมื่อเลือดไหลผ่านอวัยวะต่างๆ ปริมาณออกซิเจนในเลือดน้อยลง จากนั้นเลือดก็จะไหลกลับเข้าสู่หัวใจด้านขวา ซึ่งจะไหลเวียนไปรับออกซิเจนที่ปอด หัวใจด้านซ้ายก็จะรับเลือดที่มีออกซิเจนจากปอด แล้วสูบฉีดไปเลี้ยงอวัยวะทั่วร่างกายอีก เป็นวงจรเช่นนี้ตลอดเวลา เมื่อใดที่ร่างกายทำงานหนักขึ้น เช่น เวลาที่เราออกกำลังกาย หัวใจก็จะสูบฉีดเลือดเพิ่มขึ้น แต่ในเวลาที่เรานอนหลับนั้น หัวใจจะทำงานน้อยกว่าเวลาที่เรากำลังออกกำลังกาย ดังนั้นหัวใจต้องทำงานในจังหวะที่เหมาะสมกับการทำงานของร่างกายไปตลอดชีวิต โดยไม่มีวันพัก



การดื่มสุรา สูบบุหรี่ และความเครียดทำให้หัวใจทำงานผิดปกติ ดังนั้นเราควรลดการสูบบุหรี่และดื่มสุรา ทำอารมณ์ให้แจ่มใส ไม่เครียด นอกจากนี้ควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และไม่ออกกำลังกายอย่างรุนแรงเกินไปด้วย

ปอด มี ๒ ข้าง อยู่ในช่องอกด้านซ้าย ๑ ข้าง ด้านขวา ๑ ข้าง ปอดข้างซ้ายมีขนาดเล็กกว่าข้างขวา ภายในปอดมีถุงลมเล็กๆจำนวนมาก เรียงตัวกันเป็นกลุ่มคล้ายพวงองุ่น ถุงลมเหล่านี้ทำหน้าที่ขับคาร์บอนไดออกไซด์ออกจากร่างกาย โดยแลกเปลี่ยนเอาออกซิเจนที่หายใจเข้าไปแทน เพื่อให้ร่างกายนำออกซิเจนไปใช้ การหายใจเอาอากาศที่มีฝุ่นควันปริมาณมาก เช่น ฝุ่นควันเขม่าที่เกิดจากท่อไอเสียรถยนต์ รถจักรยานยนต์ หรือหายใจเอาสารพิษที่เกิดจากควันบุหรี่ จะทำให้ปอดทำหน้าที่เลวลง รวมทั้งยังอาจก่อให้เกิดมะเร็งขึ้นได้ เราจึงควรอยู่ในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ ไม่สูบบุหรี่ หรืออยู่ในบริเวณที่มีคนสูบบุหรี่

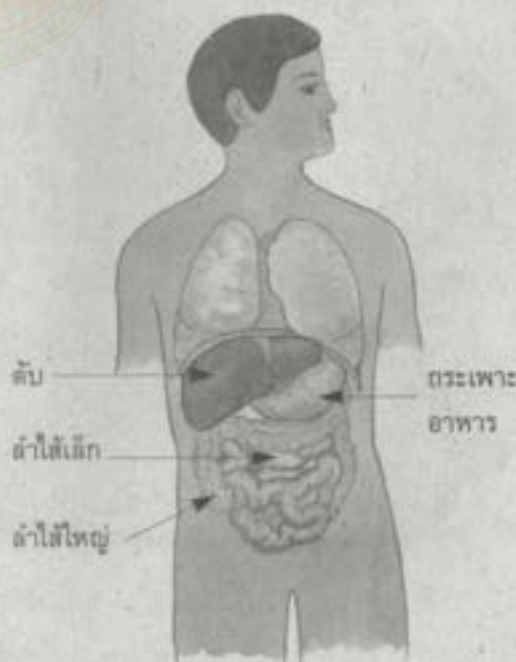
นักเรียนทราบแล้วใช่ไหมว่า ทั้งหัวใจและปอดเป็นอวัยวะที่ทำงานอยู่ตลอดเวลา ดังนั้น นักเรียนควรหมั่นดูแลรักษาให้อวัยวะทั้งสองส่วนนี้ทำหน้าที่ได้อย่างปกติ



อวัยวะเกี่ยวกับทางเดินอาหาร

คนเราต้องการอาหารไปใช้เป็นพลังงานในการทำกิจกรรมต่างๆ และนำไปซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย

อาหารที่กินเข้าไปนั้น ร่างกายไม่สามารถนำไปใช้ได้ทันที ต้องมีอวัยวะทำหน้าที่ย่อยอาหารให้เล็กลง และดูดซึมไปใช้ประโยชน์ ส่วนอาหารที่ดูดซึมไม่ได้ จะถูกขับออกจากร่างกาย อวัยวะดังกล่าวได้แก่ กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่



กระเพาะอาหาร มีลักษณะเหมือนถุง มีหน้าที่ย่อยอาหารและคลุกเคล้าอาหารที่ย่อยแล้วให้เข้ากัน

ลำไส้เล็ก มีลักษณะเป็นท่อ ทำหน้าที่ย่อยอาหารที่ได้จากกระเพาะอาหาร และดูดซึมอาหารเหล่านี้ไว้ในร่างกาย ส่วนอาหารที่ดูดซึมไม่ได้จะถูกส่งต่อไปที่ลำไส้ใหญ่

ลำไส้ใหญ่ เป็นอวัยวะที่ทำหน้าที่ดูดน้ำจากกากอาหารที่ผ่านมาจากลำไส้เล็กคืนให้แก่ร่างกาย จนเหลือเพียงกากอาหารที่ร่างกายไม่ต้องการ และขับกากอาหารหรือที่เรียกว่า อุจจาระ ออกจากทวารหนัก



นักเรียนทราบไหมว่ากระเพาะอาหารและลำไส้มีประโยชน์อย่างไรบ้าง



เราควรจะปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคหรือความผิดปกติของกระเพาะอาหารและลำไส้ได้อย่างไร

การปฏิบัติตัวเพื่อให้กระเพาะอาหารและลำไส้ทำหน้าที่ได้ตามปกติ

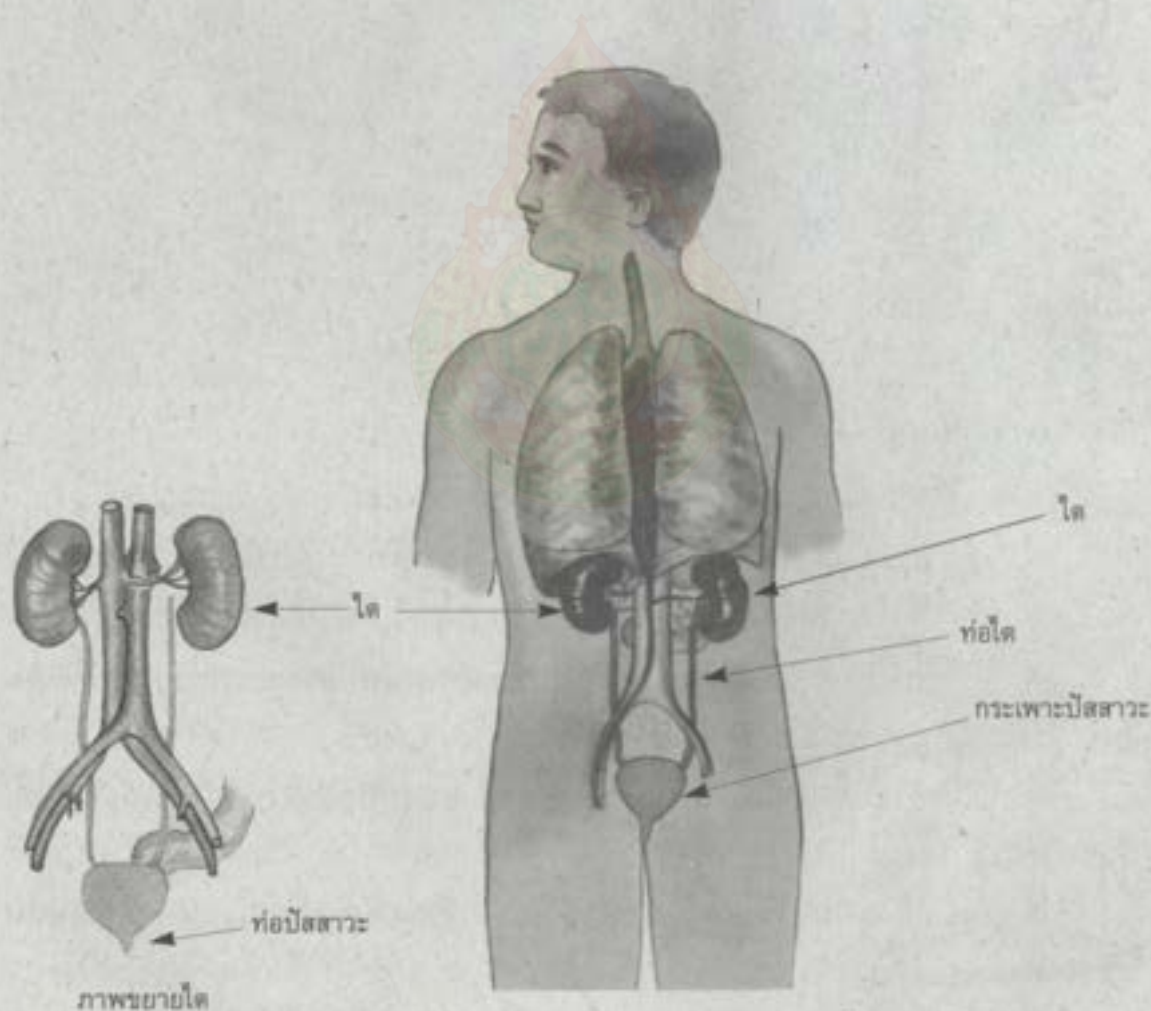
๑. ควรกินอาหารให้เป็นเวลา
๒. กินอาหารที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ
๓. หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสจัด
๔. ทำอารมณ์ให้แจ่มใส ไม่เครียด เพราะความเครียดทำให้กระเพาะอาหารทำงานผิดปกติ
๕. กินยาตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด เพราะยาบางชนิดจะระคายเคืองต่อกระเพาะอาหาร

อวัยวะเกี่ยวกับการขับถ่ายของเสีย

ภายหลังจากการย่อยและเผาผลาญอาหารเพื่อนำไปใช้เป็นพลังงานแล้ว จะมีของเสียที่ร่างกายไม่ต้องการและจำเป็นต้องขับถ่ายออก เช่น คาร์บอนไดออกไซด์ น้ำ

และสารเคมีต่างๆ อวัยวะที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายมีหลายส่วน เช่น ปอดทำหน้าที่ขับคาร์บอนไดออกไซด์ ผิวหนังทำหน้าที่ขับน้ำในรูปของเหงื่อ ส่วนไตทำหน้าที่ขับน้ำและของเสียจำพวกสารเคมีที่สะสมอยู่ในเลือด โดยขับถ่ายออกมาในรูปของปัสสาวะ

ไต ของคนเรามีอยู่ ๑ คู่ รูปร่างคล้ายเมล็ดถั่วค่อนข้างแบน อยู่ด้านหลังของช่องท้อง ข้างๆกระดูกสันหลังบริเวณบั้นเอว ของเสียที่ไตขับออกมาจะผ่านไปยังท่อไต ไปกระเพาะปัสสาวะ และถูกขับออกทางท่อปัสสาวะ



ภาพแสดงอวัยวะเกี่ยวกับการขับถ่ายของเสีย

การปฏิบัติตัวเพื่อให้ไตทำหน้าที่ได้ตามปกติ ให้หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสจัด โดยเฉพาะรสเค็ม



ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนช่วยกันอภิปรายถึงผลของการเล่นอย่างรุนแรงว่า ก่อให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะภายในของร่างกายอย่างไร
๒. ให้นักเรียนบอกนิสัยในการกินอาหารที่จะช่วยป้องกันการเป็นโรคเกี่ยวกับกระเพาะอาหารและลำไส้
๓. ให้นักเรียนค้นคว้าว่าร่างกายขับถ่ายของเสียออกทางใดบ้าง แล้วนำมาเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง
๔. ให้นักเรียนค้นคว้าข่าวที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันโรคหัวใจ ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ หรือไต แล้วนำมาเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง



ป้องกันดีกว่ารักษา



แม้ว่าความเจริญก้าวหน้าทาง
วิทยาศาสตร์การแพทย์ ทำให้มีวัคซีน
หลายชนิดช่วยป้องกันไม่ให้คนเรา
ป่วยเป็นโรคต่างๆ และมียารักษาโรค
หลายขนานช่วยให้คนเราหายจากการ
เจ็บป่วย อย่างไรก็ตาม มีโรคบางโรค
ที่ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน หรือยารักษา
ให้หายขาด เช่น โรคเอดส์ โรคมะเร็ง
บางชนิด ดังนั้น วิธีที่ดีที่สุดคือ การ



ป้องกันตนเองไม่ให้เจ็บป่วย โดยการเรียนรู้ และจดจำเกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และวิธี
การป้องกันโรค รวมทั้งการปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ

โรคติดต่อ

โรคติดต่อ คือ โรคที่เกิดจากเชื้อโรคหรือพิษของเชื้อโรค เช่น แบคทีเรีย ไวรัส เชื้อรา และพยาธิชนิดต่างๆ สามารถติดต่อจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่งได้โดยตรง หรือโดยมีสัตว์หรือแมลงเป็นพาหะนำโรค เชื้อโรคสามารถเข้าสู่ร่างกายของเราได้หลายทาง เช่น ทางการหายใจ ทางการกิน และทางผิวหนัง เป็นต้น

โรคติดต่อทางการหายใจ

โรคติดต่อทางการหายใจที่มักจะเป็นกันบ่อย ได้แก่ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ และวัณโรค

ไข้หวัดและไข้หวัดใหญ่

ไข้หวัดและไข้หวัดใหญ่ เกิดจากเชื้อไวรัส ติดต่อกันได้โดยการหายใจเอาเชื้อหวัดที่ฟุ้งกระจายอยู่ในอากาศ หรือหายใจเอาละอองเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย ของผู้ป่วย โรคนี้สามารถแพร่ติดต่อได้ในที่ที่มีคนอยู่รวมกันมากๆ เช่น ในห้องเรียน โรงภาพยนตร์ ห้างสรรพสินค้า และบนรถโดยสารที่มีคนแน่น เป็นต้น



การไอหรือจามโดยไม่ปิดปากและจาม ทำให้เชื้อโรคแพร่กระจายได้

คนที่ป่วยเป็นไข้หวัด จะมีอาการไข้ ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำมูกไหล ไอหรือจาม เจ็บหรือแสบคอ และอาจมีอาการหนาวสั่นร่วมด้วย ส่วนไข้หวัดใหญ่จะมีอาการรุนแรงกว่า คือ มีไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะมาก รวมทั้งมีอาการปวดตามกระดูกและกล้ามเนื้อ



ถ้านักเรียนไม่อยากจะป่วยเป็นไข้หวัดหรือไข้หวัดใหญ่ นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไร

การป้องกันไข้หวัดหรือไข้หวัดใหญ่

๑. ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ โดยการกินอาหารที่มีประโยชน์และครบ ๕ หมู่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และนอนหลับพักผ่อนอย่างพอเพียง

๒. หลีกเลี่ยงการเข้าไปอยู่ในสถานที่ที่มีคนแออัด

๓. ไม่สัมผัส และคลุกคลีกับผู้ป่วย หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ควรใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดจมูกและปากเวลาอยู่ใกล้ผู้ป่วย





ถ้าคนในครอบครัวของนักเรียนป่วยเป็นไข้หวัดหรือไข้หวัดใหญ่
นักเรียนจะแนะนำผู้ป่วยอย่างไร

ถ้าคนในครอบครัวเป็นไข้หวัดหรือไข้หวัดใหญ่ นักเรียนควรแนะนำให้นอนพัก
มากๆ ดื่มน้ำอุ่นบ่อยๆ และกินยารักษาตามอาการ เช่น ถ้าตัวร้อนมากก็กินยาลดไข้
เป็นต้น ผู้ป่วยจะหายจากโรคนี้ได้ภายใน ๒-๗ วัน ถ้าอาการไม่ดีขึ้นควรแนะนำให้ไป
หาแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อรับการตรวจรักษาที่ถูกต้อง เพราะอาจเกิด
โรคแทรกซ้อน เช่น โรคปอดบวม โรคสมองอักเสบ ซึ่งอาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

วัณโรค

วัณโรคเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย อวัยวะที่เกิดโรคนี้น้อย คือ ปอด เชื้อวัณโรคจะ
ออกมากับละอองเสมหะ หรือน้ำลาย ล่องลอยอยู่ในอากาศ และถูกพัดพาฟุ้งกระจายไป
ตามกระแสลม ทำให้โรคแพร่ติดต่อกันได้



ผู้ป่วยวัณโรค



นักเรียนทราบไหมว่า คนที่ป่วยเป็นวัณโรค มีอาการอย่างไร

คนที่ป่วยเป็นวัณโรคจะมีอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร น้ำหนักลด มีไข้ต่ำ ไอแห้งๆ เรื้อรังเกินกว่า ๓ สัปดาห์ เจ็บหน้าอก หรือไอมีเลือดปนออกมากับเสมหะ คนที่มีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงมักจะมีภูมิคุ้มกันต้านโรคต่ำจึงป่วยเป็นวัณโรคได้ง่าย การฉีดวัคซีน บีซีจี เพียงครั้งเดียวในช่วงตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ ๑ ปี จะช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันต้านต่อเชื้อวัณโรคได้



นักเรียนทราบไหมว่า เราจะเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านโรคให้แก่ร่างกาย ด้วยวิธีใดได้อีกบ้าง

รักษาสุขภาพร่างกายให้ดี ไม่เข้าไปอยู่ในที่ที่มีคนแออัด หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วย จะช่วยป้องกันไม่ให้ เป็นโรคติดต่อทางการหายใจ



โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ

โรคติดต่อทางอาหารและน้ำที่มักจะเป็นกันบ่อย และควรเรียนรู้คือ

โรคอุจจาระร่วง

โรคอุจจาระร่วง เกิดจากเชื้อโรคหลายชนิด ได้แก่ แบคทีเรีย ไวรัส โปรโตซัว และพยาธิ อาการสำคัญของโรคนี้คือ ถ่ายอุจจาระเหลวกว่าปกติ หรือเป็นน้ำ อาจมีอาการปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน หรือมีไข้ร่วมด้วย

เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้โดยการกินอาหารหรือดื่มน้ำที่มีเชื้อเข้าไป เช่น อาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ ประเภทลาบ ก๋วยเตี๋ยว อาหารที่มีแมลงวันตอม หรืออาหารที่ทิ้งไว้ค้างคืนโดยไม่ได้แช่เย็นและไม่ได้อุ่นให้ร้อนก่อนกิน ผู้ป่วยโรคนี้สามารถแพร่เชื้อได้ทางอุจจาระ และหากเป็นผู้ประกอบอาหาร หรือพนักงานบริการอาหาร ก็จะสามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้



ถ้านักเรียนหรือคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคอุจจาระร่วง นักเรียนจะช่วยแนะนำวิธีการดูแลผู้ป่วยอย่างไร

ถ้าคนในครอบครัวป่วยเป็นโรคอุจจาระร่วง ควรแนะนำให้ดื่มน้ำมากๆ หรืออาจดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่บ่อยๆ แต่ถ้ายังถ่ายบ่อย อาเจียน มีไข้สูง ซึ่งแสดงว่ามีอาการรุนแรงควรรีบพาไปพบแพทย์โดยเร็ว



นักเรียนทราบไหมว่า เราจะป้องกันตนเองไม่ให้ป่วยเป็นโรคติดต่อทางอาหารและน้ำได้อย่างไร





ล้างมือก่อนกินอาหารทุกครั้ง ระวังไม่ให้แมลงวันตอมอาหาร ตู้แลบริเวณบ้านให้สะอาด จะสามารถป้องกันโรคติดต่อทางอาหารและน้ำได้



โรคติดต่อที่มีขุมเป็นพาหะ

โรคติดต่อที่มีขุมเป็นพาหะที่มักจะเป็นกันบ่อย ได้แก่ โรคไข้เลือดออก ไข้สมองอักเสบ และไข้มาลาเรีย

โรคไข้เลือดออก

โรคไข้เลือดออกเกิดจากเชื้อไวรัส มีขุมลายเป็นพาหะนำโรค อาการของผู้ที่ได้รับเชื้อ คือ มีไข้สูงติดต่อกันประมาณ ๒ - ๓ วัน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามแขนและขา ปวดท้อง เจ็บลิ้นปี่ อาเจียน เบื่ออาหาร เมื่อไข้ลดลง ผู้ป่วยอาจมีเลือดกำเดาออก หรือมีจุดเลือดออกเป็นผื่นแดงเล็กๆ ได้ ฉะนั้น ให้รีบพาไปพบแพทย์เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้องต่อไป



ขุมลาย



ถ้านักเรียนไม่อยากเป็นโรคไข้เลือดออก นักเรียนจะป้องกันตนเอง
อย่างไร

การป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุด คือ การระวังไม่ให้ถูกยุงกัด เนื่องจากยุงลาย
จะออกหากินในเวลากลางวัน ดังนั้น หากนักเรียนจะนอนกลางวัน ควรนอนในมุ้งหรือ
อยู่ในห้องที่มีมุ้งลวด และเล่นในบริเวณที่มีแสงสว่างเพียงพอ

เนื่องจากยุงลายเพาะพันธุ์ในบริเวณอาคารบ้านเรือน โดยการวางไข่ในภาชนะที่
เก็บน้ำหรือขังน้ำ เช่น โอ่งน้ำ จานรองขาตู้กับข้าว แจกันดอกไม้ ขวดเลี้ยงต้นไม้ ยาง
รถยนต์เก่า เป็นต้น ดังนั้น นักเรียนจึงควรช่วยกันกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายในอาคาร
บ้านเรือน และโรงเรียน

โรคไข้สมองอักเสบ

โรคไข้สมองอักเสบเกิดจากเชื้อ
ไวรัสสมองอักเสบ โดยมียุงรำคาญ หรือ
ยุงทองนาเป็นพาหะนำโรค

ยุงรำคาญเพาะพันธุ์อยู่ตามแหล่ง-
น้ำขังตามธรรมชาติ เช่น ในนาข้าว
หนองบึง สระบัว บ่อที่มีผักตบชวา ท่อ
ระบายน้ำ ปลักควาย ฯลฯ และจะออก
หากินตั้งแต่พลบค่ำจนตลอดทั้งคืน ยุง



ยุงรำคาญ

ชนิดนี้มักกินเลือดสัตว์ เช่น หมู วัว ควาย ม้า ฯลฯ แต่อาจกัดเลือดคนที่อาศัยอยู่ในที่มี
สัตว์ดังกล่าวอยู่ด้วย โดยเฉพาะหมูเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคไข้สมองอักเสบที่สำคัญ

อาการของคนที่เป็นโรคไข้สมองอักเสบ จะมีไข้สูงเฉียบพลัน ปวดศีรษะมาก
คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อาจมีอาการหนาวสั่น และคันกระตุก
เป็นบางส่วน ต่อจากนั้นผู้ป่วยจะมีอาการซึมลง ต้องรีบนำไปพบแพทย์โดยเร็ว เพราะผู้
ป่วยอาจมีอาการรุนแรงจนเสียชีวิตได้

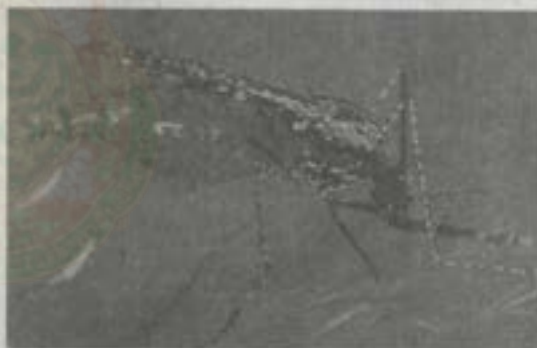
การป้องกันโรคไข้สมองอักเสบ คือ ระวังไม่ให้ยุงกัด ถ้าหากจะเลี้ยงสัตว์ เช่น หมู วัว ควาย ฯลฯ ไม่ควรเลี้ยงไว้ใต้ถุนบ้าน หรือบริเวณใกล้บ้านที่อยู่อาศัย สำหรับเด็กที่อยู่ในบริเวณที่มีการระบาดของโรค ควรได้รับการฉีดวัคซีนทุกคน



บริเวณที่มีการระบาดของโรคไข้สมองอักเสบ ควรฉีดวัคซีนให้เด็ก

โรคไข้มาลาเรียหรือไข้จับสั่น

โรคไข้มาลาเรียหรือไข้จับสั่น เกิดจากการได้รับเชื้อไข้มาลาเรีย โดยมียุงก้นปล่องเป็นพาหะนำโรค ไข้มาลาเรียพบมากในท้องที่ที่เป็นป่าเขา และตามแนวชายแดน เนื่องจากเป็นแหล่งที่มียุงนำเชื้อไข้มาลาเรียชุกชุม



ยุงก้นปล่อง



นักเรียนทราบไหมว่า คนที่ป่วยเป็นไข้มาลาเรีย มีอาการอย่างไร

คนที่ป่วยเป็นไข้มาลาเรีย จะมีอาการปวดศีรษะ ตัวร้อน ครั่นเนื้อครั่นตัว ปวดเมื่อยตามร่างกายและกระดูก ต่อจากนั้นจะมีอาการหนาวสั่น ในรายที่เป็นรุนแรงอาจเสียชีวิตได้ สำหรับหญิงมีครรภ์ ถ้าป่วยเป็นไข้มาลาเรีย อาจทำให้เด็กในครรภ์เสียชีวิตได้

การป้องกันไข้มาลาเรียที่ดีที่สุดคือ ระวังไม่ให้ยุงกัดโดยนอนในมุ้ง ใช้อาบทากันยุง ทาตามบริเวณผิวหนัง อาจจุดหรือพ่นยากันยุง หรือใช้ควันไฟไล่ยุง จะช่วยป้องกันไม่ให้ยุงมากัดได้

การป้องกันโรคติดต่อที่มีขยงเป็นพาหนะ ควรทำดังนี้



นอนในมุ้ง



เล่นกลางแจ้ง



ปิดฝาโถงน้ำให้มิดชิด



ใส่ทรายอะเบท เกลือ หรือผงซักฟอก
ลงในจานรองขาตู้กับข้าว



ทำลายเศษกะดัว โหหรือยางรถยนต์ที่ไม่ใช้แล้ว



เทน้ำในจานรองกระดางพื้นไม้ทิ้งทุกสัปดาห์

นอนในมุ้งทุกครั้ง ระวังไม่ให้ขยงกัด ช่วยกันกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์
ขยงทุกชนิด คือ หนทางพิชิตโรคติดต่อที่นำโดยขยง



โรคเอดส์

โรคเอดส์ เกิดจากเชื้อไวรัสซึ่งเข้าสู่ร่างกายได้ โดยการมีเพศสัมพันธ์ การรับเชื้อทางเลือด การฉีดยาเสพติด และการแพร่เชื้อจากแม่ไปสู่ลูก

เมื่อเชื้อไวรัสเอดส์เข้าสู่ร่างกาย เชื้อจะไปทำลายเซลล์เม็ดเลือดขาวแหล่งสร้างภูมิคุ้มกันโรค ซึ่งทำหน้าที่กำจัดเชื้อโรคต่างๆ เมื่อเม็ดเลือดขาวถูกทำลายจนมีจำนวนน้อยลง ภูมิคุ้มกันโรคของร่างกายก็จะต่ำลงด้วย ทำให้คนที่ได้รับเชื้อไวรัสเอดส์ป่วยเป็นโรคต่างๆ ได้ง่ายกว่าคนปกติ เช่น โรคปอดบวม วัณโรค เยื่อหุ้มสมองอักเสบ โรคผิวหนัง หรือมะเร็งบางชนิด ผู้ป่วยมักมีอาการรุนแรง เสียชีวิตอย่างรวดเร็ว



นักเรียนทราบไหมว่า เราจะป้องกันตนเองไม่ให้ติดเชื้อโรคเอดส์ได้อย่างไร

นักเรียนยังเป็นผู้ที่อยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียน ดังนั้น จึงยังไม่ควรมีเพศสัมพันธ์ และควรหลีกเลี่ยงการใช้สิ่งเสพติด การดื่มสุรา หรือของมีเมา ซึ่งจะทำให้ขาดสติและนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ได้

นักเรียนควรใช้เวลาว่างไปทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เช่น การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี การค้นคว้าความรู้เพิ่มเติมในห้องสมุด การรณรงค์ทำความสะอาดบริเวณโรงเรียน

การทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ ร่วมกับผู้อื่นติดเชืเอดส์ โดยทั่วไปไม่ทำให้เราติดเชืเอดส์ เช่น การกินอาหารร่วมกัน การโดยสารเรือหรือรถประจำทาง การสัมผัส พูดย่อย การใช้โทรศัพท์ การว่ายน้ำในสระหรือคลองเดียวกัน การทำงานร่วมกัน การอาศัยอยู่ในบ้านเดียวกัน เป็นต้น

กิจกรรมอย่างนี้ไม่ติดเอดส์



กินอาหารร่วมกัน



ใช้โทรศัพท์สาธารณะ



โดยสารรถประจำทางคันเดียวกัน



อาบน้ำในคลองร่วมกัน



การคลุกคลีใกล้ชิดกัน



การทำงานร่วมกัน

โรคไม่ติดต่อ

โรคไม่ติดต่อ คือ โรคที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค หรือพิษของเชื้อโรค แต่อาจเกิดจากพันธุกรรม หรือพฤติกรรมในการดำรงชีวิตของคนเรา เช่น พฤติกรรมในการกิน หรือผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจ รวมทั้งการสัมผัสสารเคมีบางชนิด หรืออยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษ เช่น การอยู่ในที่ที่มีฝุ่นละออง หรือควันจากท่อไอเสียรถยนต์ เป็นต้น

โรคไม่ติดต่อนักเรียนควรรู้ ได้แก่ โรคมะเร็ง และโรคขาดสารไอโอดีน

โรคมะเร็ง

โรคมะเร็งเกิดขึ้นได้กับอวัยวะหลายแห่ง คนสูงอายุมักเป็นโรคมะเร็งมากกว่าเด็ก มะเร็งบางชนิด เช่น มะเร็งเต้านม เป็นในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มะเร็งตับเป็นในเพศชายมากกว่าเพศหญิง

ปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดโรคมะเร็งมีหลายอย่าง เช่น การสูบบุหรี่เป็นเหตุให้เกิดมะเร็งปอด การดื่มเหล้าเป็นเหตุให้เกิดมะเร็งตับ การกินอาหารสุกๆ ดิบๆ เช่น ลาบ ก้อย จะทำให้เป็นโรคพยาธิใบไม้ตับ และอาจเป็นมะเร็งตับได้

การป้องกันตนเองไม่ให้เป็นโรคมะเร็ง คือหลีกเลี่ยงปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดโรคมะเร็ง ดังกล่าวมาแล้วข้างต้น

โรคขาดสารไอโอดีน

สารไอโอดีน เป็นสารอาหารที่ร่างกายใช้ในการผลิตฮอร์โมน ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมอวัยวะต่างๆ ของร่างกายให้ทำงาน และมีพัฒนาการเป็นปกติ สารไอโอดีนมีในอาหารทะเลทุกชนิด



นักเรียนทราบไหมว่า คนที่ขาดสารไอโอดีนจะมีอาการอย่างไร

ถ้าร่างกายขาดสารไอโอดีน ทำให้มีอาการเกียจคร้าน อ่อนเพลีย เชื่องช้า ง่วงซึม ผิวน้ำแห้ง ทนความหนาวเย็นไม่ได้ ท้องผูก เสียงแหบ และปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เด็กที่ขาดสารไอโอดีนมีอาการเชื่องช้าทางจิตใจและปัญญาอ่อน

นอกจากนี้การขาดสารไอโอดีนเป็นระยะเวลานานติดต่อกัน จะทำให้เป็นคอพอก



คอพอก

ในหญิงมีครรภ์ หากได้รับสารไอโอดีนไม่เพียงพอ จะมีผลต่อทารกในครรภ์ทำให้แท้งบุตร หรือบุตรที่เกิดมามีความพิการ เตี้ยแคระแกร็น หูหนวก เป็นใบ้แต่กำเนิด ปัญญาอ่อนช่วยตัวเองไม่ได้ หรือที่เรียกกันว่า “โรคเอ๋อ”



โรคเอ๋อ



นักเรียนทราบไหมว่า เราจะป้องกันการขาดสารไอโอดีนได้อย่างไร

การกินอาหารทะเลทุกชนิด จะช่วยป้องกันไม่ให้เราเป็นโรคขาดสารไอโอดีนได้ ผู้ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่ไม่สามารถหาอาหารทะเลกินได้ ควรใช้เกลือ หรือน้ำปลาที่เสริมไอโอดีนในการปรุงอาหารทุกครั้ง เพื่อช่วยป้องกันไม่ให้ เป็นโรคขาดสารไอโอดีน



เกลือเสริมไอโอดีน

กินอาหารทะเลเป็นประจำ ไม่ทำให้เป็นโรคคอพอก



นักเรียนพอจะทราบแล้วใช่ไหมว่า การป้องกันตนเองไม่ให้ป่วยเป็นโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อนั้น ควรปฏิบัติตนอย่างไร

วิธีการป้องกันโรคที่ดีที่สุดคือการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้แก่ร่างกาย โดยการกินอาหารที่มีประโยชน์ครบ ๕ หมู่ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และได้รับวัคซีนป้องกันโรคครบตามกำหนด





ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนช่วยกันหาข้อมูล และรูปภาพเกี่ยวกับสาเหตุ อาการ และการป้องกันโรคติดต่อ และโรคไม่ติดต่อ นอกเหนือจากที่ได้กล่าวมาแล้ว และนำมาจัดเป็นนิทรรศการการป้องกันโรค เพื่อเผยแพร่ความรู้ให้เพื่อนๆ ในโรงเรียนได้ทราบ

๒. ให้นักเรียนช่วยกันทำกิจกรรม ดังต่อไปนี้

๒.๑ ให้นักเรียนออกไปสำรวจรอบๆ บริเวณโรงเรียน แล้วช่วยกันเก็บ และทำลายขยะที่ไม่ใช้ และมีน้ำขัง เพื่อทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุง

๒.๒ ช่วยกันเลี้ยงปลากินลูกน้ำ เช่น ปลาหางนกยูง ปลาหัวตะกั่ว ปลาซิว ฯลฯ แล้วนำไปปล่อยตามบริเวณแหล่งน้ำที่มีลูกน้ำชุกชุม

๓. ให้นักเรียนช่วยกันคิดว่า จะมีวิธีปฏิบัติตนอย่างไรในการป้องกันตนเอง และสมาชิกในครอบครัวไม่ให้ติดเชื้อวัณโรค



มนุษยสัมพันธ์

นักเรียนรู้ไหมว่าทำอะไรนักเรียนจึงจะเป็นที่รักใคร่ชื่นชอบของพ่อแม่ พี่น้อง ครู อาจารย์ และคนอื่นๆ

การที่นักเรียนจะเป็นที่รักใคร่ของผู้อื่นได้นั้น นักเรียนต้องเรียนรู้ที่จะเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี เรื่องมนุษยสัมพันธ์นี้ เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล อันจะก่อให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน นำไปสู่ความร่วมมือช่วยเหลือกันและกันด้วยความเต็มใจต่อไป

มนุษยสัมพันธ์ เป็นเรื่องจำเป็นทั้งในครอบครัว โรงเรียน และสังคม เพราะช่วยให้ทุกคนอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข ผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดีจะเป็นที่รักใคร่ชอบพอของ



คนทั่วไป ถ้าเป็นลูกหลานก็จะเป็นที่รักของพ่อแม่และญาติพี่น้อง ถ้าเป็นนักเรียนก็จะเป็นที่รักใคร่เอ็นดูของครูอาจารย์ ถ้าเป็นเพื่อนก็จะเป็นที่น่าคบหา น่าทำความรู้จัก และเป็นที่ยอมรับชมชอบของเพื่อนๆ

นักเรียนจึงควรปฏิบัติตนให้เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาตัวเองให้เป็นที่ชื่นชอบของคนรอบข้าง อันได้แก่ พ่อแม่ ญาติพี่น้อง ครูอาจารย์ เพื่อนๆ และตัวนักเรียนเองก็จะมีความสุขใจมากขึ้นด้วย



นักเรียนคิดว่าการเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีความสำคัญหรือไม่ เพราะเหตุใด



แนวทางในการปฏิบัติตนให้เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดี

๑. ควรรักษาความสะอาดของร่างกาย สวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาด ทั้งเสื้อ กระโปรง หรือกางเกง และถุงเท้า เพราะถ้าไม่สะอาดจะเกิดกลิ่นที่ไม่ดี ไม่มีใครอยากเข้าใกล้ เป็นผลเสียต่อการสร้างมนุษยสัมพันธ์เป็นอย่างยิ่ง

๒. ยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ การยิ้มช่วยให้ใบหน้าดูดีขึ้น ทำให้ผู้อื่นอยากเข้ามาทักทายพูดคุยด้วย เป็นการเริ่มต้นของความสัมพันธ์ที่ดี คนที่ชอบทำหน้าบึ้ง หน้าอขมวดคิ้วน่าอยู่ไม่สดใส นอกจากจะไม่น่าดูแล้ว ยังทำให้ผู้อื่นขยาด ไม่กล้าเข้าใกล้อีกด้วย



๓. ทักทายผู้อื่นก่อน ถ้าเป็นผู้ใหญ่ เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ ต้องทำความเคารพด้วยการไหว้หรือคำนับ ถ้าเป็นเพื่อนก็ใช้คำพูดที่น่าฟัง เมื่อเพื่อนฟังแล้วรู้สึกพอใจ อยากทักทายตอบ

๔. ควรเป็นผู้ฟังมากกว่าผู้พูด ในเวลาพูดคุยกับผู้อื่น ควรสนใจฟัง ไม่ขัดคอ และถ้าต้องเป็นฝ่ายพูดก็ควรพูดคุยในเรื่องทั่วไปที่สนุกสนานเพลิดเพลิน อย่าพูดในเชิงคุยโตโอ้อวดถึงฐานะครอบครัว หรือความเก่งกาจของตัวเอง คนฟังจะเบื่อหน่ายรำคาญ และไม่ควรนินทาผู้อื่นลับหลัง เพราะคนฟังอาจเก็บเอาไปบอกเจ้าตัว หรือนำไปพูดต่อก่อให้เกิดความเสียหายและทำให้หมดความไว้วางใจต่อกัน

๕. รู้จักกล่าวยกย่องชมเชยผู้อื่น ไม่คอยจับผิดเขา ใครๆ ก็อยากฟังคนอื่นพูดถึงตัวเองในแง่ดีด้วยกันทั้งนั้น จึงควรรู้จักมองหาข้อดีในตัวผู้อื่นแล้วนำมาชมเชยด้วยความจริงใจ ทั้งนี้ต้องไม่เป็นการยกยอ ประจบสอพลอ หรือพูดปลดหลอกลวงโดยหวังผลประโยชน์ เพราะจะทำให้รู้สึกว่าเขาไม่จริงใจ



นักเรียนคิดว่ามีเรื่องอะไรบ้างที่ไม่ควรนำมาพูดคุยกับเพื่อน ๆ เพราะจะทำให้เสียความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

๖. ไม่กล่าวถึงปมด้อยของผู้อื่น ไม่ล้อเลียน ไม่แสดงอาการ หรือพูดจาดูหมิ่นเหยียดหยามผู้อื่น โดยคิดว่าตัวเองดีกว่า เหนือกว่า เพราะต่อไปจะไม่มีใครอยากคบหา ถ้าเราแสดงความรังเกียจเขา ตูถูกเขาก่อน เขาก็ย่อมไม่พอใจและไม่ชอบเราเช่นกัน

๗. เป็นที่ปรึกษา ยินดีรับฟังปัญหาของผู้อื่นด้วยความเห็นอกเห็นใจ พยายามพูดให้ผู้อื่นเกิดกำลังใจที่จะต่อสู้ชีวิต โดยชี้ให้เห็นส่วนดีที่เขา มีอยู่ และปลอบโยนให้มีความหวัง มองอนาคตในแง่ดี เพื่อผู้ฟังจะได้สบายใจขึ้น

๘. ฝึกตัวเองให้มีความอดทน ไม่ใจน้อย โกรธง่าย หากใครว่าอะไรจนเราโกรธ ให้พยายามระงับใจไว้ก่อน ถ้าสามารถเลี่ยงออกไปจากที่นั้นได้ก็ให้หลบไปชั่วคราว เมื่ออารมณ์สงบแล้ว ให้คิดทบทวนว่าที่เขาว่านั้นจริงไหม ถ้าไม่จริงก็ไม่ต้องเก็บมาคิด แต่ถ้ามีส่วนจริงก็จะได้นำมาปรับปรุงตัวเราให้ดีขึ้นต่อไป

๙. รู้จักประนีประนอม ใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา ไม่ใช่กำลังเพื่อเอาชนะ ไม่ถือรั้น หรือเอาแต่ใจตัวเองเป็นใหญ่ ต้องฟังความคิดเห็นของผู้อื่นด้วย นอกจากนี้ควรช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งของผู้อื่น ช่วยประสานไกล่เกลี่ยให้เขาเกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน พยายามยุติปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างสันติ

๑๐. มีมารยาทดี เด็กต้องให้ความเคารพ เชื้อฟังผู้ใหญ่ แสดงกิริยาและพูดจาสุภาพ ยินดีช่วยเหลืองานของผู้ใหญ่ ด้วยความเต็มใจ สำหรับผู้ชายและผู้หญิง ควรให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีน้ำใจช่วยเหลือกัน ไม่รังแกผู้ที่อ่อนแอกว่า ไม่ใช้วาจาหยามคาย

๑๑. มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีของกินของใช้ควรแบ่งปันให้ผู้อื่นเท่าที่จะให้ได้ เป็นการแสดงน้ำใจ และฝึกนิสัยที่ดี อย่าเป็นคนเห็นแก่ตัว



๑๒. ยินดีให้ความช่วยเหลือผู้อื่น
เท่าที่จะทำได้ เมื่อถูกผู้ใหญ่ใช้ไหว้วานให้
ทำอะไรหรือถูกเพื่อนขอร้องให้ช่วยเหลือ
ถ้าคิดว่าสามารถทำได้ก็ควรจะรีบตอบรับ
และช่วยเหลือด้วยความเต็มใจ แต่ถ้าไม่
สามารถช่วยได้จริง ๆ ก็ควรปฏิเสธโดย
บอกเหตุผลความจำเป็นให้เขาทราบ หรือ
บางครั้งอาจบอกให้รอไปก่อน เมื่อมีเวลาแล้วจะรีบทำให้ และต้องทำตามที่เขาพูดด้วย จะได้
ไม่เสียคำพูด ทำให้ผู้อื่นหมดความเชื่อถือ



กล่าวโดยสรุปก็คือ นักเรียนต้องรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา เราไม่ยอกให้เขาทำ
ไม่ดีกับเรา เราก็อย่าไปทำไม่ดีกับเขา และในทำนองเดียวกัน ถ้าอยากให้เขาทำดีกับเรา
เราก็ต้องทำดีกับเขาด้วย ทั้งนี้โดยเริ่มจากตัวเราต้องปรับปรุงตัวเอง โดยการแต่งกาย
สะอาด ทำตัวสุภาพ พูดจาไพเราะ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ยินดีให้ความช่วยเหลือผู้อื่น
ด้วยความเต็มใจตามกำลังความสามารถ

หากนักเรียนสามารถปฏิบัติตัวได้ตามนี้ นักเรียนย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้มีมนุษย-
สัมพันธ์ดี ส่งผลให้ผู้ใหญ่เมตตา เพื่อนฝูงรักใคร่ ชื่นชอบ และอยากคบหาด้วย ทำให้
นักเรียนมีความสุขอยู่ท่ามกลางคนที่เรารักและรักเรา



ชวนคิด ลองทำ

๑. นักเรียนร่วมกันพิจารณาคัดเลือกผู้มีมนุษยสัมพันธ์ดีเด่นประจำชั้น
๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนชายหญิง ให้นักเรียนชายอภิปรายเรื่องสุภาพสตรีควรมี
คุณสมบัติอย่างไร และนักเรียนหญิงอภิปรายเรื่อง ลักษณะสุภาพบุรุษที่ผู้หญิงชื่นชม
๓. เมื่อนักเรียนถูกขั้วยุให้โกรธ นักเรียนมีวิธีการแก้ปัญหาอย่างไร
๔. ให้นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี และประสบความสำเร็จใน
ชีวิต พร้อมบอกลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ที่ดีของบุคคลดังกล่าว
๕. นักเรียนจะเอาหลักอะไรมาใช้ได้บ้างในการระงับความโกรธ



พ่อแม่ลูกผูกพัน

ถ้าถามว่านักเรียนรักใคร่มากที่สุด เราได้ว่านักเรียนต้องตอบว่า “รักพ่อแม่”

ส่วนพ่อแม่ก็น้อมรักลูกประดุจดังแก้วตาดวงใจกันทุกคน

ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกจึงเป็นเรื่องของความรักความอบอุ่น เป็นความปรารถนาดีอย่างจริงใจต่อกัน ช่วยให้ครอบครัวอยู่กันอย่างมีความสุข

เราจึงควรให้ความสำคัญแก่ครอบครัวให้มากๆ เพราะเมื่อบ้านมีความสุข ชุมชนสังคมและประเทศชาติ ย่อมมีความสุขด้วยอย่างแน่นอน



บทบาทของสมาชิกในครอบครัว

ครอบครัวโดยทั่วไปประกอบด้วยพ่อ แม่ และลูก แต่ตามสภาพความเป็นจริงในสังคม ครอบครัวอาจประกอบด้วยสมาชิกน้อยหรือมากกว่านั้นก็ได้ เช่น มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียวกับลูก มีพ่อแม่ลูกและญาติพี่น้องอยู่ร่วมกัน หรือเป็นครอบครัวญาติผู้ใหญ่ที่นักเรียนมาพักอาศัยในขณะที่เรียนหนังสือ เป็นต้น



นักเรียนบอกได้ไหมว่าสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนมีใครบ้าง และแต่ละคนมีหน้าที่อะไร

ความสุขในบ้านจะเกิดขึ้นได้ เมื่อสมาชิกในครอบครัวต่างรู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง บทบาทหน้าที่ของแต่ละคนนั้น พอสรุปได้ดังนี้

บทบาทหน้าที่ของพ่อแม่ต่อลูก

พ่อแม่ หรือผู้ใหญ่ที่ดีควรปฏิบัติตนให้เป็นหลักของครอบครัวดังนี้

๑. พ่อแม่มีหน้าที่เลี้ยงดูลูก ให้ความรัก ความเอาใจใส่ เวลา จัดหาอาหารและเสื้อผ้า เครื่องใช้ที่จำเป็นแก่ลูก

๒. พ่อแม่มีหน้าที่ในการให้การศึกษาที่ดีที่สุดแก่ลูก รวมทั้งอบรมลูกให้เป็นคนดีทั้งด้านกิริยามารยาท นิสัยใจคอ มีศีลธรรม จริยธรรม และพ่อแม่ต้องปฏิบัติตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีของลูกด้วย เพื่อให้ลูกเติบโตเป็นพลเมืองดีต่อไป

๓. พ่อแม่ช่วยกันทำงานหาเลี้ยงครอบครัว ดูแลรายรับรายจ่าย ไม่ให้เกิดปัญหาการเงินในครอบครัว

๔. พ่อแม่มีหน้าที่ปกป้องคุ้มครองลูกจากอันตรายต่างๆ ใส่ใจในสวัสดิภาพของลูก พ่อแม่ต้องไม่ทำร้ายลูกเสียเอง เช่น ลงโทษโดยการเขียนตืออย่างทารุณ บังคับลูกให้ขายแรงงาน หรือขายบริการทางเพศ เป็นต้น



นักเรียนเคยพบเห็นข่าวพ่อแม่ทำร้ายลูกของตัวเองหรือไม่ นักเรียนรู้สึกอย่างไร หากนักเรียนเป็นพ่อแม่จะทำแบบนั้นหรือไม่ เพราะอะไร

๕. พ่อแม่ควรให้อิสระในการคิด เปิดโอกาสให้ลูกได้แสดงความคิดเห็นของตัวเอง ซึ่งบางครั้งอาจขัดกับความรู้สึกหรือความต้องการของพ่อแม่ พ่อแม่ต้องใจเย็น ไม่ด่วนโกรธและดุด่าลูกอย่างรุนแรง ควรชี้แนะด้วยเหตุผล

๖. พ่อแม่คือที่พึ่งทางใจของลูก เป็นที่ปรึกษาปัญหาของลูกได้ทุกเรื่อง โดยเฉพาะลูกวัยรุ่นที่กำลังอยู่ในช่วงการปรับตัวเพื่อเป็นหนุ่มเป็นสาว ต้องการการชี้แนะที่ถูกต้องในเรื่องต่างๆ เช่น การคบเพื่อนและการปฏิบัติตัวเข้ากับเพศตรงข้ามอย่างเหมาะสม



๗. พ่อแม่ควรเลี้ยงลูกด้วยความยุติธรรม ในกรณีที่มีลูกหลายคน ต้องปฏิบัติต่อลูกอย่างเท่าเทียมกัน ไม่เลือกที่รักมักที่ชัง เมื่อลูกทำผิดต้องชมเชย ให้รางวัล เมื่อลูกทำผิดต้องอบรมสั่งสอน อธิบายเหตุผล และลงโทษตามควรแก่กรณี การตามใจลูกมากเกินไป จะทำให้ลูกเอาแต่ใจตัวเองปรับตัวเข้ากับผู้อื่นยาก และการเข้มงวดลูกเหมือนจะจับผิดลูกตลอดเวลา จะทำให้ลูกขาดความเชื่อมั่นในตัวเองเมื่อเขาโตขึ้น

๘. พ่อแม่มีหน้าที่ให้คำแนะนำลูกให้รู้จักการดำเนินชีวิต เช่น รู้จักการใช้เงินให้รายรับพอกับรายจ่าย รู้จักทำงานบ้านเพื่อลูกจะได้รู้จักรับผิดชอบและช่วยเหลือตนเอง รู้จักทำงานอาชีพตามที่ครอบครัวดำเนินอยู่ เพื่อลูกจะได้รู้จักช่วยเหลือครอบครัว หรือเป็นแนวทางในการหาเลี้ยงชีพต่อไป



บทบาทหน้าที่ของลูกต่อพ่อแม่

ลูกที่ดีควรปฏิบัติตัวต่อพ่อแม่ หรือผู้ที่ให้ความอุปการะ ดังนี้

๑. ลูกต้องรักและเคารพพ่อแม่ เชื่อฟังคำสั่งสอนของท่าน ไม่แสดงกิริยาก้าวร้าวหรือใช้วาจาไม่สุภาพต่อพ่อแม่

๒. ลูกที่ยังอยู่ในวัยเรียน ต้องตั้งใจศึกษาเล่าเรียนให้เต็มที่ ไม่เที่ยวเตร่หรือคบเพื่อนมากจนเสียการเรียน พยายามตั้งใจเรียนเพื่ออนาคตของตนเองเพื่อให้พ่อแม่ชื่นใจและมีความสุข



๓. ลูกต้องกตัญญูกตเวทิต่อพ่อแม่ ด้วยการปรนนิบัติรับใช้ ช่วยเหลืองานบ้านหรืองานของครอบครัวเท่าที่จะทำได้ ไม่ให้พ่อแม่ต้องเหนื่อยมากเกินไป และเลี้ยงดูเมื่อท่านแก่ชรา

๔. ลูกต้องปฏิบัติตนเป็นคนดี มีศีลธรรมไม่นำความเดือดร้อนมาให้พ่อแม่ เช่น ไม่คบเพื่อนไม่ดีที่ชวนกันไปในทางเสียหาย ไม่สูบบุหรี่ ไม่ดื่มเหล้า หรือใช้ยาเสพติดทุกชนิด ไม่มั่วสุมเล่นการพนัน ไม่ทำสิ่งผิดกฎหมาย ไม่เที่ยวเตร่หรือใช้จ่ายฟุ่มเฟือยเกินตัว ควรช่วยพ่อแม่ประหยัดให้มากที่สุด

๕. ลูกต้องรักใคร่สามัคคีกัน ไม่ทะเลาะวิวาทกันจนเป็นที่เดือดร้อนรำคาญใจของพ่อแม่ พี่ต้องดูแลน้อง น้องต้องให้ความเคารพพี่



นักเรียนเคยทำอะไรให้เป็นที่ชื่นอกชื่นใจแก่พ่อแม่บ้าง

ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว

แม้ว่าทุกคนในครอบครัวจะปฏิบัติตัวตามบทบาทและหน้าที่ของตนเองแล้ว แต่ถ้ายังขาดความร่วมมือร่วมใจกัน ขาดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ต่างคนต่างอยู่ ไม่สนใจกันและกัน บรรยากาศในบ้านก็จะปราศจากความรักความอบอุ่น

ดังนั้น ทุกคนในบ้านต้องหันหน้าเข้าหากัน มีอะไรก็ปรึกษาหารือ ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน ไม่ถือโทษโกรธเคืองกันจนถึงขั้นอาฆาตพยาบาท หนักนินทาหยอกล้อให้อภัยกัน เวลาไม่พอใจกันก็ต้องพูดจากันด้วยเหตุผล อย่าใช้อารมณ์ เพราะจะนำไปสู่การทะเลาะวิวาท หรือใช้กำลังทำร้ายกันได้

พ่อแม่ต้องรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันไว้ เพื่อให้ลูกเกิดความอบอุ่นใจ ภาคภูมิใจ และยึดถือเป็นแบบอย่างในอนาคต

พี่น้องต้องรักใคร่ปรองดองช่วยเหลือกัน พี่ต้องดูแลปกป้องน้องเป็นการแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ น้องก็ต้องเชื่อฟังและช่วยงานของพี่ มีปัญหาอะไรต้องช่วยกันแก้ไข จะทำให้ครอบครัวมีความสุข



นักเรียนเคยทะเลาะวิวาทกับพี่น้องบ้างหรือไม่ ส่วนใหญ่ทะเลาะกันเรื่องอะไร และนักเรียนคิดว่าทำอย่างไร จึงจะไม่ทะเลาะกันอีก



พ่อแม่ลูกต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน พ่อแม่ต้องแสดงความรักต่อลูกอย่างสม่ำเสมอทั้งด้วยคำพูดและการกระทำ พ่อแม่ต้องเปิดโอกาสให้ลูกมีส่วนร่วมในครอบครัว เช่น ร่วมแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ ร่วมรับผิดชอบงานบ้านตามกำลังความสามารถ ร่วมรับรู้ฐานะการเงินของครอบครัว เพื่อจะได้ช่วยกันประหยัด หรือช่วยกันทำงานเพื่อหารายได้มาเสริมให้กับครอบครัว เป็นต้น เพื่อลูกจะได้เกิดความรู้สึกภูมิใจในตัวเอง รู้สึกว่าตัวเองมีความสำคัญและมีส่วนในความรับผิดชอบครอบครัวเช่นกัน จะได้รู้จักแบ่งเวลาทำสิ่งที่เป็ประโยชน์ ไม่เอาแต่เที่ยวเตร่กับเพื่อนเพราะมีเวลาว่างมากเกินไป

พ่อแม่ที่มีลูกอยู่ในวัยรุ่นต้องเปลี่ยนบทบาทจากผู้ใหญ่มาเป็นเพื่อนของลูก ทำตัวสนิทสนมให้ลูกรักและไว้วางใจ เมื่อลูกมีปัญหาจะได้กลัมาปรึกษาพ่อแม่ เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยแห่งความเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ จึงมีปัญหาก่เกิดขึ้นมากมาย แต่ถ้าได้ผู้ให้คำปรึกษาที่ดี เช่น พ่อแม่ ก็จะช่วยให้วัยรุ่นผ่านช่วงชีวิตวัยนี้ไปได้ด้วยดี

ลูกก็ต้องมีความเข้าใจพ่อแม่ เห็นใจในความเหนื่อยยาก ตระหนักว่าที่พ่อแม่ต้องทำงานหนักอยู่ทุกวันนี้ก็เพราะความรักลูก อยากเลี้ยงดูลูกให้ดีที่สุด บางครั้งพ่อแม่อาจเหน็ดเหนื่อยจนอารมณ์เสีย ลูกต้องไม่โกรธตอบ และพยายามแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ เพื่อไม่ให้ท่านต้องเหน็ดเหนื่อยทั้งงานนอกบ้านและงานในบ้าน

เมื่อพ่อแม่และลูกต่างเข้าใจกัน ก็จะสามารถรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันไว้ ทำให้บรรยากาศในบ้านมีความสุข แม้ฐานะการเงินจะไม่ร่ำรวย แต่ก็จะมีมัลนไปด้วยความสุขกันทุกคน

ความสุขในครอบครัว

การสร้างความสุขในครอบครัวนั้น นอกจากจะทำได้โดยที่สมาชิกทุกคนรู้จักบทบาทหน้าที่ของตัวเอง และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันดังกล่าวแล้ว สมาชิกในครอบครัวควรมีคุณสมบัติที่ดีด้วย เช่น มีอารมณ์ดียิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะสุภาพ มีน้ำใจ เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน ปฏิบัติต่อกันอย่างเสมอต้นเสมอปลาย รู้จักให้ความสำคัญต่อผู้อื่น ฯลฯ



นักเรียนคิดว่าหน้าที่ในการสร้างความสุขในครอบครัวเป็น
ความรับผิดชอบของใคร นักเรียนจะช่วยในการสร้างความสุข
ในครอบครัวได้หรือไม่ และอย่างไร



นักเรียนคิดว่าสมาชิกในครอบครัว ควรมีคุณสมบัติที่ดีอย่างไร
บ้าง



นักเรียนจะสังเกตได้อย่างไรว่าสมาชิกในครอบครัวมีความสุข
ทุกคน



การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ความสุขภายในครอบครัวส่วนหนึ่งจะเกิดจากการที่สมาชิกในครอบครัวมีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกัน และได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ร่วมกันนั่นเอง

การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์อาจทำได้หลายรูปแบบ ได้แก่

๑. การใช้เวลาในการทำกิจกรรมสนุกสนานร่วมกัน เช่น ดูโทรทัศน์ด้วยกัน เล่นกีฬา เล่นดนตรี ท่องเที่ยว ฯลฯ จะทำให้ทุกคนมีความสุข รู้สึกอบอุ่นใจ และสนิทสนมกันมากขึ้น

๒. การใช้เวลาว่างในการทำงานบ้าน เช่น ทำความสะอาดบ้าน ปลูกต้นไม้ รดน้ำพรวนดิน ซักรีดเสื้อผ้า ทำอาหาร ล้างถ้วยชาม ฯลฯ ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๓. การใช้เวลาว่างในการทำงานอดิเรกที่อาจเป็นรายได้เสริมหรือช่วยประหยัดรายจ่ายของครอบครัว เช่น ปลูกผักสวนครัว เลี้ยงไก่ เพาะต้นไม้ขาย นำวัสดุเหลือใช้มาประดิษฐ์เป็นของใช้ ทำขนมหรืออาหารขาย ฯลฯ

การใช้เวลาว่างอยู่ด้วยกัน จะช่วยสร้างความใกล้ชิดสนิทสนมกัน และพ่อแม่มีโอกาสอบรมสั่งสอนลูก ลูกจะได้กล้าพูดกล้าเล่า กล้าปรึกษาพ่อแม่เมื่อเขามีปัญหา



ปัญหาในครอบครัว

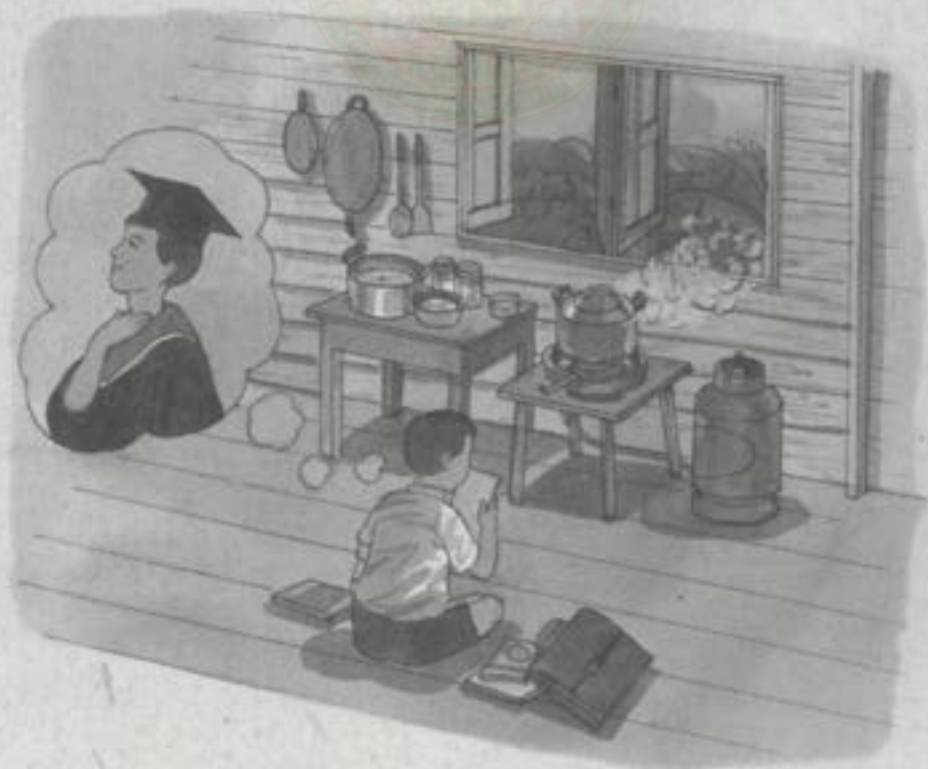
ปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัวมีหลายปัญหา เช่น การเงิน ครอบครัวแตกแยก ความไม่เข้าใจกันของ พ่อ แม่ ลูก ฯลฯ

ปัญหาในครอบครัวต่างๆ เป็นเรื่องที่พบได้ทั่วไป และปัญหาทุกอย่างย่อมมีหนทางแก้ไข ขอเพียงสมาชิกร่วมแรงร่วมใจกันเท่านั้นเอง

แนวทางการปรับตัวเมื่อครอบครัวมีปัญหา

๑. นักเรียนอาจมีความรู้สึกเศร้า เสียใจ โกรธเคือง หรือวิตกกังวลต่อปัญหาที่เกิดขึ้น ขอให้นักเรียนพูดถึงความไม่สบายใจให้พ่อแม่รับรู้ หรืออาจนำปัญหามาปรึกษาครูประจำชั้น ครูแนะแนว ครูใหญ่ หรือญาติผู้ใหญ่

๒. นักเรียนควรพยายามเข้าใจความรู้สึกของพ่อแม่ บางครั้งพ่อแม่อาจจะทำงานเหนื่อยมาก จึงมีอารมณ์ไม่ค่อยดี ถ้านักเรียนสามารถช่วยแบ่งเบาภาระงานบ้านของพ่อแม่ได้ก็จะเป็นการดีมาก



๓. ถ้านักเรียนเห็นพ่อแม่มีความเศร้า ไม่สบายใจ ควรเข้าไปชวนคุยให้กำลังใจ หรือปลอบประโลม อาจชวนพูดคุยในเรื่องอื่นๆ ที่สนุกสนานเพลิดเพลินก็ได้

๔. นักเรียนต้องช่วยพ่อแม่แก้ปัญหาครอบครัว เช่น ช่วยประหยัดและอดออม ช่วยทำงานเพื่อหารายได้เสริมให้แก่ครอบครัว เป็นต้น

๕. นักเรียนควรพยายามตั้งใจเรียนอย่างเต็มความสามารถ นึกถึงอนาคต เมื่อนักเรียนเรียนจบมีงานทำ มีรายได้เป็นของตัวเอง นักเรียนจะสามารถพึ่งตัวเองได้ และสามารถช่วยเหลือเลี้ยงดูพ่อแม่ได้ด้วย

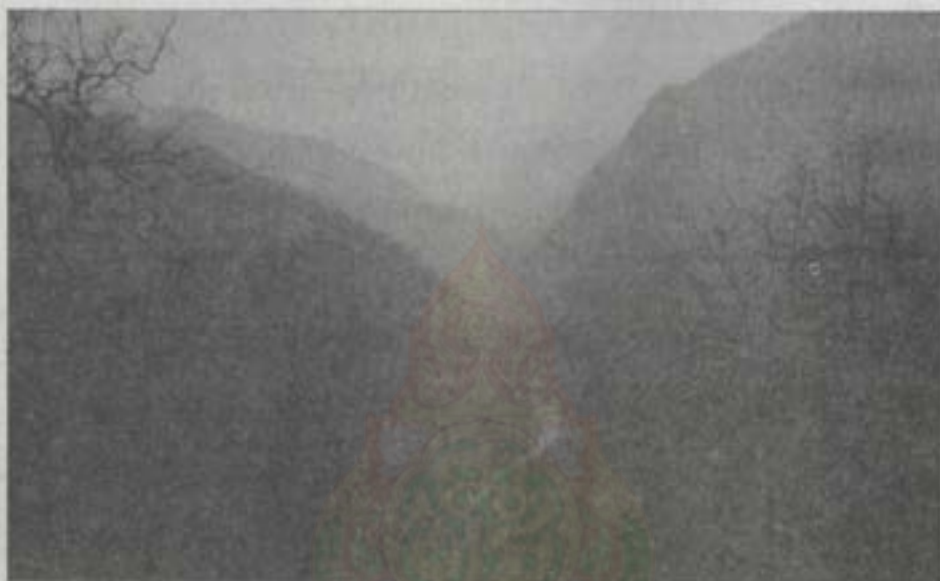


ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนจัดกลุ่มอภิปรายเรื่อง ลูกที่ดีควรมีบทบาทและหน้าที่อย่างไร
๒. ให้นักเรียนจัดกลุ่มโต้วาทีเรื่อง ครอบครัวเป็นสุขเพราะลูกหรือพ่อแม่
๓. ให้นักเรียนไปหาข่าวครอบครัวที่มีความสุขและครอบครัวที่ไม่มีความสุขว่ามีลักษณะอย่างไร แล้วนำผลที่ได้มานำเสนอในชั้นเรียน
๔. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม เลือกปัญหาในครอบครัวที่กลุ่มเห็นว่าสำคัญ นำมาอภิปรายถึงสาเหตุ การป้องกัน และแนวทางการแก้ไขที่นักเรียนสามารถทำได้ด้วยตัวเอง
๕. ให้นักเรียนเขียนเล่าเรื่องครอบครัวของตน



เมืองสีเทา ป่าเขาสีเขียว



ภูเขา แม่น้ำ ป่าไม้เป็นสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ

เมื่อเหลียวมองรอบตัวเรา เราจะเห็นสิ่งแวดล้อมมากมาย มีทั้งภูเขา ป่าไม้ ลำธาร แม่น้ำ สายลม แสงแดด ดิน หิน สัตว์ ต้นไม้ ฯลฯ สิ่งแวดล้อมเหล่านี้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ มนุษย์ได้ใช้และอาศัยสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติเพื่อการดำรงชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย

สิ่งแวดล้อมทางสังคม

เพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตได้อย่างสะดวกสบายปลอดภัย สามารถทำกิจกรรมต่างๆตามความต้องการและความจำเป็น จึงต้องสร้างสิ่งต่างๆขึ้นมาใหม่ เช่น อาคาร บ้านเรือน ถนนหนทาง สะพาน รถจักรยาน รถยนต์ รถไฟ เรือ เป็นต้น โดยนำสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติมาใช้ได้แก่ ต้นไม้ แร่ธาตุ ดิน หิน มาผลิตเป็นสิ่งใหม่ขึ้นมา รวมทั้งการ

ทางป่าโดยนำพื้นดินมาทำนา ทำไร่ ทำสวน สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นจากการสร้างของมนุษย์ เรียกว่า สิ่งแวดล้อมทางสังคม



นักเรียนบอกได้ไหมว่า สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่อยู่ในห้องเรียน
ของนักเรียนมีอะไรบ้าง

มนุษย์ชอบอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นชุมชน ชุมชนแบ่งเป็น ๒ ลักษณะ คือ ชุมชนเมือง และชุมชนชนบท ซึ่งมีความแตกต่างกันในด้านสภาพแวดล้อม จำนวนประชากร การประกอบอาชีพ และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล



ชุมชนเมือง



ชุมชนชนบท

ลักษณะความแตกต่างของชุมชนเมืองและชุมชนชนบท

ลักษณะ	ชุมชนเมือง	ชุมชนชนบท
สภาพแวดล้อม	มีสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น ได้แก่ ถนน สะพาน ตึกสูง อาคาร บ้านเรือนปลูกติดๆ กันค่อนข้างแออัด รถยนต์มากมาย สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติมีน้อยมาก มีเพียงสวนสาธารณะ สวนสัตว์ เท่านั้น ยังขาดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ	สิ่งแวดล้อมมีความเป็นธรรมชาติ สภาพภูมิประเทศยังเป็นภูเขา ป่าไม้ แม่น้ำ ลำธาร เรือกสวนไร่นา อากาศบริสุทธิ์ บ้านเรือนส่วนใหญ่เป็นบ้านชั้นเดียวมีได้ทุนสูง บริเวณรอบๆ บ้านมีพื้นที่ปลูกต้นไม้ ดอกไม้ เลี้ยงสัตว์

ลักษณะ	ชุมชนเมือง	ชุมชนชนบท
จำนวนประชากร	ประชากรมีจำนวนมาก เพราะคนชนบทอพยพย้ายถิ่นเข้ามาศึกษาเล่าเรียน มาทำงานหารายได้ ชุมชนเมืองเป็นศูนย์กลางการศึกษา การค้า ธุรกิจ สภาพแวดล้อม ความเป็นอยู่ของคนในชุมชนเมืองจะอยู่ตามอาคารสูง บางคนอยู่ในสลัมหรืออยู่ใต้สะพาน	ประชากรเบาบาง จำนวนประชากรลดน้อยลง บางหมู่บ้านมีแต่ผู้สูงอายุกับเด็ก เนื่องจากคนหนุ่มสาวย้ายถิ่นเข้าไปทำงานในชุมชนเมือง
การประกอบอาชีพ	ประกอบอาชีพหลายประเภท มีทั้งข้าราชการ ค้าขาย ลูกจ้าง พนักงานตามบริษัท ห้างร้าน โรงงาน อุตสาหกรรม รายได้เฉลี่ยค่อนข้างสูง ค่าครองชีพสูง เพราะต้องซื้อของบริโภค เนื่องจากพื้นที่การเพาะปลูกมีจำกัดและไม่สามารถผลิตได้เอง 	การประกอบอาชีพส่วนใหญ่เหมือนกัน คือ ทำเกษตรกรรม ทำนา ทำไร่ ทำสวน เลี้ยงสัตว์ ประมง มีอาชีพเสริม คือ ทำหัตถกรรมในครัวเรือน ทอผ้า เครื่องปั้นดินเผา จักสาน รายได้เฉลี่ยต่ำ และค่าครองชีพไม่สูง เพราะยังสามารถผลิตได้เอง 

ลักษณะ	ชุมชนเมือง	ชุมชนชนบท
ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล	ความสัมพันธ์ ความใกล้ชิดมี น้อยมาก บางคนมีบ้านอยู่ติดกันก็ ยังไม่รู้จักหรือสนทนากัน ขาดความ ช่วยเหลือ พึ่งพาอาศัยกัน ต่างคน ต่างอยู่ ต้องพึ่งตนเองมากกว่าพึ่งผู้ อื่น	มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด มี ความผูกพัน เอื้ออาทร มีน้ำใจช่วย เหลือซึ่งกันและกัน มีความร่วมมือใน การทำกิจกรรมต่างๆเป็นไปด้วยดี ทั้งในงานส่วนตัว งานบุญ งาน ประเพณี
ปัญหา	มีปัญหาสิ่งแวดล้อมและมลพิษ เช่น ขยะ น้ำเน่า ควันพิษ อากาศเสีย น้ำท่วมขัง แผ่นดินทรุด ภัยจาก อุบัติเหตุ ไฟไหม้ตึกสูงๆ รถชนกัน ตึกถล่ม ภัยจากอาชญากรรม ชุมชนแออัดเป็นแหล่งเสื่อม- โทรม เสี่ยงต่อการเกิดโรคระบาด โรคติดต่อ สิ่งเสพติด	น้ำดื่ม น้ำใช้ที่สะอาดมีไม่ เพียงพอ ถนนหนทางมีน้อย การ คมนาคมไม่สะดวก การสื่อสารโทรคมนาคมยังไม่ สามารถติดต่อสื่อสารกันได้ทั่วถึง ทรัพยากรธรรมชาติลดน้อย ลงและเสื่อมโทรม การบริการด้าน สาธารณสุขยังด้อยคุณภาพ



นักเรียนบอกได้ไหมว่า บริเวณที่นักเรียนอาศัยมีลักษณะชุมชน
อย่างไร และมีสภาพแวดล้อมและปัญหาอะไรบ้าง

สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ

สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ คือ สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นเอง ได้แก่ ป่าไม้ ดิน หิน น้ำ
แร่ธาตุ ดันไม้ สัตว์ป่า ซึ่งเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มีความสำคัญ และมนุษย์ได้นำไป
ใช้ประโยชน์มากมาย จนทำให้สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติลดน้อยลง เสื่อมโทรม เกิดปัญหา
และภัยพิบัติ ดังนั้น เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาและแก้ไขปัญหาดังกล่าว จำเป็นต้องมี
การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ โดยให้ทุกคนรู้ถึงคุณค่าสิ่งแวดล้อม ไม่ทำลาย
และช่วยกันดูแลรักษา

ดิน

ดิน เป็นทรัพยากรธรรมชาติ เกิดขึ้นจากการแตกสลาย ผุพัง ของหินแร่ แล้วคลุกเคล้ากับอินทรีย์วัตถุที่เกิดจากการตายของพืชและสัตว์ ซึ่งเน่าเปื่อยผุพัง ทับถมกันเป็นเวลานาน

ดินมีหลายลักษณะได้แก่ ดินเหนียว ดินร่วน และดินทราย

ดินมีหลายสี เช่น สีดำ สีน้ำตาลไหม้ สีแดง สีเทา ฯลฯ



นักเรียนจะสังเกตได้อย่างไรว่า ดินชนิดไหนเป็นดินเหนียว ดินร่วน และดินทราย

ความสำคัญและประโยชน์ของดิน

ดินมีความสำคัญต่อความเป็นอยู่ของมนุษย์เพราะเป็นแหล่งผลิตปัจจัยสี่ คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค

ดินมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตของพืช เป็นแหล่งอาหาร เป็นที่ยึดเหนี่ยวของราก เป็นที่เก็บน้ำหรือความชื้น และเป็นแหล่งเก็บอากาศของพืช

ดินจึงมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อสิ่งมีชีวิต ทำให้มนุษย์ พืช และสัตว์ต่าง ๆ มีชีวิตอยู่ได้ มนุษย์ใช้ประโยชน์จากดิน เช่น ใช้ปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ นอกจากนี้มนุษย์ยังใช้ดินทำอิฐ และเครื่องปั้นดินเผา เพื่อประโยชน์ใช้สอยในชีวิตประจำวันด้วย



เครื่องปั้นดินเผาที่ทำมาจากดิน



นักเรียนบอกได้ไหมว่า นอกจากดินใช้ปลูกพืชแล้ว เรายังใช้ดินทำอะไรได้อีกบ้าง

ปัญหาที่เกิดขึ้นกับดินและผลกระทบ

๑. การพังทลายและสูญเสียน้ำดิน มีสาเหตุมาจากการกัดเซาะของลมและน้ำ น้ำท่วม ฝนชะล้าง ไม่มีพืชปกคลุมดิน ทำให้ดินชั้นบนซึ่งมีอินทรีย์วัตถุที่มีอาหารของพืชถูกพัดพาไป การเก็บเกี่ยวข้าวจากนา เก็บผักจากสวน ทำให้ธาตุอาหารของดินติดไปด้วย



การพังทลายและการสูญเสียน้ำดิน

ผลกระทบจากการพังทลายของดิน ทำให้ดินขาดธาตุอาหาร พืชที่ปลูกบนดินจึงไม่เจริญเติบโต ไม่ออกงาม ไม่สามารถให้ผลผลิตได้

๒. การตัดไม้ ทำลายป่า เผาป่า ไฟไหม้ป่าทำให้ดินเสื่อมสภาพและเป็นการทำลายแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่า

๓. ดินเสื่อมคุณภาพและขาดความอุดมสมบูรณ์ เนื่องจากการใช้ดินปลูกพืชมาเป็นเวลานาน ไม่มีการใส่ปุ๋ยบำรุง เกษตรกรไถดิน ปลูกพืชซ้ำๆเป็นเวลานาน ความสมบูรณ์ของดินก็หมดไป

๔. การใช้สารเคมีปราบศัตรูพืช การปล่อยน้ำเสียลงดิน ทำให้ดินเสียไม่สามารถปลูกพืชได้

๕. การทำนาถ่วงบริเวณป่าชายเลน ทำให้ดินเสื่อมสภาพ มีผลทำให้ต้นไม้ และสัตว์น้ำตาย



นักเรียนบอกได้ไหมว่า ดินเสียมีลักษณะอย่างไร

การอนุรักษ์ดิน

การดูแลรักษาดินให้มีคุณภาพ เราต้องร่วมมือช่วยกันดูแลรักษาดิน ดังนี้

๑. ไม่ตัดต้นไม้ ไม่ทำลายป่า ไม่เผาป่า

๒. ใส่ปุ๋ยบำรุงดิน เพื่อให้ธาตุอาหารแก่พืชโดยเฉพาะปุ๋ยจากธรรมชาติ

๓. ปลูกพืชหมุนเวียนแทนการปลูกพืชชนิดเดียวกันซ้ำๆทุกปี

๔. แก้ปัญหาดินเป็นกรด โดยใช้ปูนขาวหว่านและไถพรวนให้เข้ากับดิน

๕. ถอนและเก็บวัชพืชออกจากแปลงพืช ใช้สารปราบศัตรูพืชที่เป็นสารเคมีให้น้อยลง ควรใช้วิธีศัตรูธรรมชาติ เช่น นำใบสะเดามาบดผสมน้ำทำเป็นสารฆ่าแมลง



การใช้ปูนขาวแก้ไขปัญหาดินเป็นกรด



ป่าไม้เป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญ

ป่าไม้

ป่าไม้เป็นที่รวมของต้นไม้หลากหลายชนิด ทั้งต้นไม้ใหญ่ ต้นเล็กต้นน้อย และเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ต่างๆ เช่น ช้าง เสือ เก้ง กวาง นก แมลง งู ผีเสื้อ ฯลฯ

ป่าไม้เป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญมาก ป่าไม้มีประโยชน์แก่คน และสัตว์ ทั้งทางตรงและทางอ้อม

ประโยชน์ของป่าไม้

๑. ต้นไม้ในป่าดูดซับอากาศเป็นพิษ คือ ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์และคายก๊าซออกซิเจน ทำให้อากาศบริสุทธิ์

๒. ต้นไม้ในป่าจะดูดซับน้ำฝนไว้ และชะลอการไหลของน้ำให้ค่อยๆซึมลงใต้ผิวดินและไหลลงสู่แม่น้ำลำคลอง ทำให้มีน้ำไหลตลอดปี



ป่าไม่มีส่วนทำให้น้ำในลำห้วย ลำธารมีตลอดปี

๓. ต้นไม้มีวัสดุที่คนนำมาใช้ประโยชน์ ได้แก่ ชัน ยางไม้ น้ำมันไม้ วัสดุเหล่านี้นำมาผลิตยางรถยนต์ น้ำมันผสมสี



ผลิตภัณฑ์ และเครื่องใช้สอยที่ทำมาจากไม้

๕. เป็นแหล่งผลิตปัจจัยสี่สำหรับมนุษย์ ได้แก่ คนตัดไม้มาสร้างบ้านเรือนที่อยู่อาศัย นำผลผลิตของต้นไม้ เช่น น้ำกิง ดอก ผล ใบ เมล็ด หน่อ ราก ฯลฯ มาใช้เป็นอาหาร ผลิตเป็นเครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค รวมทั้งนำมาทำเครื่องสำอาง และเครื่องหอม



ป่าไม้เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่า

๕. ป่าเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่า รวมทั้งสัตว์เลื้อยคลาน นก และแมลงต่างๆ ซึ่งสัตว์เหล่านี้นำมาใช้เป็นอาหาร ผลิตเป็นเครื่องนุ่งห่ม
๖. ป่าช่วยป้องกันการพังทลายของดิน และรักษาความสมดุลทางธรรมชาติ
๗. ป่าช่วยป้องกันน้ำท่วมและลดความรุนแรงของพายุ
๘. เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจ มีความสงบเงียบ ร่มเย็น อากาศบริสุทธิ์ ทิวทัศน์ธรรมชาติสวยงาม

ปัญหาที่เกิดขึ้นกับป่าไม้และผลกระทบ

๑. ป่าไม้ถูกทำลาย เนื่องจากมนุษย์ใช้ประโยชน์จากป่าไม้เกินความจำเป็นโดยไม่มีการปลูกทดแทนอย่างเพียงพอ นอกจากนี้ยังมีการทำลายป่าเพื่อทำไร่เลื่อนลอย
๒. ไฟไหม้ป่า เกิดขึ้นได้ตามธรรมชาติและเกิดจากน้ำมือมนุษย์ โดยเผาป่าเพื่อเอาพื้นที่มาทำไร่ ทำนา ทำสวน คนที่เข้าป่าเพื่อล่าสัตว์ พักแรม ท่องเที่ยว ก่อไฟหุงอาหาร

สบู่หรี แล้วลืมหัดไฟ ทำให้เกิดไฟไหม้ป่า สร้างความเสียหายแก่ป่าไม้ และสัตว์ป่า
มากมายมหาศาล

ผลกระทบจากการที่ป่าไม้ถูกทำลาย ทำให้เกิดการพังทลายของดิน ทำลายแหล่ง
ต้นน้ำลำธาร ทำให้เกิดการขาดแคลนน้ำสำหรับเกษตรกรรม การเลี้ยงสัตว์
อุตสาหกรรม และการบริโภค



การตัดไม้ทำลายป่าสร้างความเสียหายให้แก่ประเทศไทย



นักเรียนคิดว่าป่าไม้ถูกตัดทำลายมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

การอนุรักษ์ป่าไม้

๑. ไม่ตัดต้นไม้มาสร้างบ้านเรือนหรือทำเชื้อเพลิง ควรหาวัสดุอื่นมาใช้แทนไม้
ประหยัดการใช้กระดาษ ดินสอ โดยการนำมาหมุนเวียนใช้ใหม่
๒. ไม่ถางป่า ไม่เผาป่า และระมัดระวังไม่ให้เกิดไฟไหม้ป่า
๓. ร่วมกันปลูกต้นไม้ทุกพื้นที่ทั้งในป่า หมู่บ้าน ชุมชน โรงเรียน วัด บ้าน
๔. ผนรงค์ร่วมกันดูแล ปกป้องป่า รวมตัวกันต่อต้านผู้บุกรุก ลักลอบตัดไม้
๕. การอยู่ค่ายพักแรมหรือไปท่องเที่ยวในป่า เมื่อหุงต้มอาหารแล้วควรดับไฟให้สนิท



การอนุรักษ์ป่าไม้ เป็นหน้าที่ของคนไทยทุกคน

การอนุรักษ์ป่าไม้ เป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องปฏิบัติตามกฎหมายข้อบังคับเกี่ยวกับป่าไม้ ผู้ที่มีหน้าที่โดยตรง คือ กรมป่าไม้ ได้จัดการดูแลพิทักษ์ปกป้องป่าไม้ โดยจัดให้มีสวนพฤกษศาสตร์ สวนรุกขชาติ วนอุทยาน

น้ำ

น้ำเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญของคน สัตว์ และพืช หากไม่มีน้ำสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายต้องตายหมด

เราพบน้ำอยู่โดยทั่วไปทั้งในมหาสมุทร ทะเล ทะเลสาบ แม่น้ำ ลำคลอง หนอง บึง

ประโยชน์ของน้ำ

๑. ใช้ดื่ม ใช้กิน และใช้ชำระล้างสิ่งของต่างๆที่ใช้ในชีวิตประจำวัน
๒. ช่วยรักษาอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่ โดยการระเหยกลายเป็นไอ
๓. เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำ เช่น กุ้ง หอย ปู ปลา รวมทั้งพืชน้ำชนิดต่างๆ
๔. ใช้ในการเกษตรกรรม ได้แก่ ทำนา ทำสวน เลี้ยงสัตว์และประมง ฯลฯ
๕. ใช้ในกระบวนการผลิตทางอุตสาหกรรม

๖. เป็นแหล่งพลังงานในการผลิตกระแสไฟฟ้า
๗. ใช้เป็นเส้นทางคมนาคมขนส่ง



นักเรียนลองช่วยกันคิดว่าน้ำมีโทษอย่างไรบ้างกับมนุษย์



ปัญหาน้ำท่วมเกิดขึ้นทั้งในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท

ปัญหาที่เกิดขึ้นกับน้ำและผลกระทบ

๑. น้ำเสีย สาเหตุจากโรงงานอุตสาหกรรม บ้านเรือน ปล่องน้ำที่ไม่สะอาดลงแม่น้ำลำคลอง ทะเล ทะเลสาบ ทำให้น้ำเน่าเสีย มีกลิ่นเหม็น สัตว์น้ำไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ เกษตรกรฉีดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในไร่นา เมื่อฝนตกจะชะล้างสารพิษเหล่านี้ให้ไหลลงแม่น้ำลำคลอง ทำให้น้ำเป็นพิษ ไม่สามารถนำมาใช้อุปโภคบริโภค ใช้เลี้ยงสัตว์ และทำการเกษตรกรรมได้

๒. น้ำมีสารปนเปื้อน เช่น น้ำมันรั่วจากเรือบรรทุกน้ำมัน หรือมีการถ่ายเทน้ำมันทิ้งกลางทะเล ทำให้น้ำทะเลปนเปื้อนคราบน้ำมัน ซึ่งเป็นอันตรายต่อสิ่งมีชีวิตในน้ำ ทำให้เกิดมลพิษทางน้ำ



นักเรียนคิดว่าน้ำท่วมมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง



นักเรียนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้น้ำเน่าเสียและมีสารปนเปื้อน

การอนุรักษ์น้ำ

๑. การใช้น้ำอย่างประหยัด คือ ใช้น้อย ใช้เท่าที่จำเป็น ปิดก๊อกน้ำทุกครั้งเมื่อใช้น้ำเสร็จแล้ว สํารวจก๊อกน้ำ ท่อน้ำชำรุดทำให้น้ำรั่วซึม เมื่อพบควรแก้ไข
๒. ใช้น้ำอย่างหมุนเวียนและให้คุ้มค่า เช่น น้ำที่ใช้ซักผ้าแล้วนำไปล้างพื้น ล้างห้องน้ำ น้ำที่ใช้ถูพื้นแล้วนำไปรดต้นไม้
๓. ป้องกันการรั่วซึมของท่อน้ำในบริเวณ
๔. ห้ามทิ้งขยะ สารเคมี เศษวัสดุที่เป็นอันตรายลงแม่น้ำ
๕. ห้ามปล่อยน้ำเสียจากโรงงานอุตสาหกรรม บ้านเรือน ที่พัก โรงเลี้ยงสัตว์ ลงสู่แหล่งน้ำโดยตรง ควรมีบ่อกำจัดน้ำเสีย จัดการให้น้ำเสียเป็นน้ำดี แล้วจึงปล่อยน้ำนั้นให้ลงแหล่งน้ำ ห้ามสร้างส้วม หรือห้องน้ำใกล้กับแหล่งน้ำ
๖. ร่วมกันกำจัดขยะ วัชพืชในแม่น้ำลำคลอง ได้แก่ ผักตบชวา
๗. ร่วมกันดูแลรักษาแหล่งน้ำ หากพบโรงงาน บ้านเรือน โรงแรม ปล่อยน้ำเสีย ฝูรับผิดชอบควรรีบจัดการแก้ไข
๘. ไม่ทำลายแหล่งต้นน้ำลำธาร



ชวนคิด ลองทำ

๑. นักเรียนวาดภาพสิ่งแวดล้อมที่นักเรียนอยากอยู่ แล้วนำภาพเหล่านี้ติดที่ฝาผนังห้องเรียน หรือตามป้ายประกาศ
๒. ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายสาเหตุ ปัญหาและผลกระทบที่มีต่อสิ่งแวดล้อม ดิน น้ำ ป่าไม้
๓. จัดนิทรรศการเพื่อการรณรงค์การรักษาดิน น้ำ และป่าไม้
๔. จัดโครงการรักษาดิน รัักษ์น้ำ รัักษ์ป่าไม้
๕. ให้นักเรียนร่วมกันปลูกต้นไม้ กำจัดขยะในบริเวณโรงเรียนของนักเรียน





บทที่ ๗ ความภาคภูมิใจของชาวไทย

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอารยธรรมเก่าแก่มาเป็นเวลาช้านาน วันเวลาทำให้ชาวไทยสร้างมรดกทางศิลปวัฒนธรรมเอาไว้เป็นจำนวนมากมาย สิ่งเหล่านี้เมื่อตกทอดมาถึงปัจจุบันได้กลายเป็นทรัพยากรอันล้ำค่าของชาติและชนชาวไทย

นอกจากคุณค่าทางด้านความงามและคุณค่าทางประวัติศาสตร์ของชนชาติไทยในอดีตแล้ว มรดกทางศิลปวัฒนธรรมเหล่านี้ยังเป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงความคิด ความเชื่อถือ ประเพณี วัฒนธรรม ความเป็นอยู่ และความเจริญรุ่งเรืองของคนไทยในอดีตได้อย่างชัดเจน และเป็นหลักฐานล้ำค่าที่ยืนยันให้เห็นถึงความยิ่งใหญ่ของชนชาติไทยในอดีตด้วย

อุทยานประวัติศาสตร์เป็นหนึ่งในมรดกทางศิลปวัฒนธรรมอันล้ำค่า น่าภาคภูมิใจของชาวไทย อุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย อุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยาเป็นอุทยานประวัติศาสตร์ที่มีขนาดกว้างใหญ่ และได้รับการยกย่องจากองค์การศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (ยูเนสโก) ให้เป็นมรดกโลก

อุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย

อาณาจักรสุโขทัยเริ่มต้นขึ้นเมื่อประมาณพุทธศักราช ๑๗๙๒ บริเวณที่ราบลุ่มตอนเหนือของแม่น้ำเจ้าพระยาหรือบริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำยมซึ่งเป็นที่ลาดเชิงเขา โดยมีพ่อขุนศรีอินทราทิตย์เป็นปฐมกษัตริย์

พ่อขุนศรีอินทราทิตย์สถาปนาราชวงศ์พระร่วงปกครองเมืองสุโขทัยด้วยความร่มเย็นเป็นสุข มีพระราชอาณาเขตแผ่กว้างไพศาลทำให้สุโขทัยกลายเป็นอาณาจักรที่มีความเจริญรุ่งเรืองและยิ่งใหญ่ในบริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำยมเป็นเวลานานร้อยปี

นับตั้งแต่พ่อขุนศรีอินทราทิตย์สถาปนากรุงสุโขทัย และราชวงศ์พระร่วง จนกระทั่งอาณาจักรสุโขทัยเสื่อมสั่นลง มีพระมหากษัตริย์ราชวงศ์พระร่วงผลัดเปลี่ยนกันขึ้นมาปกครอง ๔ พระองค์ กษัตริย์แต่ละพระองค์ทรงสร้างความเจริญทางด้านศิลปวัฒนธรรมให้แก่สุโขทัยอย่างมากมาย จนทำให้อาณาจักรแห่งนี้เต็มไปด้วยศิลปวัตถุทั้งงดงามและมีคุณค่าทางจิตใจอย่างสูง เมื่อครั้งจัดทำโครงการอุทยานประวัติศาสตร์พบว่ามิใช่โบราณสถานมากกว่า ๑๒๕ แห่งในบริเวณเมืองเก่าสุโขทัย มีทั้งที่เป็นเจดีย์ วิหาร พระอุโบสถ และศาสนสถาน



นักเรียนเคยไปชมอุทยานประวัติศาสตร์ของไทยบ้างไหม

อุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย ตั้งอยู่ที่บริเวณเมืองเก่า จังหวัดสุโขทัย ซึ่งอยู่ใกล้กับบริเวณที่เป็นอุทยานประวัติศาสตร์ศรีสัชนาลัยและพื้นที่รอบๆ โดยมีโบราณสถานสมัยสุโขทัยจับกลุ่มกระจายกันอยู่ทั่วไป โบราณสถานและโบราณวัตถุภายในอุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัยพอจำแนกออกได้ดังนี้คือปราสาท เจดีย์ พระพุทธรูป ลวดลายปูนปั้น เครื่องปั้นดินเผาและจิตรกรรม

ปราสาท

โบราณสถานทางสถาปัตยกรรมของสุโขทัยในสมัยต้นๆ เป็นสถาปัตยกรรมที่มีลักษณะแบบขอมและได้มีการปรับแก้โดยเพิ่มความสูงขึ้นให้สูงกว่าปราสาทแบบขอม ส่วนการตกแต่งอื่นๆ ก็ยังคงลักษณะของเดิมไว้เช่นเดียวกับปราสาทแบบขอมนั่นเอง โบราณสถานทรงปราสาทเก่าแก่ของสุโขทัย เช่น ปราสาทสามองค์ที่วัดศรีสวาย ปราสาทสามองค์ที่วัดพระพายหลวง เป็นต้น

เจดีย์

โบราณสถานที่เป็นเจดีย์ของสุโขทัย นิยมทำกัน ๓ แบบ คือแบบดอกบัวตูม หรือพุ่มข้าวบิณฑ์ ซึ่งถือเป็นแบบเจดีย์ของสุโขทัยแท้ ปัจจุบันเหลือไม่มากนัก เช่น เจดีย์ที่วัดมหาธาตุ สุโขทัย เจดีย์ที่วัดเจดีย์เจ็ดแถว อำเภอศรีสัชนาลัย

เจดีย์แบบที่ ๒ ที่นิยมสร้างในสมัยสุโขทัยคือเจดีย์ทรงลังกา หรือที่เรียกกันว่า เจดีย์ทรงระฆัง แต่มีบางแห่ง เช่น เจดีย์ที่วัดช้างล้อมมีประติมากรรมรูปช้างรายล้อมรอบฐานเจดีย์ด้วย

เจดีย์ที่พบในสุโขทัยอีกแบบหนึ่งเป็นเจดีย์แบบศรีวิชัยผสมลังกา คือมีรูปทรงเหมือนเจดีย์ทรงลังกาแต่ตั้งอยู่บนฐานสูงรูปเหลี่ยม

พระพุทธรูป

นอกจากโบราณสถานอันงดงามและมีคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรมอย่างสูงส่งจำนวนมากมาแล้ว สุโขทัยยังมีชื่อเสียงในฐานะผู้สร้างพระพุทธรูปที่งดงามอย่างยิ่ง

พระพุทธรูปที่สร้างมีทั้งที่เป็นสัมฤทธิ์และปูน มีพุทธลักษณะงดงามสูงสุด กล่าวคือมีพระพักตร์รูปไข่คล้ายสตรี พระนาสิกงุ้มงามตามลักษณะของมหาบุรุษ ขมวดพระเกศาเล็ก มีพระรัศมีเปลว บั้นพระองค์เล็กขณะที่พระอังสาใหญ่สมบูรณ์ ครองจีวรห่มเฉียง ชายจีวรยาวถึงพระนาภี ตรงปลายทำเป็นเขี้ยวตะขาบ พระพุทธรูปที่เป็นแบบอย่างของสมัยสุโขทัย เช่น พระพุทธรูปปางลีลา ปางประทานอภัย ปางมารวิชัย ฯลฯ



พระพุทธรูปปางลีลา จังหวัดสุโขทัย



ลวดลายปูนปั้นที่วัดนางพญา

นอกจากนี้ในสมัยสุโขทัยยังนิยมสร้างพระพุทธรูปนั่ง นอน ยืน เดิน รวมกัน เรียกว่า พระพุทธรูปสี่อริยาบถ เช่น พระพุทธรูปที่วัดตระพังทองกลาง เป็นต้น

ลวดลายปูนปั้น

ลวดลายปูนปั้นสมัยสุโขทัยมีความประณีต ละเอียดอ่อน และงดงามมาก มักใช้ตกแต่งบริเวณฐานเจดีย์และกำแพงโบสถ์วิหาร งานปูนปั้นสมัยสุโขทัยมีทั้งที่เป็นพระพุทธรูป เทวดา สัตว์ และลวดลายต่างๆ โบราณวัตถุที่เป็นงานปูนปั้นประเภทลวดลายของสมัยสุโขทัยที่งดงามยอดเยี่ยมอยู่ที่วัดนางพญา อำเภอศรีสัชนาลัย



เครื่องปั้นดินเผา จังหวัดสุโขทัย

เครื่องปั้นดินเผา

เครื่องปั้นดินเผาของสุโขทัยมีทั้งที่เป็นถ้วยชาม หม้อ ไห เครื่องใช้ต่างๆ รวมทั้งเครื่องตกแต่งสถาปัตยกรรม เช่น เติร์รอนาค ทวารบาล และสิ่งของอันเกี่ยวเนื่องกับความเชื่อทางพุทธศาสนาอื่นๆ เครื่องปั้นดินเผาที่มีชื่อเรียกกันว่าเครื่องสังคโลก เป็นผลิตผลของช่างในสมัยสุโขทัยที่ส่งออกไปขายทั่วไปรวมถึงต่างประเทศ เช่น ญี่ปุ่น ฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย และบอร์เนียว ฯลฯ

จิตรกรรม

จิตรกรรมที่พบในสมัยสุโขทัยมีสภาพชำรุดเป็นส่วนใหญ่ ลักษณะจิตรกรรมของสุโขทัยเป็นจิตรกรรมฝาผนัง เขียนด้วยสีสียเขียวพบในคูหาเจดีย์ที่วัดเจดีย์เจ็ดแถว อำเภอศรีสัชนาลัย

โบราณสถานสำคัญในอุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย

วัดมหาธาตุ'

วัดมหาธาตุเป็นโบราณสถานที่สำคัญตั้งอยู่ในเขตกำแพงเมืองสุโขทัย ซึ่งถือเป็นวัดคู่บ้านคู่เมืองสุโขทัย สันนิษฐานว่าพ่อขุนศรีอินทราทิตย์สร้างขึ้นเพื่อเป็นที่ประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุและเป็นศูนย์กลางของเมืองใหม่ที่ทรงสถาปนาขึ้น

สิ่งที่แสดงถึงเอกลักษณ์ของสุโขทัยอย่างชัดเจนอยู่ที่เจดีย์ทรงดอกบัวตูมหรือทรงพุ่มข้าวบิณฑ์ ซึ่งถือเป็นประธานของวัด เจดีย์นี้หันหน้าไปทางทิศตะวันออก เชื่อกันว่าเป็นที่ประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ฐานชั้นล่างของเจดีย์มีรูปปั้นพระพุทธรูปปางนาคปรกยืนพนมมือโดยรอบ ล้อมด้วยปรางค์ศิลาแลง ๔ ทิศและเจดีย์แบบศรีวิชัยผสมลังกาทั้ง ๔ มุม

ด้านหน้าเจดีย์เป็นที่ตั้งของวิหารซึ่งเคยเป็นที่ประดิษฐานพระศรีศากยมุนี พระพุทธรูปสัมฤทธิ์หล่อที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ซึ่งสร้างขึ้นในสมัยพระยาลิไท ต่อมาพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช รัชกาลที่ ๑ ได้อัญเชิญไปประดิษฐานที่วัดสุทัศนเทพวราราม กรุงเทพมหานคร

ทิศเหนือและทิศใต้ของเจดีย์มหาธาตุ เป็นที่ประดิษฐานพระอัฐารส และภายในวัดมหาธาตุยังมีเจดีย์ใหญ่น้อยอีกมากมายกว่า ๒๐๐ องค์ แต่ละองค์ล้วนประดับตกแต่งอย่างงดงาม ทำให้เชื่อกันว่าวัดมหาธาตุเป็นวัดคู่บ้านคู่เมืองสุโขทัย



วัดมหาธาตุวัดคู่บ้านคู่เมืองสุโขทัย



ศาลตามาแดง จังหวัดสุโขทัย

ศาลตามาแดง

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือของวัดสระศรี ศาลตามาแดงเป็นศาสนสถานในศาสนาฮินดู มีลักษณะเป็นสถาปัตยกรรมแบบปรางค์ขอม สร้างด้วยศิลาแลงทั้งหลัง ถือเป็นโบราณสถานยุคแรกของสุโขทัย

ภายในศาลตามาแดงมีประติมากรรมศิลารูปเทวสตรีแต่งกายคล้ายเทพธิดาที่นครวัด

วัดตระพังเงิน

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของวัดมหาธาตุ หน้าวัดมีสระน้ำขนาดใหญ่ ภายในวัดมีเจดีย์ทรงดอกบัวตูมหรือทรงพุ่มข้าวบิณฑ์ก่อด้วยอิฐ ตัวฐานชั้นล่างของเจดีย์ก่อด้วยศิลาแลง ด้านหน้ามีฐานพระวิหารซึ่งประดิษฐานพระพุทธรูปปูนปั้น ใกล้กับองค์เจดีย์มีพระพุทธรูปปูนปั้นปางลีลา



ปรางค์สามองค์ วัดศรีสวาย จังหวัดสุโขทัย



วัดพระพายหลวง จังหวัดสุโขทัย

วัดศรีสวาย

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของวัดมหาธาตุ ใกล้กับกำแพงเมืองด้านทิศใต้ โบราณสถานสำคัญของวัดนี้เป็นปรางค์สามองค์ ตัวฐานชั้นล่างก่อด้วยศิลาแลง ส่วนบนสร้างด้วยอิฐถือปูน

วัดพระพายหลวง

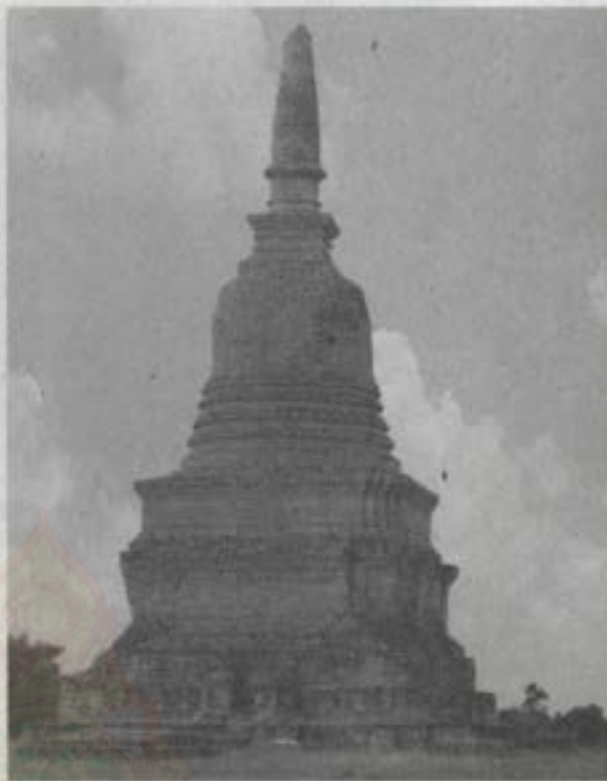
ตั้งอยู่นอกกำแพงเมืองสุโขทัยด้านทิศเหนือ มีปรางค์สามองค์ตั้งเรียงรายจากทิศเหนือไปทิศใต้ แต่องค์กลางและองค์ทางด้านทิศใต้ชำรุด เหลือเพียงองค์ทางด้านทิศเหนือเพียงองค์เดียวที่ยังสมบูรณ์

ปรางค์วัดพระพายหลวงสร้างด้วยศิลาแลง ประดับตกแต่งด้วยลวดลายปูนปั้น เดิมเป็นเทวสถาน ต่อมาเป็นวัดในพุทธศาสนานิกายมหายาน ปรางค์สามองค์นี้เป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปนาคปรก พระโพธิสัตว์อวโลกิเตศวรและพระนางปรัชญาปริมาตรา หรือพระนางปัญญาบารมี

วัดพระพายหลวงมีมณฑปประดิษฐานพระพุทธรูปสี่อริยาบถซึ่งเป็นพระพุทธรูปที่นิยมสร้างในสมัยสุโขทัย



เตาทุเรียง จังหวัดสุโขทัย



วัดศรีพิจิตรกิตติกลยาราม จังหวัดสุโขทัย

เตาทุเรียง

ตั้งอยู่รอบคันคูซึ่งเคยเป็นแนวคูเมืองในสมัยขอม เป็นเตาเผาเครื่องสังคโลก สมัยสุโขทัย ก่อด้วยอิฐ เป็นรูปคล้ายประทุนเกวียน ภายในแบ่งเป็นที่ใส่ไฟ ที่วาง ถ้วยชามและปล้องไฟ

วัดศรีพิจิตรกิตติกลยาราม

ตั้งอยู่ถัดจากวัดเจติยสี่ห้องไปทางทิศตะวันออก ภายในวัดมีเจติยทรงลังกา ขนาดใหญ่ตั้งอยู่บนฐานเหลี่ยมย่อมุมสูง ก่อด้วยอิฐทั้งองค์

บริเวณวัดศรีพิจิตรกิตติกลยารามนี้ ได้มีการขุดพบศิลาจารึกภาษาบาลีและ ภาษาไทย ๑ หลัก ซึ่งกล่าวถึงประวัติการสร้างวัด



วัดช้างล้อม จังหวัดสุโขทัย



พระพุทธรูปปางประทานอภัย ที่วัดสะพานหิน

วัดช้างล้อม

ตั้งอยู่ทางด้านเหนือของถนนสายสุโขทัยเก่า-สุโขทัยใหม่ และอยู่เยื้องกับวัดตระพังทองหลวง มีเจดีย์ทรงลังกา ก่ออิฐ ตั้งอยู่บนฐานรูปสี่เหลี่ยม ที่รอบฐานเจดีย์มีรูปช้างปูนปั้นโผล่ออกมาโดยรอบ จำนวน ๓๙ เชือก

วัดตึก

ตั้งอยู่ไม่ห่างจากประตูอ้อ ซึ่งอยู่กึ่งกลางกำแพงเมืองสุโขทัยด้านทิศตะวันตก มีมณฑปสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาดย่อม ภายในประดิษฐานพระพุทธรูปปูนปั้น ผั่งมณฑปประดับปูนปั้นเป็นรูปเทวดายืน

วัดสะพานหิน

ตั้งอยู่บนเนินเขานอกกำแพงเมืองสุโขทัยทางด้านทิศตะวันตกเฉียงเหนือ มีลักษณะพิเศษกว่าวัดอื่นๆ ตรงทางเดินขึ้นสู่ตัววัดซึ่งอยู่บนเนินเขาเตี้ย ปูด้วยแผ่นหินชนวนเหมือนสะพานหิน

โบราณสถานสำคัญของวัดสะพานหินมีวิหารก่อด้วยอิฐ ประดิษฐานพระอัฐารสประทับยืน เป็นพระพุทธรูปปางประทานอภัย

วัดเขาพระบาทน้อย

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของวัดสะพานหินบนยอดเขาสูงประมาณ ๑๕๐ เมตร มีเจดีย์ทรงจอมแหซึ่งองค์ระฆังก่อเป็นริ้วคล้ายจอมแห เคยเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรบาทสี่รอยสลักบนหินชนวน ซึ่งปัจจุบันนำไปจัดแสดงไว้ให้ชมที่พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติรามคำแหง จังหวัดสุโขทัย

วัดช้างรอบ

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกของวัดเขาพระบาทน้อย มีเจดีย์ทรงลังกา ที่รอบฐานเจดีย์มีรูปช้างปูนปั้นโผล่ออกมาโดยรอบจำนวน ๒๔ เชือก

สุโขทัยเป็นเมืองโบราณที่มีประวัติความเป็นมายาวนานกว่า ๗๐๐ ปี เป็นอภินิหารของชนชาติไทยที่มีความเจริญรุ่งเรืองทางด้านต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นทางด้านการเมืองการปกครอง ศาสนา และศิลปวัฒนธรรม เมื่อเสื่อมสลายลงก็ได้ถูกทำลายให้แหลกลาญไป คงเหลือร่องรอยความเจริญรุ่งเรืองไว้ให้คนรุ่นหลังได้ศึกษาสืบต่อมาจนปัจจุบัน

ทางราชการได้บูรณะพื้นที่ที่เคยเป็นที่ตั้งเมืองสุโขทัยขึ้นเป็นอุทยานประวัติศาสตร์ เพื่อให้เป็นแหล่งค้นคว้าและศึกษาทางศิลปวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ชนชาติไทยขึ้น โดยพยายามรักษาสีศิลปกรรมและสถาปัตยกรรมที่เคยมีมาตั้งแต่สมัยสุโขทัยให้คงอยู่ในสภาพที่ครบถ้วนสมบูรณ์

อุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัยพัฒนาก้าวหน้ามากขึ้นโดยได้รับความสนใจจากประชาชนชาวไทยและชาวต่างประเทศเข้าชมเพื่อศึกษาเรื่องราวในอดีตของราชธานีแห่งนี้อย่างมาก จึงทำให้องค์การศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (ยูเนสโก) ได้ยกย่องให้เป็นหนึ่งในนครประวัติศาสตร์และมรดกโลกของชาวไทย

อุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยา

“กรุงเทพทวารวดีศรีอยุธยา” นครหลวงอันยิ่งใหญ่ของไทยในอดีต มีความเจริญรุ่งเรืองและเป็นแหล่งศิลปวัฒนธรรมที่มีชื่อเสียงเลื่องลือมาตั้งแต่อดีต

ปัจจุบัน กรุงศรีอยุธยาสูญสิ้นไปเป็นเวลามากกว่า ๒๐๐ ปี แต่เกียรติภูมิและความยิ่งใหญ่ของราชอาณาจักรไทยแห่งนี้ก็ยังจารึกอยู่ คนไทยทุกคนรู้ว่ากรุงศรีอยุธยาเป็นศูนย์รวมของศิลปวัฒนธรรมแขนงต่างๆ และยังเป็นศูนย์กลางของโบราณวัตถุและโบราณสถานมากมาย

ร่องรอยอารยธรรมที่ปรากฏอยู่บนโบราณสถาน และโบราณวัตถุในพระนครศรีอยุธยา แสดงถึงความเจริญรุ่งเรืองสูงสุดของเมืองประวัติศาสตร์แห่งนี้ได้อย่างชัดเจน และเป็นสิ่งยืนยันว่าครั้งหนึ่ง ดินแดนบนที่ราบลุ่มแม่น้ำเจ้าพระยาแห่งนี้เคยเป็นที่ตั้งของอาณาจักรซึ่งเป็นศูนย์กลางแห่งความเจริญ มีความมั่งคั่งอุดมสมบูรณ์ สงบร่มเย็น และเป็นสุข



แผนที่พระนครศรีอยุธยาและที่ตั้งโบราณสถานในปัจจุบัน

นำเสียดายที่สิ่งล้ำค่าเหล่านั้นได้หักพังลงพร้อมกับเอกราชและความรุ่งเรืองของกรุงศรีอยุธยา อย่างไรก็ตามสิ่งที่ยังหลงเหลืออยู่และสืบทอดมาจนปัจจุบันก็ทรงคุณค่าอันยิ่งใหญ่ ทั้งด้านความงดงาม ประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม จึงทำให้ได้รับการยกย่องให้เป็นอุทยานประวัติศาสตร์อันทรงค่าของชนชาวไทย

โบราณสถานสำคัญในอุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยา

วัดพุทไธสวรรย์

ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยาทางด้านทิศใต้ มีปรางค์ใหญ่แบบอย่างศิลปกรรมขอม แต่มีความสูงและเพียวทหนึ่งองค์และคำหนักที่ประทับของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ซึ่งตั้งอยู่ทางด้านทิศเหนือของปรางค์ เป็นอาคาร ๗ ห้องก่ออิฐถือปูน หลังคามุงด้วยกระเบื้องดินเผา



วัดพุทไธสวรรย์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา



วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วัดใหญ่ชัยมงคล

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงใต้ของแม่น้ำป่าสัก สร้างในรัชสมัยพระเจ้าอู่ทอง และได้มีการบูรณะเพิ่มเติมในรัชสมัยสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ซึ่งโปรดฯ ให้ใช้เป็นประทับของสมเด็จพระสังฆราช ฝ่ายวิปัสสนาธุระ

วัดใหญ่ชัยมงคลนี้มีเจดีย์ประธานองค์ใหญ่องค์หนึ่ง ซึ่งสมเด็จพระนเรศวรมหาราชโปรดเกล้าฯ ให้สร้างขึ้น เพื่อเป็นอนุสรณ์สถานแห่งการกระทำยุทธหัตถีมีชัยชนะแก่พระมหาอุปราชา เป็นเจดีย์ลังกาขนาดใหญ่มีฐานไพทีสี่เหลี่ยม ตั้งอยู่บนฐานสูงสองชั้นรอบๆ มีเจดีย์บริวารรายล้อมและมีพระพุทธรูปปูนปั้นเรียงรายอยู่โดยรอบ

วัดไชยวัฒนาราม

ตั้งอยู่บริเวณบ้านป้อมทางทิศตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยา ซึ่งเชื่อกันว่าเป็นบ้านเกิดของพระราชชนนีของสมเด็จพระเจ้าปราสาททอง ภายในวัดมีปรางค์ประธานองค์ใหญ่ ลักษณะสถาปัตยกรรมแบบขอม และมีปรางค์แบบล้านนาเป็นบริวาร ๔ ทิศรอบปรางค์มีระเบียงคดเชื่อมต่อถึงกันโดยตลอด ภายในอาคารเหล่านี้ประดิษฐานพระพุทธรูปทรงเครื่องปูนปั้นแบบอย่างอยุธยาแท้ได้ชำรุดเกือบหมดอันเนื่องมา



สมเด็จพระเจ้าปราสาททองทรงสร้างวัดไชยวัฒนารามขึ้น เมื่อปี พ.ศ. ๒๑๔๓

วัดหน้าพระเมรุ

ตั้งอยู่ริมแม่น้ำลพบุรีทางด้านทิศเหนือใกล้ปากคลองสระบัว มีชื่อเต็มว่า วัดพระเมรุราชิการาม

พระอุโบสถวัดหน้าพระเมรุ ทำฐานและหลังคาเป็นเส้นโค้ง คล้ายเรือสำเภา เสาอาคารเป็นเสากลม ก่ออิฐถือปูน มีดอกบัวตูมที่หัวเสา ส่วนผนังอาคารเจาะเป็น ลูกกรงเล็กๆ เพื่อเป็นช่องระบายอากาศและแสงสว่างรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า มีมุขยื่นไปทั้งด้านหน้าและด้านหลัง หลังคา ๒ ชั้น ประดับด้วยช่อฟ้า ใบระกาและ หางหงส์ หน้าบันเป็นลวดลายจำหลักไม้ลงรักปิดทองประดับกระจกอันวิจิตรงดงาม

ภายในพระอุโบสถประดิษฐานพระพุทธรูปทรงเครื่องหล่อด้วยสัมฤทธิ์ ลงรัก ปิดทอง นับเป็นพระพุทธรูปสมัยอยุธยาที่มีความงดงามและสมบูรณ์ที่สุด

นอกจากนั้นยังประดิษฐานพระพุทธรูปศิลาจำหลักปางห้อยพระบาท พุทธศิลป์ ทวารวดี พระพุทธรูปองค์นี้สร้างจากหินปูนสีเขียวยาวงามมาก

วัดพนัญเชิง

เป็นโบราณสถานที่เชื่อกันว่าสร้างขึ้นก่อนตั้งกรุงศรีอยุธยา ไม่ปรากฏหลักฐานว่าใครเป็นผู้สร้าง

วัดพนัญเชิงเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปสัมฤทธิ์ ลงรักปิดทอง ปางสมาธิ พุทธศิลป์อู่ทอง เชื่อว่าพระเจ้าพนัญเชิง หรือที่ชาวบ้านนิยมเรียกว่า หลวงพ่อโต

วัดอโยธยา

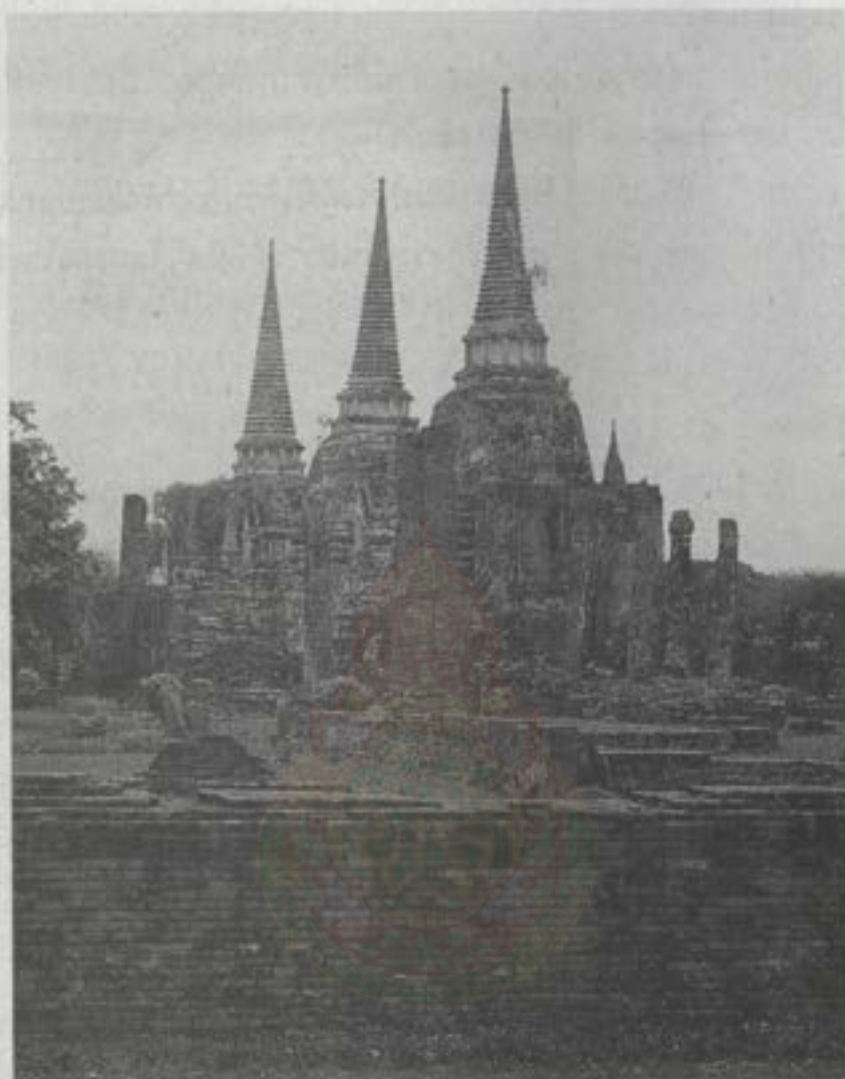
ตั้งอยู่บริเวณที่เชื่อกันว่าเป็นเมืองอโยธยา ซึ่งเป็นเมืองหน้าด่านอันอุดมสมบูรณ์แห่งหนึ่งของขอม ภายในวัดมีเจดีย์ทรงลังกาขนาดใหญ่ฐานสี่เหลี่ยมซึ่งตั้งอยู่บนเนินดินสูง ปัจจุบันได้ปรักหักพังลงเหลือเพียงเสี้ยวขององค์ระฆัง ตั้งอยู่หลังพระอุโบสถ



เจดีย์ภูเขาทองที่วัดภูเขาทอง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วัดภูเขาทอง

ตั้งอยู่ห่างจากเกาะเมืองไปทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือประมาณ ๒ กิโลเมตร ภายในวัดมีเจดีย์ใหญ่ลักษณะสถาปัตยกรรมแบบพม่าผสมอยุธยา องค์เจดีย์ก่ออิฐถือปูนเป็นรูปสี่เหลี่ยมย่อมุมไม้สิบสองตลอดองค์



วัดพระศรีสรรเพชญ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วัดพระศรีสรรเพชญ์

ตั้งอยู่บริเวณริมกำแพงพระราชวังด้านทิศใต้ สร้างขึ้นในรัชสมัยสมเด็จพระบรมไตรโลกนาถ มีเจดีย์ก่ออิฐถือปูนสามองค์ตั้งอยู่บนฐานเดียวกันเรียงแถวจากทิศตะวันตกไปทิศตะวันออก

เจดีย์สามองค์ที่วัดพระศรีสรรเพชญ์เป็นเจดีย์ทรงลังกา ตั้งอยู่บนฐานรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า รอบฐานเป็นระเบียงคดประติฐานพระพุทธรูปปูนปั้น รอบนอกของระเบียงคดมีกำแพงแก้วล้อมรอบอีกชั้นหนึ่ง

วัดราชบูรณะ

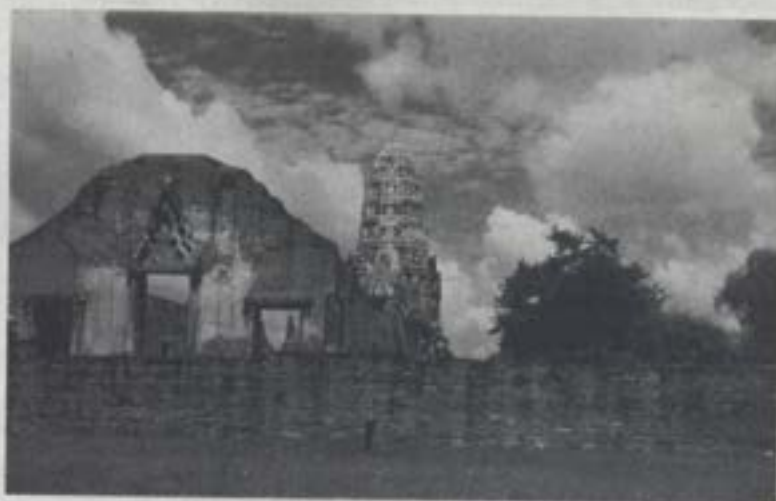
ตั้งอยู่นอกพระราชวังหลวง ตรงข้ามกับวัดมหาธาตุ มีปรางค์ที่สร้างขึ้นในสมัยกรุงศรีอยุธยาตอนต้นและเจดีย์ทรงลังกา

รูปแบบปรางค์วัดราชบูรณะ เป็นปรางค์ที่ได้รับการพัฒนาออกแบบใหม่ให้เหมาะสมสวยงาม และได้รับการยกย่องว่าเป็นปรางค์ที่มีความลงตัวในเรื่องสัดส่วนและความงามทางสถาปัตยกรรม

วัดโลกยสุธาราม

ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของพระราชวังหลวง วัดนี้มีพระพุทธรูปก่ออิฐถือปูนปางไสยาสน์ขนาดใหญ่ประดิษฐานโดดเด่นอยู่กลางแจ้ง

ปัจจุบันโบราณสถานต่างๆ ในอุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยาได้รับการขุดแต่งและบำรุงรักษาอย่างดีเพื่อให้เป็นแหล่งศึกษาศิลปวัฒนธรรม ความคิด ความเชื่อ ประเพณี และประวัติศาสตร์ชาติไทย อันจะทำให้อนุชนรุ่นหลังได้เรียนรู้เรื่องราวในอดีตของชนชาติไทยและเกิดความภาคภูมิใจในความยิ่งใหญ่ของบรรพบุรุษ เค้ารอยแห่งความเจริญมั่งคั่งในอดีตทำให้พระนครศรีอยุธยาได้รับการยกย่องเป็นนครประวัติศาสตร์และมรดกโลกจากองค์การศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรม แห่งสหประชาชาติ (ยูเนสโก) ด้วยความยินดีและภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่งของชนชาวไทย



วัดราชบูรณะ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

เราควรดูแลรักษามรดกโลกอย่างไร

อุทยานประวัติศาสตร์มิใช่เป็นเพียงมรดกทางศิลปวัฒนธรรมของคนไทยเท่านั้น หากแต่ยังเป็นมรดกทางศิลปวัฒนธรรมของคนทั้งโลกด้วย ดังนั้น เราจึงมีหน้าที่ดูแลรักษา หวงแหนและอนุรักษ์โบราณวัตถุ โบราณสถานทุกอย่างที่มีอยู่ในอุทยานประวัติศาสตร์ให้คงสภาพเดิมสืบต่อไปด้วยการไม่จับต้อง เคลื่อนย้ายหรือทำลายโบราณวัตถุ โบราณสถานด้วยวิธีการใดๆ ไม่หยิบนำโบราณวัตถุหรือเศษชิ้นส่วนของโบราณสถานมาเป็นของตน ไม่ขุดค้นโบราณสถานที่เป็นมรดกโลก และอุทยานประวัติศาสตร์อื่นใดเพื่อหวังทรัพย์สินหรือประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อต่างๆ ทั้งยังถือเป็นหน้าที่ของทุกคนในอันที่จะดูแลรักษาให้อยู่ในสภาพเดิมมากที่สุด

นอกจากนั้น ทุกคนยังต้องศึกษาให้เห็นคุณค่าทั้งด้านความงามและเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ความเป็นมาของมรดกโลกแต่ละแห่ง ให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ และหวงแหนผลงานของบรรพบุรุษที่มอบให้แก่ประชาชนไทย และประชาชนโลก โดยมีจุดมุ่งหมายร่วมกันว่าจะร่วมมือกันดูแลรักษามรดกโลกให้คงทนถาวรสืบต่อไป



ชวนคิด ลองทำ

๑. รวบรวมภาพโบราณสถานในอุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย และอุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยาแล้วสืบค้นว่าเป็นสถานที่ใด มีความสำคัญอย่างไร นำมาเล่าให้เพื่อนฟังหน้าชั้น
๒. ทักตนศึกษาอุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัยและอุทยานประวัติศาสตร์พระนครศรีอยุธยา แล้ววาดรูป หรือถ่ายรูปโบราณสถานที่ไปชม นำมาจัดนิทรรศการที่โรงเรียน
๓. เรียงความเรื่อง มรดกโลกที่ข้าพเจ้าภูมิใจ
๔. ศึกษาเพิ่มเติมว่าประเทศไทยมีอุทยานประวัติศาสตร์ที่เป็นมรดกโลกกี่แห่ง ที่ใดบ้าง แล้วนำมารายงานหน้าชั้น



บทที่ ๘ บุคคลสำคัญในประวัติศาสตร์

เจ้าพระยาโกษาธิบดี (ปาน)

เจ้าพระยาโกษาธิบดี (ปาน) เรียกสั้นๆว่า โกษาปาน เกิดเมื่อประมาณ พ.ศ. ๒๑๗๖ ในรัชสมัยพระเจ้าปราสาททอง มารดาชื่อบัว เป็นพระนมของสมเด็จพระนารายณ์ ได้รับสถาปนายศเป็นพระองค์เจ้าบัว พระนมเอก แต่คนทั่วไปนิยมเรียกว่า เจ้าแม่วัดดุสิต บิดาเป็นขุนนางมอญ ซึ่งโดยเสด็จสมเด็จพระนเรศวรมหาราชมาตั้งรกรากถิ่นฐานและรับราชการในกรุงศรีอยุธยา

โกษาปาน มีพี่ชายคนหนึ่งชื่อโกษาเหล็ก ต่อมาเมื่อสมเด็จพระนารายณ์มหาราชครองราชสมบัติ ได้เข้ารับราชการเป็นแม่ทัพใหญ่และดำรงตำแหน่งโกษาธิบดี โกษาปานและโกษาเหล็กได้รับการเลี้ยงดูมาพร้อมกับสมเด็จพระนารายณ์มหาราช จึงเป็นพระสหายใกล้ชิดมาตั้งแต่เยาว์



เจ้าพระยาโกษาธิบดี (ปาน)



ภาพวาดแสดงออกพระวิสุทธิสุเรน (ปาน) ราชทูตไทยซึ่งเดินทางไปเจริญสัมพันธไมตรีกับฝรั่งเศส
ในรัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช

โกษาปานเป็นคนใจกว้าง มองการณ์ไกล มีนิสัยใฝ่รู้ เฉลียวฉลาด พุดจาคมคาย สนใจทางด้านภาษาและวิชาการสมัยใหม่ ชอบคบหากับชาวต่างประเทศจนสามารถพูดและเขียนภาษาของชาวตะวันตกได้ นอกจากนั้นยังเป็นคนสุภาพ อ่อนน้อมต่อมदन ชอบจดบันทึกและเคร่งครัดในพระพุทธศาสนา

โกษาปาน เข้ารับราชการในกรมมหาดเล็กตั้งแต่วัยหนุ่ม แต่ไม่เป็นที่โปรดปรานของสมเด็จพระนารายณ์มหาราช จึงไม่ได้รับมอบภารกิจมากนัก จนกระทั่งคณะทูตฝรั่งเศสอันมี เซวาเลีย เดอ โชมองต์ ราชทูตและบาทหลวงฝรั่งเศสอีกหลายท่าน อัญเชิญพระราชสาส์นของพระเจ้าหลุยส์ที่ ๑๔ เพื่อเจริญสัมพันธไมตรีเดินทางมาถึงปากน้ำเจ้าพระยา เมื่อวันที่ ๒๓ กันยายน พ.ศ. ๒๒๒๔ สมเด็จพระนารายณ์มหาราชจึงมีรับสั่งให้โกษาปานออกไปต้อนรับ

ทันทีที่ราชทูตฝรั่งเศสเห็นบุคลิกท่าทางอันสง่างามมีภูมิรู้ของโกษาปาน ก็แนะนำคอนสแตนติน ฟอลคอน (ออกญาวิไชยเณทร์) ซึ่งได้รับแต่งตั้งเป็นผู้อำนวยการต้อนรับราชทูตฝรั่งเศส ให้กราบทูลสมเด็จพระนารายณ์มหาราชให้ส่งโกษาปานเป็นราชทูตไปฝรั่งเศส

เมื่อราชทูตฝรั่งเศสเสร็จสิ้นภารกิจจึงได้กราบทูลลากลับฝรั่งเศส สมเด็จพระนารายณ์มหาราชจึงโปรดเกล้าฯ ให้โกษาปานเป็นออกพระวิสุทธุสุนทร ราชทูตสยาม อัญเชิญพระราชสาสน์ของพระองค์ เดินทางไปประเทศฝรั่งเศสพร้อมกับเชอวาเลีย เดอ โชมองต์

พระเจ้าหลุยส์ที่ ๑๔ เสด็จออกต้อนรับราชทูตสยาม ณ พระราชวังแวร์ซาย ออกพระวิสุทธุสุนทร (ปาน) ได้นำคณะทูตถวายบังคมพระเจ้าหลุยส์ที่ ๑๔ เช่นเดียวกับที่ปฏิบัติต่อพระมหากษัตริย์ไทย หลังถวายพระราชสาสน์แล้ว ออกพระวิสุทธุสุนทร ก็กราบบังคมทูลด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ แยกกายเป็นที่ประทับใจของข้าราชการบริพารฝรั่งเศสถึงขนาดขอให้พิมพ์คำกล่าวนั้นออกแจกจ่ายกันเป็นที่ระลึก

ออกพระวิสุทธุสุนทรได้ทำหน้าที่เจริญสัมพันธไมตรีประสบผลสำเร็จอย่างดียิ่ง นำชื่อเสียงมาสู่ประเทศชาติจึงได้รับการยกย่องในภายหลังว่าราชทูตล้นทอง ออกพระวิสุทธุสุนทร ได้รับแต่งตั้งเป็นเจ้าพระยาโกษาธิบดี ในรัชสมัยสมเด็จพระเพทราชา



นักเรียนคิดว่าเจ้าพระยาโกษาธิบดี (ปาน) มีคุณลักษณะเด่นอะไร จึงทำให้ประสบความสำเร็จในการทำสัมพันธไมตรีกับฝรั่งเศส

ชาวบ้านบางระจัน

ปลายรัชสมัยพระเจ้าเอกทัศ
ก่อนเสียกรุงศรีอยุธยาแก่พม่าครั้งที่ ๒
พระเจ้ามังระ กษัตริย์พม่าให้เนเมียวสีหบดี
เป็นแม่ทัพ ยกกองทัพเข้ามาทางด่านเหนือ
ตีได้เชียงใหม่แล้ว ก็ยกกองทัพต่อมาจน
ถึงอุทัยธานี ทหารพม่ากองหนึ่งรุกมาถึง
แขวงเมืองวิเศษไชยชาญเพื่อสะสมเสบียง
และปล้นสะดมทรัพย์สิน จับผู้คนไปข่มเหง
ทารุณ สร้างความโกรธแค้นให้แก่ราษฎร
ไทยมาก จึงรวมตัวกันได้ ๖ คน ได้แก่
นายโชติ นายอิน นายเมือง นายแท่น
นายดอก นายทองแก้ว ได้นัดแนะกัน
ลงพม่าไปยังป่าแห่งหนึ่ง แล้วช่วยกันทำ
ร้ายจนทหารพม่าเสียชีวิตกว่า ๒๐ คน



อนุสาวรีย์วีรชนค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี

หลังจากนั้นทั้งหมดก็พากันเดินทางไปยังบ้านบางระจัน (ปัจจุบันเป็นอำเภอ
บางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี) ซึ่งขณะนั้นมีชาวบ้านจากที่ต่างๆ หนีภัยพม่า มารวมกันอยู่
ประมาณ ๑,๐๐๐ คน ทั้งยังมีเสบียงอาหารเพียงพอสำหรับการต่อสู้กับกองทัพพม่า
วีรชนผู้กล้าหาญทั้งหกได้เกลี้ยกล่อมให้ชาวบ้านทั้งหลายร่วมใจกันต่อสู้กับพม่า โดยมี
กำลังสำคัญระดับหัวหน้าเพิ่มขึ้นมาอีก ๕ คน คือ ชุนสรรค์ พันเรือง นายทองเหม็น
นายจันทนวดเขียว นายทองแสงใหญ่ และยังมีชายฉกรรจ์เข้าร่วมด้วยอีก ๔๐๐ คน

ชาวบ้านบางระจันสร้างค่ายขึ้นมา ๒ ค่ายคือค่ายใหญ่และค่ายน้อย เพื่อใช้ต่อสู้
ป้องกันกองทัพพม่า ซึ่งพม่าต้องยกทัพมาโจมตีค่ายทั้งสองแห่งนี้ถึง ๔ ครั้ง ค่ายบางระจัน
จึงแตก ชาวบ้านบางระจันมีความกล้าหาญ เสียสละ สามัคคี ออกสู้รบชนะพม่าถึง ๗ ครั้ง
นับเป็นวีรกรรมอันยิ่งใหญ่ที่แสดงถึงความรักผืนแผ่นดินเกิด



นักเรียนทราบหรือไม่ว่า วีรชนสำคัญของค่ายบางระจันมีใครบ้าง

พระอาจารย์ธรรมโชติ เดิมจำพรรษาอยู่ที่เขานางบวช แขวงเมืองสุพรรณบุรี เป็นพระสงฆ์ผู้ทรงความรู้และวิทยาคม เป็นที่เคารพนับถือของประชาชน ชาวค่ายบางระจันนิมนต์มาจำพรรษาที่วัดโพธิ์เก้าต้น ตั้งอยู่ในตำบลบ้านบางระจัน เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในการต่อสู้กับพม่า

นายโชติ เป็นคนบ้านสีบัวทอง แขวงเมืองสิงห์บุรี เป็นหนึ่งในผู้นำการต่อสู้ที่นัดแนะกับสมักรพรรคพวกโจมดีทหารพม่าที่ข้ามเขมรเข้ามารุกรานไทยกว่า ๒๐ คนแล้วถอยไปรวบรวมกำลังที่บ้านบางระจัน นายโชติคุมกำลังออกต่อสู้ข้าศึกจนเสียชีวิตในสนามรบ

นายอิน เป็นชาวบ้านสีบัวทองที่ร่วมกับนายโชติ นายเมือง นายแท่น นายดอก และนายทองแก้วต่อสู้กับพม่าแล้วมารวมกำลังกันที่บ้านบางระจัน นายอินนำชาวบ้านออกรบป้องกันค่ายด้วยความกล้าหาญมาตลอดจนเสียชีวิตในสนามรบ

นายเมือง เป็นชาวบ้านสีบัวทองเช่นเดียวกับนายแท่น ร่วมกับนายโชติ นายดอก นายอิน นายแท่นและนายทองแก้ว ฆ่าทหารพม่าที่มาข้ามเขมรเข้ามารุกรานไทยแล้วมารวมกำลังที่บ้านบางระจัน เป็นผู้นำรุ่นแรกของชาวบ้าน คุมคนออกต่อสู้กับศัตรูจนเสียชีวิตในสนามรบ

นายแท่น เป็นชาวสีบัวทอง แขวงเมืองสิงห์บุรี เป็นผู้ที่มีฝีมือและความกล้าหาญมาก ทั้งยังรอบรู้ในตำรายุทธศาสตร์ด้วย ชาวค่ายบางระจันยกย่องให้เป็นแม่ทัพใหญ่ นายแท่นยกกำลังเข้าตีพม่าหลายครั้งได้ชัยชนะทุกครั้ง ครั้นสุดท้ายเป็นการรบกับทัพของสุรินทจอชอง ซึ่งแม้จะฆ่าแม่ทัพพม่าตายในสนามรบ แต่นายแท่นก็ถูกปืนที่เข้าต้องหามกลับมารักษาในค่ายเป็นเวลาหลายเดือนจึงเสียชีวิต



นายดอก เป็นคนบ้านตรับ หรือบ้านกรับ เมืองวิเศษไชยชาญ รวมอยู่ในกลุ่มของนายโชติเข้าโจมตีพม่าที่ข่มเหงรังแกชาวบ้านและมาขอบุตรสาวของคน ได้ร่วมกับชาวบ้านบางระจันต่อสู้อย่างกล้าหาญจนเสียชีวิตในสนามรบ

นายทองแก้ว เป็นชาวบ้านโพทะเล เมืองวิเศษไชยชาญ ร่วมกับนายโชติและนายดอก นายอิน นายเมือง นายแท่น นำทหารพม่ากว่า ๒๐ คนแล้วมารวมกำลังที่บ้านบางระจัน ร่วมนำกำลังโจมตีพม่าแตกพ่ายมาตลอด จนครั้งสุดท้ายพม่าตีค่ายบางระจันแตก และเสียชีวิตในสนามรบ

ขุนสรรค์ เป็นคนมีฝีมือในการรบและมีความรู้ในยุทธวิธี ทำหน้าที่คุมทหารปืน ๑๐๐ คน เข้าต่อสู้กับพม่าได้รับชัยชนะมาตลอด จนพม่าตีค่ายบางระจันแตกและขุนสรรค์เสียชีวิตในสนามรบ

พันเรือง เป็นกำนันมีความเก่งกล้ามาก สามารถยืนหยัดเป็นกำลังใจให้ชาวบ้านที่ยังมีชีวิตอยู่จับดาบต่อสู้กับศัตรู และยอมสละทรัพย์สมบัติหล่อปืนใหญ่ใช้ทำลายค่ายพม่าและต่อสู้ป้องกันค่าย แต่การหล่อปืนใหญ่ไม่เป็นผลสำเร็จ กองทัพพม่าจึงสามารถตีค่ายบางระจันแตก พันเรืองเสียชีวิตเช่นเดียวกับชาวค่ายคนอื่นๆ

นายทองเหม็น เป็นคนกล้าหาญ นิสัยมุทะลุ เคยเป็นปึกขวานในกองกำลังของชาวบางระจันเข้ารบกับกองทัพของสุรินทจอชองจนได้รับชัยชนะ ครั้งหลังสุดนายทองเหม็น เมาสฺรา รู้สึกว่าคาญที่พม่าเอาแต่ตั้งรับอยู่ในค่ายไม่ออกมาสู้รบ จึงขี่กระบือเผือกนำกำลังบุกโจมตีค่ายพม่า แต่ถูกจับได้และถูกฆ่าตาย

นายจันทนวดเขียว เดิมชื่อจัน แต่เหตุที่ไว้หนวดคล้ายเขียว จึงทำให้ชาวบ้านทั่วไปนิยมเรียก นายจันทนวดเขียว น้ำใจกล้าหาญ เด็ดเดี่ยวและมีฝีมือในการรบ ชาวบ้านยกย่องให้เป็นหัวหน้าออกรบป้องกันค่ายได้รับชัยชนะตลอดมา ครั้งหนึ่งอาากาปันคณียุกกำลัง ๑,๐๐๐ คน มาถึงบ้านขุนโลก นายจันสืบรู้จึงแบ่งกำลังออกเป็น ๒ ส่วน ยกเข้าตีขนาบจนทัพพม่าแตกพ่าย อาากาปันคณียุกตายในที่รบ ครั้งสุดท้ายนายจันทนวดเขียวคุมกำลังออกไปตีค่ายพม่าแล้วถูกข้าศึกฆ่าตายในสนามรบ

นายทองแสงใหญ่ มีฝีมือและเชี่ยวชาญในการรบ ร่วมนำกำลังชาวบางระจันออกสู้รบกับพม่าตั้งแต่ต้นจนค่ายแตกและตายในที่รบ



ชาวบ้านบางระจันเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านใด ถ้าไม่มีชาวบ้านบางระจัน นักเรียนคิดว่าเหตุการณ์จะเป็นอย่างไร

พระยาพิชัยดาบหัก

พระยาพิชัยดาบหัก เดิมชื่อจ้อย เกิดเมื่อประมาณ พ.ศ. ๒๒๘๔ ในแผ่นดินพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ บิดามารดาทำไร่ทำนาอยู่ที่บ้านห้วยคา อำเภอฟิชัย จังหวัดอุตรดิตถ์

พระยาพิชัยดาบหัก มีนิสัยของอาจ กล้าหาญ เอาจริง ไม่เกียจคร้านและมีไหวพริบดี ชอบการชกมวยเป็นชีวิตจิตใจ เมื่อเยาว์วัยบิดานำไปฝากไว้กับพระครูวัดมหาธาตุ เมืองพิชัย ได้ศึกษาเล่าเรียนจนอ่านออกเขียนได้ ระหว่างนั้นก็หมั่นฝึกหัดชกมวยอย่างสม่ำเสมอจนมีฝีมือ

ครั้งหนึ่งเกิดเรื่องวิวาทกับลูกชายเจ้าเมืองพิชัย เกรงว่าจะต้องเป็นฝ่ายรับโทษ จึงเดินทางออกจากวัดมหาธาตุเรื่อยมาจนถึงวัดบ้านแก่ง (ปัจจุบันอยู่ในเขตอำเภอตรอน จังหวัดอุตรดิตถ์) จึงเปลี่ยนชื่อเป็นทองดี เข้าฝึกวิชามวยกับครูเที่ยงจนคล่องแคล่ว ชำนาญดี เนื่องจากไม่กินหมาก ชาวบ้านทั่วไปจึงมักเรียกว่า นายทองดีฟันขาว

ต่อมานายทองดีเดินทางไปยังบ้านท่าเสา (ปัจจุบันอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์) เพื่อฝึกฝนวิชามวยเพิ่มเติม จากนั้นยังได้ฝึกมวยจีนและวิชาฟันดาบจากครูตาจนเก่งในเวลาอันรวดเร็ว ครั้งหนึ่งนายทองดีเดินทางไปชกมวยที่เมืองตาก และสามารถชนะนักมวยชั้นครูได้ในเวลาอันรวดเร็วถึง ๒ คน พระยาตากชื่นชอบฝีมือการต่อสู้ของนายทองดีจึงชักชวนให้อยู่ด้วย นายทองดีก็ยินยอม หลังจากอยู่รับใช้ใกล้ชิด พระยาตากจนอายุครบ ๒๐ ปี พระยาตากก็จัดการบวชให้ตามประเพณี ต่อมาได้สึกออกมารับราชการ ติดตามพระยาตาก จนพระยาตากได้รับแต่งตั้งเป็นพระยาวชิรปราการ เจ้าเมืองกำแพงเพชร



อนุสาวรีย์พระยาพิชัยดาบหัก
จังหวัดอุตรดิตถ์

ขณะนั้นพม่ายกกองทัพเข้ามัล้อมกรุงศรีอยุธยา พระยาวชิรปราการต้องอยู่ช่วยรักษาพระนคร จนกระทั่งเห็นว่าไม่สามารถต้านทานกำลังของศัตรูไว้ได้แล้ว จึงรวบรวมกำลังคนได้ประมาณ ๕๐๐ คน ตีฝ้ากองทัพพม่าออกมา ในจำนวนนั้นมีนายทองดี ซึ่งต่อมาได้รับแต่งตั้งเป็นหลวงพิชัยอาสา รวมอยู่ด้วย

หลังจากกอบกู้เอกราช ขับไล่ศัตรูออกไปจากแผ่นดินแล้ว พระยาวชิรปราการ ซึ่งคนทั่วไปยังนิยมเรียกว่า พระยาตาก ได้ขึ้นครองราชย์เป็นพระเจ้ากรุงธนบุรี ทรงเลื่อนหลวงพิชัยอาสา เป็นเจ้าหมื่นไวยวรนาถ ตำแหน่งทหารเอกราชองครักษ์ในพระองค์ ต่อมาได้เลื่อนบรรดาศักดิ์เป็น พระยาสิทธิราชเดโช เจ้าเมืองพิชัยหรือที่คนทั่วไปเรียกว่า พระยาพิชัย

เมื่อพระยาพิชัยปกครองเมืองพิชัยนั้น พม่ายกกองทัพจากเชียงใหม่ลงมาตีเมืองพิชัย ๒ ครั้ง ครั้งแรกเมื่อ พ.ศ. ๒๓๑๕ พระยาพิชัยยกพลเข้าต่อสู้ตะลุมบอน พันทางทหารพม่าล้มตายเป็นอันมาก เมื่อพม่าต้านทานไม่ไหวก็แตกพ่ายกลับไปยังเมืองเชียงใหม่

ครั้งที่สอง เมื่อ พ.ศ. ๒๓๑๖ ไปสุพลาแม่ทัพใหญ่ของพม่ายกกองทัพมาเอง พระยาพิชัยรู้ตัวก่อนจึงยกกองทัพไปดักรอกลางทาง ในการนำทหารออกสู้รบกับศัตรูครั้งนี้ พระยาพิชัยได้ต่อสู้กับพม่าจนดาบหัก แต่พระยาพิชัยก็ยังใช้ดาบที่หักกรูไล่ฟันข้าศึกอย่างไม่ยั้งมือ จนพม่าพ่ายแพ้อีกกลับไปอีกครั้งหนึ่ง

ทหารไทยที่ร่วมรบต่างชื่นชมความเก่งกล้าสามารถของพระยาพิชัยเป็นอันมาก พวกเขาร่วมใจมอบสมญานามท่านว่า พระยาพิชัยดาบหัก ตั้งแต่นั้นมา



พระยาพิชัยดาบหัก เป็นตัวอย่างที่ดีในด้านใดบ้าง



ชวนคิด ลองทำ

๑. ถ้ามีโอกาสนักเรียนควรไปทัศนศึกษาสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ เช่น
 - ๑.๑ พระราชวังนารายณ์ราชนิเวศน์ จังหวัดลพบุรี
 - ๑.๒ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติกรุงเทพฯ ศึกษาเรื่องราวการต่างประเทศในสมัยกรุงศรีอยุธยา
 - ๑.๓ อนุสาวรีย์วีรชนค่ายบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี ศึกษาสถานที่และเรื่องราวของชาวบ้านบางระจันในอดีต
๒. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มกันค้นคว้าชีวประวัติบุคคลสำคัญของท้องถิ่นทั้งในอดีตและปัจจุบัน
๓. ให้นักเรียนบรรยายเรื่องพระยาพิชัยดาบหัก จากภาพในหน้า ๘๘ และ ๘๙







ศิลปวัฒนธรรมไทย

ศิลปวัฒนธรรม

ศิลปวัฒนธรรมประกอบด้วยคำ ๒ คำ คือ ศิลปะ และวัฒนธรรม

ศิลปะ หมายถึง สิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อแสดงความงดงาม ได้แก่ รูปวาด รูปปั้น อาคารสิ่งก่อสร้าง ดนตรี นาฏศิลป์ และวรรณคดี

วัฒนธรรม หมายถึง สิ่งที่แสดงถึงความเจริญ ความเป็นระเบียบ ความกลมเกลียวของชาติ และศีลธรรมอันดีของประชาชน เช่น ภาษา การแต่งกาย ขนบธรรมเนียม ประเพณีต่างๆ

ศิลปวัฒนธรรมจึงมีความหมายว่า สิ่งอันงดงามที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อแสดงถึงความเจริญ ความมีระเบียบ วินัย ความสามัคคีและความสันติสุขของคนในชาติ

ขนบธรรมเนียมประเพณี

ขนบธรรมเนียม หมายถึง แบบอย่างที่มนุษย์สร้างขึ้นและนิยมทำสืบต่อกันมา เช่น การไหว้ การกราบ การแสดงสัมมาคารวะต่อผู้สูงอายุ การต้อนรับแขก ฯลฯ

ประเพณี หมายถึง สิ่งที่นิยมประพฤติปฏิบัติสืบเนื่องต่อกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษจนปัจจุบัน และกลายเป็นแบบแผนอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิต เช่น ประเพณีสงกรานต์ ประเพณีลอยกระทง ประเพณีบุญบั้งไฟ ประเพณีแห่เทียนพรรษา ประเพณีเทศกาลเดือนสิบ ประเพณีตักบาตรเทโว ฯลฯ



ประเพณีลอยกระทงเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีเก่าแก่ของไทยที่มีมาแต่สมัยโบราณ

ชนชาติไทยเป็นชนชาติเก่าแก่ชนชาติหนึ่งในทวีปเอเชีย ที่สร้างแบบแผนในการดำรงชีวิตของตนขึ้นและยึดถือสืบทอดต่อมา แบบแผนเหล่านั้นถือเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีที่สำคัญและเป็นเอกลักษณ์สำคัญประจำชาติไทยในปัจจุบัน แม้ว่าประเทศไทยจะมีอาณาเขตกว้างใหญ่ แต่เราก็มีขนบธรรมเนียมประเพณีที่แสดงความเป็นไทยหลายอย่างเช่น ประเพณีวันเข้าพรรษา ประเพณีวันออกพรรษา ประเพณีลอยกระทง ประเพณีสงกรานต์ ฯลฯ

ประเพณีวันเข้าพรรษา กำหนดให้มีขึ้นในวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ แต่ถ้าปีใดมีการนับเดือน ๘ สองครั้งก็เลื่อนไปเป็นวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ หลัง ในวันนี้ชาวไทยยึดถือปฏิบัติสืบทอดกันมาด้วยการปรุงอาหารหวานคาวไปทำบุญที่วัด จากนั้นก็ฟังธรรม และถือศีลภาวนา การทำบุญเข้าพรรษานี้มีประเพณีที่ชาวไทยปฏิบัติสืบทอดกันมา คือ การถวายเทียนพรรษา และการถวายผ้าอาบน้ำฝน

ประเพณีวันออกพรรษา กำหนดให้มีขึ้นในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ในวันนี้ชาวไทยจะปรุงอาหารหวานคาวไปถวายพระภิกษุสงฆ์ที่วัด ซึ่งบางแห่งจัดให้มีการตักบาตรเทโวด้วย

ประเพณีลอยกระทง เป็นประเพณีที่นิยมทำสืบทอดกันมาแต่โบราณ จัดให้มีขึ้นในคืนวันเพ็ญ เดือน ๑๒ กลางวันทำบุญทำทาน ฟังเทศน์และปฏิบัติธรรม ตอนค่ำนำกระทงประดับดอกไม้ รูปเทียน ลอยในแม่น้ำลำคลอง

ประเพณีสงกรานต์ ตรงกับวันที่ ๑๓ เมษายนของทุกปี ชาวไทยถือเป็นวันขึ้นปีใหม่ของไทย นิยมทำความสะอาดบ้านเรือน ทำบุญ ทำทาน สรงน้ำพระ รดน้ำขอพรผู้ใหญ่ ก่อพระเจดีย์ทราย เล่นสาดน้ำกัน และมีการละเล่นพื้นบ้านต่างๆ

ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น

แม้ว่าประเทศไทยจะมีขนบธรรมเนียมประเพณีประจำชาติอยู่แล้ว แต่ขนบธรรมเนียมประเพณีในแต่ละท้องถิ่นก็ได้สร้างแบบแผนสำหรับยึดถือและปฏิบัติในการประกอบประเพณีนั้นแตกต่างกันไปตามสภาพภูมิประเทศ และความเชื่อถือของคนในท้องถิ่น จนกลายเป็นวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่นสืบทอดกันต่อมา

ตัวอย่าง ขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น ที่มีตามภาคต่างๆ มีดังนี้

ภาคกลาง

ชาวพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ มีประเพณีสงกรานต์
 ชาวสมุทรปราการ มีประเพณีรับบัว-โยนบัว
 ชาวพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี มีประเพณีตักบาตรดอกไม้อัน
 ชาวอุทัยธานี มีประเพณีตักบาตรเทโว

ภาคเหนือ

ชาวเชียงใหม่ มีประเพณีสงกรานต์
 ชาวพิจิตร มีประเพณีแข่งเรือยาว
 ชาวสุโขทัย มีประเพณีลอยกระทง เผาเทียนเล่นไฟ
 ชาวแม่ฮ่องสอน มีประเพณีปอยส่างลอง (บวชลูกแก้ว)

ภาคอีสาน

ชาวยโสธร มีประเพณีบุญบั้งไฟ
 ชาวอุบลราชธานี มีประเพณีแห่เทียนพรรษา
 ชาวสกลนคร มีประเพณีแห่ปราสาทผึ้ง
 ชาวนครพนม มีประเพณีไหลเรือไฟ
 ชาวด่านซ้าย จังหวัดเลย มีประเพณีแห่ผีตาโขน

ภาคตะวันออก

ชาวชลบุรี มีประเพณีวิ่งควาย

ภาคใต้

ชาวนครศรีธรรมราช มีประเพณีทำบุญเดือนสิบ
 ชาวสุราษฎร์ธานี มีประเพณีชักพระ



ประเพณีสงกรานต์
จ.เชียงใหม่



ประเพณีบุญบั้งไฟ จ.ยโสธร



ประเพณีแข่งเรือยาว
จ.พิจิตร



ประเพณีชักพระ
จ.สุราษฎร์ธานี



ประเพณีวิ่งควาย จ.ชลบุรี

การอนุรักษ์วัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีไทย

ชาวไทยทุกคนสามารถร่วมกันอนุรักษ์วัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณีไทยให้มั่นคงถาวรสืบต่อไปด้วยวิธีการดังนี้

๑. แสดงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันในฐานะของคนไทย ด้วยการเป็นส่วนหนึ่งในการรักษาเอกลักษณ์ของชาติ

๒. ร่วมกันดูแลโบราณสถาน โบราณวัตถุ และสิ่งที่แสดงถึงวัฒนธรรมของชาติที่มีมาแต่อดีตให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์ที่สุด

๓. ศึกษาและร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับวัฒนธรรมไทย

๔. ปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมประเพณีไทยที่มีมาแต่อดีต เช่น ทำบุญวันเข้าพรรษา ร่วมประเพณีวันสงกรานต์ วันลอยกระทง และประเพณีที่จัดขึ้นในท้องถิ่นของตน

๕. รักษาขนบธรรมเนียมไทยด้วยการแต่งกายแบบไทย พูดภาษาไทยอย่างถูกต้อง แสดงความเคารพแบบไทย นิยมและเลือกใช้สินค้าที่ผลิตในประเทศไทย

๖. เผยแพร่ขนบธรรมเนียมประเพณีไทยให้แพร่หลาย ทั้งในหมู่ชาวไทยและชาวต่างประเทศ





ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มศึกษาและอภิปรายตามหัวข้อดังนี้

๑.๑ ศิลปวัฒนธรรมไทยมีลักษณะอย่างไร

๑.๒ ขนบธรรมเนียมประเพณีไทยเกิดมาจากอะไร

๑.๓ คนไทยมีหน้าที่ต่อการอนุรักษ์วัฒนธรรมไทยอย่างไร

๒. ให้นักเรียนรวบรวมสิ่งที่เป็นขนบธรรมเนียมประเพณีของไทย และขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่นแล้วนำมาเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง

๓. นักเรียนเคยไปร่วมงานประเพณีใดมาบ้าง แต่ละประเพณีมีแบบอย่างอย่างไร จากนั้นก็นำมาเล่าให้เพื่อนๆ ฟังที่หน้าชั้น

๔. ให้นักเรียนเขียนเรียงความเกี่ยวกับขนบธรรมเนียมประเพณีในท้องถิ่นของตน





ศาสนาในเมืองไทย

ศาสนาในประเทศไทยที่คนทั่วไปรู้จักชื่อกันดีคือ ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ และศาสนาอิสลาม

ศาสนาที่ครองจิตใจคนไทยมายาวนาน และมีคนไทยนับถือมากที่สุด คือศาสนาพุทธหรือพระพุทธศาสนา* ที่เรียกว่าพระพุทธศาสนาเพราะมีพระศาสดา คือ พระพุทธเจ้า

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทย เกิดขึ้นในประเทศอินเดียเมื่อ ๒,๕๐๐ ปีเศษมาแล้ว แนวคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเน้นหนักไปในเรื่องของเหตุและผล พระองค์สอนให้ใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาให้พ้นจากทุกข์ จุดมุ่งหมายของการพ้นทุกข์ คือ นิพพาน ซึ่งหมายถึง การดับกิเลส

หลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือ ให้ละเว้นการกระทำความชั่ว ให้ทำความดี และทำจิตใจให้บริสุทธิ์

องค์ประกอบของพระพุทธศาสนา มีดังนี้

๑. พระรัตนตรัย ได้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
๒. พุทธบริษัท ได้แก่ ผู้นับถือพระพุทธศาสนา และปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า แยกประเภทเป็นพระภิกษุ พระภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา
๓. ศาสนวัตถุ ได้แก่ วัด ปุชนิยวัตถุ เช่น พระพุทธรูป ปุชนิยสถาน เช่น เจดีย์
๔. วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ วันธรรมสวนะ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา

* ให้นักเรียนที่นับถือศาสนาอิสลาม ใน ๔ จังหวัดชายแดนภาคใต้เรียนเนื้อหาตามรายวิชา ในหลักสูตรอิสลามศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ทดแทนเนื้อหาพระพุทธศาสนาในบทนี้

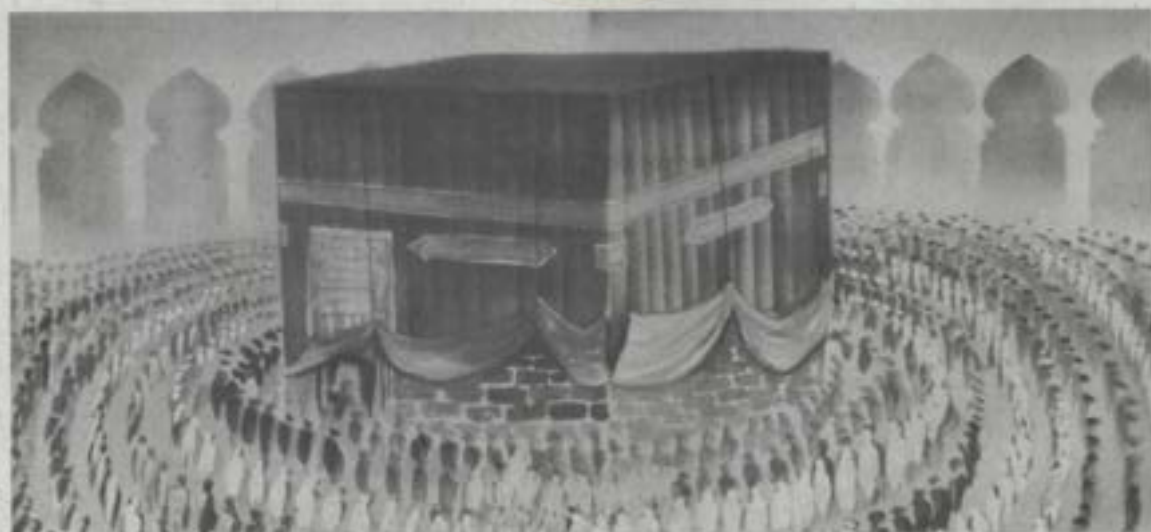
ศาสนาอิสลาม

ศาสนาอิสลามเกิดขึ้นในประเทศซาอุดีอาระเบีย มีท่านนบีมุหัมมัดเป็นศาสดา โดยรับโอองการจากท่านอัลลอฮ์ ให้เป็นผู้เผยแพร์ศาสดา ประมุขสูงสุดของชาวมุสลิมในประเทศไทยคือ จุฬาราชมนตรี ศาสนาอิสลามมีคัมภีร์อัล-กุรอานเป็นหลักปฏิบัติ และเป็นสิ่งเคารพศรัทธา ซึ่งประกอบด้วยคำสั่งสอน หลักการสอน หลักกฎหมายอาญา กฎหมายแพ่งเกี่ยวกับครอบครัวและมรดก

หลักธรรมในศาสนาอิสลาม ประกอบด้วย หลักการศรัทธา และหลักการปฏิบัติ

หลักการศรัทธา มี ๖ ประการ คือ

๑. ศรัทธาต่อท่านอัลลอฮ์
๒. ศรัทธาต่อบรรดาศาสนทูต (รَسُول) ของท่านอัลลอฮ์
๓. ศรัทธาต่อเทวทูต (มลาอิกะฮ์) ของท่านอัลลอฮ์
๔. ศรัทธาในคัมภีร์ต่างๆ ที่ท่านอัลลอฮ์ประทานลงมา
๕. ศรัทธาเชื่อมั่นในวันพิพากษาโลก (วันอาคิเราะฮ์)
๖. ศรัทธาในกฎสภาวะที่ท่านอัลลอฮ์กำหนดไว้



อัล-กะอฺบะฮ์ ศาสนสถานที่สำคัญในศาสนาอิสลามตั้งอยู่ในนครมักกะฮ์ ประเทศซาอุดีอาระเบีย

หลักการปฏิบัติ ๕ ประการคือ

๑. การประกาศตนเข้าเป็นมุสลิม คือ การกล่าวคำปฏิญาณเข้ารับนับถือศาสนาอิสลาม

๒. การละหมาด เป็นการแสดงความเคารพต่อท่านอัลลอฮ์ วันละ ๕ เวลา

๓. การถือศีลอด เป็นการละเว้นการดื่มกิน ตั้งแต่รุ่งสางจนพลบค่ำ ในเดือนที่มีการถือศีลอด (เดือนเราะมะฎอน)

๔. การบำเพ็ญหัจญ์ คือการเดินทางไปแสวงบุญ ปฏิบัติศาสนกิจที่นครมักกะฮ์ ประเทศซาอุดีอาระเบีย

๕. การจ่ายซะกาต หรือการบริจาคทานตามศาสนบัญญัติ

นอกจากนี้ศาสนาอิสลามยังมีข้อห้ามที่ต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัดอีกเช่น ห้ามกินเนื้อหมู ห้ามให้สุราโดยคิดดอกเบี้ย ห้ามดื่มสุราเมรัย ห้ามเล่นการพนัน

ศาสนาคริสต์

ศาสนาคริสต์เกิดในดินแดนปาเลสไตน์ (ประเทศอิสราเอล) มีพระเยซูเป็นศาสดา ชาวคริสต์เชื่อมั่นในคำภีร์ไบเบิลและคำสอนพระเยซู ที่ทรงสอนให้รักในพระเจ้า รักครอบครัว และเพื่อนมนุษย์ทั้งมวล



พระเยซูเจ้า

หลักธรรมที่สำคัญของศาสนาคริสต์ หรือบัญญัติ ๑๐ ประการ มีดังนี้คือ

๑. จงนมัสการพระเจ้าเป็นเจ้าเพียงพระองค์เดียว
๒. อย่าออกนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ
๓. อย่าลืมฉลองวันพระเจ้าเป็นวันศักดิ์สิทธิ์ (ฉลองวันอาทิตย์)
๔. จงเคารพนับถือบิดามารดา
๕. อย่าฆ่าคน
๖. อย่าลักขโมย
๗. อย่าล่วงประเวณีในคูครองของคนอื่น
๘. อย่าใส่ความนินทา
๙. อย่าปลงใจในความลามก
๑๐. อย่าโลภอยากได้ทรัพย์ของผู้อื่น

ศาสนาพุทธ

พุทธประวัติ

พระพุทธเจ้าทรงมีพระนามเดิมว่า เจ้าชายสิทธัตถะ ทรงเป็นพระโอรสของพระเจ้าสุทโธทนะ และพระนางสิริมหามายา

พระพุทธเจ้าประสูติในวงศ์กษัตริย์ชื่อว่า ศากยวงศ์ หรือวงศ์ศากยะ ซึ่งเป็นวงศ์กษัตริย์ฝ่ายพระบิดา มีเมืองหลวงชื่อเมืองกบิลพัสดุ์อยู่ริมฝั่งแม่น้ำโรहिณี วงศ์ฝ่ายพระมารดาชื่อโกลิยวงศ์ หรือวงศ์โกลิยะ มีเมืองหลวงชื่อเมืองเทวทหะ ตั้งอยู่ริมฝั่งอีกด้านหนึ่งของแม่น้ำโรहिณี ทั้ง ๒ ฝ่ายเป็นพระญาติพี่น้องกัน กษัตริย์ ๒ วงศ์นี้ไม่นิยมอภิเษกสมรสหรือแต่งงานกับวงศ์กษัตริย์อื่นๆ และบุคคลต่างวรรณะ เพราะถือชั้นวรรณะเคร่งครัด

เมื่อพระนางสิริมหามายาอภิเษกสมรสกับพระเจ้าสุทโธทนะ และทรงครรภ์แก่จึงเสด็จกลับไปยังกรุงเทวทหะ เพื่อประสูติที่บ้านบิดามารดา เมื่อเดินทางถึงตำบลลุมพินีวัน

ซึ่งปัจจุบันอยู่ในประเทศเนปาล ทรงเกิดพระอาการเจ็บพระครรภ์จึงประสูติพระโอรสที่นั่น เมื่อวันที่ ๑๕ ค่ำ เดือน ๖ ก่อนพุทธศักราช ๘๐ ปี พระโอรสนั้นทรงพระนามว่าเจ้าชาย สิทธัตถะ และต่อมาคือพระพุทธเจ้า

สถานที่ที่พระพุทธเจ้าประสูติอยู่ที่ตำบลลุมพินีวัน ประเทศเนปาล นับเป็นสถานที่สำคัญแห่งหนึ่ง ที่พุทธศาสนิกชนทั่วโลกนิยมไปกราบไหว้บูชา

พระพุทธเจ้าประสูติได้ ๗ วัน พระนางสิริมหามายาสิ้นพระชนม์ พระเจ้าสุทโธทนะ ได้ทรงขอพระนางประชาบดี โคตมี ผู้เป็นพระกนิษฐาหรือน้องสาวของพระนางสิริมหามายา เป็นพระมารดาเลี้ยง

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงเจริญวัยขึ้น พระเจ้าสุทโธทนะทรงให้ศึกษาเล่าเรียนใน สำนักศึกษาที่มีชื่อเสียงสมัยนั้น อันได้แก่สำนักวิศวามิตร ครั้นเจ้าชายสิทธัตถะทรงมี พระชนมายุได้ ๑๖ ปี ได้อภิเษกสมรสกับพระนางพิมพา ยโสธรา เมื่อพระชนมายุได้ ๒๙ ปี เจ้าชายสิทธัตถะทรงมีพระโอรสทรงพระนามว่า ราหุล

เจ้าชายสิทธัตถะทรงมีพระสติปัญญาเป็นเลิศ ทรงเป็นนักคิด เห็นอะไรก็นำมา คิดหาเหตุผลโดยตั้งคำถามว่าทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ถ้าไม่ต้องการให้เป็นอย่างนี้จะทำ อย่างไร

ทรงเห็นความเปลี่ยนแปลงของผู้คน เช่น คนผมหงอก ก็ทรงตั้งคำถามว่าทำไม จึงหงอก ทรงได้คำตอบว่าเพราะเป็นคนแก่ ทรงได้พบว่าคนผมหงอกหรือคนแก่นั้นอยู่ ไม่นานก็ตาย ทรงตั้งคำถามว่าทำไมจึงตาย

ทรงพบว่าสภาพชีวิตคนที่แก่ เจ็บ และตายนั้น ไม่มีผู้ใดต้องการ แต่หนีไม่พ้น สภาพเช่นนี้เป็นความทุกข์ เจ้าชายสิทธัตถะทรงคิดหาเหตุผลต่อไปว่า โลกนี้มักมีของ คู่กัน เช่น ร้อนคู่กับเย็น มีดคู่กับสว่าง กลางวันคู่กับกลางคืน ฯลฯ เมื่อมีแก่ เจ็บและ ตายก็น่าจะมีความไม่แก่ ไม่เจ็บ และไม่ตายเป็นของคู่กัน ทั้ง ๓ สภาพนี้มีความเกิด เป็นเหตุ ให้เกิดแก่ เจ็บ และตาย เจ้าชายสิทธัตถะทรงเห็นแจ้งด้วยเหตุทั้งปวง ดังนั้น ในวันที่พระราหุลประสูติจึงทรงตัดสินใจเสด็จออกบวช

ครั้นเสด็จออกบวชแล้วก็ทรงเดินทางไปยังสำนักเจ้าลัทธิต่างๆ ที่มีชื่อเสียงทรง ศึกษาแสวงหาความจริงที่จะทำให้จิตใจหลุดพ้นจากกิเลส ทรงศึกษาจนจบแล้วก็ยังไม่ พบความจริงดังกล่าว จึงเสด็จไปปฏิบัติธรรมค้นคว้าล้าพังพระองค์เอง

นักบวชหลายสำนักในสมัยนั้นนิยมทรมานกายตนให้ลำบาก เช่น อดอาหาร เป็นต้น ด้วยสำคัญผิดว่า ร่างกายสมบูรณ์ย่อมก่อให้เกิดกิเลส เช่น ความใคร่ เป็นต้น จึงต้องทรมานกายให้อ่อนกำลัง ทรงทดลองแทบทุกวิธี และได้คำตอบว่าวิธีเหล่านั้นไม่ใช่วิธีที่จะให้หลุดพ้นจากกิเลส จึงทรงเลิกทำความเพียรทางกาย ทรงหันมาทำความเพียรทางใจ และค้นพบความจริง ๔ ประการ ที่เรียกว่า อริยสัจ ๔ คือ

๑. ทุกข์ คือ ความเดือดร้อน
๒. สมุทัย คือ เหตุให้เกิดความทุกข์
๓. นิโรธ คือ ความดับทุกข์
๔. มรรค คือ วิธีการดับทุกข์

การที่ทรงค้นพบอริยสัจ ๔ นี้ เรียกว่า ตรัสรู้ หมายถึง รู้แจ้งด้วยพระองค์เองจึงมีพระนามว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือเรียกย่อว่า พระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าตรัสรู้เมื่อ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖ ขณะที่มีพระชนมายุ ๓๕ ปี รวมเวลา ๖ ปี นับแต่เสด็จออกบวชจนถึงตรัสรู้ พระพุทธเจ้าตรัสรู้ภายใต้ต้นโพธิ์ที่เรียกกันต่อมาว่า ต้นพระศรีมหาโพธิ์ อยู่ที่ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ตำบลอุรุเวลาเสนานิคม ในแคว้นมคธ ปัจจุบันเรียกว่า แคว้นพิหาร สถานที่ที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้เรียกว่า พุทธคยา มีวัดไทยตั้งอยู่ไม่ไกลสถานที่แห่งนี้ พุทธศาสนิกชนทั่วโลกนิยมเดินทางไปกราบไหว้บูชาสถานที่แห่งนี้เป็นประจำ

ภายหลังตรัสรู้แล้วพระพุทธเจ้าได้เสด็จไปทรงประกาศเผยแผ่คำสอนของพระองค์ บุคคลที่พระพุทธเจ้าเสด็จไปโปรดคณะแรก คือ กลุ่มปัญจวัคคีย์ ได้แก่ พระอัญญาโกณฑัญญะ พระวัปปะ พระภัททิยะ พระมหานามะ และพระอัสสชิ ซึ่งได้พำนักอยู่ในป่าชานเมืองพาราณสี เมืองหลวงของแคว้นกาสี



พระพุทธเจ้าเทศนาโปรดปัญจวัคคีย์

เมื่อปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าก็บังเกิดความรู้แจ้งเห็นจริงจนหลุดพ้นกิเลส สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ หรือ ๒ เดือน ภายหลังพระพุทธเจ้าตรัสรู้

ตอนนั้นมีพระรัตนะเกิดขึ้นครบ ๓ องค์ เรียกว่าพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ขณะนั้นจึงมีพระอรหันต์เกิดขึ้นในโลกนี้ รวมทั้งพระพุทธเจ้าแล้วเป็น ๖ องค์ จากนั้นพระพุทธเจ้าได้ทรงขยายการเผยแผ่คำสอนไปยังแคว้นต่างๆ ทำให้ประชาชนหันมานับถือคำสอนของพระพุทธเจ้ามากขึ้น

กลุ่มผู้นับถือพระพุทธศาสนามี ๔ กลุ่ม เรียกว่าพุทธบริษัท ๔ คือ พระภิกษุ พระภิกษุณี อุบาสก และอุบาสิกา

พระพุทธเจ้าทรงได้อาศัยกำลังพระสงฆ์ช่วยกันเผยแผ่พระพุทธศาสนา เป็นเหตุให้พระพุทธศาสนาหยั่งรากลึกลงในประเทศอินเดียและแพร่หลายไปในนานาประเทศ รวมทั้งประเทศไทยด้วย

พระพุทธเจ้าทรงเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นเวลา ๔๕ ปี จึงเสด็จดับขันธปรินิพพาน ขณะมีพระชนมายุ ๘๐ ปี ที่เมืองกุสินารา แคว้นมัลละ เมื่อวันที่ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖

บทบาทของพระสงฆ์สาวก

พระสงฆ์สาวกที่ปฏิบัติธรรมจนได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ และได้ช่วยเหลือพระพุทธเจ้าเผยแผ่พระพุทธศาสนานั้นมีอยู่จำนวนมาก ที่นักเรียนควรรู้ได้แก่ พระสารีบุตร และพระราหุล

พระสารีบุตร

พระสารีบุตร เป็นชาวเมืองนาลันทา แขวงเมืองราชคฤห์ เมืองหลวงของแคว้นมคธ เป็นพระอัครสาวก หมายถึง พระสาวกสำคัญของพระพุทธเจ้าคู่กับอีกท่านหนึ่ง คือ พระมหาโมคคัลลานะ พระสารีบุตรมีคุณธรรมดีเด่นด้านมีความรู้มาก มีปัญญามาก ส่วนพระมหาโมคคัลลานะดีเด่นด้านการปกครอง

มารดาของพระสารีบุตรนับถือลัทธิพราหมณ์เคร่งครัด ไม่เห็นด้วยกับการที่บุตรชายออกบวช พระสารีบุตรมีน้องชายน้องสาวอีกหลายคน ทั้งหมดออกบวชตามพี่ชาย และได้เป็นพระอรหันต์ทุกท่าน พระสารีบุตรใช้เวลาอย่างมากเพื่อเปลี่ยนใจมารดาให้หันมานับถือพระพุทธศาสนาแต่ไม่สำเร็จ จนเมื่อครั้งพระสารีบุตรอาพาธได้เดินทางไปที่บ้านมารดา ท่านได้เทศนาโปรดมารดาจนเปลี่ยนใจหันมานับถือพระพุทธศาสนาได้ สำเร็จมรรคผลเป็นอริยบุคคลชั้นโสดาบัน ภายหลังจากนั้นพระสารีบุตรซึ่งอาพาธอยู่ ก็ได้นิพพานในท้องที่ครั้งหนึ่งมารดาใช้เป็นสถานที่คลอดท่าน

ที่เมืองนาลันทาทุกวันนี้มีพระสถูปเจดีย์บรรจุอัฐิพระสารีบุตร พุทธศาสนิกชนเมื่อไปอินเดียจะแวะไปกราบไหว้บูชาท่าน

พระราहुล

พระราहुลพระโอรสของเจ้าชายสิทธัตถะ ได้บวชเป็นสามเณร นับเป็นสามเณรรูปแรกในพระพุทธศาสนา มีพระสารีบุตรเป็นพระอุปัชฌาย์ เมื่ออายุครบบวช ได้บวชเป็นพระภิกษุ และศึกษาปฏิบัติธรรมจนเป็นพระอรหันต์

ขณะพระราहुลยังเป็นสามเณรนั้น พระพุทธเจ้าตรัสถามพระสารีบุตรว่า สามเณรราहुลเป็นอย่างไร พระสารีบุตรกราบทูลว่าสามเณรราहुลสนใจใฝ่การศึกษาเล่าเรียน ไม่ได้อะไร ไม่รู้ ว่านอนสอนง่าย ภายหลังท่านบวชเป็นพระภิกษุแล้ว พระพุทธเจ้าทรงยกย่องท่านว่า ท่านมีคุณธรรมดีเด่น สนใจใฝ่ศึกษาเล่าเรียน

นอกจากนี้ยังเป็นผู้มีความกตัญญูต่อบุพการีอีกด้วย ดังจะเห็นได้จากครั้งที่พระมารดาได้เสด็จออกบวชเป็นพระภิกษุณี เกิดประชวรพระโรคปวดพระนาภีหรือปวดท้องเป็นเพราะโรคเกาต์ที่เคยประชวร สามเณรราहुลทราบจึงได้ไปเยี่ยมและถามท่านผู้เป็นมารดาว่าโรคนี้ไต่ยาอะไรบำบัดจึงจะหาย พระภิกษุณีมารดาบอกว่าถ้าได้น้ำคั้นจากผลมะม่วงพันธุ์ที่ชื่อ อัพกันตร ผลสมน้ำตาลกรวดดื่มก็จะหาย แต่จะหาได้จากที่ไหน

สามเณรราहुลนำความมาบอกพระสารีบุตรผู้เป็นอุปัชฌาย์ พระสารีบุตรบอกว่าบางทีอาจจะได้น้ำมะม่วงคั้นพันธุ์นั้น

รุ่งขึ้น พระสารีบุตรพาสามเณรราहुลไปบิณฑบาตในวังพระเจ้าปเสนทิโกศล พระราชาเมืองสาวัตถี เมืองหลวงของแคว้นโกศล พระเจ้าปเสนทิโกศลได้ทรงมอบน้ำมะม่วงคั้นนั้นใส่บาตรถวายพระสารีบุตร พระสารีบุตรจึงมอบให้สามเณรราहुลนำไปให้พระภิกษุณีพิมพา ยโสธรา พระภิกษุณีเดินแล้วก็หายจากอาการปวดท้อง

นักเรียนจะเห็นได้ว่าลูกกับแม่ แม้บวชแล้วก็ไม่ทอดทิ้งกันยามเจ็บไข้

วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่คนไทยส่วนใหญ่นับถือ องค์พระมหากษัตริย์ทรงเป็นพุทธมามกะตามรัฐธรรมนูญไทย จึงมีวันสำคัญกำหนดให้พุทธศาสนิกชนรำลึกถึงด้วยการจัดพิธีบูชา ทางราชการประกาศให้เป็นวันหยุด

วันสำคัญทางพระพุทธศาสนาแบ่งได้ ๓ ประเภทคือ

๑. วันสำคัญพิเศษมี ๔ วัน

วันมาฆบูชา ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ ประมาณเดือนกุมภาพันธ์

วันวิสาขบูชา ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖ ประมาณเดือนพฤษภาคม

วันอาสาฬหบูชา ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ ประมาณเดือนกรกฎาคม

วันเข้าพรรษา ตรงกับวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ถัดจากวันอาสาฬหบูชาไป ๑ วัน

๒. วันสำคัญรองลงมา ได้แก่

วันอัฐมีบูชา คือ วันถวายพระเพลิงพระบรมศพพระพุทธเจ้า ตรงกับวันแรม ๘ ค่ำ เดือน ๖ ถัดจากวันวิสาขบูชาไป ๗ วัน และวันออกพรรษา ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑

๓. วันธรรมสวนะหรือวันพระ เดือนหนึ่งๆ มี ๔ วัน

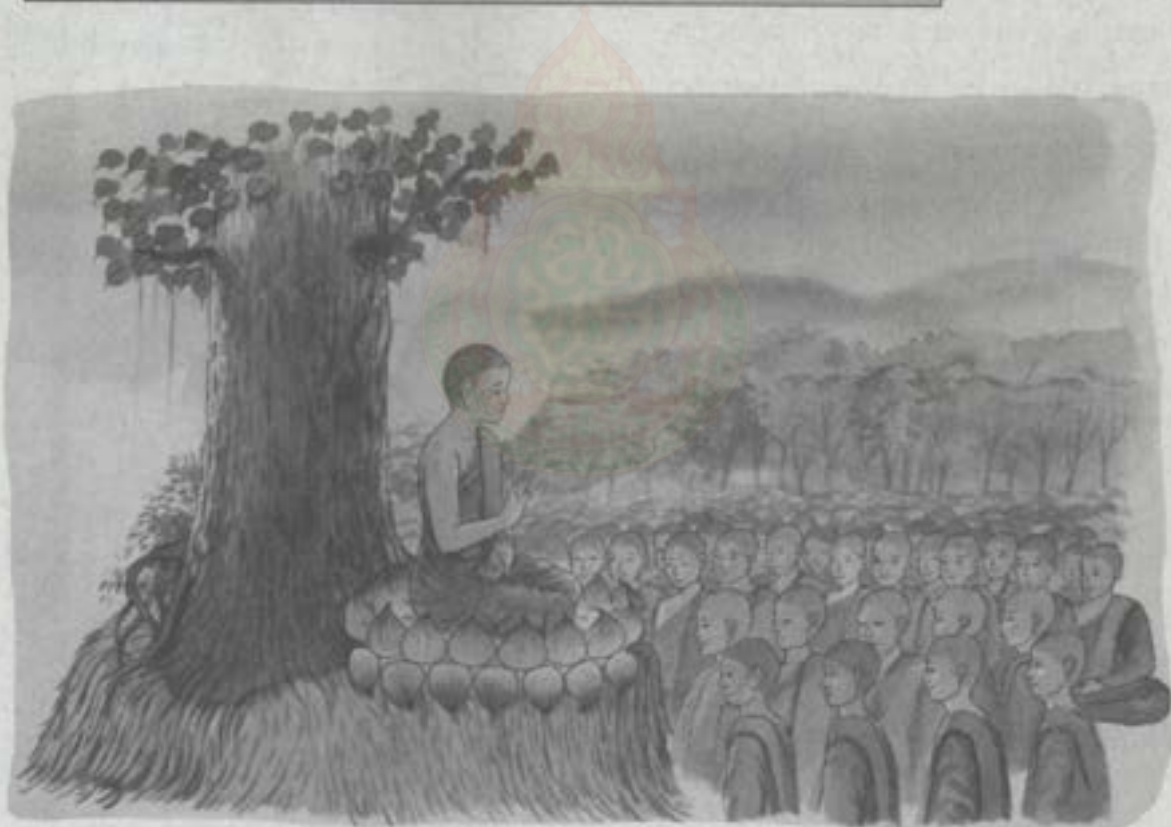
ในวันสำคัญดังกล่าวพุทธศาสนิกชนชาวไทยนิยมเข้าวัดทำบุญ ตักบาตร ฟังธรรม รักษาศีล ทางราชการห้ามโรงงานฆ่าสัตว์เปิด และสถานประกอบการอบายมุขเปิดดำเนินการ ชาวไร่ชาวนาผู้นับถือพระพุทธศาสนา หยุดใช้งานไถกระบือ ปลอยให้สัตว์ใช้งานได้พักผ่อน ตนเองพาบุตรและภรรยาไปทำบุญที่วัด



ความหมายวันสำคัญพิเศษของพระพุทธศาสนา

๑. วันมาฆบูชา เป็นวันที่พระสงฆ์พระสาวกมาประชุมกันครั้งใหญ่ โดยมีได้นัดหมาย เรียกว่าวันมหาสาวกสันนิบาต ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ การประชุมครั้งนี้มีลักษณะ ๔ ประการ

- หนึ่ง วันนั้นจันทร์เพ็ญเด่นเดือนสาม
 สอง สงฆ์สู่อารามไม้นัดหมาย
 สาม จำนวนหนึ่งพันสองร้อยห้าสิบราย
 ล้วนพระสายบวชกับพุทธองค์
 สี่ พระทั้งนั้นอรหันต์สาวก
 พระพุทธชกธรรมล้ำแดงแก่สงฆ์
 ชื่อโอวาทปาติโมกข์มุ่งหมายตรง
 พระศาสน์องค์ดำรงสืบมาเอย



พระพุทธเจ้าทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์แก่พระสงฆ์ ๑,๒๕๐ รูปที่มาประชุมพร้อมกันโดยมิได้นัดหมาย

๒. วันวิสาขบูชา เป็นวันคล้ายวันที่พระพุทธเจ้าประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพาน ซึ่งตรงกันทั้ง ๓ วัน คือ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖

๓. วันอาสาฬหบูชา ตรงกับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ หมายถึง วันที่พระพุทธเจ้าตรัสปฐมเทศนา หรือทรงแสดงธรรมครั้งแรกแก่ปัญจวัคคีย์ ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมืองพาราณสี และเป็นวันที่พระรัตนตรัยเกิดขึ้นครบ ๓ องค์

๔. วันเข้าพรรษา ตรงกับวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ เป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัยให้เป็นธรรมเนียมว่าในระหว่างฤดูฝน ๓ เดือน ให้พระภิกษุสงฆ์เข้าอยู่จำพรรษาในวัดใดวัดหนึ่งเป็นเวลา ๓ เดือน ตั้งแต่วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ถึงวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑

เหตุผลสำคัญของการให้มีวันเข้าพรรษาคือไม่ต้องการให้พระภิกษุสงฆ์จาริกออกจากวัดไปไม่หยุดพัก ทั้งฤดูฝนเป็นเวลาที่เกษตรกรชาวนาปลูกพืชไถนา ถ้าพระภิกษุไม่หยุดพักจำพรรษาจะเดินพลัดพลั้งเหยียบบิณฑบาตในไถนาเสียหาย ทั้งนี้ด้วยข้ออุปมาว่าแม่พ่อค่านำสินค้าไปขายยังต่างเมือง ยังหยุดประกอบการธุรกิจนั้น และหมั่นนึกยังทำวัตรอาศัยอยู่ประจำที่เมื่อถึงฤดูฝน



ในเทศกาลระหว่างเข้าพรรษา ๓ เดือน พุทธศาสนิกชนชาวไทยนิยมทำบุญกันมาก บางรายหยุดทำความไม่ดี เช่น หยุดดื่มสุราเมรัย หยุดสูบบุหรี่ในระหว่างเข้าพรรษา อุทิศเจตนาถวายเป็นเครื่องบูชาพระพุทธรูป พระธรรมและพระสงฆ์ นับเป็นเรื่องที่ดี มีคุณค่ามากกว่าการไม่หยุดเลย



ชวนคิด ลองทำ

๑. นักเรียนทราบไหมว่า พระพุทธเจ้าทรงมีวิธีการคิดอย่างไร
๒. ให้นักเรียนชักชวนผู้ปกครองไปทำบุญในวันสำคัญทางศาสนา
๓. ให้นักเรียนศึกษาพุทธประวัติเพิ่มเติมและนำตอนที่ประทับใจมาเล่าให้เพื่อนฟังหน้าชั้นเรียน
๔. ในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ให้นักเรียนไปร่วมกิจกรรมในวันนั้นตามโอกาส



การทำมาหากิน

การทำมาหากิน คือ การประกอบอาชีพที่สุจริต เพื่อนำรายได้มาเลี้ยงตนเอง และครอบครัว

หลักการเบื้องต้นของการประกอบอาชีพ มีดังนี้

มีความสนใจ ความพอใจ เอาใจใส่ในงาน

มีความรู้ ความสามารถ ความถนัด แสวงหาความรู้เพิ่มเติม หมั่นฝึกฝน จนเกิดความชำนาญ

มีความเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพภูมิอากาศ และทรัพยากรธรรมชาติ ที่มีอยู่ในท้องถิ่น

ความสำคัญของการประกอบอาชีพ

๑. ทำให้มีรายได้เพื่อซื้อหาปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค สำหรับตนเองและครอบครัว
๒. สร้างฐานะความมั่นคงให้แก่ตนเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ
๓. ทำให้ได้รับการยอมรับจากสังคม
๔. ทำให้สังคมสงบสุข เนื่องจากทุกคนมีงานทำ มีรายได้



นักเรียนคิดว่าผู้ประกอบอาชีพควรมีคุณธรรมอะไรบ้าง เพื่อความสุขของตนเองและสังคม

สังคมจะมีความสุขสงบได้ ผู้ประกอบอาชีพทุกคนต้องมีความอุตสาหะ พยายาม ขยัน อดทน ซื่อสัตย์ สุจริต สุภาพอ่อนน้อมและมีมนุษยสัมพันธ์ดี รับผิดชอบ ต่อการทำงาน การผลิต การบริการตามหน้าที่ของตน รวมทั้งรับผิดชอบต่อสังคม ซึ่งถือว่าเป็นคุณธรรมของการประกอบอาชีพ



นักเรียนทราบไหมว่าคนไทยประกอบอาชีพอะไรบ้าง

อาชีพของคนไทยมีหลายประเภท เช่น เกษตรกรรม หัตถกรรม อุตสาหกรรม ค้าขาย บริการ รับจ้าง รับราชการ ฯลฯ

เกษตรกรรม

เป็นอาชีพเกี่ยวกับการเพาะปลูก การเลี้ยงสัตว์ และการประมง

การเพาะปลูก

คนไทยส่วนใหญ่มีอาชีพเพาะปลูก การเพาะปลูกจึงเป็นอาชีพหลักที่สำคัญของ ประเทศไทย พืชที่ปลูก เช่น ข้าว ข้าวโพด ถั่ว ยาสูบ ยางพารา มะพร้าว อ้อย มัน- ลำปะทึง ชากาแฟ ผัก ผลไม้ ดอกไม้ ฯลฯ



แปลงผักกะหล่ำ

พืชเศรษฐกิจที่ทำรายได้เข้าสู่ประเทศ เช่น ข้าว ยางพารา มันสำปะหลัง ผลไม้

ฯลฯ



การถอนกล้า



ข้าวกำลังออกรวง

ข้าว ปลูกมากในภาคกลางและในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยเฉพาะบริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำ ข้าวที่มีชื่อเสียงและเป็นที่นิยมในการบริโภคคือ ข้าวหอมมะลิ ซึ่งเป็นสินค้าออกที่สำคัญและทำรายได้เข้าประเทศ



การเกี่ยวข้าว



สวนยางพาราที่จังหวัดยะลา

ยางพารา ปลูกมากในภาคใต้ของประเทศ บางจังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคตะวันออก น้ำยางพารานำมาผลิตเป็นยางรถยนต์ ผลิตภัณฑ์ต่างๆ และส่งเป็นสินค้าออก

มันสำปะหลัง ปลูกมากในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มันสำปะหลังนำมาผลิตเป็นอาหารพวกแป้งและอาหารเลี้ยงสัตว์ ส่งเป็นสินค้าออก

ผลไม้ ผลไม้ไทยเป็นที่นิยมบริโภคทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เช่น มะม่วง ทุเรียน มังคุด ส้มโอ ส้ม ลิ้นจี่ ลำไย ฯลฯ ปัจจุบันมีการปลูกผลไม้เมืองหนาวในภาคเหนือตอนบน ซึ่งเป็นโครงการในพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ทรงให้จัดทำขึ้น เพื่อแก้ปัญหาชาวเขาบุกรุกป่าที่เป็นต้นน้ำลำธารเพื่อการปลูกฝิ่น และทำไร่เลื่อนลอย พืชที่ปลูกเช่น สตรอเบอร์รี่ ลูกพลับ ลูกท้อ เห็ดหอม สาลี่ ลิ้นจี่ นอกจากนี้ยังมีดอกไม้ ฝักต่างๆ ซึ่งให้ผลผลิตมากและทำให้ชาวเขาเหล่านี้มีรายได้สามารถเลี้ยงตนเอง

ปัญหาและอุปสรรคในการประกอบอาชีพเพาะปลูก

๑. น้ำท่วม ฝนแล้ง ดินเสื่อมคุณภาพ ทำให้พืชเสียหายและได้ผลผลิตไม่เต็มที่
๒. ศัตรูพืช เช่น โรคพืช แมลง หนู ฯลฯ ทำลายพืชผลเสียหาย
๓. เกษตรกรไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง ต้องเสียค่าเช่า ทำให้ต้นทุนเพิ่มสูงขึ้น
๔. อาชีพเพาะปลูกในปัจจุบันยังมีผลตอบแทนต่ำ

การเลี้ยงสัตว์

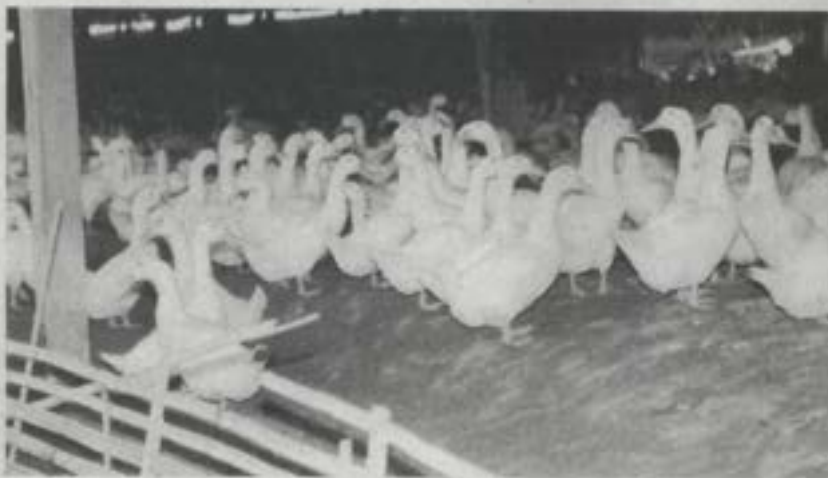
สัตว์ที่เลี้ยงกันมาก ได้แก่ สุกร โค เป็ด ไก่ ฯลฯ



สุกร



โค



เป็ด

หลักการเลี้ยงสัตว์ ในการเลี้ยงสัตว์ควรคัดเลือกพันธุ์ที่มีความสมบูรณ์ แข็งแรง สมส่วน โตเร็ว ให้เนื้อมาก ทนทานต่อโรค และไม่ดุร้าย

สถานที่เลี้ยง ควรจัดเป็นคอก มีหลังคา กันแดด กันฝน ลักษณะโปร่ง อากาศถ่ายเทดี มีรางอาหารและรางน้ำ

การสุขาภิบาล หมั่นทำความสะอาดสถานที่เลี้ยง ไม่ให้มีน้ำขัง กำจัดมูลสัตว์ ไม่ให้มีกลิ่นเหม็น

การป้องกันโรค สร้างความต้านทานโรคโดยการถ่ายพยาธิ ฉีดวัคซีนป้องกันโรค เมื่อสัตว์ป่วยต้องแยกออกจากฝูงทันที เมื่อสัตว์ตายเพราะเป็นโรคต้องเผาหรือฝังทันที อย่างนำมากินหรือทิ้งให้เน่าเปื่อย เพราะจะทำให้เชื้อโรคแพร่กระจาย

ปัญหาและอุปสรรคในการประกอบอาชีพเลี้ยงสัตว์

๑. ลงทุนสูง เพราะต้องเสียค่าใช้จ่ายเพื่อซื้อหรือเช่าที่ดินสร้างโรงเรือน ซื้อพันธุ์สัตว์ และอาหารสัตว์มีราคาแพง
๒. มีโรคระบาดจะทำให้สัตว์ตายคราวละมากๆ
๓. ควรมีความรู้ ความชำนาญในการเลี้ยงสัตว์
๔. ควรมีความรู้ ความสามารถในการตลาด

การประมง

การประกอบอาชีพประมง คือ การจับสัตว์น้ำที่อาศัยตามแหล่งน้ำธรรมชาติ รวมทั้งการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำ ได้แก่ ปลา กุ้ง หอย ปู

การประมงแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ ประมงน้ำจืด และประมงน้ำเค็ม



การประมง



ปลาน้ำจืด

ประมงน้ำจืด

สัตว์น้ำจืด ได้แก่ ปลา กุ้ง หอย ปลาน้ำจืดที่จับได้มาก เช่น ปลาช่อน ปลาดุก ปลาหมอ ปลาสลิค ปลากด ปลากราย ปลาบู่ ปลาเทโพ ปลาบึก ฯลฯ

การจับสัตว์น้ำจืด ใช้แรงงานน้อย เครื่องมือจับสัตว์น้ำจืดเป็นเครื่องมือขนาดเล็กที่ทำขึ้นเอง ได้แก่ แห ยอ สวิง สุ่ม เบ็ด

ขณะนี้ปริมาณสัตว์น้ำจืดลดลงเนื่องจากการจับสัตว์น้ำในทุกฤดูกาล ใช้เครื่องมือในการจับสัตว์น้ำไม่เหมาะสม น้ำในแม่น้ำลำคลองเน่าเสีย อันเนื่องมาจากการปล่อยน้ำเสียของโรงงานอุตสาหกรรม บ้านเรือน การทิ้งขยะลงแหล่งน้ำที่เป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำ ทำให้เกิดปัญหาแก่การประมงน้ำจืด ปัจจุบันมีผู้ประกอบการอาชีพเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำจืด โดยทำเป็นฟาร์มเลี้ยงปลาดุก ปลาสลิค ปลาช่อน ปลาหมอเทศ กุ้งก้ามกราม มีการเลี้ยงกบ ตะพาบน้ำ จระเข้ ซึ่งสามารถเพาะเลี้ยงได้ผลผลิตสูง ทดแทนสัตว์น้ำที่ลดน้อยลงและกำลังจะสูญพันธุ์ไป นอกจากนี้มีการผสมเทียมพันธุ์ปลาที่หายาก เช่น ปลาบึก ปลาเสือ ฯลฯ

ประมงน้ำเค็ม

การจับสัตว์น้ำเค็ม ต้องใช้เครื่องมือที่ทันสมัย ใช้พลังงาน ใช้แรงงานมาก ใช้เวลานาน ใช้เรือประมงขนาดใหญ่ มีความยากลำบากกว่าการประมงน้ำจืด



ปลาน้ำเค็ม

เครื่องมือจับสัตว์น้ำเค็ม ได้แก่ อวนขนาดใหญ่ โป๊ะ เรือประมงที่มีอุปกรณ์ตรวจหาฝูงปลา มีเรดาร์ เข็มทิศ

เนื่องจากความต้องการสัตว์น้ำเค็มมีมาก แต่จำนวนสัตว์น้ำเค็มมีน้อยลง จึงมีการส่งเสริมให้มีการเพาะเลี้ยงชายฝั่งมากขึ้น

ปัญหาและอุปสรรคในการประกอบอาชีพการประมง

๑. จำนวนสัตว์น้ำน้อยลง แต่ความต้องการมีมากขึ้น
๒. มีภัยธรรมชาติ เช่น พายุ น้ำท่วมบ่อเลี้ยง
๓. มีมลพิษในแหล่งน้ำจากน้ำเสีย และมีสารปนเปื้อน
๔. การลงทุนและค่าใช้จ่ายสูง

การนำวิธีการเกษตรแผนใหม่และเทคโนโลยีมาใช้เพิ่มผลผลิต

เนื่องจากจำนวนประชากรเพิ่มขึ้น ทำให้ความต้องการในการบริโภคมีมากขึ้น ดังนั้นการผลิตอาหารด้วยวิธีเดิมจึงไม่เพียงพอแก่ความต้องการ จำเป็นต้องปรับปรุงเปลี่ยนแปลงวิธีการผลิต และนำเทคโนโลยีมาช่วยในการผลิต

วิธีการเพิ่มผลผลิต

๑. การเลือกพันธุ์ ควรเลือกพันธุ์ที่ดีที่สุด มีพันธุกรรมดี มีความแข็งแรง ทนทาน ต่อโรค โตเร็ว ให้ผลผลิตสูง เมื่อได้พันธุ์ที่ดีแล้วควรขยายและปรับปรุงพันธุ์นั้น เพื่อให้ได้พันธุ์ที่มีผลผลิตสูงและมีคุณภาพดีเพิ่มมากขึ้น

๒. การปรับปรุงดินและการบำรุงดิน โดยการไถ พรวนดิน เก็บวัชพืชออกซึ่งจะทำให้ดินมีสภาพการถ่ายเทอากาศได้ดี มีออกซิเจนเพียงพอแก่พืชที่จะใช้ในการหายใจ และสร้างเซลล์ การผลิตปุ๋ย และใช้ปุ๋ยอย่างเหมาะสมเพียงพอแก่ความต้องการของพืช ก็เป็นการบำรุงดินให้มีคุณภาพ

๓. การให้น้ำแก่พืชและสัตว์ น้ำเป็นปัจจัยควบคุมการผลิตของพืชและสัตว์ การให้น้ำแบบหยดเป็นวิธีการช่วยประหยัดน้ำอย่างหนึ่ง

การให้อาหารแก่พืชและสัตว์ ต้องมีธาตุอาหารที่จำเป็น เช่น โพแทสเซียม ไนโตรเจน คาร์บอน ฟอสฟอรัส แคลเซียม ฯลฯ

๔. การป้องกันโรคและแมลง เป็นการลดความสูญเสียที่อาจเกิดขึ้นจากศัตรูของพืชและสัตว์วิธีหนึ่ง และเป็นการช่วยเพิ่มผลผลิตอีกด้าน ในการใช้สารปราบศัตรูพืชและสัตว์ หรือการป้องกันโรคและแมลง ควรหลีกเลี่ยงการใช้สารเคมีที่เป็นอันตรายแก่พืช สัตว์และมนุษย์



ชาวสวนกำลังคัดเลือกต้นที่แข็งแรงมีดอกสวยสดไซขนาดใหญ่วัเป็นต้นพันธุ์

๕. การใช้เครื่องมือกลทุนแรง เพื่อเตรียมดิน ไถ หว่าน เก็บบ่อยผลผลิต เครื่องมือเหล่านี้ ได้แก่ เครื่องให้น้ำ รถแทรกเตอร์ ควายเหล็ก เครื่องสีข้าว รถเกษตร หรือรถอีแต่น

๖. ศึกษาและใช้ข้อมูลจากแหล่งต่างๆ เช่น ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจด้วยดาวเทียมเพื่อนำมาพัฒนาการเกษตร



การใช้รถแทรกเตอร์ไถปรับที่ดิน เตรียมดินเป็นวิธีการเพิ่มผลผลิตวิธีหนึ่ง

ประโยชน์ของการเพิ่มผลผลิตทางการเกษตร

๑. สามารถเพิ่มปริมาณคุณภาพของผลิตผลได้เพียงพอแก่ความต้องการ
๒. ส่งผลิตผลทางการเกษตรไปจำหน่ายต่างประเทศ ทำให้มีรายได้เข้าสู่ประเทศ
๓. ลดการนำเข้าพืชที่เคยสั่งซื้อจากต่างประเทศ เช่น พืช ผัก ผลไม้ ดอกไม้ เมืองหนาว ฯลฯ

อุตสาหกรรม

อุตสาหกรรม เป็นอาชีพที่เกี่ยวกับการผลิตสิ่งของ เครื่องอุปโภคบริโภค หรือจัดให้มีการบริการและสามารถให้ผลผลิตที่มีลักษณะเหมือนกันได้ครั้งละจำนวนมาก โดยใช้เครื่องจักร เครื่องยนต์ อุปกรณ์ และใช้แรงงานจำนวนมาก อุตสาหกรรมในประเทศไทยมีหลายชนิด ได้แก่ สิ่งทอ ปิโตรเคมี อิเล็กทรอนิกส์ ปูนซีเมนต์ การท่องเที่ยว เป็นต้น

ปัญหาและอุปสรรคในการประกอบอาชีพอุตสาหกรรม

๑. ทำลายสิ่งแวดล้อม โรงงานอุตสาหกรรมปล่อยน้ำเสีย ฟ่นควันพิษ กากสารเคมีก่อให้เกิดมลภาวะต่อสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เช่น อากาศเสีย น้ำเสีย ฝนกรด ฯลฯ ซึ่งเป็นอันตรายต่อคน สัตว์ และพืช
๒. การลงทุนสูง มีค่าที่ดิน ค่าเครื่องจักร อุปกรณ์ราคาแพง วัตถุดิบหายาก
๓. เกิดอุบัติเหตุได้บ่อย ทำให้คนงานพิการ หรือเสียชีวิต
๔. ทรัพยากรธรรมชาติถูกนำมาใช้มากจนมีปริมาณลดลง เช่น เหล็ก น้ำมัน-ปิโตรเลียม ถ่านหิน ฯลฯ
๕. มีปัญหาการใช้แรงงานเด็ก



รถสามล้อบริการรับจ้าง



รถรับจ้างในต่างจังหวัด

อาชีพบริการ

ลักษณะของอาชีพบริการคือ การให้บริการ อำนวยความสะดวกสบายแก่ผู้รับบริการ อาชีพบริการ แบ่งเป็น ๖ ประเภท มีดังนี้

๑. การรับใช้ทำงาน เช่น คนขับรถ คนรับใช้ คนสวน พนักงานบริการบนเครื่องบิน พนักงานต้อนรับ พนักงานบริการอาหาร ฯลฯ

๒. การให้บันเทิงนาการ เช่น นักร้อง นักแสดง ฯลฯ

๓. การจัดนำเที่ยว ได้แก่ มัคคุเทศก์

๔. การเสริมสวย เช่น ช่างตัดเย็บ ช่างทำผม ช่างแต่งหน้า ช่างแต่งเล็บ ฯลฯ

๕. การทำความสะอาด เช่น ภารโรง พนักงานทำความสะอาด คนกวาดถนน คนเก็บขยะ ฯลฯ

๖. การให้ความปลอดภัย เช่น เจ้าหน้าที่ดับเพลิง นักสืบ ผู้คุม ยาม ฯลฯ

ผู้ประกอบการอาชีพบริการควรมีมนุษยสัมพันธ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส พุดจาไพเราะ สุภาพอ่อนน้อม ซื่อสัตย์สุจริต รับผิดชอบ ตรงเวลา ทำงานด้วยความคล่องแคล่วว่องไว และในบางอาชีพต้องมีความอดทนสูง

ปัญหาและอุปสรรคในการประกอบอาชีพบริการ

อาชีพบริการต้องมีความอดทนต่อคำวิจารณ์ และอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี เช่น สิ่งสกปรก กลิ่นเหม็น เสี่ยงต่อการติดโรค และอาชีพบริการบางประเภทมีรายได้น้อย



ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนสำรวจอาชีพในชุมชนของนักเรียน เก็บข้อมูลและสัมภาษณ์แล้ว
ทำรายงานกลุ่ม นำเสนอหน้าชั้นเรียน
๒. จัดอภิปรายหรือโต้วาทีในหัวข้อเกี่ยวกับอาชีพต่างๆ ในชุมชน
๓. ให้นักเรียนเล่าเรื่อง “อาชีพที่ข้าพเจ้าสนใจ”
๔. เชิญวิทยากรที่ประกอบอาชีพแตกต่างกัน ๔-๕ อาชีพ มาเล่าถึงประสบการณ์
ในการประกอบอาชีพนั้นๆ





การเมืองเรื่องของเรา

นักเรียนสังเกตหรือไม่ว่า ธรรมชาติของสัตว์บางชนิดต้องอยู่รวมกันเป็นหมู่เป็นพวก เช่น มด ปลวก ผึ้ง เป็นต้น มนุษย์ก็เช่นกันเราอยู่กันเป็นครอบครัว หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด และเป็นประเทศ เราไม่ได้แยกอยู่กันตามลำพัง แต่อยู่ร่วมกันอย่างมีระเบียบ



สมัยก่อนประชากรโลกมีน้อย มนุษย์อยู่ตามป่า เขา ตามถ้ำ อยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นเผ่า มีความเป็นอยู่ง่ายๆ เมื่อมาอยู่รวมกันและมีประชากรมากขึ้นทำให้เกิดปัญหาข้อขัดแย้งกันมากขึ้น เพราะหลายคนก็หลายความคิด ต่างจิตต่างใจ ต่างความเห็นและการกระทำ จึงจำเป็นต้องมีผู้นำ ผู้ตาม มีการวางกฎเกณฑ์ ระเบียบแบบแผนให้ปฏิบัติ มีบทลงโทษสำหรับผู้ฝ่าฝืน ในสมัยก่อนผู้นำเป็นหัวหน้าเผ่า หัวหน้ากลุ่มชน ต่อมาพัฒนาไปสู่การเป็นเจ้าเมือง เจ้าผู้ครองนคร พระเจ้าแผ่นดิน นายกรัฐมนตรี หรือประธานาธิบดี ระเบียบกฎเกณฑ์ต่างๆที่ใช้ในสมัยก่อนก็พัฒนามาเป็นกฎหมายที่ละเอียดซับซ้อนเพื่อใช้กับคนจำนวนมากในสังคมปัจจุบัน

เราเรียกการอยู่รวมกันโดยมีผู้ปกครอง มีกฎระเบียบ มีบทลงโทษผู้ฝ่าฝืนนี้ว่า การปกครอง

การปกครองในครอบครัวเป็นการปกครองหน่วยเล็กที่สุด ซึ่งมีความสำคัญมาก เพราะครอบครัวเป็นฐานของชาติ

ประชาชนกับประชาธิปไตย

ในกลุ่มทำงานของนักเรียนหรือในห้องเรียน นักเรียนเลือกหัวหน้ากลุ่ม เลือกหัวหน้าชั้นเองหรือไม่ ถ้าได้เลือกเอง ก็หมายความว่านักเรียนมีอำนาจปกครองตนเอง การเลือกผู้ปกครองตามความต้องการของเราเอง ทำให้เราได้ผู้นำที่เราพอใจ ไม่มีใครมาบังคับและถ้าผู้นำนั้นปกครองไม่ดี ต่อไปเราก็เปลี่ยนแปลงได้

ในการปกครองบ้านเมือง เราเรียกการปกครองที่ให้ประชาชนมีส่วนร่วมว่า การปกครองในระบอบประชาธิปไตย และเรียกอำนาจในการปกครองตนเองของประชาชนว่า อำนาจอธิปไตย

เวลาทำงานกลุ่ม หากหัวหน้ากลุ่มให้เกียรตินักเรียนในกลุ่ม ให้สิทธิแสดงความคิดเห็นเสมอแก่กัน เวลาลงความเห็นใดๆ จะเคารพเสียงข้างมากในกลุ่ม แต่ก็ไม่ลบล้างเสียงข้างน้อย แสดงว่าหัวหน้ากลุ่มเห็นว่าเพื่อนทุกคนมีศักดิ์ศรี มีเหตุผล ไม่ลบล้างดูถูก แบ่งพรรค แบ่งพวกหรือเลือกที่รักมักที่ชัง ยกย่องเพื่อนเสมอเท่าเทียมกัน

นักเรียนชอบวิธีการทำงานกลุ่มเช่นนี้หรือไม่ การทำงานกลุ่มที่ยกย่องให้เกียรติสมาชิกกลุ่มและทำงานด้วยเหตุด้วยผล ยึดความคิดของสมาชิกส่วนใหญ่เป็นหลักนี้ เรียกว่า การทำงานโดยยึดหลักประชาธิปไตย

ประชาธิปไตย เป็นระบอบการปกครองที่ประชาชนมีส่วนร่วมในการปกครอง เป็นระบอบการปกครองของประชาชน โดยประชาชน และเพื่อประชาชน กล่าวคือ ประชาชนเป็นเจ้าของอำนาจอธิปไตย หรืออำนาจสูงสุดในการปกครองประเทศ ประชาธิปไตยเป็นระบอบการปกครองที่ประชาชนเป็นผู้กำหนดตัวผู้ปกครองและนโยบายของรัฐบาล โดยผ่านวิธีการเลือกตั้งซึ่งต้องมีขึ้นอย่างสม่ำเสมอ เพื่อสับเปลี่ยนตัวผู้นำประเทศตามความต้องการของประชาชน

ระบอบประชาธิปไตยได้รับความนิยมนเพราะเป็นระบอบการปกครองที่
 เชิดชูคุณค่าและศักดิ์ศรีของมนุษย์
 เคารพสิทธิ เสรีภาพของมนุษย์
 เคารพมติเสียงข้างมาก
 เคารพกฎเกณฑ์ระเบียบวินัยเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการอยู่ร่วมกัน
 ทุกคนมีความเท่าเทียมกันในสิทธิและโอกาส



การเลือกตั้งเป็นวิถีทางในระบอบประชาธิปไตย



ที่บ้านของนักเรียน พ่อ แม่เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น
 หรือไม่ นักเรียนมีโอกาสตัดสินใจเองหรือไม่ และนักเรียนรับฟัง
 ความคิดเห็นของผู้อื่นด้วยหรือไม่



ที่ห้องเรียน นักเรียนมีโอกาสเลือกหัวหน้าชั้นเอง และช่วยกัน
 กำหนดกฎเกณฑ์ของห้องไว้ปฏิบัติร่วมกันหรือไม่



โรงเรียนของนักเรียนจัดให้มีสภานักเรียนซึ่งเป็นตัวแทนของนักเรียนในโรงเรียนหรือไม่ นักเรียนลงสมัครเป็นกรรมการสภานักเรียนหรือไม่ นักเรียนไปเลือกตั้งกรรมการสภานักเรียนด้วยหรือไม่

ประชาชนในระบอบประชาธิปไตยควรเป็นผู้ที่มีเหตุผลและใช้เหตุผลตัดสินปัญหา เปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้เสนอข้อเท็จจริง เหตุผล และความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาที่กำลังพิจารณาแล้วจึงร่วมกันตัดสินใจ เคารพในการตัดสินใจหรือมติของเสียงข้างมาก แต่ก็ยอมรับฟังความคิดเห็นของเสียงข้างน้อยรู้จักประสานประโยชน์ ประนีประนอม และรักความยุติธรรม

การปกครองประเทศด้วยระบอบประชาธิปไตยจะมั่นคงเพียงใดขึ้นอยู่กับว่าประชาชนในประเทศนั้นมีความเป็นประชาธิปไตยมากน้อยเพียงไรนั่นเอง

สร้างกฎเกณฑ์ในการอยู่ร่วมกัน

การอยู่ร่วมกันอย่างมีประชาธิปไตยนั้น เราถือว่าสมาชิกทุกคนมีศักดิ์ศรีมีเหตุผล มีเกียรติเสมอกัน เพื่อให้การอยู่ร่วมกันเป็นปกติสุข ทุกคนจึงช่วยกันวางหลักเกณฑ์ไว้ใช้ปฏิบัติร่วมกัน มีการกำหนดว่าสมาชิกมีหน้าที่อะไรบ้าง มีสิทธิทำอะไรได้บ้าง ใครทำผิดจะได้รับโทษอย่างไร ใครเป็นผู้กำกับดูแลให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์นั้น เป็นต้น การตกลงวางกรอบการปกครองตนเองนี้ ทุกคนถือเคารพปฏิบัติเหมือนกันหมด จะละเมิดไม่ได้ แม้แต่ผู้ปกครอง

กฎเกณฑ์หลักในการปกครองประเทศในระบอบประชาธิปไตยที่ทุกคนต้องปฏิบัติตามเรียกว่ารัฐธรรมนูญ ซึ่งเป็นกฎหมายสูงสุดของประเทศ กฎหมายรัฐธรรมนูญ ระบุว่าอำนาจอธิปไตยเป็นอำนาจสูงสุดในการปกครองประเทศ และอำนาจอธิปไตยนี้เป็นของประชาชนเจ้าของประเทศ



พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว พระราชทานรัฐธรรมนูญฉบับแรก



รัฐธรรมนูญฉบับ พ.ศ. ๒๔๕๐ (ฉบับที่ ๑๖)

รัฐธรรมนูญจึงเป็นกฎหมายแม่บทที่วางหลักการทุกอย่าง
เพื่อให้ประชาชนอยู่กันอย่างปกติสุข ในระบอบ
ประชาธิปไตย



รัฐธรรมนูญเป็นกฎหมายสูงสุดของประเทศ กฎหมายอื่นใดจะขัดแย้งกับกฎหมายรัฐธรรมนูญไม่ได้

กฎหมายรัฐธรรมนูญระบุว่าประชาชนมีอำนาจในการปกครองตนเอง รัฐธรรมนูญกำหนดให้มีสถาบันทางนิติบัญญัติ บริหารและตุลาการเพื่อใช้อำนาจอธิปไตยแทนปวงชน

รัฐธรรมนูญมีไว้เพื่อกำหนดแนวทางในการปกครองประเทศ กำหนดฐานะ และอำนาจหน้าที่ของสถาบันการปกครองประเทศ วางหลักประกันสิทธิเสรีภาพ และกำหนดหน้าที่สำคัญของประชาชน

รัฐธรรมนูญบัญญัติไว้ว่า พระมหากษัตริย์ทรงดำรงอยู่ในฐานะอันเป็นที่เคารพสักการะ ผู้ใดจะละเมิดมิได้ จะกล่าวหาหรือฟ้องร้องในทางใดมิได้ พระองค์ทรงใช้อำนาจอธิปไตยผ่านทางสถาบันทั้ง ๓ ฝ่าย คือ ฝ่ายนิติบัญญัติ บริหาร และตุลาการซึ่งรับสนองพระบรมราชโองการในพระปรมาภิไธยของพระองค์



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงรับร่างรัฐธรรมนูญ
ฉบับ พ.ศ. ๒๕๕๐ จากประธานรัฐสภา
เพื่อลงพระปรมาภิไธย

อำนาจอธิปไตย

อำนาจอธิปไตยเป็นของปวงชนชาวไทย เป็นอำนาจสูงสุดในการปกครองประเทศ เป็นอำนาจที่ประชาชนใช้ปกครองตนเอง เพราะถือหลักการที่ว่าประชาธิปไตยเป็นการปกครองที่เคารพสิทธิเสรีภาพของประชาชน ประชาชนจึงเป็นเจ้าของอำนาจอิสระในการปกครองประเทศของตน



การประชุมสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร



การใช้อำนาจอธิปไตยปกครองประเทศ เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปกครอง เพราะการรวมอำนาจไปไว้ที่ใครคนใดคนหนึ่งหรือคนกลุ่มน้อย ทำให้โอกาสผิดพลาดมีมาก

อำนาจอธิปไตยแบ่งออกเป็น ๓ ฝ่าย คือ อำนาจนิตินบัญญัติ อำนาจบริหาร อำนาจตุลาการ อำนาจแต่ละฝ่ายมีหน้าที่และผู้รับผิดชอบในการใช้อำนาจต่างกัน และเป็นอิสระต่อกัน

พระมหากษัตริย์ทรงใช้อำนาจอธิปไตยโดยผ่านรัฐสภา คณะรัฐมนตรีและศาล



อำนาจทั้ง ๓ เป็นอิสระจากกัน เพื่อป้องกันการใช้อำนาจตามอำเภอใจ
อำนาจทั้ง ๓ นี้สามารถตรวจสอบและถ่วงดุลซึ่งกันและกันได้

อำนาจนิติบัญญัติ

อำนาจนิติบัญญัติ เป็นอำนาจในการออกกฎหมายเพื่อคุ้มครองประโยชน์ของประชาชน ตลอดจนควบคุมดูแลให้ฝ่ายบริหารดำเนินการปกครองประเทศให้อยู่ในขอบเขตกฎหมายและนโยบายที่ฝ่ายนิติบัญญัติเห็นชอบ ผู้ใช้อำนาจนี้คือ รัฐสภา

หน้าที่สำคัญของรัฐสภา คือการควบคุมการทำงานของรัฐบาล ถ้าเห็นว่ารัฐบาลทำผิดพลาดมาก ๆ ก็อาจลงมติไม่ไว้วางใจรัฐบาล เพื่อให้มีการเปลี่ยนรัฐบาลหรือปรับปรุงคณะรัฐมนตรี นอกจากนี้รัฐสภายังมีหน้าที่อื่นอีก เช่น การเสนอชื่อนายกรัฐมนตรี เพื่อให้นายกรัฐมนตรีเลือกคณะรัฐมนตรี

ปัจจุบันรัฐสภาของไทยมี ๒ สภา คือวุฒิสภาและสภาผู้แทนราษฎร

สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรมีวาระ ๔ ปี ส่วนสมาชิกวุฒิสภามีวาระ ๖ ปี ประชาชนเป็นผู้เลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรและสมาชิกวุฒิสภาของตน



การประชุมสภาผู้แทนราษฎร

รัฐสภาเป็นสถาบันการปกครองที่ใช้อำนาจนิติบัญญัติแทนปวงชนชาวไทย กฎหมายที่ผ่านมติเห็นชอบของรัฐสภาแล้วถือว่าเป็นกฎหมายที่สอดคล้องกับความต้องการของประชาชน เพราะผ่านความเห็นชอบจากผู้แทนของประชาชน

อำนาจบริหาร

อำนาจบริหาร เป็นอำนาจในการบริหารราชการแผ่นดินและนำกฎหมายมาบังคับใช้เพื่อความผาสุกของประชาชน ผู้ใช้อำนาจนี้คือ คณะรัฐมนตรี หรือ รัฐบาล

คณะรัฐมนตรี ประกอบด้วยนายกรัฐมนตรี รองนายกรัฐมนตรี และรัฐมนตรีกระทรวงต่างๆ คณะรัฐมนตรีทำหน้าที่กำหนดนโยบายในการบริหารประเทศและรับผิดชอบงานของแต่ละกระทรวง โดยที่รัฐมนตรีรับเอานโยบายจากคณะรัฐมนตรีไปปฏิบัติตามที่ได้รับมอบหมาย

รัฐบาลมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบต่อความเป็นอยู่ ความปลอดภัยและทุกข์สุขของราษฎรและต้องรับผิดชอบต่อคำวิจารณ์ต่างๆที่ทำได้ โดยที่สภาผู้แทนราษฎรมีสิทธิและหน้าที่ที่จะตรวจสอบควบคุมดูแลวิพากษ์วิจารณ์ ชักถามท้วงติงได้ในฐานะผู้แทนของประชาชน

ส่วนประกอบสำคัญอีกส่วนหนึ่งของรัฐบาลก็คือ หน่วยงานราชการ ซึ่งได้แก่ กระทรวง ทบวง กรม หน่วยงานราชการในส่วนภูมิภาคและท้องถิ่น ซึ่งทำหน้าที่ดำเนินงานให้เป็นไปตามนโยบายของรัฐบาล



การประชุมคณะรัฐมนตรี

อำนาจตุลาการ

อำนาจตุลาการ เป็นอำนาจในการพิจารณาพิพากษาคดีความทั้งปวงที่เกิดขึ้นให้เป็นไปตามกฎหมาย ผู้ใช้อำนาจนี้คือ ศาล

การปกครองระบอบประชาธิปไตยมีกฎหมายให้ประชาชนปฏิบัติตาม กฎหมายเป็นกฎเกณฑ์หรือกติกาของประเทศที่กำหนดไว้แน่นอนและชัดเจนโดยสภาผู้แทนราษฎร จึงถือว่าเป็นความเห็นชอบและสอดคล้องกับความต้องการของประชาชน กฎหมายเป็นเครื่องมือในการตัดสินปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ในสังคมประชาธิปไตย ทุกคนต้องเคารพกฎหมายหรืออยู่ใต้กติกาเดียวกัน



การพิจารณาพิพากษาคดี

ในการพิจารณาพิพากษาคดีของศาล ต้องมีผู้พิพากษาเป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ ผู้พิพากษาจะพิจารณาพิพากษาคดีในสถานที่ที่เรียกว่า ศาล ผู้พิพากษาเป็นผู้ที่ได้รับคัดเลือกมาจากผู้มีคุณสมบัติเฉพาะโดยมิได้ผ่านการเลือกตั้ง เป็นผู้ที่มีความรู้สูงในด้านกฎหมาย เป็นผู้มีความชำนาญในการพิจารณาคดีให้มีความยุติธรรมและมีอิสระในการตัดสินใจโดยปราศจากการบังคับจากฝ่ายใด

อำนาจอธิปไตยมีความสำคัญในระบอบประชาธิปไตยและมีผลต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนเป็นอย่างยิ่ง เพราะมีการแบ่งแยกอำนาจเป็นฝ่ายๆ เพื่อป้องกันการรวบอำนาจของฝ่ายบริหาร และช่วยคุ้มครองสิทธิเสรีภาพของประชาชนไม่ให้ถูกลิดรอน อันเป็นหลักการสำคัญของการปกครองในระบอบประชาธิปไตย

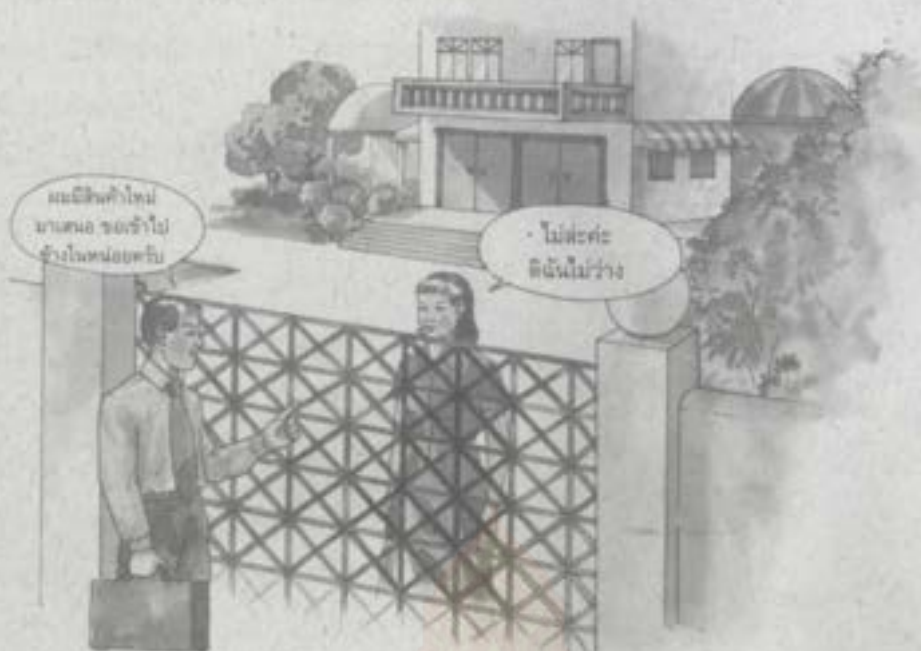
สิทธิ เสรีภาพ และหน้าที่ของประชาชนในระบอบประชาธิปไตย



สิทธิในชีวิตและร่างกาย



สิทธิเสมอภาคในการศึกษา



เสิร์ฟานในเคหสถาน



หน้าที่การเสียภาษีอากร

สิทธิ เสรีภาพ หน้าที่

สิทธิ เสรีภาพ หน้าที่ เป็นสิ่งที่กำหนดไว้ในกฎหมายรัฐธรรมนูญอันเป็นของปวงชนชาวไทย

สิทธิ หมายถึง ประโยชน์ทั้งหลายที่ได้รับการคุ้มครองจากกฎหมายของประเทศว่าเป็นสิ่งอันชอบธรรมของพลเมืองที่สามารถมีและใช้ได้ สิทธิเหล่านี้ ได้แก่ สิทธิในร่างกาย สิทธิในชีวิตและทรัพย์สิน สิทธิในการประกอบอาชีพ เป็นต้น

เสรีภาพ หมายถึง โอกาสที่บุคคลจะทำการที่ปรารถนาได้โดยถูกคุกคามน้อยที่สุด การใช้เสรีภาพต้องไม่ขัดขวางต่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยหรือศีลธรรมอันดีของประชาชนและต้องไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น เช่น มีเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นแต่ต้องไม่ไปกล่าวโทษให้ร้ายผู้อื่นโดยไม่มีหลักฐาน

หน้าที่ หมายถึง ความรับผิดชอบที่สำคัญของประชาชนที่พึงกระทำตามที่บัญญัติไว้ในรัฐธรรมนูญ สิทธิและหน้าที่เป็นสิ่งที่ควบคู่กันจะมีสิทธิโดยไม่มีหน้าที่ไม่ได้ เช่น เรามีสิทธิในการประกอบอาชีพ แต่ก็มีหน้าที่ต้องเสียภาษีอากรให้ประเทศชาติ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕/๒ สร้างข้อตกลงกันว่า นักเรียนมีสิทธิแสดงความคิดเห็นได้ในเวลาเรียน มีสิทธิใช้โต๊ะ เก้าอี้เรียนของตนได้ตลอดปีการศึกษา มีเสรีภาพในการเดินไปมาในห้องเรียนได้ แต่ในเวลาเรียนจะลุกนั่งเดินไปไหนต้องขออนุญาตครูก่อน นักเรียนมีหน้าที่ต้องผลัดเปลี่ยนกันเป็นเวรรักษาความสะอาดห้องเรียน สัปดาห์ละ ๑ วัน นักเรียนมีหน้าที่ต้องใช้สิทธิเลือกตั้งหัวหน้าชั้น เป็นต้น

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕/๒ ต้องปฏิบัติตามข้อตกลงนี้เพื่อความสงบเรียบร้อยและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ในเรื่องของเสรีภาพนั้น พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ทรงมีพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับ ประชาธิปไตยและเสรีภาพ ไว้อย่างน่าคิดและเข้าใจได้โดยง่ายดังนี้

“... พอสมควรเป็นหัวใจของประชาธิปไตย เพราะว่าทุกคนมีเสรีภาพ แต่เสรีภาพนั้นเป็นเสรีภาพพอสมควร ... ทุกคนมีเสรีภาพที่จะนั่งที่นี้ แต่ว่าจำกัดด้วยเสรีภาพของคนอีกคนหนึ่งที่นั่งอยู่ข้างๆ เรามีกว่าเรามีเสรีภาพ แต่ถ้าลองยืดแขนออก

“ไปอย่างนี้ เสรีภาพนั้นน่ากลัวโดนบันทึก เพราะใช้อีกฝ่ายหนึ่งเขาก็ทำอย่างนี้บ้าง เราก็โดนบันทึกเสรีภาพของเรา ... เสรีภาพพอสมควรนั่นคือเสรีภาพที่เรามี แล้วอยู่ในขอบเขตของเสรีภาพคนอื่น ... เสรีภาพของแต่ละคน จำกัดอยู่ด้วยเสรีภาพของผู้อื่น การแสวงหาประโยชน์ใด ๆ ถ้าละเมิดและก้าวก่ายกัน จะกลายเป็นการเบียดเบียน ซึ่งมีอันตรายมากทันที ...”

กฎหมายรัฐธรรมนูญซึ่งเป็นกฎหมายสูงสุดของประเทศ ได้กำหนดสิทธิเสรีภาพ หน้าที่ของประชาชนในประเทศไว้เพื่อให้ประชาชนปฏิบัติตาม ใครจะละเมิดไม่ได้ ทั้งนี้เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยและความสงบสุขของประชาชนในประเทศ



ชวนคิด ลองทำ

๑. แบ่งกลุ่มอภิปรายถึง สิทธิ เสรีภาพ และหน้าที่ของลูกที่ควรมีในครอบครัว ตลอดจนสิทธิ เสรีภาพ และหน้าที่ของนักเรียนที่ควรมีในห้องของนักเรียน จัดบันทึกและรายงานหน้าชั้น
๒. ทำรายงานค้นคว้าถึงสิทธิ เสรีภาพ และหน้าที่ของประชาชนชาวไทยในรัฐธรรมนูญฉบับที่ใช้ในปัจจุบัน
๓. ค้นคว้าและอภิปรายลักษณะการดำรงชีวิตของมด ผึ้ง ว่ามีระบบเป็นอย่างไร มีลักษณะดีอย่างไร
๔. อภิปรายหาข้อตกลงในการอยู่ร่วมกันในชั้นเรียน เขียนเป็นข้อๆติดไว้ในห้องเพื่อปฏิบัติร่วมกัน
๕. ดัดข่าวเกี่ยวกับการประชุมคณะรัฐมนตรีประจำสัปดาห์ ซึ่งลงมติในเรื่องสำคัญต่างๆ มาเล่าให้เพื่อนฟังหน้าชั้น นักเรียนอาจทำเป็นสมุดสะสมข่าว ซึ่งได้จากหนังสือพิมพ์หรือจัดบันทึกจากการฟังข่าวทางวิทยุโทรทัศน์ก็ได้
๖. ให้นักเรียนค้นคว้าหาข้อมูลว่านายกรัฐมนตรี ประธานรัฐสภา ประธานศาลฎีกาในปัจจุบันคือใคร



หน้าที่คนไทย

หน้าที่และความรับผิดชอบของคนไทย

คนไทยทุกคนมีหน้าที่และความรับผิดชอบตามสิทธิเสรีภาพในระบอบประชาธิปไตยดังนี้

๑. รักษาสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์และการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข
๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย



พลเมืองที่มีอายุ ๑๘ ปีบริบูรณ์ ทุกคนเป็นผู้มีสิทธิเลือกตั้ง

๓. ไปใช้สิทธิเลือกตั้ง
๔. ป้องกันประเทศ และรับราชการทหารตามที่กฎหมายกำหนด
๕. เสียภาษีอากร
๖. ช่วยเหลือราชการ

๗. รับการศึกษาตามที่กฎหมายกำหนด
๘. พักพิทักษ์ปกป้องและสืบสานศิลปวัฒนธรรมของชาติ และภูมิปัญญาท้องถิ่น
๙. อนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม



นักเรียนทราบหรือไม่ว่า กฎหมายคืออะไร

กฎหมาย

กฎหมาย คือ บทบัญญัติที่ตราขึ้นไว้เพื่อใช้ในการบริหารบ้านเมืองและกำหนดความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคม เพื่อให้การอยู่ร่วมกันของคนในสังคมเป็นไปอย่างสงบสุข ผู้ใดฝ่าฝืนย่อมมีความผิดและได้รับการลงโทษ

ผลของการปฏิบัติและไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย

การปฏิบัติและไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย มีผลกระทบแก่ตนเอง สังคมและประเทศชาติ ผลกระทบที่เกิดแก่ตนเอง กล่าวคือ ถ้าปฏิบัติตามกฎหมายก็จะเป็นคนดี มีความผิดและไม่ต้องรับโทษตามที่กฎหมายกำหนดไว้ ได้ชื่อว่าเป็นพลเมืองดีของประเทศ ส่วนผลกระทบต่อสังคมก็คือ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นหรือสังคมที่ร่วมอาศัยอยู่ อันยังเกิดผลดีต่อประเทศชาติในที่สุด

การไม่ปฏิบัติตามกฎหมายบางอย่าง เช่น การไม่ไปเลือกตั้ง เป็นผลกระทบอย่างร้ายแรงโดยตรงต่อประเทศชาติ อาจเป็นช่องทางให้เกิดการทุจริตในการเลือกตั้ง และเป็นเหตุให้เกิดการฉ้อราษฎร์บังหลวงจนประเทศชาติเสียหาย คนไทยทุกคนก็จะได้รับผลกระทบตามไปด้วย

คนไทยทุกคนจึงต้องปฏิบัติตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด

ผู้ทำหน้าที่รักษากฎหมาย

ผู้ทำหน้าที่รักษากฎหมายเกี่ยวกับความสงบเรียบร้อยในสังคม ที่นักเรียนควรรู้ ได้แก่ ตำรวจ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน

ตำรวจ คือ เจ้าหน้าที่ของรัฐ มีหน้าที่พิทักษ์รักษาและปกป้องความปลอดภัยให้แก่ราษฎร รวมทั้งยังมีอำนาจในการจับกุมผู้กระทำความผิดมาดำเนินคดีตามกฎหมาย

กำนัน คือ บุคคลที่รัฐมอบหมายให้ทำหน้าที่ดูแลทุกข์สุขของประชาชนในแต่ละตำบล พร้อมกับดำเนินงานตามแนวทางการปกครองตามนโยบายอันเกี่ยวข้องกับประชาชนในตำบลนั้นให้เป็นไปตามกฎหมาย แต่ไม่มีอำนาจหน้าที่ในการจับกุมผู้กระทำความผิดมาดำเนินคดี

ผู้ใหญ่บ้าน คือ บุคคลที่รัฐมอบหมายให้ทำหน้าที่ดูแลทุกข์สุขของประชาชนในหมู่บ้านเช่นเดียวกับกำนัน หากแต่มีขอบเขตในหมู่บ้านเท่านั้น และยังต้องทำงานโดยขึ้นตรงต่อกำนันด้วย

กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของคนไทยที่นักเรียนควรรู้ มีดังนี้

การแจ้งเกิด

เมื่อมีคนเกิดในบ้าน เจ้าบ้านต้องแจ้งต่อนายทะเบียนท้องที่มีคนเกิดภายใน ๑๕ วันนับแต่วันเกิด ณ ที่ทำการของราชการดังนี้

๑. คนเกิดในเขตเทศบาล แจ้งที่สำนักงานเทศบาล
๒. คนเกิดนอกเขตเทศบาล แจ้งที่ทำการสำนักงานทะเบียนตำบลหรือที่ทำการกำนัน

๓. คนเกิดในเขตกรุงเทพมหานคร แจ้งที่สำนักงานทะเบียนเขต

หลักฐานที่ใช้ในการแจ้งเกิด ได้แก่ ทะเบียนบ้าน เมื่อนายทะเบียนรับการแจ้งเกิดไว้แล้วจะออกสูติบัตร (ใบแจ้งเกิด) ตอนที่ ๑ ให้แก่ผู้แจ้งไว้เป็นหลักฐาน

สูติบัตรเป็นเอกสารสำคัญที่แสดงสัญชาติ ชื่อ วัน เดือน ปีเกิด ชื่อและสัญชาติของบิดามารดา ต้องเก็บรักษาเอาไว้ให้ดี เพื่อใช้เป็นหลักฐานในโอกาสต่างๆต่อไป

การแจ้งตาย

เมื่อมีคนตาย เจ้าบ้านต้องแจ้งต่อนายทะเบียนท้องที่ ที่ผู้ตายมีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร ภายใน ๒๔ ชั่วโมง เมื่อนายทะเบียนรับแจ้งแล้ว จะออกไปมรณบัตรให้ไว้เป็นหลักฐาน

ใบมรณบัตรเป็นเอกสารแสดงการตายของบุคคล ต้องเก็บรักษาไว้ให้ดีเช่นเดียวกับสูติบัตร



ทะเบียนบ้าน

การแจ้งย้ายออก

เมื่อมีการย้ายที่อยู่ใหม่ต้องแจ้งต่อนายทะเบียนผู้รับแจ้งในท้องที่ที่ตนมีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎรภายใน ๑๕ วัน นับแต่วันย้ายออก

การแจ้งย้ายเข้า

เมื่อมีผู้ย้ายเข้ามาอยู่บ้านใดเจ้าบ้านหรือผู้แทนต้องแจ้งต่อนายทะเบียนที่ที่เจ้าบ้านอยู่ภายใน ๑๕ วัน นับแต่วันย้ายเข้า

ในการแจ้งเกิด ตาย ย้ายออกและย้ายเข้านั้น จะต้องใช้เอกสารทางราชการ คือ ทะเบียนบ้าน



ทะเบียนบ้าน เป็นเอกสารทางราชการและเอกสารทางกฎหมายที่แสดงคุณสมบัติบางประการของบุคคลว่า มีอายุเท่าใด สัญชาติใด มีความสัมพันธ์ในครอบครัวอย่างไร เช่น เป็นบิดา มารดา สามี ภรรยา บุตร ใช้เป็นหลักฐานประกอบการพิจารณาในการเข้ารับการศึกษาทุกระดับ การเข้ารับราชการ การขอทำหนังสือเดินทางไปต่างประเทศ การขอเปลี่ยนชื่อตัว ชื่อสกุล การขอมีใบอนุญาตขับขี่รถยนต์ การขอทำบัตรประจำตัวประชาชน การมีสิทธิในการออกเสียงเลือกตั้ง ฯลฯ



ชวนคิด ลองทำ



๑. เชิญตำรวจ กำนัน ผู้ใหญ่บ้านมาอธิบายถึงบทบาทหน้าที่ของตน
๒. ให้นักเรียนเก็บข่าวจากหนังสือพิมพ์ แยกประเภทของผู้ปฏิบัติตามกฎหมายและผู้ไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย พร้อมบอกผลที่ได้รับของทั้งสองฝ่าย
๓. แบ่งกลุ่มจัดป้ายนิทรรศการเรื่อง หน้าที่ความรับผิดชอบของคนไทย



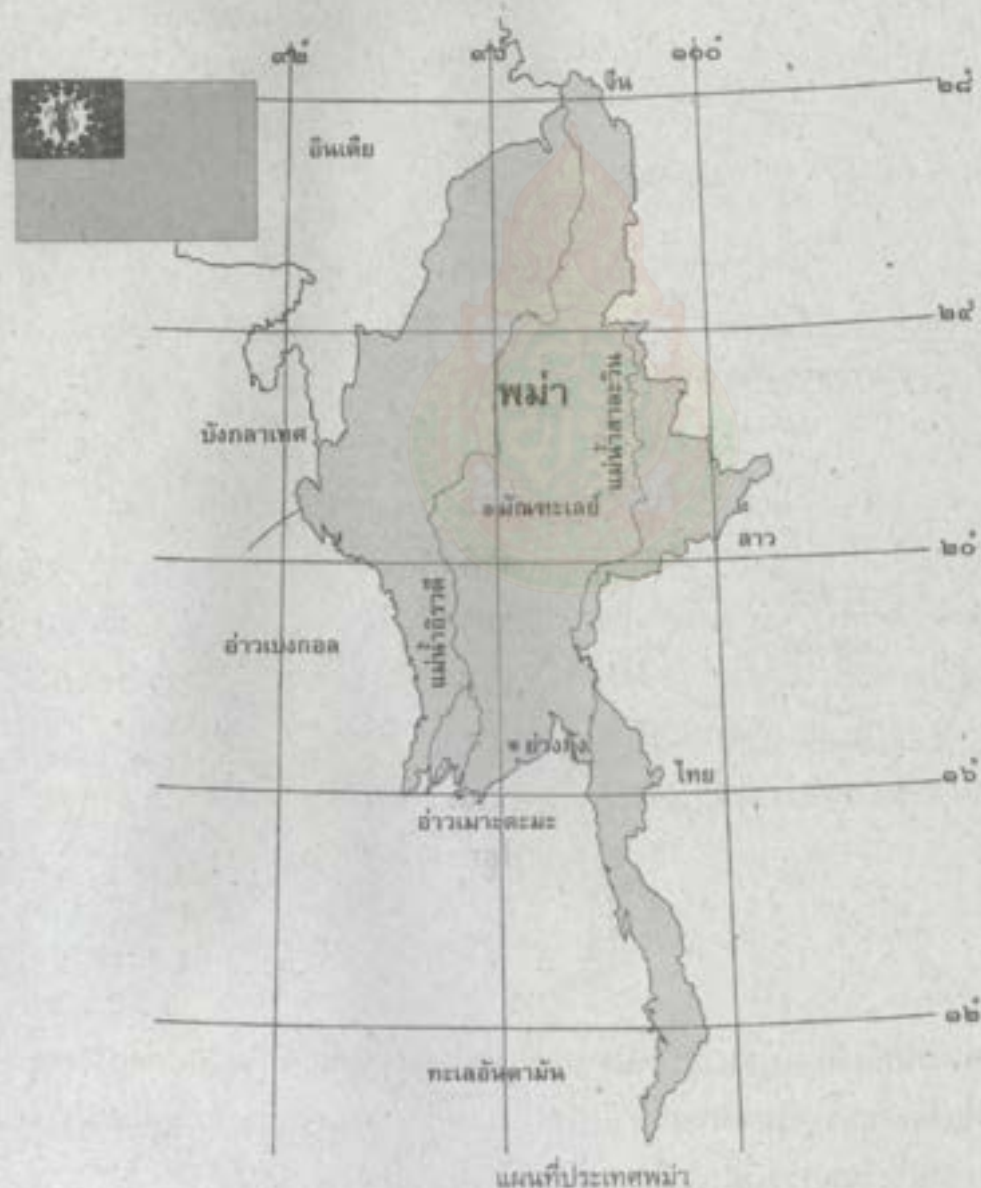
มิตรประเทศของเรา



ประเทศไทยมีเพื่อนบ้านที่เป็นมิตรประเทศของเราหลายประเทศ เช่น พม่า ญี่ปุ่น จีน อินเดีย ลาว เวียดนาม มาเลเซีย สิงคโปร์ ฯลฯ สำหรับในชั้นนี้ มิตรประเทศของเราที่นักเรียนควรเรียนรู้ คือ พม่า ญี่ปุ่น และจีน

ประเทศสหภาพพม่า

สหภาพพม่า ตั้งอยู่ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ มีชายแดนติดต่อกับประเทศไทย จึงทำให้มีความสัมพันธ์กันมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา นับได้ว่าประเทศพม่าเป็นประเทศเพื่อนบ้านที่มีความใกล้ชิดกับประเทศไทยมาเป็นระยะเวลายาวนาน ปัจจุบันพม่าได้เปลี่ยนชื่อประเทศของตนเป็น สหภาพเมียนมาร์





นักเรียนทราบหรือไม่ว่า ประเทศพม่าตั้งอยู่ที่ไหน

ประเทศพม่ามีอาณาเขตติดต่อกับประเทศต่างๆ ดังนี้

ทิศเหนือ ติดประเทศจีนและอินเดีย

ทิศตะวันออก ติดประเทศไทยและลาว

ทิศใต้ ติดบางส่วนของประเทศไทยและทะเลอันดามัน

ทิศตะวันตก ติดประเทศบังกลาเทศ อินเดียและอ่าวเบงกอล

จังหวัดต่างๆของประเทศไทยที่มีชายแดนติดต่อกับพม่าคือ เชียงราย เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน ตาก กาญจนบุรี ราชบุรี เพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ ชุมพรและระนอง

ลักษณะภูมิประเทศ ภูมิประเทศของพม่าทางด้านตะวันออกเฉียงเหนือเป็นที่ราบสูงและเทือกเขา ที่ราบสูงสำคัญได้แก่ ที่ราบสูงฉาน ซึ่งอยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคเหนือ ส่วนเทือกเขาที่สำคัญได้แก่ เทือกเขาเยะไข่ และเทือกเขาพะโค

ประเทศพม่ามีแม่น้ำสำคัญ ๒ สาย คือแม่น้ำอิรวดีและแม่น้ำสาละวิน

แม่น้ำอิรวดีเป็นแม่น้ำสายยาวที่สุดและสำคัญที่สุดของพม่า ต้นน้ำอยู่ทางภาคตะวันออก ไหลผ่านตอนกลางของประเทศลงมาถึงอ่าวมะตะมะ ที่เมืองสิริเยม

ส่วนแม่น้ำสาละวินมีต้นน้ำอยู่ในทิเบต ไหลผ่านที่ราบสูงฉานลงมาถึงตอนใต้ของพม่าสู่อ่าวมะตะมะ

ที่ราบทางตอนใต้ของพม่าเป็นที่ราบลุ่มปากแม่น้ำ เป็นบริเวณที่อุดมสมบูรณ์ที่สุดเพราะดินดี อากาศดี เหมาะแก่การเพาะปลูก ทำให้มีพลเมืองอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น

ลักษณะภูมิอากาศ พม่ามีภูมิอากาศคล้ายไทย กล่าวคือเป็นประเทศที่อยู่ในเขตร้อนชื้น มีฝนตกชุก พื้นที่ส่วนใหญ่ปกคลุมไปด้วยป่าไม้ ตอนกลางของประเทศเป็นเขตแห้งแล้ง มีฝนตกน้อย อุณหภูมิสูงตลอดปี ยกเว้นที่ราบสูงและเชิงเขาอุณหภูมิจะต่ำลงในฤดูหนาว

ลักษณะเศรษฐกิจ ประชากรพม่าส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม สินค้าออกที่สำคัญจึงเป็นผลิตผลทางการเกษตร ได้แก่ ข้าว ถั่ว ข้าวโพด ผลไม้ งา ยาสูบ ยางพารา แต่รายได้ส่วนหนึ่งของรัฐได้จากการจำหน่ายน้ำมันดิบ และก๊าซธรรมชาติ

ทรัพยากรที่สำคัญของพม่า ได้แก่ ป่าไม้ ซึ่งยังมีอยู่อย่างหนาแน่นถึงร้อยละ ๖๐ ของพื้นที่ทั้งหมด นอกจากนั้นยังมีถ่านหิน แร่ธาตุ น้ำมัน และอัญมณี สำหรับน้ำมัน พบที่ลุ่มแม่น้ำอิรวดีตอนล่าง ส่วนแร่ธาตุที่พบ ได้แก่ ดีบุก ทังสแตน ตะกั่ว สังกะสี พลวง ทองแดง และอัญมณีที่มีชื่อเสียง ได้แก่ หยก และพลอย

ระบอบการปกครอง ประเทศพม่าปกครองในระบอบสังคมนิยม มีประธานาธิบดีเป็นประมุข นายกรัฐมนตรีเป็นผู้บริหารประเทศ พม่าประกอบด้วยคนหลายเชื้อสาย เช่น พม่า กะเหรี่ยง มอญ ไทยใหญ่ คะฉิ่น ฯลฯ เชื้อสายที่เป็นชนกลุ่มน้อยพยายามแยกตัวเป็นรัฐอิสระเสมอมา จึงทำให้รัฐบาลต้องทำการปราบปรามด้วยกำลังอาวุธ และหาวิธีให้ประชาชนของประเทศรวมเป็นหนึ่งเดียวกัน วิธีหนึ่งที่รัฐบาลพม่านำมาใช้ก็คือ เปลี่ยนชื่อประเทศจากพม่าเป็นเมียนมาร์ และเปลี่ยนชื่อเมืองหลวงจากรางกุ้งเป็นย่างกุ้ง ด้วยเหตุที่คำซึ่งนำมาเปลี่ยนใหม่ทั้งสองคำนี้มิได้มีความหมายเฉพาะเชื้อสายพม่าแต่แค่เพียงอย่างเดียว หากแต่รวมถึงชนเผ่าต่างๆ ทั้งหมดที่อยู่ในประเทศ



นักเรียนทราบไหมว่า ประชากรพม่ามีชีวิตความเป็นอยู่อย่างไร

ปัจจุบันพม่ามีประชากรประมาณ ๔๗ ล้านคน (พ.ศ. ๒๕๔๐) ประชากรส่วนหนึ่งเป็นชนกลุ่มน้อย เช่น กะเหรี่ยง ไทยใหญ่ มอญ และชนต่างด้าว เช่น อินเดีย ปากีสถาน บังกลาเทศ และจีน

พม่าใช้ภาษาพม่าเป็นภาษาราชการ นับถือพระพุทธศาสนานิกายเถรวาท แต่ก็ยังมีชนกลุ่มน้อยบางกลุ่มนับถือศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม สิ่งศักดิ์สิทธิ์และวิญญาณ



นักเรียนพอจะบอกได้ไหมว่า พม่ามีความสัมพันธ์กับประเทศไทย
และคนไทยอย่างไร

ความสัมพันธ์กับไทย ปัจจุบันประเทศพมามีสัมพันธ์ไมตรีทางการทูตกับ
ประเทศไทย มีการแลกเปลี่ยนค้าขายกันในระดับประเทศ เช่น ก๊าซธรรมชาติ
ไม้ อัญมณี นอกจากนั้นประชาชนที่อยู่ตามชายแดนของทั้งสองประเทศยังมีการติดต่อ
ค้าขายซึ่งกันและกัน

การที่พม่าปราบปรามชนกลุ่มน้อยที่อาศัยอยู่ตามชายแดนไทย-พม่า ทำให้เกิด
ผลกระทบถึงประชาชนไทยที่อาศัยอยู่ในบริเวณชายแดนเสมอ แต่ทั้งสองประเทศ
ก็สามารถยุติปัญหาและสร้างความเข้าใจอันดีแก่กันตลอดมา



ประเทศญี่ปุ่น

ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและอุตสาหกรรมสูงสุดในทวีปเอเชีย ประเทศญี่ปุ่นเคยพ่ายแพ้สงครามโลกครั้งที่ ๒ และได้รับความเสียหายจากระเบิดปรมาณู แต่ก็สามารถกอบกู้ประเทศให้เจริญรุดหน้าได้อย่างรวดเร็ว จนปัจจุบันได้ชื่อว่าเป็นประเทศผู้นำทุก ๆ ด้านของภูมิภาคแถบนี้



แผนที่ประเทศญี่ปุ่น



นักเรียนทราบหรือไม่ว่า ประเทศญี่ปุ่นตั้งอยู่ที่ไหน

ญี่ปุ่นเป็นหมู่เกาะมีพื้นที่ ๓๗๗,๘๑๕ ตารางกิโลเมตร ตั้งอยู่ชายฝั่งด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือของทวีปเอเชีย ในมหาสมุทรแปซิฟิก ประกอบด้วยเกาะใหญ่ ๔ เกาะ ได้แก่ เกาะฮอนชู เกาะฮอกไกโด เกาะคีวชูและเกาะชิโกกุ กับเกาะเล็กๆ อีกประมาณ ๓,๕๐๐ เกาะ

เกาะฮอกไกโดเป็นเกาะที่อยู่ทางเหนือสุด พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นภูเขาไฟ

เกาะฮอนชูเป็นเกาะที่มีขนาดใหญ่ที่สุดของญี่ปุ่น กล่าวคือมีพื้นที่กว่า ๖๐% ของประเทศ ประชากรร้อยละ ๘๐ อาศัยอยู่บนเกาะนี้ ทางตะวันออกเฉียงเหนือของเกาะฮอนชูเป็นที่ตั้งของมหานครโตเกียว เมืองหลวงของญี่ปุ่น

เกาะชิโกกุอยู่ทางตอนใต้ มีที่ราบ แม่น้ำ และไม่มีภูเขาไฟ

เกาะคีวชูอยู่ทางตอนใต้ มีประชากรอาศัยอยู่หนาแน่น รองลงมาจากเกาะฮอนชู

ที่ตั้งและอาณาเขตของประเทศญี่ปุ่น

ทิศเหนือ ติดทะเลโอค็อตสค์

ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ติดมหาสมุทรแปซิฟิก

ทิศใต้ ติดทะเลจีนและมหาสมุทรแปซิฟิก

ทิศตะวันตก ติดทะเลญี่ปุ่น

ลักษณะภูมิประเทศ เป็นภูเขาไฟ มีทั้งภูเขาไฟที่ดับแล้วและยังไม่ดับ ภูเขาเหล่านี้คิดเป็นพื้นที่ร้อยละ ๗๑ ของพื้นที่ทั้งหมด ภูเขาไฟที่สวยงามและมีชื่อเสียงของญี่ปุ่นคือ ภูเขาไฟฟูจิยามา



ภูเขาไฟฟูจิยามก

ลักษณะภูมิอากาศ ญี่ปุ่นตั้งอยู่ในเขตอบอุ่นปลายเขตร้อน ทำให้ภูมิอากาศอบอุ่นสบาย ภูมิอากาศของญี่ปุ่นมี ๕ ฤดูได้แก่ ฤดูร้อน ฤดูฝน ฤดูหนาว ฤดูใบไม้ผลิและฤดูใบไม้ร่วง

ประเทศญี่ปุ่นมีฝนตกมาก และมีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ ญี่ปุ่นมีกระแสน้ำเย็นโอยาชิโวลไหลผ่านทางตอนบนของประเทศ จึงทำให้อากาศบนเกาะฮอกไกโดและเกาะฮอนชูบางส่วนหนาวจัด ส่วนทางตอนใต้ซึ่งมีกระแสน้ำอุ่นกุโรชิโวลไหลผ่าน ทำให้อากาศบนเกาะชิโกกุและเกาะคีวซึอบอุ่นกว่า

ลักษณะเศรษฐกิจ ญี่ปุ่นจัดว่าเป็นประเทศที่มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจรวดเร็วมาก หลังสงครามโลกครั้งที่ ๒ ญี่ปุ่นกลายเป็นประเทศผู้นำด้านอุตสาหกรรมรถยนต์ รถจักรยานยนต์ การต่อเรือ เครื่องไฟฟ้า อุปกรณ์สื่อสาร คอมพิวเตอร์ ฯลฯ

ญี่ปุ่นให้ความสนใจเรื่องวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยให้เงินสนับสนุนงานวิจัยของนักวิจัยญี่ปุ่นและต่างชาติมากมาย โครงการใหญ่ๆ เช่น พลังงานปรมาณู การพัฒนาทางอวกาศ การบิน วิทยาศาสตร์ทางทะเล วิทยาศาสตร์ชีวภาพ การขนส่งด้วยรถไฟความเร็วสูง เครื่องขยายการสื่อสารที่น่าสมัย เทคโนโลยีด้านการสื่อสารสมัยใหม่

ประเทศญี่ปุ่นมีความเจริญทางด้านต่างๆ ได้แก่

๑. อุตสาหกรรม ทุกเมืองของญี่ปุ่นมีโรงงานอุตสาหกรรมหนัก เช่น การผลิตรถยนต์ เครื่องบิน เรือ การถลุงเหล็ก ฯลฯ อุตสาหกรรมเบา เช่น เครื่องไฟฟ้า คอมพิวเตอร์ อาหารสำเร็จรูป เคมีภัณฑ์ ฯลฯ เขตอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ของญี่ปุ่นตั้งอยู่ที่โตเกียว โกเบ นาโงยา กิซุมิฮอนเนอ



เมืองท่าอุตสาหกรรม

๒. การประมง ญี่ปุ่นได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่ทำการประมงมากที่สุดในโลก ญี่ปุ่นทำการประมงทั้งในน่านน้ำของตนและน่านน้ำสากล รวมทั้งยังลงทุนทำประมงกับประเทศอื่นๆ อีกด้วย

๓. การเกษตรกรรม ญี่ปุ่นมีพื้นที่ทำการเกษตรน้อยและสามารถใช้เทคโนโลยีช่วยในการเพาะปลูกทำให้ได้ผลิตผลมาก นอกจากปลูกข้าวประเภทต่างๆ แล้ว ญี่ปุ่นยังปลูกหม่อน ชา ผัก ผลไม้ และเลี้ยงสัตว์

๔. การค้าระหว่างประเทศ ประเทศญี่ปุ่นมีความสามารถในการตลาด ทำให้สินค้าของญี่ปุ่นมีคุณภาพ การค้าขายกับต่างประเทศสามารถทำรายได้สูง

ระบอบการปกครอง ญี่ปุ่นปกครองระบอบประชาธิปไตย มีพระจักรพรรดิเป็นสัญลักษณ์ของประเทศ ปฏิบัติการกิจตามที่รัฐธรรมนูญกำหนด มีนายกรัฐมนตรีเป็น

ผู้นำการบริหารประเทศ มีคณะรัฐมนตรีทำหน้าที่บริหารประเทศ และเสนอชื่อประธานศาลฎีกา



นักเรียนทราบไหมว่า ประชากรญี่ปุ่นมีชีวิตความเป็นอยู่อย่างไร

ญี่ปุ่นมีประชากรประมาณ ๑๒๖ ล้านคน (พ.ศ. ๒๕๔๐) ร้อยละ ๔๕ อาศัยอยู่ในเมืองใหญ่ๆ เช่น โตเกียว โอซากา และนาโงยา ใช้ภาษาญี่ปุ่นเป็นภาษาประจำชาติ ประชาชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธและลัทธิชินโต และศาสนาอื่นๆ เช่น อิสลาม คริสต์

ชาวญี่ปุ่นใช้ชีวิตตามแบบอย่างของคนสมัยใหม่ ด้วยเครื่องใช้ทันสมัยที่ให้ความสะดวกสบายทุกอย่าง แต่ยังเป็นผู้เคร่งครัดในวัฒนธรรมประเพณีดั้งเดิม เช่น ประเพณีแต่งงานและการเฉลิมฉลองตามเทศกาลต่างๆ ในงานเทศกาลสำคัญสตรีญี่ปุ่นมักแต่งกายด้วยชุดกิโมโนซึ่งเป็นชุดประจำชาติ

ความสัมพันธ์กับไทย ญี่ปุ่นมีความสัมพันธ์ทางการทูตกับไทยและประเทศต่างๆ ทั่วโลก มีการลงทุนทางอุตสาหกรรมในประเทศไทยหลายอย่าง มีการร่วมมือกันทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอย่างกว้างขวาง

ปัจจุบันไทยอยู่ในฐานะเสียเปรียบดุลการค้ากับญี่ปุ่น เพราะสั่งซื้อสินค้าสำเร็จรูปและชิ้นส่วนจากญี่ปุ่นเข้ามาเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งรถยนต์ จักรยานยนต์ เครื่องใช้ไฟฟ้า คอมพิวเตอร์ แต่สินค้าส่วนใหญ่ที่ญี่ปุ่นสั่งซื้อจากประเทศไทยเป็นสินค้าการเกษตรซึ่งมีราคาถูกลงกว่า

ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีน

สาธารณรัฐประชาชนจีน มีพื้นที่กว้างใหญ่ที่สุดในทวีปเอเชีย คือ ประมาณ ๙,๕๖๒,๕๐๔ ตารางกิโลเมตร และมีขนาดใหญ่เป็นอันดับ ๒ ของโลก รองจากประเทศแคนาดา



นักเรียนทราบหรือไม่ว่า ประเทศสาธารณรัฐประชาชนจีนตั้งอยู่ที่ใด

ประเทศจีนตั้งอยู่ทางทิศตะวันออกของทวีปเอเชียและอยู่ทางด้านทิศเหนือของประเทศไทย มีอาณาเขตติดต่อกับประเทศต่างๆ ดังนี้

ทิศเหนือ ติดประเทศมองโกเลียและรัสเซีย

ทิศตะวันออก ติดประเทศเกาหลีเหนือ ทะเลเหลืองและทะเลจีน

ทิศใต้ ติดประเทศพม่า ลาว และเวียดนาม

ทิศตะวันตก ติดประเทศอินเดีย ภูฏาน เนปาล และรัสเซีย

ลักษณะภูมิประเทศ เนื่องจากจีนเป็นประเทศที่มีขนาดใหญ่ จึงสามารถแบ่งลักษณะภูมิประเทศออกได้ดังนี้

เทือกเขาและที่ราบสูง จีนมีเทือกเขาสำคัญๆหลายแห่ง เช่น เทือกเขาอัลไต เทือกเขานานหลิง เทือกเขาคุนหลุน เทือกเขานานชาน เทือกเขาชิงหลิงชานและเทือกเขาเทียนชาน เทือกเขาเหล่านี้เป็นต้นกำเนิดของที่ราบสูงที่สำคัญหลายแห่ง เช่น ที่ราบสูงยูนนาน ที่ราบสูงมองโกเลีย และยังเป็นต้นกำเนิดแม่น้ำสำคัญของจีน ๓ สาย คือ แม่น้ำแยงซีเกียง ซึ่งเป็นแม่น้ำขนาดใหญ่ไหลผ่านทางตอนกลางของประเทศ แม่น้ำฮวงโหหรือแม่น้ำเหลือง ซึ่งมีความยาวประมาณ ๔,๐๐๐ กิโลเมตร และแม่น้ำซีเกียงเป็นแม่น้ำขนาดเล็ก มีความยาวประมาณ ๑,๔๐๐ กิโลเมตร

ที่ราบและที่ราบลุ่มแม่น้ำ ที่ราบสำคัญของจีนอยู่บริเวณทิศตะวันออกของประเทศ ซึ่งมีแม่น้ำสายสำคัญทั้ง ๓ สายไหลผ่าน บริเวณดังกล่าวจึงมีประชากรอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น เพราะมีความอุดมสมบูรณ์สามารถเพาะปลูกและทำการเกษตรกรรมได้

นอกจากนั้นประเทศจีนยังมีทะเลสาบ หนอง บึงขนาดต่างๆกว่า ๕๐๐ แห่ง เป็นแหล่งประมงน้ำจืดที่สำคัญของประชาชนทั่วประเทศ

ลักษณะภูมิอากาศ ประเทศจีนมีอากาศแบบมรสุม ในฤดูร้อนจะมีลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้พัดนำฝนมาตกทางชายฝั่งตะวันออกเฉียงใต้ของจีน ทางภาคตะวันออกและภาคใต้จะมีอากาศอบอุ่นในฤดูหนาว และเมื่อถึงฤดูร้อนอากาศจะร้อนจัด

ส่วนทางภาคเหนือของประเทศจะมีอากาศหนาวจัด อากาศแห้งและไม่มีฝนตก ส่วนในฤดูร้อนอากาศจะร้อนและชุ่มชื้น มีฝนตกเล็กน้อย

ภาคตะวันตกของประเทศเป็นบริเวณที่มีเทือกเขาสูง อากาศหนาวเย็นตลอดทั้งปี บางแห่งมีหิมะปกคลุม ฝนจะตกในฤดูร้อนเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

ลักษณะเศรษฐกิจ เนื่องจากจีนเป็นประเทศกว้างใหญ่ มีทรัพยากรธรรมชาติมาก มีความเจริญทางเศรษฐกิจหลายด้านดังนี้

๑. อุตสาหกรรม จีนเป็นประเทศที่มีพื้นที่กว้างใหญ่ มีวัตถุดิบมาก จึงเป็นประเทศอุตสาหกรรมประเทศหนึ่ง อุตสาหกรรมหนัก ได้แก่ การผลิตเหล็กและเหล็กกล้า เครื่องมือทางวิศวกรรม เครื่องไฟฟ้า อาวุธสงคราม เครื่องบิน รถบรรทุก รถแทรกเตอร์ รถจักรยานยนต์ ปูนซีเมนต์ เขตอุตสาหกรรมหนักอยู่ที่ปักกิ่ง เทียนสิน เซี่ยงไฮ้ จูจิง ส่วนอุตสาหกรรมเบา ได้แก่ อุตสาหกรรมกระดาษ เครื่องหนัง ถ้วยชาม อาหารกระป๋อง อุตสาหกรรมเหล่านี้กระจายอยู่ทุกภูมิภาคของประเทศ

๒. การเกษตรกรรม ประชากรร้อยละ ๘๐ ของสาธารณรัฐประชาชนจีนเป็นเกษตรกร ผลิตผลจากภาคเกษตรที่ได้คือข้าวเจ้า ข้าวสาลี ข้าวโพด ฝ้าย ชา ผัก ผลไม้ นอกจากนั้นยังมีการเลี้ยงสุกรมากกว่าประเทศอื่นๆ

๓. เหมืองแร่ จีนเป็นประเทศที่ผลิตถ่านหินได้เป็นอันดับ ๓ ของโลก และยังผลิตแร่ธาตุต่างๆ เช่น น้ำมัน เหล็ก ทองแดง พลวง ดีบุก ทองแดง สังกะสีและโครเมียม

๔. ป่าไม้ จีนทำป่าไม้ในเขตแมนจูเรียและเสฉวน

ระบอบการปกครอง จีนปกครองในระบอบคอมมิวนิสต์ มีประธานาธิบดีเป็นประมุขของประเทศ นายกรัฐมนตรีเป็นหัวหน้ารัฐบาลและผู้บริหารประเทศ

จีนมีประชากรประมาณ ๑,๒๓๖ ล้านคน (พ.ศ. ๒๕๔๐) จัดว่าเป็นประเทศที่มีจำนวนประชากรมากที่สุดในโลก ประชากรส่วนใหญ่เป็นชาวจีนที่อาศัยอยู่หนาแน่นบริเวณลุ่มแม่น้ำแยงซีเกียง ลุ่มแม่น้ำฮวงโห และลุ่มแม่น้ำซีเกียง นอกจากนั้นเป็นชนกลุ่มน้อยต่างๆ เช่น มองโกล แมนจู ทิเบต แมนจู และอื่นๆรวม ๕๕ ชนชาติ

ประเทศจีนใช้ภาษาจีนกลางเป็นภาษาราชการ แต่ก็มีภาษาพูดอื่นๆอีกตามท้องถิ่นและเชื้อชาติ ภาษาที่ใช้กันในประเทศจีนคือ กวางตุ้ง แต้จิ๋ว ฮกเกี้ยน ไหหลำ

ชาวจีนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธนิกายมหายาน บางท้องถิ่นนับถือศาสนาอิสลาม ลัทธิเต๋าหรือลัทธิขงจื้อ ฯลฯ

จีนเป็นต้นแหล่งวัฒนธรรมที่สำคัญแหล่งหนึ่งในทวีปเอเชีย วัฒนธรรมของจีนสอดคล้องสัมพันธ์กับธรรมชาติ และความกตัญญูต่อบรรพบุรุษ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ยังปรากฏอยู่ในประเพณีต่างๆ ของชาวจีนตลอดมา

ความสัมพันธ์กับไทย จีนมีความสัมพันธ์ทางการทูตกับไทย มีการแลกเปลี่ยนค้าขายสินค้าซึ่งกันและกัน ปัจจุบันประชาชนไทยเชื้อสายจีนที่มีภูมิลำเนาอยู่ในประเทศจีนสามารถเดินทางไปเยี่ยมเยียนได้อย่างสะดวกสบาย เป็นการกระชับความสัมพันธ์ของทั้งสองประเทศให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น



ชวนคิด ลองทำ



๑. ให้นักเรียนรวบรวมข่าวประจำวันที่เกี่ยวข้องกับพม่า จีน และญี่ปุ่น
๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนเป็น ๓ กลุ่ม เพื่อศึกษาค้นคว้าเรื่องราวของพม่า จีน และญี่ปุ่น เพิ่มเติมในหัวข้อดังนี้
 - ๒.๑ การเมือง การปกครอง
 - ๒.๒ ทรัพยากรและเศรษฐกิจ
 - ๒.๓ ศิลปวัฒนธรรม
๓. ทักล่ำวกันว่าประเทศไทยเสียเปรียบดุลการค้ากับญี่ปุ่นนั้น มีสาเหตุจากอะไร และจะแก้ไขได้อย่างไร
๔. ให้นักเรียนบอกความแตกต่างของเครื่องแต่งกายและอาหารของคนพม่า จีน ญี่ปุ่น ไทย



เรียนรู้เรื่องประชากรศึกษา

ประชากร หมายถึง กลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในบริเวณเดียวกันอย่างถาวร

ประชากรศึกษา หมายถึง การเรียนการสอนให้ผู้เรียนเข้าใจถึงสภาพและการเปลี่ยนแปลงประชากร วิธีการแก้ไข และป้องกันปัญหา เพื่อให้ผู้เรียนสามารถแก้ไข ป้องกันปัญหาประชากร และพัฒนาคุณภาพชีวิตได้

ประชากรศาสตร์ หมายถึง การศึกษาถึงขนาด การกระจายตัว องค์ประกอบ ของประชากรและการเปลี่ยนแปลงประชากร

องค์ประกอบของประชากร

องค์ประกอบของประชากร หมายถึง ลักษณะต่างๆ ที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลง ขนาดหรือจำนวนประชากร และอาจเป็นสิ่งแสดงถึงคุณภาพของประชากรด้วย

องค์ประกอบของประชากรได้แก่ อายุ เพศ การศึกษา สถานภาพการสมรส เชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม รายได้ และอาชีพ เป็นต้น การศึกษาถึงองค์ประกอบ ดังกล่าวจะช่วยให้เข้าใจถึงสภาวะของประชากรและแนวโน้มการเกิด การตาย การย้าย ถิ่นของประชากรในแต่ละพื้นที่ได้ดียิ่งขึ้น องค์ประกอบที่สำคัญของประชากร ได้แก่

๑. **เพศ** จำนวนประชากรเพศชายและเพศหญิง ซึ่งสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลง จำนวนประชากร การพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม เช่น ถ้ามีผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย อาจทำให้อาชีพบางอาชีพขาดแคลน เนื่องจากบางอาชีพเหมาะสำหรับผู้ชายเท่านั้น แต่ ถ้ามีผู้ชายมากกว่าผู้หญิง ผู้ชายส่วนหนึ่งจะหาคู่สมรสไม่ได้ ส่งผลให้มีอัตราการเกิดต่ำ

๒. **อายุ** การศึกษาอายุของประชากร เพื่อให้ทราบว่า มีประชากรวัยต่างๆ มาก น้อยเพียงใด อายุของประชากรมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการพัฒนาประเทศ

เช่น ถ้ามีประชากรอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี ซึ่งเรียกว่าวัยฟุ้งเฟ้อ เป็นจำนวนมากกว่า ประชากรวัยแรงงานที่มีอายุ ๑๕-๖๐ ปี คนในวัยแรงงานจะมีภาระหนักในการทำงาน เพื่อหาเลี้ยงประชากรวัยฟุ้งเฟ้อ การพัฒนาเศรษฐกิจจะเป็นไปได้ช้า แต่ถ้ามีประชากรวัยแรงงานจำนวนมาก รายได้ของประเทศย่อมมาก การพัฒนาคุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจ ก็เป็นไปได้ดีกว่า



วัยฟุ้งเฟ้อ



วัยแรงงาน

๓. การศึกษา เป็นเครื่องป้องกันระดับคุณภาพของประชากร และมีผลต่อการพัฒนาประเทศทุกด้าน ประเทศที่ประชากรมีระดับการศึกษาสูงย่อมจะสามารถพัฒนา และมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าประเทศที่ประชากรมีระดับการศึกษาต่ำ การศึกษาที่ว่าเป็นไม่จำเป็นต้องเป็นการศึกษาในชั้นเรียนเท่านั้น แต่อาจเป็นการศึกษานอกระบบโรงเรียนก็ได้



๔. อาชีพและรายได้ ถ้าประชากรมีอาชีพและรายได้ที่มั่นคง พอหาเลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้ จะมีคุณภาพชีวิตที่ดี รักถิ่นฐาน สามารถพัฒนาชุมชนของตนโดยไม่มีการย้ายถิ่น

การศึกษาเป็นการยกระดับประชากรให้มีคุณภาพ



จากการศึกษาองค์ประกอบที่สำคัญของประชากรทั้ง ๔ ด้าน
นักเรียนคิดว่าประชากรในท้องถิ่นของนักเรียน มีคุณภาพชีวิตที่
ดีหรือไม่

การเปลี่ยนแปลงประชากร

การเปลี่ยนแปลงประชากร หมายถึง การเปลี่ยนแปลงขนาดหรือจำนวน
ประชากรในบริเวณใดบริเวณหนึ่ง ในระยะเวลาหนึ่งที่กำหนด

การเปลี่ยนแปลงจำนวนประชากรมีสาเหตุจากการเกิด การตายและการย้ายถิ่น
จำนวนประชากรอาจเพิ่มขึ้นหรือลดลงก็ได้ ถ้ามีคนเกิดมากกว่าคนตาย จำนวน
ประชากรก็เพิ่มขึ้น แต่ถ้ามีคนตายมากกว่าคนเกิดจำนวนประชากรก็ลดลง การย้ายถิ่น
มีผลให้แห่งหนึ่งประชากรลดลง และที่อีกแห่งหนึ่งประชากรเพิ่มขึ้น



นักเรียนคิดว่าประชากรเพศหญิงหรือชายวัยใด มีการย้ายถิ่น
มากที่สุด เพราะเหตุใด

ในช่วง ๔๐ ปี ที่ผ่านมา ประชากรทั่วโลกเพิ่มจำนวนอย่างรวดเร็ว เนื่องจากการ
พัฒนาทางการแพทย์ การสาธารณสุข และการศึกษา ทำให้อัตราการตายลดลงมาก
และแม้จะมีการรณรงค์เรื่องการคุมกำเนิดและวางแผนครอบครัวก็ตาม อัตราการเพิ่ม
ของประชากรก็ยังอยู่ในระดับสูง การที่ประชากรเพิ่มจำนวนมากขึ้นก่อให้เกิดปัญหา
ต่างๆตามมา



ครอบครัวของนักเรียนมีสมาชิกเพิ่มขึ้นหรือไม่ และมีปัญหาอะไร
เกิดขึ้นบ้าง

ปัญหาประชากรในระดับบุคคล

เมื่อประชากรเพิ่มมากขึ้น ประชากรแต่ละคนต้องดำรงชีวิตอย่างลำบาก ต้องดิ้นรน ต่อสู้ แข่งขันกัน ถ้าฐานะครอบครัวไม่ดี ก็ไม่สามารถเรียนได้ในระดับสูงๆ ไม่สามารถหางานที่ดีมีความมั่นคงได้ ไม่มีเงินเก็บออม ไม่มีความมั่นคงทั้งทางด้านเศรษฐกิจและสังคม มีความเครียดสูง สุขภาพร่างกายและจิตใจไม่ดี ทำให้ชีวิตไม่มีความสุข และไม่มีคุณภาพ



ผู้มีรายได้น้อย มีลูกมากเป็นปัญหาในระดับครอบครัว

ปัญหาประชากรในระดับครอบครัว

ถ้าครอบครัวมีสมาชิกมากเกินไปอาจจะประสบปัญหาดังนี้

๑. ค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น ทำให้ไม่มีเงินเก็บออม
๒. เพิ่มภาระในการเลี้ยงดู อาจไม่มีเวลาเพียงพอ เอาใจใส่ไม่ทั่วถึง ทำให้ไม่สามารถอบรมดูแลลูกทุกคนให้เป็นคนดีเท่าที่ควร
๓. สุขภาพอนามัยของคนในครอบครัวไม่ดี เพราะอาหารการกินและของใช้ไม่เพียงพอ

๔. ลูกๆ ไม่มีโอกาสได้เรียนต่อในระดับสูง
๕. ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวไม่ดี เกิดการกระทบกระทั่งแก่งแย่งกัน
๖. สุขภาพจิตไม่ดี เพราะประสบปัญหาต่างๆ หลายด้าน

ขนาดของประชากรในห้องเรียน หมายถึง จำนวนนักเรียนทั้งหมดในห้องเรียนใด ห้องเรียนหนึ่งในระยะเวลาหนึ่ง เช่น ขนาดของประชากร ชั้น ป. ๕/๑ ปีการศึกษา ๒๕๔๑ มีจำนวน ๓๕ คน เป็นต้น

พื้นที่ของห้องเรียนมีขนาดเล็ก มีคนไม่มาก การนับจำนวนประชากรทำได้ง่าย และรวดเร็ว แต่ถ้าเป็นพื้นที่ขนาดใหญ่ เช่น จังหวัด หรือประเทศ มีคนจำนวนมาก การนับจำนวนประชากรก็ยากและซับซ้อนมากขึ้น



ปัจจุบัน ห้องเรียนของนักเรียนมีจำนวนประชากรเท่าไร

ถ้ามีนักเรียนสองห้องมาเรียนร่วมกันในห้องเรียนเดียวกัน นักเรียนคิดว่าจะมีปัญหาอะไรหรือไม่



ประชากรในห้องเรียนที่มีจำนวนมากเกิน

ปัญหาประชากรในห้องเรียน

ถ้านักเรียนในห้องเรียนมีจำนวนมาก จะเกิดปัญหาดังนี้

๑. ด้านสถานที่ พื้นที่ในห้องเรียนจะคับแคบลง การจัดที่นั่ง การทำกิจกรรมต่างๆที่ต้องเคลื่อนไหว การจัดกลุ่ม ฯลฯ จะไม่สะดวก นักเรียนจะรู้สึกอึดอัด ขาดความคล่องตัว

๒. ด้านอุปกรณ์การเรียนการสอน อุปกรณ์ประกอบการเรียน เครื่องมือ เครื่องใช้ ตลอดจนโต๊ะ เก้าอี้ สิ่งของต่างๆจะไม่เพียงพอ ทางโรงเรียนต้องเสียค่าใช้จ่ายในการจัดหาเพิ่มเติม อุปกรณ์บางชนิดที่มีราคาแพง เช่น เครื่องมือทดลองทางวิทยาศาสตร์ อาจมีจำนวนน้อยไม่เพียงพอต่อการเรียน และการทดลองของนักเรียน

๓. ด้านวิธีการเรียนการสอน เมื่อมีนักเรียนจำนวนมากเกินไปย่อมเป็นอุปสรรคต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เช่น กิจกรรม การทดลอง การแสดงละคร บทบาทสมมุติ การอภิปรายกลุ่มแสดงความคิดเห็น การค้นคว้ารายงานเป็นกลุ่ม เป็นต้น เพราะต้องจัดนักเรียนเป็นกลุ่มใหญ่ ทำให้การทำกิจกรรมไม่ทั่วถึงและไม่ได้ผล ครูอาจต้องใช้การสอนแบบบรรยายมากขึ้น นักเรียนได้ทำกิจกรรมน้อยลง

๔. ด้านการดูแลนักเรียน เมื่อมีนักเรียนจำนวนมาก ครูต้องทำงานเพิ่มขึ้นทุกด้านทั้งการเตรียมอุปกรณ์การสอน การจัดกิจกรรมการเรียน การดูแลนักเรียนขณะทำกิจกรรม การให้คำปรึกษาแนะนำแก่นักเรียน การตรวจแบบฝึกหัด การสอนซ่อมเสริมช่วยเหลือนักเรียน ภาระงานที่เพิ่มขึ้นเหล่านี้ ทำให้ครูดูแลนักเรียนได้ไม่ทั่วถึงและไม่ได้ผลดีพอ

๕. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน การมีนักเรียนจำนวนมากเกินไป อาจทำให้นักเรียนไม่สนิทสนมกัน ไม่เข้าใจกัน เพราะแต่ละคนก็มีความต้องการนิสัยส่วนตัวหรือการแสดงออกต่างกัน นักเรียนอาจรู้สึกไม่สบายใจกับเพื่อนบางคน คนยิ่งมากความขัดแย้งยิ่งมาก และปัญหาก็มากขึ้นด้วย

ดังนั้น การมีประชากรมากเกินไปไม่ว่าจะในครอบครัว หรือในห้องเรียน ย่อมมีปัญหาดำเนินชีวิต การศึกษาเล่าเรียนมีคุณภาพไม่ดีเท่าที่ควร

คุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิต นักเรียนคงเคยได้ยินคำว่าคุณภาพชีวิต ซึ่งหมายถึงสภาพความเป็นอยู่ของประชากร อันประกอบด้วย อาหารและโภชนาการ สุขภาพอนามัย การศึกษา การงาน รายได้ ที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม คุณธรรม และความสามารถในการแก้ปัญหา

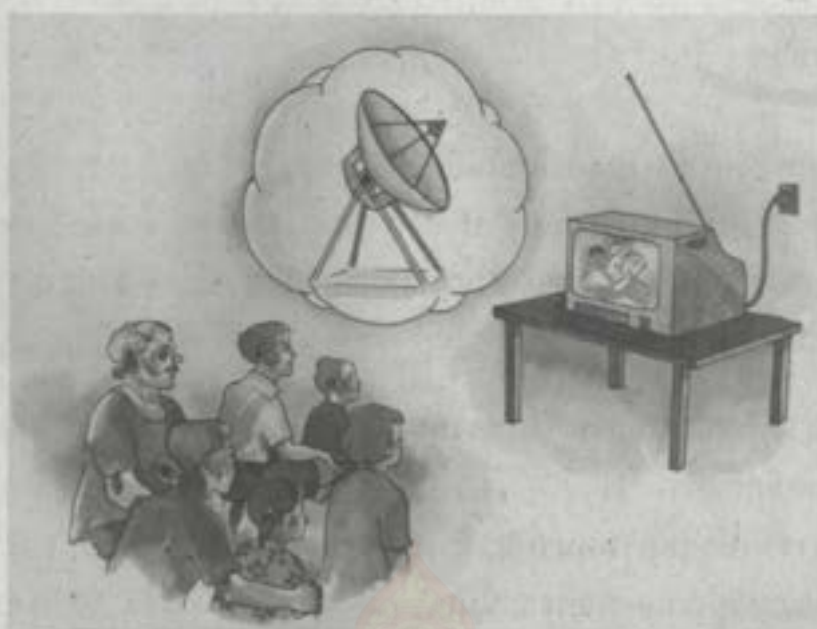
หลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง เราทุกคนควรพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองโดยยึดหลักดังนี้

๑. การรักษาสุขภาพอนามัย ด้วยการหาความรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ นอกจากนี้นักเรียนควรมีความรู้เรื่องสาธารณสุขขั้นมูลฐาน เพื่อช่วยให้ตนเองมีสุขภาพกายและใจดี ได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดปราศจากมลภาวะปลอดโรค และรู้จักการป้องกันโรค



เด็กที่สุขภาพอนามัยดี จะทำให้มีคุณภาพชีวิตดี

๒. การศึกษา เป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทุกคนต้องเรียนให้จบการศึกษาภาคบังคับเป็นอย่างน้อย เพื่อให้อ่านออกเขียนได้ คิดคำนวณได้ สามารถใช้ความรู้ในการดำรงชีวิตประจำวัน การประกอบอาชีพ การติดต่อสื่อสาร และ



การศึกษาทางไกลเป็นหนทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

เป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ตลอดชีวิต แม้จะเรียนจบการศึกษาภาคบังคับแล้ว ก็อาจศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเพิ่มพูนความรู้อยู่เสมออันจะเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตและพัฒนาการประกอบอาชีพให้เจริญก้าวหน้า

๓. การประกอบอาชีพสุจริต เพื่อให้มีรายได้พอเลี้ยงตัวและครอบครัว มีปัจจัยสี่เพียงพอในการดำรงชีวิตอยู่ได้ การประกอบอาชีพสุจริตแม้จะไม่ร่ำรวยรวดเร็ว แต่ก็สบายใจและมีรายได้ที่แน่นอนมั่นคง หากเราประกอบอาชีพด้วยความขยันขันแข็งอดทน ประหยัด และเก็บออม เราก็สามารถจะดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ

๔. การรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เราทุกคนต้องมีจิตสำนึกในการรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เพราะปัจจุบันมีประชากรมากขึ้น การใช้ทรัพยากรย่อมมากขึ้นด้วย ดังนั้นการดำเนินชีวิตประจำวัน การประกอบอาชีพจึงต้องพยายามรักษาทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมให้ยั่งยืน เช่น การใช้น้ำและไฟอย่างประหยัด การใช้น้ำมัน ไร้สารตะกั่ว ลดการใช้เชื้อเพลิงทุกชนิดที่ไม่จำเป็น การไม่รุกร้าทำลายแหล่งน้ำธรรมชาติ การไม่ทำลายป่าไม้หรือสัตว์ป่า การร่วมมือกันปลูกป่า เป็นต้น



การปลูกป่า

๕. การมีคุณธรรมและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของศาสนา เราทุกคนควรฝึกฝนตนเองให้มีคุณธรรมในการดำรงชีวิต มีหลักธรรมเป็นที่พึ่งทางใจ เพราะผู้ที่มีคุณธรรมประจำใจและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของศาสนาของตน จะเป็นผู้มีความสุข สงบ รู้จักการดำเนินชีวิตที่พอดีพอควร ไม่สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น เป็นผู้มีความเมตตา กรุณา รู้จักการช่วยเหลือแบ่งปัน สร้างประโยชน์ต่อผู้อื่นและชุมชนได้ บุคคลเช่นนี้ย่อมมีความสุขใจ เป็นชีวิตที่มีคุณภาพ

เราทุกคนควรมีความรู้ในด้านต่างๆ เกี่ยวกับประชากร เพื่อให้เข้าใจถึงสภาพและปัญหาประชากร ผลกระทบที่มีต่อตนเอง ครอบครัว และชุมชน ทำให้สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องในการแก้ไขและป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น ตลอดจนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและคนในครอบครัวได้





ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มสำรวจ รวบรวม และบันทึกจำนวนนักเรียนในโรงเรียน โดยจำแนกและเปรียบเทียบเป็นเพศหญิงเพศชาย เป็นระดับห้องเรียน และระดับชั้น ในช่วงระยะ ๓-๕ ปี ที่ผ่านมา ว่ามีจำนวนเพิ่มขึ้นหรือลดลงเพียงใด
๒. ให้นักเรียนวิเคราะห์องค์ประกอบประชากรในห้องเรียนของนักเรียนเกี่ยวกับ อายุ เพศ เชื้อชาติ ศาสนา และนำข้อมูลมาอภิปรายผล
๓. ถ้าโรงเรียนแห่งหนึ่งในท้องถิ่นของนักเรียนต้องปิดกิจการลง แล้วโรงเรียนของนักเรียนต้องรับนักเรียนจากโรงเรียนนั้น จำนวน ๑๐๐ คน มาเรียนด้วย นักเรียนคิดว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง
๔. ทุกวันนี้นักเรียนและคนในครอบครัวดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพหรือไม่ เพราะเหตุใด และนักเรียนจะต้องทำอะไรอีกบ้างไหม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและของคนในครอบครัว



ข่าวเหตุการณ์และวันสำคัญ

ณ ชายป่าแห่งหนึ่ง กระต่ายตัวหนึ่งนอนหลับอยู่ใต้ต้นตาล ขณะที่กำลังหลับอย่างมีความสุขอยู่นั้น ได้เกิดลมพัดแรงจนผลตาลตกลงมาบนพื้นใกล้ๆ กับที่กระต่ายนอนอยู่ มันตกใจสุดขีดและคิดว่าฟ้าถล่ม ไม่ทันได้ไตร่ตรองจึงรีบวิ่งหนีไปจากใต้ต้นตาลอย่างสุดกำลัง ระหว่างทางกระต่ายพบสัตว์ชนิดอื่นๆ หลายชนิด เช่น เสือ กวาง ช้าง ม้า ลิง ฯลฯ และบอกว่า

“เร็วเข้า รีบหนีเถิด ฟ้าถล่มแล้ว”



สัตว์เหล่านั้นได้ยืนยันว่าฟ้าดล่ม ก็ไม่ได้คิดว่าจริงไหม ต่างพากันวิ่งหนีตาม กระต่ายไปอย่างรวดเร็ว จนสัตว์หลายตัวเหยียบกันล้มบาดเจ็บบ้าง ตายบ้างก็มี ส่วนที่เหลือก็วิ่งต่อไป ในที่สุดก็พบสิงโต ซึ่งเป็นสัตว์มีปัญญา สิงโตถามว่า

“เกิดอะไรขึ้น ทำไมพวกเจ้าจึงพากันวิ่งอย่างแตกตื่นเช่นนี้ หนีอะไรมาหรือ”

กระต่ายและสัตว์เหล่านั้นตอบว่า

“ฟ้าดล่มแล้วรีบหนีเกิด”

สิงโตจึงถามว่า

“ฟ้าดล่มที่ไหน พาเราไปดูซิ”

กระต่ายจึงพาสิงโตและสัตว์อื่นๆ ไปยังใต้ต้นตาล เมื่อสิงโตเห็นผลตาลอยู่บนพื้น ก็เข้าใจเหตุการณ์ได้ทันที จึงบอกแก่กระต่ายและสัตว์ทั้งหลายว่า

“ที่แท้ฟ้าไม่ได้ล่มเป็นเพียงผลตาลตกลงมาเท่านั้น”



จากนิทานเรื่องกระต่ายตื่นตูม นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้าง

เพียงได้ฟังคำบอกเล่าของกระต่ายว่าฟ้าดล่ม สัตว์ต่างๆ ก็เชื่อและพากันวิ่งหนี โดยไม่คิดชีวิต จนเกิดอันตรายถึงบาดเจ็บและตาย สัตว์เหล่านั้นไม่ได้ถูกคิดเลยว่า เป็นไปได้ไหมที่ฟ้าดล่ม มีเหตุการณ์อะไรบ่งบอกว่าฟ้าดล่ม คำพูดของกระต่ายมีเหตุผล น่าเชื่อถือเพียงใด

เปรียบกับการรับข่าวสารของคนในสังคม ถ้าเชื่อข่าวลือหรือคำบอกเล่าของคนอื่น ง่ายๆ ก็อาจเกิดผลเสียหายนได้ เช่นเดียวกับสัตว์เหล่านั้น

การวิเคราะห์ข่าวสาร

ในโลกยุคสังคมข่าวสารทุกวันนี้ เราจะได้รับทราบข่าวสารต่างๆ มากมายหลายรูปแบบ ทั้งจากสื่อมวลชนชนิดต่างๆ ทั้งจากคำบอกเล่า แล้วเราจะมีการรับทราบข่าวสารต่างๆ เหล่านั้นได้อย่างไร



เมื่อได้รับข่าวสาร เราไม่ควรเชื่อทันที แต่ควรวิเคราะห์ข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณ โดยมีหลักดังนี้

๑. ข่าวนี้เป็นไปได้หรือไม่ เหตุการณ์หรือเรื่องราวที่เสนอมานั้นสมเหตุสมผลหรือไม่

๒. มีพยานหลักฐานชัดเจนยืนยันได้หรือไม่ ทั้งพยานบุคคลและหลักฐานอื่นๆ

๓. พิจารณาแหล่งข่าวว่ามาจากที่ใด น่าเชื่อถือหรือไม่ หากเป็นไปได้เราควรพิจารณาจากแหล่งต่างๆ ประกอบกันเพื่อความชัดเจน

๔. แยกแยะข่าวสารที่ได้รับว่า อะไรเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง อะไรเป็นความคิดเห็นของผู้เสนอข่าว เพราะเป็นไปได้ว่าผู้เสนอข่าวจะแสดงความคิดเห็นของตนไปด้วย ผู้รับฟังข่าวสารจึงต้องแยกแยะข้อเท็จจริงให้ได้โดยใช้หลักว่า ใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร ทำไมจึงทำเช่นนั้น และผลเป็นอย่างไร

ขอให้นักเรียนพิจารณาข่าวจากใบปลิวในหน้าถัดไป

พรงนี้เวลาเที่ยงวัน

ขอเชิญนักเรียนชั้น ป. ๕ ทุกโรงเรียนไปพบกับ
ที่หน้าศาลากลางจังหวัด เพื่อแสดงความสามัคคี
และรับอุปกรณ์การเรียน เทปเพลงจากนักเรียนวัยรุ่น

ชื่อตั้ง **ฟรี**

ถ้าโรงเรียนไหนไปกันมากที่สุดมีรางวัลพิเศษให้ฟรีอีก
จาก
ตัวแทนของท่าน



จากข้อความในใบปลิวข้างต้นนี้ นักเรียนลองปรึกษากันดูว่า
ควรจะไปตามนัดหรือไม่ และมีข้อความใดแสดงถึงความเป็นไป
ได้ หรือเป็นไปได้ไม่ได้ เพราะเหตุใด



ถ้านักเรียนไปแล้วกลายเป็นการชุมนุมเพื่อสร้างความวุ่นวาย
หรือไปแล้วไม่มีอะไรเป็นจริงตามข่าว นักเรียนจะอย่างไร

การวิเคราะห์ข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณเป็นสิ่งสำคัญ
และจำเป็นมาก



ประโยชน์การวิเคราะห์ข่าวสาร

การรู้จักวิเคราะห์ข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณ จะเกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวมคือ

๑. ตัวเราเองจะไม่ถูกหลอก ไม่เสียประโยชน์หรือถูกชักจูงให้กระทำในสิ่งที่ผิด ไม่ก่อให้เกิดความเสียหายใดๆต่อตนเอง

การหมั่นพิจารณาข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณ จะเป็นการฝึกให้เราเป็นผู้รู้จักใช้เหตุผล มีสติในการพิจารณาตัดสินบุคคลหรือเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง เป็นการสร้างความน่าเชื่อถือ และพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง

๒. สังคมไม่วุ่นวายไม่สับสน เนื่องจากทุกคนในสังคมรู้จักใช้เหตุผล ไม่ตื่นข่าวอย่างง่าย ๆ จะเป็นการป้องกันมิให้คนร้ายมาสร้างเรื่องหลอกลวงประชาชนหรือสร้างกระแสข่าวอันก่อให้เกิดความสับสน

๓. ประเทศชาติมีความมั่นคง โดยเฉพาะด้านการเมืองและเศรษฐกิจ เพราะประชาชนไม่ตื่นตระหนกต่อข่าวลือต่างๆ โดยเฉพาะข่าวลือที่เกี่ยวกับการทำลายความมั่นคงของชาติ ข่าวลือเกี่ยวกับความไม่น่าเชื่อถือทางเศรษฐกิจ เช่น มีข่าวลือว่าเศรษฐกิจไม่ดี สินค้าต่างๆ จะขึ้นราคาและขาดตลาด ถ้าประชาชนเชื่อข่าวลือแล้วพากันไปซื้อสินค้ามาเก็บตุนไว้จำนวนมาก จะทำให้สินค้าขาดตลาดจริงๆ และเมื่อสินค้ามีน้อยไม่พอกับความต้องการ ย่อมเปิดโอกาสให้พ่อค้าขึ้นราคาสินค้า ในที่สุดสินค้าก็ขึ้นราคาและขาดตลาดจริงๆ ทำให้เศรษฐกิจของชาติไม่มั่นคง ดังนั้น การไม่เชื่อข่าวลือก็就不用ทำการใดๆ ที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อประเทศชาติ

ในยุคที่การติดต่อส่งข่าวสารสะดวกรวดเร็วกว้างขวางไปทั่วโลกเช่นนี้ เราต้องรู้จักรับข่าวสารอย่างมีวิจารณญาณ และยิ่งไปกว่านั้นต้องรู้จักเลือกรับข่าวสารที่จะเป็นประโยชน์เท่านั้น เช่น ข่าวสารที่ให้ความรู้ในด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ การรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิต การรักษาทรัพยากรและพัฒนาสิ่งแวดล้อม การพัฒนาชุมชน ตลอดจนการพัฒนาประเทศชาติ ทั้งนี้ถือว่าการรับข่าวสารเป็นวิธีการเรียนรู้วิธีหนึ่งของเรา เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต เพื่อให้เราสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข

วันสำคัญ คือ วันที่สังคมกำหนดขึ้นเพื่อเป็นการเตือนให้สมาชิกในสังคมระลึกถึงความเป็นมาและเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นในอดีต หรือเพื่อรณรงค์ให้เห็นความสำคัญของเหตุการณ์วันนั้น

ประเภทของวันสำคัญ

๑. วันสำคัญเกี่ยวกับศาสนา ได้แก่ วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันมาฆบูชา วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา เป็นต้น

๒. วันสำคัญเกี่ยวกับประเพณี ได้แก่ วันสงกรานต์ วันลอยกระทง และวันงานประเพณีในท้องถิ่นต่างๆ เช่น งานแห่บั้งไฟ งานแข่งเรือ งานชักพระ งานวันสารท เป็นต้น

๓. วันสำคัญเกี่ยวกับชาติและพระมหากษัตริย์ ได้แก่ วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งปัจจุบันถือเป็นวันชาติ วันเฉลิมพระชนมพรรษาสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ วันฉัตรมงคล วันพืชมงคล วันปิยมหาราช วันพระมหาธีรราชเจ้า วันพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชและวันที่ระลึกมหาจักรีบรมราชวงศ์ วันเด็กแห่งชาติ วันรัฐธรรมนูญ เป็นต้น

๔. วันสำคัญเกี่ยวกับสังคมโลก เช่น วันสิ่งแวดล้อมโลก วันโรคเอดส์แห่งโลก วันอนามัยโลก วันงดสูบบุหรี่โลก ฯลฯ

นอกจากนี้วันสำคัญที่นักเรียนควรรู้ ได้แก่

วันรัฐธรรมนูญ ตรงกับวันที่ ๑๐ ธันวาคม เป็นวันที่พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว พระราชทานรัฐธรรมนูญฉบับแรกให้แก่ปวงชนชาวไทย



ในวันรัฐธรรมนูญ เราควรประดับธงชาติตามอาคารบ้านเรือนเพื่อระลึกถึงพระ-
มหากษัตริย์คุณของพระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว และปฏิบัติตนตามแนวทาง
ดังกล่าวโดยการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น การมีระเบียบวินัย รู้จักหน้าที่ของตนเอง
และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน เคารพในสิทธิของกันและกัน



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเสด็จขึ้นครองราชสมบัติ

วันฉัตรมงคล ตรงกับวันที่ ๕ พฤษภาคม เป็นวันคล้ายวันที่พระบาทสมเด็จพระ
พระเจ้าอยู่หัวเสด็จขึ้นครองราชสมบัติ

ในวันฉัตรมงคล เราควรประดับธงชาติตามอาคารบ้านเรือนและน้อมรำลึกถึง
พระมหากษัตริย์คุณของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว



รดน้ำอวยพรผู้ใหญ่ในวันสงกรานต์

วันสงกรานต์ ตรงกับวันที่ ๑๓ เมษายน เป็นวันขึ้นปีใหม่ของไทย

เทศกาลสงกรานต์เริ่มตั้งแต่วันที่ ๑๒ เป็นต้นไป นิยมจัดงานฉลองกันถึงหนึ่งสัปดาห์ บริษัทและโรงงานต่างๆ ให้พนักงานหยุดงานเพื่อกลับภูมิลำเนาไปฉลองสงกรานต์ร่วมกับครอบครัว ด้วยการทำบุญตักบาตร รดน้ำอวยพรผู้ใหญ่ รดน้ำอวยพรซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังมีการสรงน้ำพระ บ้างสกุหลอจี และการละเล่นรื่นเริงต่างๆ



นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่สมัยนี้มีผู้เล่นสาดน้ำในวันสงกรานต์กัน
อย่างรุนแรง ใช้น้ำแข็งบ้าง ใช้น้ำไม่สะอาดบ้าง

วันเด็กแห่งชาติ ตรงกับวันเสาร์สัปดาห์ที่สองของเดือนมกราคม เป็นวันที่จัดขึ้นเพื่อตระหนักถึงความสำคัญของเด็กที่มีต่อประเทศชาติในอนาคต

ในวันเด็กหน่วยงานต่างๆทั้งภาครัฐและเอกชนจะเปิดโอกาสให้เด็กได้เข้าชมกิจการและจัดให้เด็กได้ร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ ประสบการณ์ และเพื่อความบันเทิง



กิจกรรมที่หน่วยงานต่าง ๆ จัดให้มีในงานวันเด็กแห่งชาติ

เด็กๆควรเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ประพฤติตนเป็นคนดี มีคุณธรรม เพื่อจะเป็นผู้
ใหญ่ที่ดีในอนาคต



นักเรียนคิดว่า นักเรียนได้ปฏิบัติตนสมกับที่มีความสำคัญต่อ
อนาคตของประเทศชาติแล้วหรือยัง มีสิ่งใดต้องแก้ไขหรือไม่

การจัดกิจกรรมในวันสำคัญก็เพื่อให้ระลึกถึงความสำคัญ และความเป็นมาของ
เหตุการณ์ในวันนั้น ปัจจุบันหน่วยงานต่างๆทั้งภาครัฐและเอกชนนิยมจัดกิจกรรม
บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม เช่น ทหารรายได้เพื่อการกุศล การทำความสะอาดสถานที่
สาธารณะ การปลูกต้นไม้ การบริจาคโลหิต เป็นต้น นับว่าเป็นการจัดกิจกรรมที่จะเป็น
ประโยชน์ต่อส่วนรวม และช่วยให้ผู้ปฏิบัติได้ฝึกฝนตนเป็นคนอดทน มีความเมตตา เสีย
สละ จิตใจกว้างขวางอีกด้วย





ชวนคิด ลองทำ

๑. ให้นักเรียนจัดกลุ่มทำสมุดงานเรื่องวันสำคัญของไทย โดยเลือกวันสำคัญที่นักเรียนสนใจกลุ่มละ ๔-๑๐ วัน โดยไม่ซ้ำกับใบบทเรียนและมีเนื้อหาตามหัวข้อต่อไปนี้

- ชื่อวันสำคัญ
- ตรงกับเมื่อไร
- ความสำคัญ
- สิ่งที่เราควรปฏิบัติ
- ภาพประกอบ (นักเรียนวาดเองก็ได้)

ทำลงในกระดาษ วันสำคัญละ ๑ แผ่น แล้วเย็บรวมเป็นเล่ม ทำเป็นผลงานประจำห้องเรียน

๒. ให้นักเรียนจัดกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ในวันสำคัญต่างๆ โดยเน้นการรักษาวินัยธรรมไทยและอนุรักษ์ทรัพยากรสิ่งแวดล้อม

๓. แบ่งกลุ่มศึกษาค้นคว้าวันสำคัญเกี่ยวกับประเพณีในท้องถิ่น แล้วทำเป็นรายงาน หรือจัดนิทรรศการภายในชั้นเรียน

๔. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มหาข่าวที่น่าสนใจจากหนังสือพิมพ์หรือจากแหล่งข่าวอื่นๆ แล้ววิเคราะห์ข่าวดังนี้

๔.๑ สรุปข้อเท็จจริงว่าใคร ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร ผลเป็นอย่างไร

๔.๒ แสดงความคิดเห็นว่าข่าวนี้ น่าเชื่อถือหรือไม่ เพียงใด โดยใช้เหตุผลในการพิจารณาตามหลักการวิเคราะห์ข่าวสารที่เรียนไปแล้ว

๔.๓ ข่าวนี้มีผลกระทบต่อตนเองและสังคมอย่างไร ให้ข้อคิดอะไรบ้าง

๔.๔ นักเรียนมีข้อเสนอแนะอะไรหรือไม่

๕. ให้นักเรียนทุกคนเลือกข่าวจากหนังสือพิมพ์ หรือแหล่งข่าวอื่นๆ ที่น่าเชื่อถือผลิตกันออกมาเป็นรายงานหน้าชั้น

๖. แบ่งกลุ่มผลิตกันจัดป้ายนิเทศข่าวและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในท้องถิ่นของนักเรียนให้ทันสมัยอยู่เสมอ

คณะผู้จัดทำ

คณะกรรมการจัดทำหนังสือเรียนสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต

สุขศึกษาและสังคมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช ๒๕๒๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๓๓)

๑. อธิปไตยกรมิชการ	ที่ปรึกษา
๒. รองอธิบดีกรมวิชาการ (นายสมาน ชาติยานนท์)	ที่ปรึกษา
๓. ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหนังสือ	ที่ปรึกษา
๔. นายแพทย์วิวัฒน์ ไรจนพิทยากร	ประธานกรรมการ
๕. นางลินจง อินทร์พรหม	กรรมการ
๖. แพทย์หญิงโณมศรี โฆษิตชัยวัฒน์	กรรมการ
๗. นายมานพ ถนอมศรี	กรรมการ
๘. นางภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์	กรรมการ
๙. นางสุขุมล เกษมสุข	กรรมการ
๑๐. นายจรัส ดวงธิดา	กรรมการ
๑๑. นายประเสริฐศิริ สุขะวันกุล	กรรมการ
๑๒. นายพิศาล แซ่มโสภา	กรรมการ
๑๓. นางสาวละออทอง อัมรินทร์รัตน์	กรรมการ
๑๔. นางภมรรัตน์ อัครเสนา	กรรมการ
๑๕. นางสาวอินทิรา ปัทมินทร	กรรมการ
๑๖. นางนิรขรา อัครวิฑูร	กรรมการ
๑๗. นายสมคิด เจริญกุลชัยพร	กรรมการ
๑๘. นายดวงชัย ผลชีวิน	กรรมการ
๑๙. นายเอนก รัตนปิยะภากรณ์	กรรมการและเลขานุการ
๒๐. นางสุทิน ทองใส	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
๒๑. นางสาวระเบียบ กิตติมากุลนเรศ	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

คณะที่ปรึกษา

อธิบดีกรมวิชาการ (นายพยุหศักดิ์ จันทรสุรินทร์)
รองอธิบดีกรมวิชาการ (นายสมาน ชาติยานนท์)
ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาหนังสือ (นายวินัย รอดจ่าย)

คณะผู้เขียน

นายแพทย์วิวัฒน์ โรจนพิทยากร

นางลินจง อินทร์มพรรย์	แพทย์หญิงโณมศรี ไชยิตชัยวัฒน์
นายมานพ ถนอมศรี	นางภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์
นางภมรรัตน์ อัสวเสนา	นางสาวอินทิรา ปัทมินทร
นายจำรัส ดวงธิสาร	นางสุชมาล เกษมสุข
นางนิรชรา อัสวธีรากุล	นายเอนก รัตนปิยะภากรณ์

คณะผู้ตรวจ

นายแพทย์วิวัฒน์ โรจนพิทยากร	แพทย์หญิงโณมศรี ไชยิตชัยวัฒน์
นายจำรัส ดวงธิสาร	นางลินจง อินทร์มพรรย์
นายประเสริฐศิริ สุขะวันกุล	นางภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์
นางสาวละออทอง อัมรินทร์รัตน์	นางสุชมาล เกษมสุข
นางภมรรัตน์ อัสวเสนา	นางนิรชรา อัสวธีรากุล
นางสาวอินทิรา ปัทมินทร	นายเอนก รัตนปิยะภากรณ์
นายดวงชัย ผลชีวิน	นางสาวระเบียบ กิตติมากุลนเรศ
นายสมคิด เจริญสกุลชัยพร	นางสุทิน ทองไสว

คณะบรรณาธิการ

นายเอนก รัตนปิยะภากรณ์
นางสุทิน ทองไสว
นางสาวระเบียบ กิตติมากุลนเรศ



ผู้วาดภาพประกอบ และออกแบบปก

องค์การคำของคุรุสภา

ผู้ถ่ายภาพประกอบ

ศูนย์พัฒนาหนังสือ และองค์การคำของคุรุสภา

ผู้ออกแบบหนังสือ

นางสาวพริ้มเพรา ไทยสุวรรณ์ และนางยุพิน ยิ่งถาวร

ขอขอบคุณผู้เอื้อเฟื้อภาพประกอบดังต่อไปนี้

๑. หนังสือพิมพ์สยามรัฐ
๒. หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ
๓. กรมพัฒนาที่ดิน
๔. องค์การคำของคุรุสภา
๕. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
๖. โรงเรียนสาธิต มศว.ประสานมิตร
๗. กรมควบคุมโรคติดต่อ
๘. กรมชลประทาน
๙. สถานทูตญี่ปุ่น
๑๐. องค์การส่งเสริมการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สาขาประเทศไทย
๑๑. สำนักงานส่งเสริมวัฒนธรรมแห่งชาติ
๑๒. กรมศิลปากร
๑๓. กรมการปกครอง
๑๔. กรมอนามัย
๑๕. สำนักนายกรัฐมนตรี

ศึกษาภัณฑ์พาณิชย์





ฉบับที่ ๕

ISBN 974-01-2345-7



9 789740 123453

ราคา 30.00 บาท

ศึกษาบัณฑิตพาณิชย

พิมพ์ที่โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว

นายวิรัช พงษ์คณโส อธิการบดีมหาวิทยาลัย

๒๕๐๐๓๐

