

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง การเตรียมการอยู่ค่ายพักแรม จำนวน 1 ชั่วโมง**

**สาระสำคัญ**

การเตรียมการอยู่ค่ายพักแรมต้องคำนึง

1. เวลา
2. สถานที่
3. การเดินทาง
4. การเลือกอาหาร
5. งบประมาณ
6. อุปกรณ์

ในลำดับนี้จะพูดเฉพาะข้อ 1 – 3

การวางแผนการอยู่ค่ายพักแรมต้องทำด้วยความรอบคอบ เป็นการเตรียมการที่จะนำไปสู่ความสำเร็จของค่ายของหมวดไม่เพียงแต่เป็นสิ่งที่เด็กทุกคนอยากกระทำแต่ต้องคำนึงถึงว่าจะทำให้สำเร็จด้วยได้อย่างไร จะต้องใช้เวลาในการเตรียมตัวนานเพียงใด ซึ่งจะต้องมีการประชุมหมวดกันหลายครั้งเพื่อเตรียมการ

การเตรียมการจัดค่ายพักแรมต้องคำนึงถึง

เมื่อไหร่ จะจัดค่ายเมื่อไหร่ เมื่อเราจะจัดค่าย มีหลายสิ่งที่จะต้องพิจารณา เช่น จัดในระยะเวลาโรงเรียนปิดเทอม หรือตรงกับวันหยุดหลายวัน

ที่ไหน จะจัดค่ายที่ไหนขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่เราจะจัดให้มีในค่ายพักแรม เช่น ต้องการให้เด็กได้ว่ายน้ำ, ศึกษาธรรมชาติ, ทำอุปกรณ์ในค่ายหรือไม่ การเลือกสถานที่ตั้งค่ายก็ต้องดูถึงความปลอดภัยต่าง ๆ ด้วย

สถานที่ไม่เหมาะสมในการจัดค่ายพักแรม เช่น

- สถานที่ห่างไกลจากชุมชน จากโรงพยาบาล ทำให้ไม่สามารถที่จะขอความช่วยเหลือได้ทันทีในกรณีเกิดอุบัติเหตุ
- สถานที่ที่เป็นแหล่งสัตว์มีพิษ เช่น งูพิษ ต่อ แตน ผึ้ง แมงป่อง ตะเข็บ ตะขาบ ปลวก แมลง มดมีพิษ ต่าง ๆ
- สถานที่ที่เป็นแหล่งพืชพิษ เช่น ต้นข้างร่อง ต้นตำแย หามมูย เห็ดพิษ ฯลฯ อาจจะมีผลต่อระบบผิวหนัง ระบบหายใจ และระบบอาหารในกรณีที่ยืนเข้าไป
- สถานที่เป็นที่ลุ่ม ที่น้ำท่วมถึง หรือทางผ่านน้ำป่า เป็นที่สูงขาดน้ำสำหรับอุปโภค บริโภค ทำให้มีปัญหาเรื่องน้ำกิน น้ำใช้

- สถานที่อยู่ในบริเวณที่ล่อแหลมอันตราย เช่น อยู่ใกล้หน้าผา ใกล้หุบเหว ใกล้ต้นไม้ใหญ่ที่ไม่มั่นคง อยู่ในแหล่งที่มีต้นไม้มากเกินไปทำให้ขาดอากาศบริสุทธิ์ในตอนกลางคืน นอกจากนี้จะเกิดอันตรายจากธรรมชาติ และ ยังอาจยั่วเด็กให้เกิดอาการหลง และแสดงความสามารถให้เพื่อน ๆ เห็น

- เกิดความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติอย่างกะทันหัน เช่น พายุฝนฟ้าคะนอง แดดจัด น้ำป่า ไฟป่า สัตว์ป่า อาละวาด ในกรณีนี้อันตรายมักจะรุนแรง แต่ยังมีโอกาสแก้ไขได้ถ้าผู้ดำเนินการได้เตรียมการและ จัดระบบโดยการเตรียมและการฝึกป้องกันตนเอง แต่ถ้าสถานที่ล่อแหลมและอันตรายมากเกินไป ก็อาจเป็น การยากที่จะแก้ไข

จะไปอย่างไร

ต้องคำนึงว่าสถานที่ที่จะไปนั้น ทุกคนจะไปถึงค่ายได้อย่างไรโดยรถเมล์, รถบัส, รถไฟ, และจะกลับมา อย่างไรโดยที่ทุกคนสามารถได้รับความสะดวกโดยทั่วถึงกัน

### ผลการเรียนรู้

1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักการวางแผนในหมวดหมู่ของตน
2. เพื่อเตรียมความพร้อมและฝึกการเตรียมตัวก่อนไปเข้าค่าย

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้

### สาระการเรียนรู้

- การเตรียมการอยู่ค่ายพักแรม

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ร้องเพลงผู้บำเพ็ญประโยชน์ และเพลง You're a Girl Guide
3. ให้สมาชิกแต่ละหมู่ออกความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกเวลาไปค่ายพักแรม
4. หัวหน้าหมวดอธิบายประกอบการซักถามความเห็นเกี่ยวกับการเลือกสถานที่เป็นค่ายพักแรม
5. หัวหน้าหมวดสรุป
6. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. เพลงผู้บำเพ็ญประโยชน์
2. เพลง You're a Girl Guide
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำงานกิจกรรม

## ภาคผนวก

### เพลง You're a Girl Guide

You're Girl Guides. You're Girl Guides.

You're Girl Guides, through and through.

Keep your promise, wear your badges, keep your laws in front of you.

On with guiding, cheer to guiding.

If there's danger never mind.

Keep on smiling. Keep on trying.

That's the spirit sister guides.

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง การเตรียมการอยู่ค่ายพักแรม จำนวน 1 ชั่วโมง**

**สาระสำคัญ**

การเลือกอาหาร งบประมาณ และอุปกรณ์สำหรับค่ายพักแรม (ต่อจากลำดับที่ 18)

การเลือกอาหาร ค่ายที่มีความสุข คือ ค่ายที่ทุกคนมีความพึงพอใจในอาหาร ดังนั้นการวางแผนในการเตรียมเมนูอาหารในค่ายเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องช่วยกันคิด โดยคำนึงถึงอาหารที่ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายมากแต่ให้คุณค่าทางอาหารสูง และเป็นอาหารที่ง่ายต่อการเตรียม และเก็บรักษาไว้ได้นาน สำหรับอาหารมื้อแรกอาจจะเป็นอาหารกล่องก็ได้ เพื่อจะได้มีเวลาในการตั้งค่าย

การเตรียมอาหาร ผู้บำเพ็ญประโยชน์ที่เตรียมพร้อมที่จะไปเข้าค่ายควรสามารถที่จะเตรียมอาหารสำหรับไปเข้าค่ายของตัวเองได้ ซึ่งต้องคำนึงถึง

1. เวลาสำหรับประกอบอาหารในตอนเช้ามีน้อย
2. เตรียมอาหารให้เพียงพอและเหมาะสมกับภาชนะที่บรรจุ
3. ต้องแน่ใจว่าอาหารที่เตรียมไปเป็นอาหารที่ไม่เสียง่ายและสามารถกินได้เมื่อถึงวันที่ต้องการ
4. อาหารที่เตรียมไปไม่ยุ่งยากต่อการใช้ภาชนะ
5. เลือกผัก ผลไม้ ที่ใหม่สดและอยู่ได้นาน
6. แยกเครื่องปรุงต่างหากจากอาหาร เช่น น้ำปลา กะปิ น้ำตาล ฯลฯ

จะต้องใช้เงินเท่าไร การคิดค่าใช้จ่ายที่จะเกิดขึ้นสำหรับการจัดค่ายพักแรมต้องรวมค่าใช้จ่ายที่คาดว่าจะต้องมีขึ้นทุกอย่าง เช่น ค่าพาหนะ ค่าอาหาร ค่าอุปกรณ์ ค่าเช่าสถานที่ ฯลฯ เมื่อรวมค่าใช้จ่ายทั้งหมดแล้วก็สามารถหาค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อคนได้ว่า จะต้องใช้จ่ายคนละเท่าไร

เราสามารถหาเงินทุนส่วนอื่นสนับสนุนในการจัดการพักแรมได้หรือไม่ หรือจะมีการช่วยเหลือจากที่ไหนได้บ้าง ในรูปเงินสนับสนุนหรือสิ่งของอื่น ๆ

จะต้องนำอุปกรณ์อะไรไปบ้าง

ก่อนที่จะจัดอุปกรณ์ต่าง ๆ สำหรับไปค่ายพักแรมไม่ว่าจะเป็นเครื่องใช้ส่วนตัวหรืออุปกรณ์ของหมู่ต้องถามตัวเองก่อนว่า จะสามารถแบกของทั้งหมดได้ไหมหนักเกินไปหรือไม่ มีสิ่งของที่เอาไปนั้นเป็นสิ่งจำเป็นที่เราต้องใช้จริง ๆ หรือไม่ ตรวจสอบสิ่งของต่าง ๆ ที่เรานำไปนั้นเป็นสิ่งจำเป็นที่เราต้องใช้จริง ๆ หรือไม่ ตรวจสอบสิ่งของต่าง ๆ ที่เรานำไปโดยจดรายการสิ่งของไว้ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เตรียมไว้ควรบรรจุลงในเป้สะพายหลัง หรือเบ็ดdingให้เรียบร้อย ให้สะดวกต่อการหยิบใช้ก่อนหรือหลัง ตัวอย่างอุปกรณ์เครื่องใช้ส่วนตัวที่ควรนำไปได้แก่

1. เครื่องแบบปกติ 1 ชุด พร้อมเข็มขัด หมวก เครื่องหมาย

2. เครื่องแบบเข้าค่าย 2 ชุด คือกางเกงขายาวสีดำหรือน้ำเงิน 2 ตัว และเสื้อยืดผู้บำเพ็ญประโยชน์ 2 ตัว กางเกงวอร์ม เสื้อวอร์ม เสื้อกันฝน (ตามฤดูกาล)
3. ผ้าถุง ผืน เพื่อเปลี่ยนอาบน้ำ
4. ชุดชั้นใน
5. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน สบู่ ชันน้ำ แชมพู ผ้าเช็ดตัว ผ้าเช็ดหน้า หวี
6. ไฟฉาย
7. ส้อม ช้อน แก้วน้ำ จานข้าว
8. มีดพับ นกหวีด เชือก
9. ยาประจำตัว และยาทาป้องกันต่าง ๆ เช่น ยาหม่อง พลาสเตอร์ยา
10. เครื่องดนตรีที่ถนัด เครื่องมือที่จะทำกิจกรรมที่ตนมีหรือถนัด
11. ผ้าเช็ดตัว ผ้าห่ม
12. รองเท้าสำหรับการอยู่ค่าย รองเท้าแตะฟองน้ำ ถุงเท้า
13. อุปกรณ์ในการเย็บหรือซ่อมแซมเสื้อผ้า
14. สมุดบันทึก ปากกา

อุปกรณ์ของหมู่ การวางแผนร่วมกันและเตรียมอุปกรณ์ของหมู่จะช่วยให้หมู่มีอุปกรณ์ต่าง ๆ ต้องใช้ร่วมกัน และไม่เป็นภาระที่ทุกคนจะต้องนำมาเหมือนกัน

อุปกรณ์ของหมู่ที่ต้องเตรียม เช่น

1. อุปกรณ์ครัว เช่น หม้อสนาม มีดทำครัว
2. ตะเกียงอาจเป็นตะเกียงน้ำมัน ตะเกียงแอลกอฮอล์ ตะเกียงเจ้าพายุ
3. อาหารแห้ง
4. ขวาน มีด เลื่อย จอบ
5. ยาประจำหมู่ และหีบปฐมพยาบาล
6. ถังน้ำ กระติกน้ำ

นำกล่องหรือหีบสำหรับใส่อุปกรณ์ของหมู่ไป เพื่อสะดวกในการเก็บและนำไป และควรเขียนรายการอุปกรณ์และชื่อหมู่ไว้ที่กล่องด้วย ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกหมู่หาอุปกรณ์ที่จะใช้ได้ง่ายขึ้น และจะช่วยเตือนด้วยว่าหมู่เราได้เตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้ครบหรือไม่

### ผลการเรียนรู้

1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักการวางแผนในหมวดหมู่ของตน
2. เพื่อเตรียมความพร้อมและฝึกการเตรียมตัวก่อนไปเข้าค่าย

## คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้

## สาระการเรียนรู้

- การเตรียมการอยู่ค่ายพักแรม

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ร้องเพลง “1 กิโลเมตรเดินไป”
3. ให้แต่ละหมู่เตรียมรายการอาหารแต่ละมื้อในค่ายพักแรม
4. ให้หัวหน้าหมวดนำวิจารณ์เกี่ยวกับรายการอาหารของแต่ละหมู่
5. เล่นเกม “ฉันไปค่าย ฉันจะเตรียม...” (เล่นเหมือนเกมฉันไปตลาด)
6. หัวหน้าหมวดเพิ่มเติมเรื่องอุปกรณ์ที่จะต้องนำไปค่ายพักแรม
7. หัวหน้าหมวดสรุป
8. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. เพลง “1 กิโลเมตรเดินไป”
2. เกม “ฉันไปค่าย ฉันจะเตรียม...”
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

## ภาคผนวก

### เพลง “1 กิโลเมตรเดินไป”

- 1 กิโลเมตร เดินไป รองเท้าสีก รองเท้าสีก
- 1 กิโลเมตร เดินไป รองเท้าทะลุเป็นรู
- 2.....
- 3.....

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
เรื่อง การเตรียมอุปกรณ์ปฐมพยาบาลและภัยที่อาจเกิดในค่ายพักแรม จำนวน 1 ชั่วโมง

.....

สาระสำคัญ

1. ยาและอุปกรณ์การปฐมพยาบาลที่ควรนำไปค่ายพักแรมด้วย คือ

1. ยาแอนติเซพติก
  2. ยาแก้ปวดหัว
  3. ยาแก้ปวดฟัน
  4. ยาหรือครีมทาปาก, ทาผิวแห้ง
  5. ยาแก้ท้องเสีย
  6. ยาแก้ผดผื่นคัน
  7. ยาหม่องทาแก้มลงกัตต่อย
  8. ยาแก้คัคจุมุก
  9. ยาทาแผลไฟไหม้, น้ำร้อนลวก
  10. พลาสเตอร์ยาขนาดต่าง ๆ
  11. พรอหวัดใช้
  12. แก้วน้ำกินยา
  13. ผ้าพันแผล
  14. สำลี, และสำลีพันปลายไม้
  15. กรรไกรเล็ก
  16. ผ้าเช็ดมือ
  17. อ่างล้างมือ, สบู่
  18. สมุดบันทึกและปากกา
  19. ไฟฉาย
  20. ไม้ขีดไฟ
2. อุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นในการอยู่ค่ายพักแรม
1. อันตรายจากสัตว์ร้าย หรือสัตว์มีพิษกัคต่อย
  2. ลมแดด ลมร้อน
  3. เป็นตะคริวที่ขา หรือส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย

4. อาจเกิดอุบัติเหตุจากการเดินทาง
5. อาจเกิดฟ้าผ่าถ้าหากไม่เลือกฤดูกาล
6. ถูกของมีคมบาด
7. อาหารเป็นพิษ ถ้ามีการจัดเตรียมที่ไม่ดี
8. ข้อเท้าแพลง แผลถลอก หนามข่วน
9. พลัดตกหกล้มกระตุกหัก
10. อาจจมน้ำ
11. ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

### ผลการเรียนรู้

เพื่อให้สมาชิกรู้จักเตรียมหาอุปกรณ์และอุปกรณ์การปฐมพยาบาลสำหรับค่ายพักแรม

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้

### สาระการเรียนรู้

- การเตรียมอุปกรณ์ปฐมพยาบาลและภัยที่อาจเกิดในค่ายพักแรม

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ให้แต่ละหมู่แข่งกันบอกถึงภัยอันอาจจะเกิดขึ้นได้ในค่ายพักแรม
3. หัวหน้าหมวดเพิ่มเติม
4. ให้แต่ละหมู่ช่วยกันออกความคิดเห็นว่าควรจะต้องเตรียมยาและอุปกรณ์ใดบ้างสำหรับค่ายพักแรม
5. วัดผลด้วยการเล่นเกมจับคู่ยากับภัยอันอาจจะเกิดขึ้น
6. หัวหน้าหมวดสรุป
7. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. เกมจับคู่ยากับภัยอันอาจจะเกิดขึ้น
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม



**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง การสุขาภิบาลค่ายพักแรม**

**สาระสำคัญ**

การสุขาภิบาลค่ายพักแรม

การสุขาภิบาลค่ายพักแรม ได้แก่ การจัดค่ายพักแรมให้ถูกสุขลักษณะ เพื่อให้ชาวค่ายมีสุขภาพอนามัยดีและสร้างสุขนิสัยให้แก่ชาวค่ายด้วย ซึ่งได้แก่การจัดที่หุงอาหาร ที่เก็บขยะมูลฝอย ตลอดจนห้องน้ำ ห้องส้วม และบริเวณค่ายทั่วไป

การสุขาภิบาลค่ายพักแรมนี้ หากเป็นค่ายพักแรมถาวรที่มีอาคารต่าง ๆ พร้อม ก็เพียงแบ่งหน้าที่กันรักษา และทำความสะอาดโดยแบ่งความรับผิดชอบ ผลัดเปลี่ยนกันไปแต่ละวัน

ถ้าค่ายพักแรมเป็นค่ายระยะเวลาสั้นหรือชั่วคราว ซึ่งต้องสร้างที่พัก หรือเครื่องอำนวยความสะดวกเองต้องเพิ่มการเอาใจใส่เรื่องสุขาภิบาลมากขึ้น ซึ่งอาจจะจัดการสุขาภิบาลได้ ดังนี้

- เติ้นท์ที่พัก สำรวจบริเวณที่จะกลางเต็นท์ว่ามี มด ปลวก หรือไม่ ถ้ามีควรหลีกเลี่ยงหากหลีกเลี่ยงไม่ได้ควรโรยปูนขาวป้องกัน เมื่อกางแล้วต้องขุดร่องน้ำให้เรียบร้อยอย่าให้น้ำท่วมได้ ที่นอนควรมีอะไรปู
- ครูว์ เต่า ควรพิจารณาหาความเหมาะสม ข้างครูว์ต้องมีหลุมเปียก หลุมแห้ง และต้องกลบทุกครั้งที่ใช้
- ที่เก็บถ้วยชามและเครื่องครูว์ ควรยกเป็นร้านชั้นมีที่วางถ้วยชาม ที่เก็บมิด ทัพพี ซ้อน แก้วน้ำ หม้อ กระทะ ฯลฯ
- ที่ล้างถ้วยชาม ทำเป็นที่หยั่งสามขาสำหรับวางกะละมัง และมีผ้าขนหนูแขวนสำหรับเช็ดมือ หรือจะทำแบบอื่นก็ได้แต่ให้สะดวกและมีความเรียบร้อย
- ราวตากผ้า ต้องจัดให้อยู่ในสถานที่เหมาะสม เช่น ห่างจากครูว์หรือทางเดิน
- ส้วมและที่อาบน้ำ สิ่งนี้นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นมากในการตั้งค่ายพักแรมแบบชั่วคราวหรือระยะสั้น ส้วมต้องมีการขุดดินเป็นหลุมใหญ่และลึกพอกับจำนวนผู้ใช้ห้องน้ำก็ต้องทำให้ถูกสุขลักษณะมีร่องน้ำระบายน้ำออกอย่าให้ขังได้
- ที่เก็บขยะมูลฝอยในบริเวณค่ายนอกจากจะมีหลุมเปียก หลุมแห้งในครูว์แล้วยังไม่เพียงพอเพราะเศษไม้ เศษกระดาษอื่น ๆ ยังมีอีก จึงจำเป็นต้องมีหลุมฝังสำหรับสิ่งที่มีฝังได้ สิ่งที่เขาได้ก็จัดการเผาให้เรียบร้อย เพื่อให้บริเวณค่ายสะอาดเรียบร้อย

## ผลการเรียนรู้

1. เพื่อให้สามารถจัดค่ายพักแรมที่ถูกต้องสุขลักษณะและการสุขาภิบาล

## คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. อยู่อย่างพอเพียง
3. มุ่งมั่นทำงาน
4. มีจิตสาธารณะ

## สาระการเรียนรู้

การสุขาภิบาลค่ายพักแรม

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดนำอภิปรายเรื่อง ที่อยู่ที่ถูกสุขลักษณะแล้วนำมาสรุปใช้กับค่ายพักแรมที่ถูกสุขลักษณะ
3. ให้สมาชิกช่วยกันสรุปเป็นข้อ เรื่องการสุขาภิบาลในค่ายพักแรม
4. ร้องเพลงในค่ายพักแรม “O, How Lovely Is The Evening”
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. “O, How Lovely Is The Evening”
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

## ภาคผนวก

### เพลง“O, How Lovely Is The Evening”

O, How Lovely Is The Evening (ซ้ำ)  
When the bells are sweetly ringing (ซ้ำ)  
Ding Dong, Ding Dong, Ding Dong.

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
 รุ่งกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
 เรื่อง การใช้เต็นท์

สาระสำคัญ

1. ส่วนประกอบของเต็นท์
2. การดูทิศทางกางเต็นท์
3. การกางเต็นท์
4. การจัดที่นอนและเครื่องใช้ในเต็นท์
5. การเก็บเต็นท์

ที่พัก

การเลือกพิจารณาพื้นที่

1. เลือกที่พักห่างจากที่ลุ่ม
2. พื้นดินแห้ง
3. ไม่ควรสร้างที่พักใต้ต้นไม้ใหญ่ ๆ ที่มีกิ่งไม้แห้ง
4. ในกรณีสร้างที่พักใต้ชะง่อนผา พิจารณาดูว่าน้ำไม่เซาะให้ชะง่อนผาลึกลงมาทับ
5. ถ้าจะสร้างใกล้ ๆ ลำธาร หรือห้วย ต้องดูคราบของน้ำป่า

การสร้าง

1. อุปกรณ์ในการสร้างต้องพร้อม
2. สร้างให้เสร็จก่อนมืด
3. รอบ ๆ ที่พัก ควรจะปิดกวาดให้เรียบร้อย
4. ควรก่อกองไฟไว้ในตอนกลางคืน

เต็นท์

ในปัจจุบันมีเต็นท์อยู่หลายชนิด แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงเต็นท์ของผู้บำเพ็ญประโยชน์ซึ่งเป็นเต็นท์ที่  
 ใช้ง่าย ปลอดภัย และสะดวกในการขนย้าย

อุปกรณ์

ในเต็นท์แต่ละหลังมีอุปกรณ์ดังนี้ คือ

1. ตัวเต็นท์
2. สมอบก 14 ตัว
3. เสาค้ำ 8 ท่อน
4. เชือกยาว 2 เส้น เชือกสั้น 6 เส้น
5. ถุงใส่เต็นท์
6. ผ้าเช็ดเต็นท์

## วิธีกางเต็นท์

ก่อนกางเต็นท์ทุกครั้งจะต้องหาทิศทางลมให้ดีเสียก่อนโดยหันหน้าเต็นท์ทำมุมกับทางลมประมาณ 45 องศา และเมื่อเอาเต็นท์ออกจากถุงแล้วให้ตรวจอุปกรณ์ของเต็นท์ดูเสียก่อนว่าอยู่ครบหรือเปล่า เมื่อครบแล้วให้แยกเอาไว้ต่างหาก คลี่เต็นท์ออกให้ด้านที่เป็นพลาสติกอยู่ด้านล่างใช้สมอบกปักบนเต็นท์ เพื่อดึงมุมทั้งสี่ให้ตึง โดยหันสมอบกด้านที่เป็นตะขอออกด้านนอกปักเฉียง ประมาณ 45 องศา เอาเชือกสั้นที่มีอยู่ทั้ง 6 เส้น ผูกกับห่วงที่มีอยู่ด้านข้างของเต็นท์ทั้ง 6 ห่วงด้วยเงื่อนขัดสมาธิ เมื่อผูกเชือกสั้นแล้วให้อาเสาะ 4 ท่อนมาต่อกันเป็นหนึ่งเสาะ ท่อนบนสุดจะมีพลาสติกแหลม ๆ อยู่ตรงยอดเสาะทั้งสองอันนี้จะอยู่ด้านหน้ากับด้านหลัง เมื่อเอาห่วงที่ปลายหลังคาเต็นท์คล้องตรงปลายเสาะแล้วให้อาเชือกสั้นยาวที่มีอยู่ 2 เส้น ผูกด้วยเชือกตะกรุดเบ็ดทั้งด้านหน้าและด้านหลังบนปลายสุดของเสาะ โดยจะต้องทำพร้อมกัน ดึงเชือกให้ตึงห่างจากเต็นท์พอสมควร ใช้สมอบกปักยึดเอาไว้ ส่วนเชือกสั้นที่เราผูกเอาไว้ เมื่อกางเต็นท์เสร็จเรียบร้อยแล้ว ผ่าเซ็ดเต็นท์และอุปกรณ์บางอย่างที่ไม่ได้ใช้ให้เก็บใส่ไว้ในถุงเต็นท์แขวนไว้ตรงปลายยอดของเสาะด้านหลังของเต็นท์ เต็นท์ 1 หลัง ต่อสมาชิก 3-4 คน

## วิธีเก็บเต็นท์

1. เซ็ดหลังคาเต็นท์ให้สะอาด
2. เก็บกวาดของในเต็นท์ให้เรียบร้อย
3. รูดซิปปิดประตูหน้าต่างให้เรียบร้อย
4. ถอนสมอบกออกให้ครบและเซ็ดให้สะอาดด้วย
5. เก็บเชือกทุกเส้นออกให้หมด โดยแยกเชือกสั้นกับเชือกยาวเอาไว้ต่างหาก
6. เสาะถอดออกจากกันเป็นท่อน ๆ
7. พับหลังคาเต็นท์ให้อยู่ในสภาพเดิม (ตามรอย)
8. พับครึ่งแล้วเซ็ดพลาสติกที่อยู่ด้านล่างให้สะอาด
9. แบ่งออกเป็นสามส่วนพับด้านริมเข้าหากัน (ตามรอย) ไล่ลมที่มีอยู่ข้างในออกให้หมด
10. การม้วนเก็บให้ม้วนทางด้านหลังที่มีหน้าต่างโดยเอาเสาะทั้ง 8 ต่อไปจึงเอาเชือกใส่ม้วนเก็บเข้าไป ด้วยจนเสร็จ นำเต็นท์ที่ม้วนแล้วใส่ลงในถุงแล้วจึงรูดปากถุงผูกให้เรียบร้อย

## ข้อควรระวังในการใช้เต็นท์

1. รูดซิป ปิดประตูหน้าต่างให้เรียบร้อยทุกครั้งก่อนออกจากเต็นท์
2. ห้ามจุดเทียนหรือตะเกียงในเต็นท์เด็ดขาด
3. ห้ามนำขนมหรืออาหารเข้าไปไว้ในเต็นท์
4. หลังจากใช้เต็นท์แล้วต้องเซ็ดให้สะอาดหรือตากให้แห้ง และเช็คว่าอุปกรณ์ให้ครบทุกครั้งก่อนเก็บ

## ผลการเรียนรู้

เพื่อให้รู้จักส่วนประกอบของเต็นท์ และสามารถอธิบายวิธีกางและเก็บเต็นท์

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มุ่งมั่นในการทำงาน
2. อยู่อย่างพอเพียง

### สาระการเรียนรู้

1. การใช้เต็นท์

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ร้องเพลง “รักกันร่วมกันทำดี”
3. อธิบายประกอบการสาธิตเรื่องเต็นท์และการใช้เต็นท์
4. ให้สมาชิกทุกคนปฏิบัติจริง
5. หัวหน้าหมวดสรุป
6. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. การสาธิตเรื่องเต็นท์และการใช้เต็นท์
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”
3. เพลง “รักกันร่วมกันทำดี”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

### ภาคผนวก

#### เพลง รักกันร่วมกันทำดี

รักกันร่วมกันทำดี ถิ่นไทยเรานี้จึงจะมั่นคง ทำมาหากินซื้อตรง (ซ้า) อย่าคดอย่าโกงเอาประโยชน์  
ส่วนตัว ยึดมั่นในศีลธรรม อย่ามัวหลงทำกรรมที่ชั่ว ๆ สุรายาเมาเราไม่พันพัว (ซ้า) ขยันสร้างตัวถิ่นไทยเจริญ

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง การปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในค่ายพักแรม**

**สาระสำคัญ**

ชีวิตในค่ายพักแรม

หัวหน้าหมู่จะจัดแบ่งหน้าที่ให้แก่สมาชิกในหมู่ เช่น เก็บฟืน, ตักน้ำมาใช้ดื่ม, ทำอาหาร, ทำความสะอาด ดูแลเต็นท์ให้อยู่ในสภาพที่สวยงามเรียบร้อย, ล้างจาน, เช็ดธงประจำหมู่ เป็นต้น

ดังนั้น ถ้าหากสมาชิกผู้บำเพ็ญประโยชน์ในหมู่มีความรับผิดชอบ และให้ความสำคัญต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายก็จะทำให้งานต่าง ๆ เสร็จลงโดยเร็ว ทุกคนในหมู่ก็จะมีเวลาเพียงพอที่จะพักผ่อน สำนวณบริเวณค่าย ว่ายน้ำ หรือทำภารกิจส่วนตัวต่าง ๆ หรือเล่นกับเพื่อนหมู่อื่น ๆ ได้

หัวหน้าหมวดก็สามารถจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่น่าสนใจได้อย่างรวดเร็ว และทุกคนก็มีความสุขกับการอยู่ค่ายกิจกรรมอื่น ๆ เช่น ออกตามหาสมบัติ, เดินทางกลางคืน, ทำอาหารว่างกันตอนบ่าย ฯลฯ เป็นต้น

องค์ประกอบของการทำงานเป็นทีม

1. สมาชิกต้องยึดมั่นในจุดมุ่งหมายร่วมกันของกลุ่ม
2. ต้องมีการสื่อความหมายอย่างกว้างขวาง
3. ทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ
4. ผู้นำต้องมีความอดทนและมีความเป็นผู้ใหญ่
5. ต้องมีการกระจายงานเพื่อให้ทุกคนมีความสำคัญเท่ากัน
6. ต้องมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา
7. ต้องมีความจริงใจต่อกัน
8. ต้องยอมรับซึ่งกันและกัน
9. ต้องร่วมมือร่วมใจมุ่งเป้าหมายของกลุ่มให้สำเร็จ

ระเบียบในค่ายพักแรม ข้อควรปฏิบัติในค่ายพักแรม

การอยู่ร่วมกันในสังคมจะมีความสุขเพราะทุกคนเคารพสิทธิของกันและกัน และเคารพกฎของสังคมในการอยู่ค่ายพักแรม การปฏิบัติตามกฎ และระเบียบของค่ายพักแรมเป็นสิ่งที่แสดงถึงการเป็นชาวค่าย และเป็นผู้บำเพ็ญประโยชน์ที่ดี

ตัวอย่างระเบียบของค่ายพักแรม

1. ห้ามออกนอกบริเวณค่าย
2. ห้ามออกจากเต็นท์หลังเวลา 22.00 น. โดยไม่มีความจำเป็น
3. ห้ามส่งเสียงดังหลังเวลา 22.00 น.
4. ห้ามนำของมีค่าติดตัวมาในค่ายพักแรม
5. ต้องเชื่อฟังและปฏิบัติตามคำสั่งอย่างเคร่งครัด

6. ถ้าเจ็บป่วยให้แจ้งฝ่ายพยาบาลโดยด่วน
- ข้อควรปฏิบัติเมื่ออยู่ค่ายพักแรมแบ่งออกเป็น
1. เกี่ยวกับการแต่งกายในค่าย
  2. เกี่ยวกับอุปกรณ์และการใช้อุปกรณ์ค่าย และส่วนตัวการเก็บรักษา
  3. เกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมของค่าย
  4. ข้อควรปฏิบัติอื่น ๆ

#### ข้อควรปฏิบัติเมื่ออยู่ค่ายพักแรม

1. ต้องแต่งกายด้วยชุด Camp Uniform คือ กางเกงขาวสีดำ หรือสีน้ำเงิน หรือกางเกงฝ้ายสีสีน้ำเงิน เสื้อยืดคอกลมมีเครื่องหมายผู้บำเพ็ญประโยชน์
2. ปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายโดยเคร่งครัด
3. ตรงต่อเวลา
4. การใช้อุปกรณ์ ประกอบกิจกรรม ต้องศึกษาการใช้ให้ถูกต้อง เก็บรักษาให้สะอาดปลอดภัย ไม่หยิบใช้โดยไม่ได้รับอนุญาต
5. การประกอบกิจกรรมทำในลักษณะเป็นหมู่ เช่น เดินทางไกลต้องเดินไปเป็นหมู่
6. ช่วยกันรักษาทรัพย์สินสมบัติของค่าย
7. ช่วยกันประหยัด
8. ร่วมในพิธีการต่าง ๆ โดยเคร่งครัด
9. สมาชิกทุกคนต้องบันทึกเหตุการณ์ประจำวัน
10. ช่วยกันรักษาความสะอาด ปลอดภัย

#### ผลการเรียนรู้

1. เพื่อให้ทราบและสามารถปฏิบัติตามกฎระเบียบของการอยู่ค่ายพักแรมได้อย่างเข้าใจเหตุผล
2. เพื่อฝึกให้เป็นผู้บำเพ็ญประโยชน์ที่ดี

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มุ่งมั่นในการทำงาน
2. มีจิตสาธารณะ

#### สาระการเรียนรู้

การปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในค่ายพักแรม

#### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. อภิปรายเรื่อง กฎ 10 ข้อ ของผู้บำเพ็ญประโยชน์ซึ่งสามารถนำมาใช้ในค่ายพักแรมได้

3. ให้แต่ละหมู่วางระเบียบ หรือข้อควรปฏิบัติ เมื่ออยู่ในค่ายพักแรมพร้อมทั้งเหตุผล
4. สอนเพลงเปิดรอบกองไฟ เช่น Campfire's Burning
5. ให้แต่ละหมู่เขียนโปสเตอร์เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในค่าย หัวหน้าหมวดนำตัวอย่างให้ดู
6. หัวหน้าหมวดสรุป
7. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

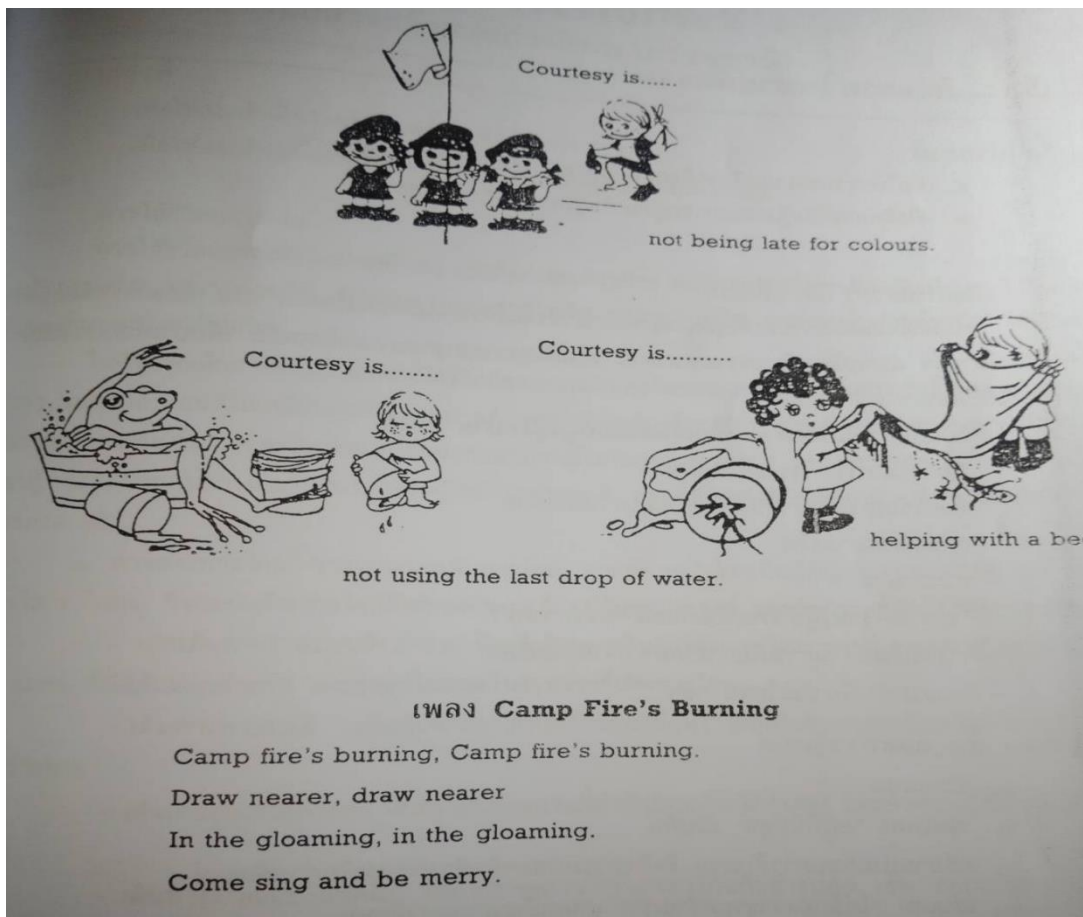
### สื่อ – อุปกรณ์

1. เพลงเปิดรอบกองไฟ
2. โปสเตอร์เกี่ยวกับการปฏิบัติตนในค่าย
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

### ภาคผนวก





แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
เรื่อง กิจกรรมในค่ายพักแรม

---

**สาระสำคัญ**

กิจกรรมต่าง ๆ ในค่ายพักแรม

ค่ายพักแรมแต่ละค่ายจะตั้งจุดมุ่งหมายเอาไว้ว่าต้องการเน้นเฉพาะเรื่องใด เช่น ต้องการทดสอบความรู้ที่ได้เรียนมาแล้ว แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมประเพณี หรือเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน เพื่อบำเพ็ญประโยชน์ เพื่อทดลองใช้ชีวิตกลางแจ้ง เป็นต้น

ดังนั้นกิจกรรมที่จัดควรให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย ดังนี้

- กิจกรรมประเภทธรรมชาติศึกษา
- กิจกรรมประเภทงานประดิษฐ์ และการฝีมือค่าย
- การเล่นรอบกองไฟ
- การเล่นเกมกีฬา
- กิจกรรมความรู้ผู้บำเพ็ญประโยชน์ – การทำแผนที่
- การใช้เข็มทิศในการเดินทางไกล – การฝึกใช้เงื่อน
- กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ ฯลฯ

**ผลการเรียนรู้**

1. เพื่อให้ทราบและบอกได้ว่ากิจกรรมใดควรเป็นกิจกรรมในค่ายพักแรม
2. เพื่อฝึกการเป็นผู้นำและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

**คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน

**สาระการเรียนรู้**

1. กิจกรรมในค่ายพักแรม

**กิจกรรม**

1. เปิดชุมนุม
2. ร้องเพลง “อยู่ที่นี้มีสุข” เป็นต้น
3. อธิบายประกอบการซักถาม ถึงกิจกรรมที่สมาชิกต้องการทำในค่ายพักแรม

4. เล่นเกม “ไม่มีช่องว่างระหว่างเรา” เล่นเหมือนเกมแมวจับหนู
5. ให้แต่ละหมู่ช่วยกันจัดตารางกิจกรรมในค่ายพักแรม พร้อมตั้งแสดงเหตุผล
6. หัวหน้าหมวดสรุป
7. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. เพลง “อยู่ที่นี้มีสุข”
2. เกม “ไม่มีช่องว่างระหว่างเรา”
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

### ภาคผนวก

**เพลง อยู่ที่นี้มีสุข**  
อยู่ที่นี้มีสุข อยู่ที่ค่ายมีสุข  
อยู่ที่ไหนที่ไหน อยู่แห่งใดเราก็มีสุข

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง การใช้ชีวิตกลางแจ้งและการศึกษาธรรมชาติ**

**สาระสำคัญ**

**การใช้ชีวิตกลางแจ้ง**

การใช้ชีวิตกลางแจ้งในค่ายพักแรม เป็นกิจกรรมเดียวที่จะทำให้สมาชิกได้มีโอกาสเล่นกับเพื่อน ๆ ในโรงเรียนทำกิจกรรมที่สนุกสนานด้วยกัน รับประทานอาหารด้วยกัน ทำงานด้วยกัน และนอนในค่ายด้วยกันได้มีโอกาสค้นพบสิ่งแปลกใหม่ด้วยกัน

ในคืนแรกเด็กอาจจะรู้สึกแปลกที่ได้ยินเสียงนกและแมลงในตอนกลางคืน เป็นคืนแรกที่มีนอนใต้ท้องฟ้าดูดาว นอนในที่นอนที่ไม่เหมือนกับที่บ้าน ถามตัวเองว่าทำไมต้องตื่นแต่เช้า ประสบการณ์หลายอย่างที่ได้เรียนรู้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในค่ายเป็นส่วนหนึ่งในโลกของประสบการณ์ในโลกของธรรมชาติ กิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้จะช่วยให้ได้เรียนรู้ และมีประสบการณ์มากขึ้นในการอยู่ใกล้กับธรรมชาติ และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสนุก โดยจัดกิจกรรมในหมวด เช่น

1. การเดินทางไกล วางแผนการเดินทางไกล และสังเกตว่าใครเป็นผู้ที่มีความประพฤติดีที่สุด เก่งในเรื่องใด ๆ ในหมู่ กิจกรรมเดินทางไกลมีหลายลักษณะขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ และกิจกรรมที่จัดให้สำหรับกลุ่ม เช่น

- การเดินทางไกลแบบนักสำรวจ โดยมีเป้าหมายในการสังเกตที่ต่าง ๆ เช่น ธรรมชาติ ต้นไม้ ดอกไม้ นก แมลง ที่มีสีสันแตกต่างกัน และจดลงในสมุดในระหว่างที่เดินทางไกล
- เดินทางหาสมบัติ เพื่อค้นหาสมบัติหรือสิ่งของที่ซ่อนไว้โดยเดินตามรอยหรือเครื่องหมายที่บอไว้ระหว่างทาง
- เดินทางสู่ประวัติศาสตร์ เดินทางไปยังสถานที่สำคัญของประวัติศาสตร์ และหาความรู้ที่เกี่ยวกับสถานที่นั้น ๆ
- เดินทางไกลแบบปิกนิก เพื่อไปหาสถานที่ทำอาหารกันกินข้างนอก เช่น ออกเดินทางแต่เช้าตรูเพื่อไปยังที่นัดหมาย และทำอาหารก่อนพระอาทิตย์ขึ้น
- เดินทางไกลกลางคืน สังเกตดาว ทิศ ชมพระจันทร์

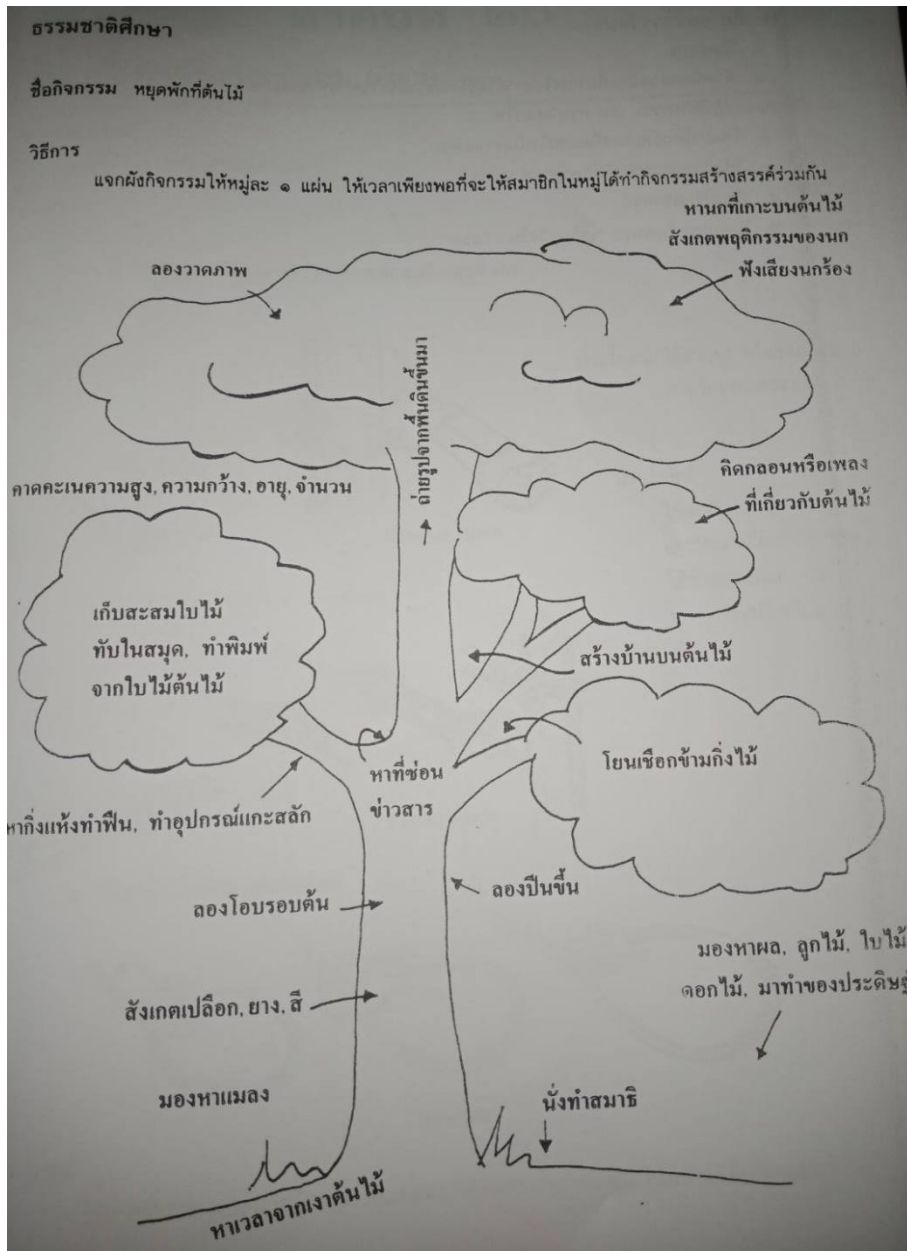
2. หางานอดิเรกทำ 2 อย่าง เช่น เก็บสะสมหิน ศึกษาดวงดาว ชมนก สะสมดอกไม้ ใบไม้ เปลือกหอย รู้จักต้นไม้ชนิดต่าง ๆ และนำมาแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ ในหมวด

3. เรียนรู้ทักษะเหล่านี้

- ก. การก่อกองไฟ
- ข. การห่อหรือเก็บอาหาร
- ค. เก็บอุปกรณ์ของใช้ส่วนตัวและของหมู่เพื่อเตรียมเดินทาง
- ง. การประกอบอาหารกลางแจ้ง
- จ. การประดิษฐ์ของใช้ต่าง ๆ

4. สามารถแยกชนิด ชื่อของสัตว์ และพืชได้
  1. นก
  2. แมลง
  3. สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม
  4. ต้นไม้ (ดอกไม้)
  5. ต้นไม้มีพิษ
  6. ต้นไม้ป่า
  7. กว้างไม้
5. สามารถถ่ายทอดความรู้ต่าง ๆ ได้ดังนี้
  1. เครื่องหมายสะกดรอย
  2. แผนที่
  3. สัญญาณต่าง ๆ
  4. การอ่านเข็มทิศ
  5. ใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น มีด เลื่อย
6. ศึกษาการสังเกตอากาศ โดยใช้วิธีสังเกตธรรมชาติอย่างน้อย 3 วิธี

7. เรียนรู้กับชีวิตของคนในพื้นที่นั้น ในท้องถิ่นนั้น หรือค้นหาว่าในพื้นที่นั้นมีหน่วยงานไหนที่รับผิดชอบดูแลในเรื่องของชีวิตสัตว์สวนป่า ฯลฯ



### ผลการเรียนรู้

1. เพื่อให้สมาชิกเรียนรู้และเพลิดเพลินกับธรรมชาติ
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถใช้ชีวิตกลางแจ้งร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. มีจิตสาธารณะ

### สาระการเรียนรู้

1. การใช้ชีวิตกลางแจ้งและการศึกษาธรรมชาติ

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดนำอภิปรายเรื่องการใช้ชีวิตกลางแจ้งในค่ายพักแรมว่ามีกิจกรรมอะไรบ้าง แล้วให้สมาชิกทดลองปฏิบัติกิจกรรม เช่น การก่อกองไฟ
3. ให้สมาชิกสะสมของที่ตนสนใจเป็นงานอดิเรก
4. ให้เล่นเกมธรรมชาติศึกษาตามตัวอย่าง
5. หัวหน้าหมวดสรุป
6. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. เกมธรรมชาติศึกษา
2. สิ่งของที่สะสม
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

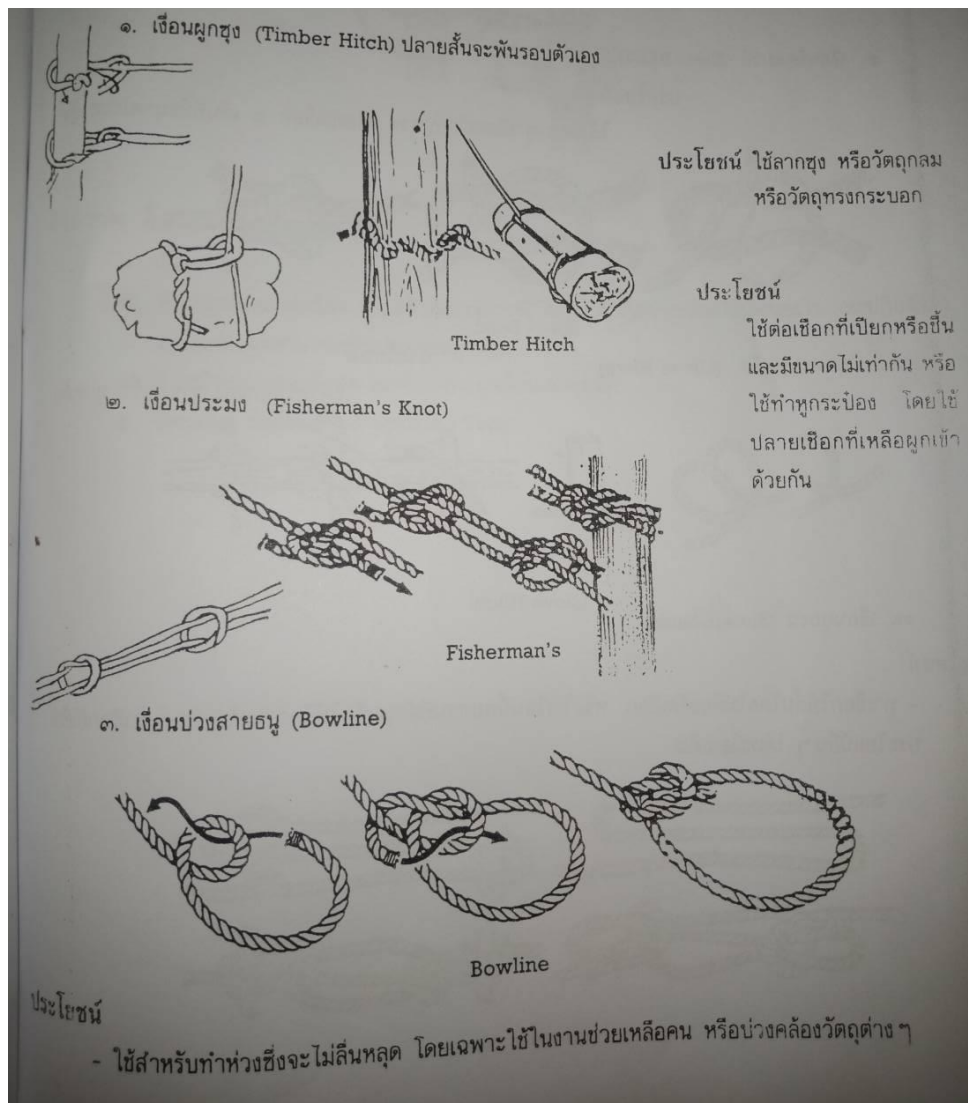
### การวัดและประเมินผล

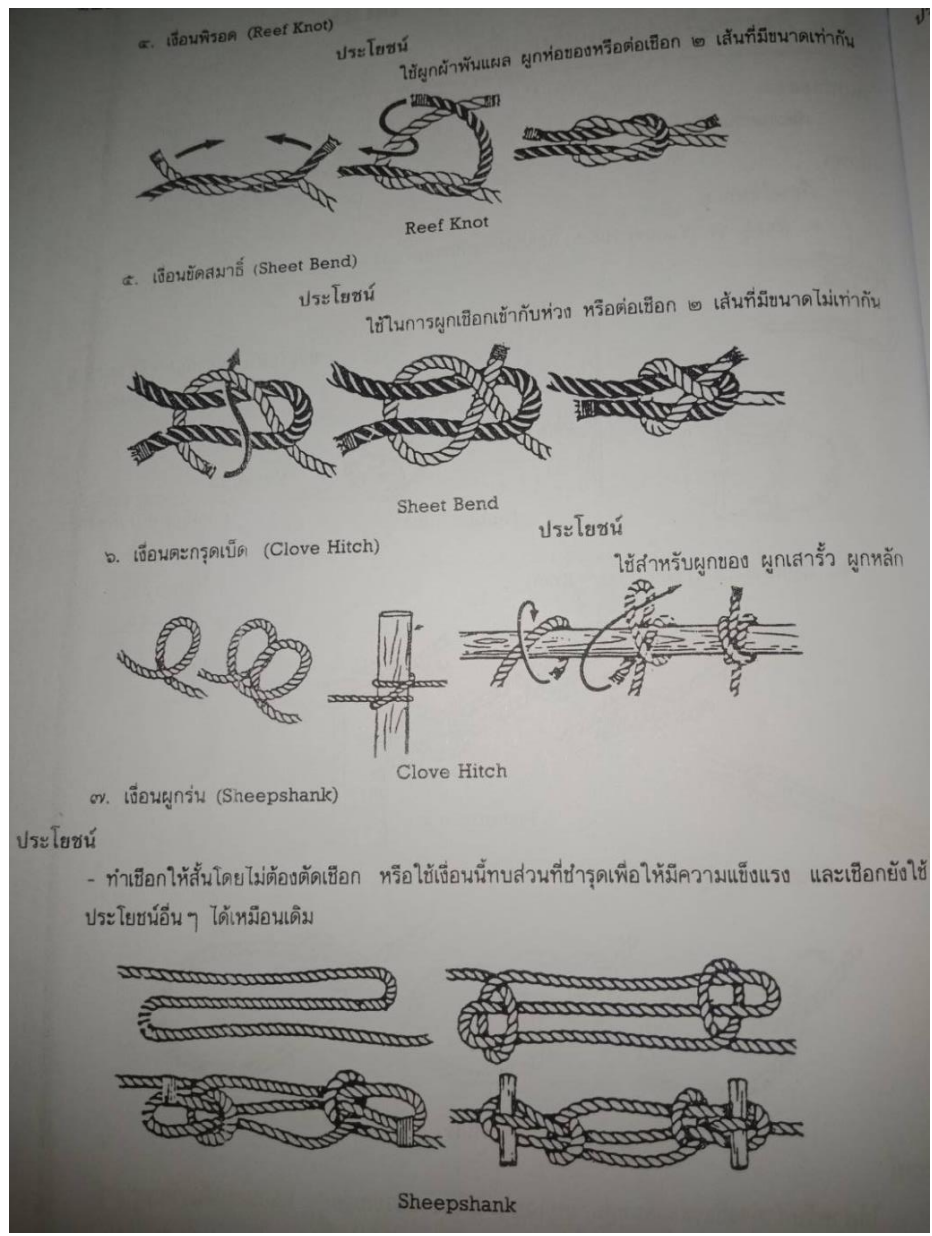
สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
เรื่อง กิจกรรมในค่ายพักแรม (เจื่อน)

สาระสำคัญ

เจื่อนที่ทบทวน





**ผลการเรียนรู้**

เพื่อทบทวนเงื่อนไขที่เรียนมาแล้ว

**คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน



## สาระการเรียนรู้

1. เงิน

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดแต่งเรื่อง หรือสร้างสถานการณ์ ให้สมาชิกคิดว่าจะต้องใช้เงินอะไร และปฏิบัติจริง
3. แข่งขันเพื่อดูความรวดเร็วและความถูกต้อง
4. หัวหน้าหมวดสรุปถึงประโยชน์ของการผูกเงินแต่ละชนิด
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. การแข่งขันเพื่อดูความรวดเร็วและความถูกต้องของการใช้เงิน
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

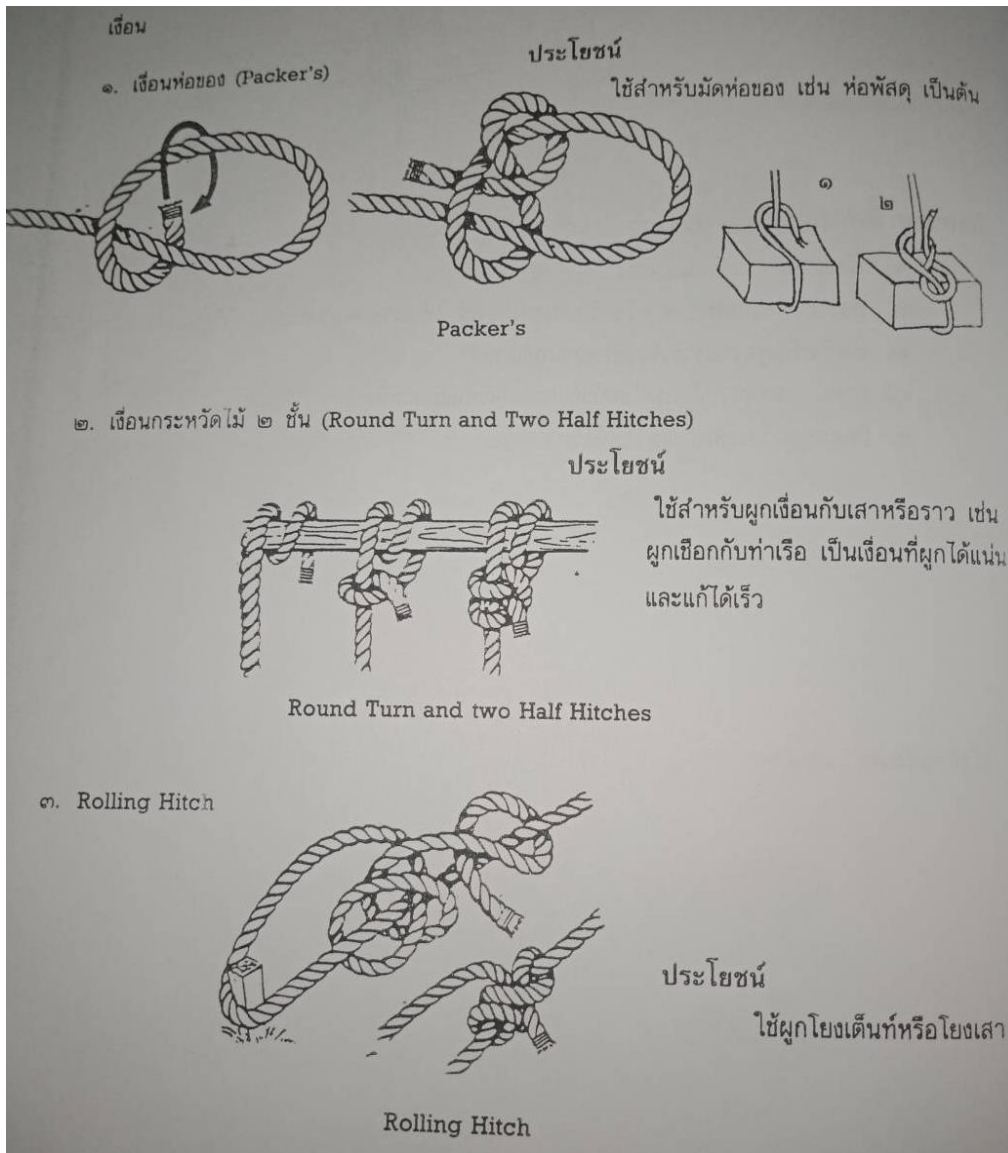
## การวัดและประเมินผล

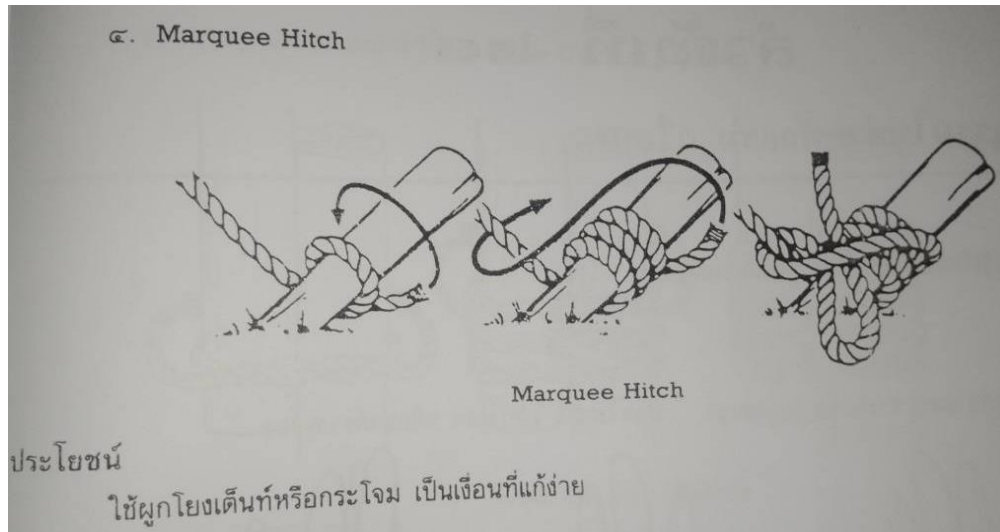
สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
เรื่อง กิจกรรมในค่ายพักแรม (เจื่อน)

---

สาระสำคัญ





### ผลการเรียนรู้

เพื่อเรียนรู้เรื่องเงื่อนที่ใช้ในค่ายพักแรมเพิ่มเติม

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน

### สาระการเรียนรู้

1. เงื่อน

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. อธิบายประกอบการสาธิตการผูกเงื่อนแก่หัวหน้าหมู่ เพื่อให้กลับไปสอนสมาชิกในหมู่
3. ให้แข่งขันการผูกเงื่อนเป็นทีม เพื่อดูความถูกต้องและรวดเร็ว
4. หัวหน้าหมวดอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับประโยชน์ของแต่ละเงื่อน
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. การสาธิตการผูกเงื่อน
2. การแข่งขันการผูกเงื่อนเป็นทีม เพื่อดูความถูกต้องและรวดเร็ว
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

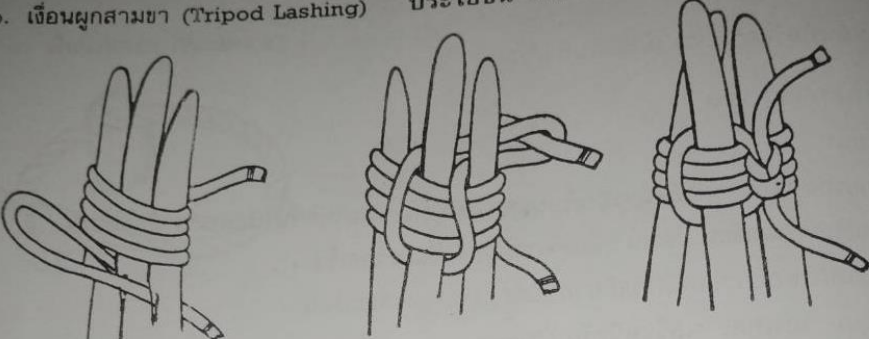
สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำงานกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
 รุ่งกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
 เรื่อง กิจกรรมในค่ายพักแรม (เงื่อน)

สาระสำคัญ

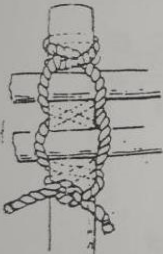
เงื่อน

๑. เงื่อนผูกสามขา (Tripod Lashing)      ประโยชน์ ให้ทำเสา หรือขาตั้งวางของ



Tripod Lashing

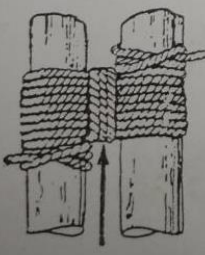
๒. เงื่อนมัดลูกบวบ (Snake Lashing) ใช้มัดไม้ระนาบ ให้มีระยะห่างเป็นช่วง ๆ



Snake Lashing

ประโยชน์  
 ใช้มัดไม้ระนาบ ให้มีระยะห่างเป็นช่วง ๆ ใช้ทำเครื่องใช้  
 เมื่อออกค่ายพักแรม เช่น ที่คว่ำจาน ชั้นวางของ เป็นต้น

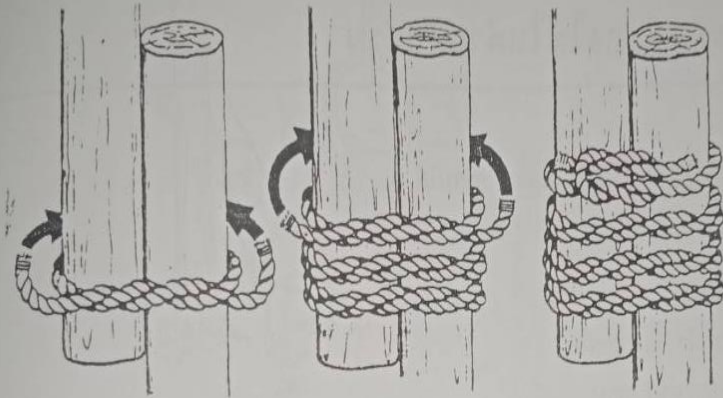
๓. เงื่อนผูกประกบ ๒ (Sheer Lashing) ใช้สำหรับผูกไม้หรือเสา ๒ ต้น เข้าด้วยกัน มีคาดคอ เริ่มต้น  
 ด้วยเงื่อนตะกรุดเบ็ดที่ไม้ต่อ



Sheer Lashing

ประโยชน์  
 - ต่อไม้ให้ยาวหรือมัดไม้เข้าด้วยกัน

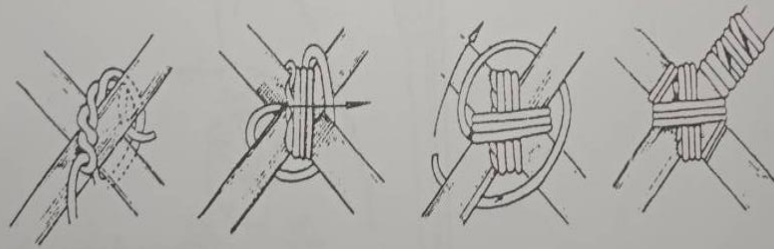
๔. การผูกประคบแบบตะวันตก (West Country Lashing)



ประโยชน์ ต่อไม้  
ให้ยาวขึ้น  
เช่น การสร้าง  
เสาธง เป็นต้น

West Country Lashing

๕. ผูกทแยง (Diagonal Lashing) เป็นการผูกไม้ให้ติดกัน ใช้กลางเข็อกพันขึ้นต้นด้วยเชือกผูกซุง แล้วผูกแยงมุมไขว้กันในมุมตรงกันข้าม แล้วหักคอ ก่อนจบด้วยเชือกพืดที่ไม้ตัวใดตัวหนึ่ง



Diagonal Lashing

ประโยชน์ - ใช้ในงานก่อสร้าง  
- ใช้ค้าหรือยัน เพื่อป้องกันไม่ให้ล้ม

ผลการเรียนรู้

เพื่อเรียนรู้เรื่องเงื่อนที่ใช้ในค่ายพักแรมเพิ่มเติม

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน

## สาระการเรียนรู้

### 1. เงื่อน

#### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ทบทวนเงื่อนที่เรียนไปในลำดับที่แล้ว ด้วยการเล่นเกมให้แต่ละหมู่เข้าแถวตอกลัก หัวหน้าหมวดให้สัญญาณคนที่ 1 วิ่งออกมา หัวหน้าหมวดส่งให้ผูกเงื่อน (Packer's) ใครทำเสร็จให้วางไว้ หัวหน้าหมวดตรวจความถูกต้องให้คะแนน แล้วให้สัญญาณคนที่ 2 ออกมาผูกเงื่อน เช่นเดียวกับคนที่ 1 และต่อไปเรื่อย เมื่อครบทุกคนให้คะแนนรวม หมู่ใดได้คะแนนมากหมู่ นั้นชนะ
3. สอนเงื่อนใหม่แก่หัวหน้าหมู่แล้วให้หัวหน้าหมู่กลับไปสอนสมาชิกในหมู่
4. หัวหน้าหมวดอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับประโยชน์ของเงื่อน
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

#### สื่อ – อุปกรณ์

1. เกมผูกเงื่อน
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

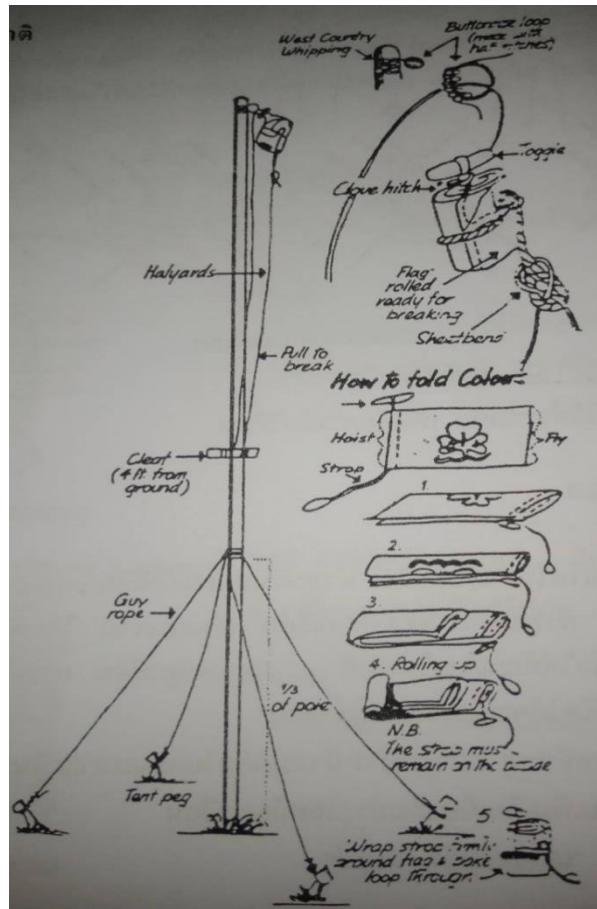
#### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

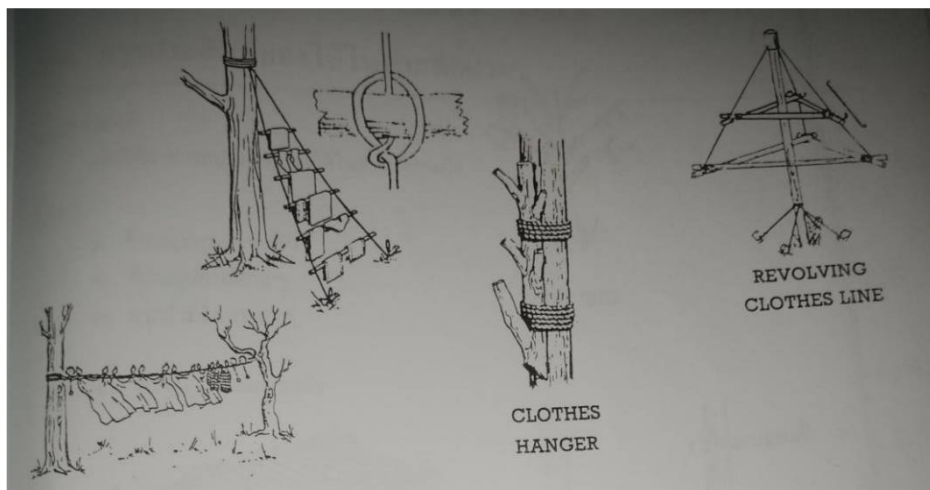
แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
 รุ่งกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
 เรื่อง การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

สาระสำคัญ

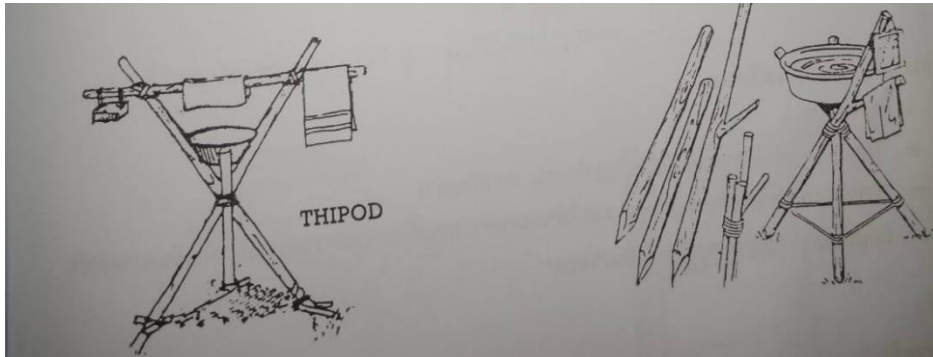
1. ตั้งเสาธงชาติ



2. ทำราวตากผ้า ที่แขวนเสื่อ



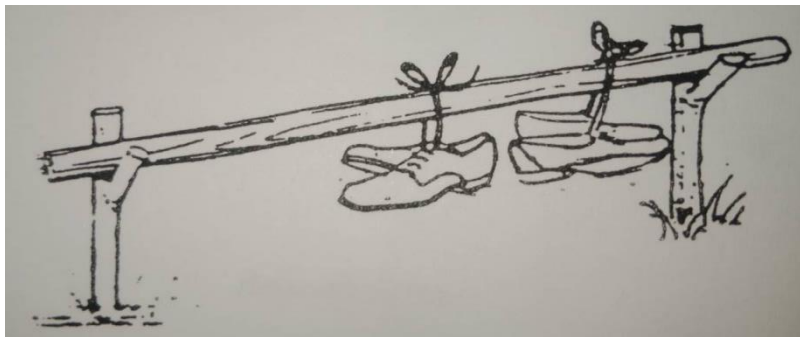
3. ที่วางอ่างล้างจาน, ขาม



4. ที่วางแก้วน้ำ



5. ที่แขวนรองเท้า



ผลการเรียนรู้

เพื่อให้สามารถประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรมได้

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน
3. อยู่อย่างพอเพียง



## สาระการเรียนรู้

1. การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ให้แต่ละหมู่ช่วยกันทำของใช้ในค่ายพักแรม จากตัวอย่าง
3. หัวหน้าหมวดตรวจความถูกต้อง และให้คะแนนความถูกต้อง และความรวดเร็วเพื่อเป็นการแข่งขัน
4. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

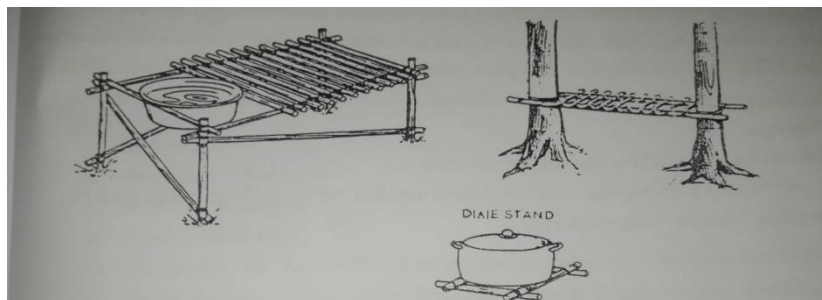
## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรมความถูกต้อง และความรวดเร็วในการประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

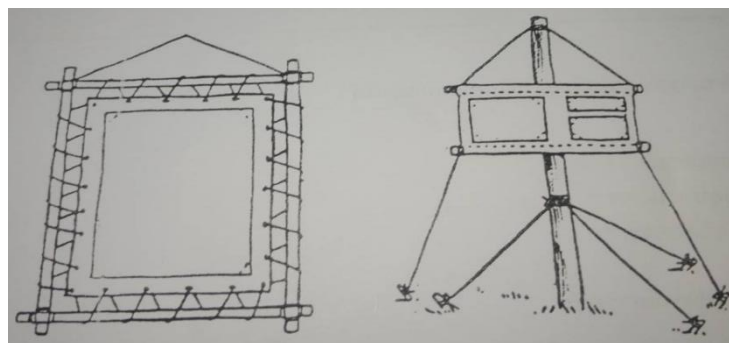
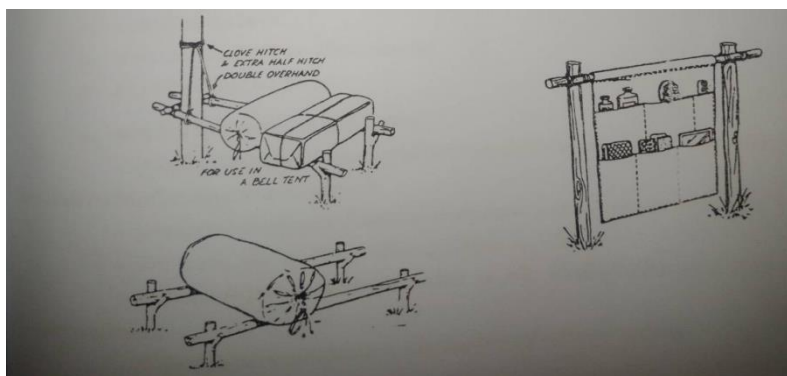
แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
 รุ่งกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
 เรื่อง การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

สาระสำคัญ

1. ที่วางอุปกรณ์การครัว



2. ที่วางอุปกรณ์ต่าง ๆ



3. การทำที่ติดประกาศ

ผลการเรียนรู้

เพื่อให้สามารถประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรมได้

## คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. ใฝ่เรียน
2. มุ่งมั่นในการทำงาน
3. อยู่อย่างพอเพียง

## สาระการเรียนรู้

1. การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. ให้แต่ละหมู่ช่วยกันทำของใช้ในค่ายพักแรม จากตัวอย่าง
3. หัวหน้าหมวดตรวจความถูกต้อง และให้คะแนนความถูกต้อง และความรวดเร็วเพื่อเป็นการแข่งขัน
4. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. การประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรมความถูกต้อง และความรวดเร็วในการประดิษฐ์ของใช้ในค่ายพักแรม

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน การจัดบ้านให้ถูกสุขลักษณะ**

**สาระสำคัญ**

ดูแลที่อยู่อาศัย และบริเวณที่อยู่อาศัย

ที่อยู่อาศัยของคนเรามีความสำคัญต่อชีวิตประจำวัน ซึ่งใช้เป็นที่กินอยู่ พักผ่อน และนอน เขตอาศัยแบ่งออกเป็น 2 เขต คือ ตัวบ้าน และบริเวณบ้าน

ตัวบ้าน คือ สถานที่เราอาศัย หลบแดดหลบฝน ประกอบอาหาร พักผ่อน หลับนอน และป้องกันอันตรายจากภายนอก ลักษณะของบ้านอาจแตกต่างกันตามฐานะ ความเป็นอยู่ของแต่ละครอบครัว บางครอบครัวมีฐานะดีมีเงินมากก็จะสร้างบ้านใหญ่โตหรูหรา บางครอบครัวมีฐานะปานกลางอาจจะสร้างโดยไม่ใฝ่มาจาก แต่บ้านก็มีความหมายเหมือนกัน คือ ที่อยู่อาศัย ซึ่งเราแบ่งออกเป็นสัดส่วนได้ดังนี้ คือ

1. ห้องนอน
2. ห้องรับแขก – ห้องพักผ่อน
3. ห้องครัว – ห้องอาหาร
4. ห้องน้ำ – ห้องส้วม

บริเวณที่อยู่อาศัย คือ สถานที่บริเวณอาณาเขตพื้นที่ตั้งของตัวอาคารซึ่งแบ่งออกเป็นสัดส่วนได้ ดังนี้ คือ

1. รั้วบ้าน ซึ่งกั้นอาณาเขตของบริเวณบ้าน
2. บ่อน้ำ (ในชนบท) หรือแท้งค์เก็บน้ำ
3. บ่อซึมรับน้ำโสโครก
4. หลุมขยะ และสิ่งปฏิภูม(ถังรองรับขยะ)
5. สวนครัว และแปลงไม้ดอก

1. การรักษาความสะอาดในห้องนอน

- ควรเก็บเครื่องนอน และเครื่องใช้ในการนอนให้เรียบร้อยทุก ๆ เช้า เมื่อตื่นนอน เพราะทำให้ห้องนอนเป็นระเบียบเรียบร้อยและสะอาดตา

- ควรเปิดหน้าต่างในห้องนอนตอนเช้ารับแสงแดด และปิดกั้นฝุ่นละอองในตอนบ่าย

- เก็บ กวาด เช็ด ถู ห้องอย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 ครั้ง

- เครื่องนอนควรนำออกผึ่งแดดอาทิตย์ละ 1 ครั้ง ควรซักผ้าปูที่นอนทุกอาทิตย์ เพื่อความสะอาดไม่เกิดการหมักหมม

- ถ้ามีผู้ป่วยควรแยกห้องนอน เพื่อป้องกันการติดต่อโรคจากผู้ป่วย

2. การรักษาความสะอาดห้องรับแขก ห้องพักผ่อน

ควรเช็ดถูปิดกวาดทุกวัน หรืออย่างน้อยวันเว้นวัน เครื่องใช้ในห้องรับแขก เช่น กล้องบูหรี่ เขียนหมาก และหนังสืออ่านเล่น ต่าง ๆ ควรจัดให้เป็นระเบียบเสมอทุกวัน ๆ เช้า

3. การรักษาความสะอาดห้องครัว

ห้องครัวมีความสำคัญที่สุดในบ้านของเรา เพราะใช้เป็นสถานที่ประกอบอาหารบริโภคทุกวัน หากครอบครัวใดมีห้องครัวที่ไม่สะอาดและไม่เป็นระเบียบ ย่อมทำให้เกิดโรคทางเดินอาหารเจ็บป่วย ผู้บริโภคก็จะได้รับเชื้อและเป็นโรคได้

ก่อนปรุงอาหารควรล้างมือ และเปลี่ยนเครื่องแต่งกายที่สกปรกหลังจากประกอบธุรกิจการงานออกเสียก่อน และถ้าสงสัยว่าตนป่วยเป็นโรคทางเดินอาหาร เช่น ท้องร่วง บิด หรือมีอาการไอเรื้อรัง ไม่ควรเป็นผู้ปรุงอาหาร ควรให้ผู้อื่นปรุงแทน

อาหารสดควรล้างให้สะอาดเสียก่อนที่จะลงมือปรุงอาหาร

เมื่อปรุงอาหารเสร็จแต่ละอย่างควรเก็บใส่ตู้ หรือครอบด้วยฝาซีกันแมลงวัน ถ้าขามที่จะใช้ใส่อาหารที่ปรุงแล้วต้องสะอาด

เมื่อรับประทานอาหารเสร็จ ควรล้างภาชนะหุงต้ม ถ้วยชามให้สะอาดแล้วคว้าวินาทีที่จัดไว้ให้เป็นระเบียบ

เอาอาหารหรือขยะให้เก็บใส่ถังให้มิดชิด หรือใส่ถุงพลาสติก เพื่อขจัดต่อไป

หลังจากเสร็จธุระกิจในครัวทุกครั้ง ถ้าตรวจดูเตาไฟ และบริเวณทั่วไปภายในครัวให้เรียบร้อยควรจัดทำความสะอาดในบริเวณห้องครัว เต้าไฟ และภาชนะหุงต้ม ตลอดจนพื้นครัวให้สะอาด อย่างน้อยอาทิตย์ละ 1-2 ครั้ง

#### 4. การรักษาความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม

ควรทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วมทุกวัน ถังน้ำควรมีฝาปิด เพื่อไม่ให้เป็นที่เกิดของยุง จัดอุปกรณ์ในห้องน้ำ ให้เป็นระเบียบหลังจากใช้ควรเช็ดน้ำให้แห้ง

### ผลการเรียนรู้

1. ให้สามารถจัดบ้านเรือนให้น่าอยู่ ถูกสุขลักษณะ และประหยัด
2. ให้รู้จักหน้าที่และมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. มีจิตสาธารณะ

### สาระการเรียนรู้

1. ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน การจัดบ้านให้ถูกสุขลักษณะ

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. อธิบายประกอบการซักถามเรื่องห้องต่าง ๆ ในบ้านควรรักษาความสะอาดอย่างไร
3. เล่นเกมช่วยงานบ้าน ให้รวบรวมรูปภาพ เครื่องมือทำความสะอาดในบ้าน เช่น ที่ข้อนผง เครื่องดูดฝุ่น ไม้กวาด ยาทำความสะอาด แปรง ฯลฯ ประมาณ 20 ชิ้น เอาภาพติดกระดาษแข็ง แล้วใส่ในถุงกระดาษ ให้

สมาชิกนั่งเป็นวงกลมร้องเพลง ขณะผ่านถุงกระดาษไปรอบ ๆ หัวหน้าหมวดทำสัญญาณหยุดเพลง สมาชิกที่มีถุงกระดาษในมือต้องหยิบภาพจากในถุงออกมา 1 ภาพ แสดงวิธีใช้เครื่องมือนั้นอย่างถูกต้อง

4. หัวหน้าหมวดเพิ่มเติมการทำความสะอาดห้องต่าง ๆ ภายในบ้าน
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. เกมช่วยงานบ้าน
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การครัว**

**สาระสำคัญ**

1. การจัดรายการอาหารของครอบครัว ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้ คือ
  - 1.1 จำนวนคนในครอบครัว
  - 1.2 คุณค่าทางอาหาร
  - 1.3 รสชาติ
  - 1.4 ไม่ฟุ่มเฟือย หรือประหยัดจนเกินไป
  - 1.5 สะอาด
2. การเก็บอาหาร การเก็บอาหารบางอย่างจะเก็บได้เพียงระยะหนึ่ง เช่น ข้าวสาร หอม กระเทียม น้ำปลา และผักสด ควรเก็บอาหารเหล่านี้ให้พ้นจากสัตว์ เช่น หนู จิ้งจก มด แมลงสาบ และแมลงวัน ดังนั้นจึงควรรู้จักเก็บอาหาร ดังนี้
  - 2.1 ข้าวสารควรใส่ถังไม้ หรือถังสังกะสีมีฝาปิด
  - 2.2 หอม กระเทียม ควรใส่ตะกร้าที่มีช่องให้อากาศถ่ายเทได้
  - 2.3 ผักสด เก็บในที่ที่มีคอนข้างเย็น มีลมโกรก หรือใส่กล่องพลาสติกเข้าตู้เย็น
  - 2.4 ผลไม้สด ควรเก็บในที่ที่มีอากาศค่อนข้างเย็น หรือในตู้ลวดโปร่ง หรือชั้นที่ไม่โปร่ง
  - 2.5 เนื้อสัตว์สด ล้างใส่กล่องพลาสติกเข้าช่องแช่แข็ง
3. การถนอมอาหาร อาหารบางอย่างอาจเก็บไว้รับประทานได้นาน ๆ โดยวิธีแบบทำแห้ง แบบใส่เกลือ แบบย่างรมควัน แบบแช่ซิม เป็นต้น

**ผลการเรียนรู้**

1. ให้สามารถประกอบอาหารรับประทานในครอบครัวได้
2. รู้จักเก็บและถนอมอาหารบางอย่าง

**คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มีจิตสาธารณะ

**สาระการเรียนรู้**

1. ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การครัว

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. เล่นเกม “ต่อชื่ออาหาร” คนที่หนึ่งจะบอกชื่ออาหาร ผลไม้ หรือผัก ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม คนที่สองต้องบอกชื่ออาหาร ผลไม้ หรือผัก ที่เริ่มต้นด้วยพยัญชนะพยางค์สุดท้ายของอาหารที่คนที่หนึ่งบอกไว้และต่อไปเรื่อย ๆ เช่น คนที่หนึ่ง บอกชื่อ ส้มตำ คนที่สองต้องบอก ตำส้ม
3. หัวหน้าหมวดซักถามเกี่ยวกับการประกอบอาหารในครอบครัวของสมาชิก แล้วให้เล่าให้เพื่อนฟัง
4. จัดเมนูอาหารใน 1 วัน แล้วนำมาวิจารณ์ว่าอาหารนั้นมีคุณค่า หรือเหมาะสมประการใด
5. หัวหน้าหมวดอธิบายประกอบการซักถามเกี่ยวกับอาหารที่จะเก็บไว้รับประทานนาน ๆ ว่าควรทำอย่างไร
6. หัวหน้าหมวดสรุป
7. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. เกม “ต่อชื่ออาหาร”
2. จัดเมนูอาหารใน 1 วัน แล้วนำมาวิจารณ์คุณค่า
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม



แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์  
รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์  
เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การเย็บปักถักร้อย

---

**สาระสำคัญ**

ประโยชน์ของการเย็บปักถักร้อยเป็น

1. ประหยัดรายจ่าย
2. ช่วยตนเองและครอบครัวได้เมื่อถึงความจำเป็น
3. มีเครื่องใช้และเสื้อผ้าที่เกิดจากความคิด
4. เกิดความภาคภูมิใจ

สิ่งที่ผู้บำเพ็ญประโยชน์ควรทำได้

1. การเย็บมือ เย็บจักร
2. รู้จักวิธีซ่อมแซมเสื้อผ้า เครื่องใช้ เช่น วิธีปะผ้า เย็บ ตะเข็บต่าง ๆ
3. เย็บเสื้ออยู่กับบ้านหรือเย็บชุดนอนได้
4. ทำรังกระดุมได้
5. รู้จักสอยผ้า
6. เปลี่ยนซิปได้
7. ปักอักษรและเลขประจำตัวเครื่องแบบได้
8. ถักโครเช่เป็น
9. ถักแทตเป็น
10. ถักไหมพรมได้
11. ร้อยพวงมาลัย
12. จัดแจกันดอกไม้

**ผลการเรียนรู้**

ให้มีความรู้ความสามารถในการเย็บปักถักร้อยแบบง่าย ๆ

**คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. ใฝ่เรียนรู้
2. มุ่งมั่นในการทำงาน
3. อยู่อย่างพอเพียง

## สาระการเรียนรู้

1. ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การเย็บปักถักร้อย

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดนำของจริงมาให้ดู เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ ผ้าปูโต๊ะ
3. แนะนำอุปกรณ์ที่จะใช้ในการทำของใช้นั้น ๆ ให้สมาชิกเลือกทำตามที่ตนสนใจ

## สื่อ – อุปกรณ์

1. ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ ผ้าปูโต๊ะ

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การเลี้ยงดูเด็ก**

**สาระสำคัญ**

ตารางเลี้ยงดูเด็กอายุ 2 – 5 ขวบ ภายใน 1 วัน  
 เด็กอายุ 2 – 5 ขวบ เป็นเด็กเล็ก พี่เลี้ยงต้องเอาใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิด ให้อาหารสายตามิได้ อาจเกิดอันตรายขึ้น  
 ตารางเลี้ยงดูเด็กแต่ละวัน

6.00 น. เด็กตื่นนอน ล้างหน้าและอาบน้ำ ระวังอย่าให้น้ำเข้าปาก จมูก ทำให้สำลัก จะเป็นหวัด และน้ำ  
 เข้าหูทำให้หูน้ำหนวก

7.00 น. อาหารเช้า ดูแลให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ได้แก่ ไข่ ผัก ต่อจากนั้นเด็กก็จะเล่นตาม  
 ความพอใจ ระวังอย่าให้เด็กเกิดอันตรายจากการเล่น

10.00 น. เด็กควรรับประทานอาหารว่าง หลังจากนั้นถ้าเด็กอายุ 2 – 3 ขวบจะนอนพักก่อน

11.00 น. อาหารกลางวันต้องมีคุณค่าเช่นกัน

13.00 น. เด็กจะนอนกลางวันประมาณ 2 ชั่วโมง ก่อนนอนอาจอาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้า

15.00 น. ตื่นนอนแล้วให้รับประทานอาหารว่าง แล้วปล่อยให้เล่น หรือพี่เลี้ยงจะเล่านิทานให้ฟังก็ได้

17.00 น. อาบน้ำ เปลี่ยนเครื่องแต่งตัวใหม่ รับประทานอาหารเย็น

19.00 น. นอน

ผู้บำเพ็ญประโยชน์ควรศึกษาวิธีการเลี้ยงดูเด็ก เพื่อรู้จักเลี้ยงดูน้อง เป็นการแบ่งเบาภาระของพ่อแม่อีก  
 ประการหนึ่งในช่วงเวลาปิดภาคเรียน ผู้บำเพ็ญประโยชน์อาจช่วยเหลือครอบครัวข้างบ้านเลี้ยงดูเด็ก ได้กุศล และ  
 เพิ่มพูนรายได้ด้วย

**ผลการเรียนรู้**

ให้มีความรู้ความสามารถในการเลี้ยงดูเด็กเพื่อแบ่งเบาภาระของครอบครัว

**คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. มีจิตสาธารณะ

## สาระการเรียนรู้

1. ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การเลี้ยงดูเด็ก

## กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดอธิบายประกอบการซักถามการเลี้ยงดูเด็ก 2 – 5 ขวบ ให้เห็นความสำคัญ ผู้บำเพ็ญประโยชน์ มีน้องเล็กอยู่ในบ้าน ให้บิดามารดาเลี้ยงน้องนั้น
3. แบ่งงานให้แต่ละหมู่ไม่ซ้ำกัน เช่น หมู่ที่ 1 คิตรายการอาหารสำหรับเด็ก หมู่ที่ 2 คิดเกมให้เด็ก หมู่ที่ 3 หาเพลงประกอบท่าทางสำหรับเด็ก หมู่ที่ 4 คิดประดิษฐ์ของเล่นสำหรับเด็กแล้วสาธิตให้เพื่อนดู
4. หัวหน้าหมวดสรุป
5. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## สื่อ – อุปกรณ์

1. รายการอาหารสำหรับเด็ก คิดเกมให้เด็ก เพลงประกอบท่าทางสำหรับเด็ก ประดิษฐ์ของเล่นสำหรับเด็ก
2. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

## การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

**แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : ผู้บำเพ็ญประโยชน์**  
**รุ่นกลาง ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 โปรแกรม การบำเพ็ญประโยชน์**  
**เรื่อง ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การประหยัดและการใช้จ่ายในครอบครัว**

**สาระสำคัญ**

การประหยัดเงิน

1. ให้แบ่งรายได้ออกเป็น 4 ส่วน ให้เก็บไว้ 1 ส่วน เพื่อจะได้ใช้จ่ายในคราวจำเป็น
2. ต้องรู้รายได้ของครอบครัว เพื่อจะจัดรายจ่ายได้สมดุล
3. การจะซื้อของในห้างสรรพสินค้า ควรคิดให้รอบคอบ อย่าตัดสินใจเร็วเพราะเห็นแก่ของแถม หรือ การ

จัดขายที่ดึงดูดใจ

4. ถึงแม้ว่าครอบครัวจะมีรายได้สูง ก็สมควรที่จะเก็บสะสมรายได้เพื่ออนาคต
5. ให้ทำบัญชีรายรับ – รายจ่ายส่วนตัว ทุกวัน

การใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ เป็นการประหยัดเวลา

ผู้บำเพ็ญประโยชน์ควรรู้จักแบ่งเวลาภายใน 1 วัน ให้ถูกต้องเหมาะสม ได้แก่

- มีเวลาศึกษาเล่าเรียนในชั้นเรียน
- มีเวลาศึกษาเล่าเรียนตามลำพัง
- มีเวลาพักผ่อนให้พอเพียง เพื่อความเจริญเติบโตของร่างกาย
- รับประทานอาหารให้ตรงเวลา
- ทำงานอดิเรกตามความพอใจ
- มีเวลาให้ครอบครัวให้เพื่อนตามความเหมาะสม

การยืดอายุการใช้งานของเครื่องใช้ต่าง ๆ

สิ่งของเครื่องใช้ทุกอย่างมีราคา และมีความจำเป็นจึงได้ซื้อหามาใช้งาน เราควรถนอมระมัดระวัง

ดังต่อไปนี้

1. เก็บของให้เป็นที่เพื่อจะได้นำมาใช้ในคราวต่อไป
2. ถ้าเป็นเครื่องมือต้องทำความสะอาด เช่น เช็ดน้ำมันกันสนิมก่อนเก็บ
3. ควรศึกษาวิธีใช้เพื่อไม่ใช้ผิดใช้ถูก
4. ถ้าชำรุดต้องซ่อมแซม

**ผลการเรียนรู้**

1. ให้รู้จักการวางแผนใช้จ่ายอย่างฉลาด
2. เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตต่อไปข้างหน้า
3. สามารถแนะนำสมาชิกในครอบครัว หรือบุคคลอื่นให้มีความเข้าใจในการดำเนินการปรับปรุง

บ้านเรือนได้

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. อยู่อย่างพอเพียง
2. มีจิตสาธารณะ

### สาระการเรียนรู้

1. ความรู้เกี่ยวกับงานบ้าน – การประหยัดและการใช้จ่ายในครอบครัว

### กิจกรรม

1. เปิดชุมนุม
2. หัวหน้าหมวดอธิบายความสำคัญของการประหยัด เงินประหยัดเวลา และการยืดอายุการใช้งานของเครื่องใช้
3. ให้ฝึกทำบัญชีรับ – จ่าย ประจำวัน
4. ให้เขียนตารางเวลาของตนเองแต่ละวันว่าทำอะไรบ้าง
5. หัวหน้าหมวดสรุป
6. ปิดชุมนุมร้องเพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### สื่อ – อุปกรณ์

1. บัญชีรับ – จ่าย ประจำวัน
2. ตารางเวลาของตนเองแต่ละวัน
3. เพลง “เสร็จหนึ่งวัน/Taps”

### การวัดและประเมินผล

สังเกตจากการเข้าร่วมและการทำกิจกรรม

