

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือวิจัย

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรื่อง การพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะ
การคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย

1. อาจารย์ดร.อมรรัตน์ สร้อยสังวาล อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผล
2. อาจารย์ดร.กฤษฎา วรพิน อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
3. อาจารย์ดร.ณัฐกร ดวงพระเกษ อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

ที่ ศธ ๐๕๕๕.๑๑/ว๔๔๗



คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
๗๖๐๐๐

๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.อมรรัตน์ สร้อยสังวาลย์

ด้วย นางสาวพิมพ์ชญา ทาระชัย รหัสนักศึกษา ๕๗๔๑๔๗๐๐๖ เป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย” โดยมี อาจารย์ ดร.ยุพิน ยินยง เป็นประธานที่ปรึกษา ได้รับอนุมัติหัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์แล้วนั้น

ในการนี้ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยญา ทองนิล)
คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

สำนักงานคณบดี

โทร. ๐๓๒-๗๐๘-๖๒๑๑

ที่ ศธ ๐๕๕๕.๑๑/ว๔๔๗



คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
๗๖๐๐๐

๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.กฤษฎา วรพิน

ด้วย นางสาวพิมพ์ชชา ทาระชัย รหัสนักศึกษา ๕๗๙๑๙๗๐๐๖ เป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย” โดยมี อาจารย์ ดร.ยุพิน ยืนยง เป็นประธานที่ปรึกษา ได้รับอนุมัติหัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์แล้วนั้น

ในการนี้ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัญญา ทองนิล)
คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

สำนักงานคณบดี

ที่ ศธ ๐๕๕๕.๑๑/ว๔๔๗



คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
๗๖๐๐๐

๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ณัฐกร ดวงพระเกษ

ด้วย นางสาวพิมพ์ชชา ทาระชัย รหัสนักศึกษา ๕๗๔๑๙๗๐๐๖ เป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย” โดยมี อาจารย์ ดร.ยุพิน ยืนยง เป็นประธานที่ปรึกษา ได้รับอนุมัติหัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์แล้วนั้น

ในการนี้ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ในทางวิชาการเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัยในการทำวิทยานิพนธ์ ทั้งนี้ นักศึกษาได้ส่งต้นฉบับโครงร่างวิทยานิพนธ์มาเพื่ออ่านและพิจารณาประกอบไปด้วยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยญา ทองนิล)
คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

สำนักงานคณบดี
โทร. ๐๓๒-๗๐๘-๖๒๑

การวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือวิจัย

ตารางที่ 19 ค่าดัชนีความสอดคล้องจากการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้อง

ของชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน

ข้อที่	รายการประเมิน	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			รวม	ค่า IOC	สรุปผล
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1	เนื้อหาในกิจกรรมมีความสอดคล้องกับหลักสูตร	+1	+1	+1	3	1.00	มีความสอดคล้อง
2	กิจกรรมมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้	+1	0	+1	2	0.67	มีความสอดคล้อง
3	กิจกรรมในชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำเป็นไปตามลำดับขั้นของการเรียนรู้จากง่ายไปหายาก	+1	+1	+1	3	1.00	มีความสอดคล้อง
4	กิจกรรมแต่ละกิจกรรมส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์	+1	+1	+1	3	1.00	มีความสอดคล้อง
5	ชุดกิจกรรมที่ 1 สอดคล้องกับการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์	0	+1	+1	2	0.67	มีความสอดคล้อง
6	ชุดกิจกรรมที่ 2 สอดคล้องกับการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์	+1	0	+1	2	0.67	มีความสอดคล้อง
7	ชุดกิจกรรมที่ 3 สอดคล้องกับการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์	+1	+1	+1	3	1.00	ความสอดคล้อง
8	ชุดกิจกรรมที่ 4 สอดคล้องกับการส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์	0	+1	+1	2	0.67	ความสอดคล้อง

ตารางที่ 19 (ต่อ)

ข้อที่	รายการประเมิน	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			รวม	ค่า IOC	สรุปผล
		คนที่ ที่ 1	คนที่ ที่ 2	คนที่ ที่ 3			
9	คำชี้แจงในกิจกรรมมีความชัดเจน เข้าใจง่าย	0	+1	+1	2	0.67	มีความ สอดคล้อง
10	ใช้สื่อและอุปกรณ์ที่มีความเหมาะสม	+1	+1	+1	3	1.00	มีความ สอดคล้อง
11	เนื้อหาในแต่ละกิจกรรมมีความ เหมาะสม	+1	+1	0	2	0.67	มีความ สอดคล้อง
12	เนื้อหาในชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ มี ความเหมาะสมกับวัยของเด็กปฐมวัย	+1	+1	+1	3	1.00	มีความ สอดคล้อง
13	การจัดกิจกรรมมีความหลากหลาย ครอบคลุม	+1	+1	+1	3	1.00	มีความ สอดคล้อง
14	ขั้นตอนการจัดกิจกรรมน่าสนใจ	+1	+1	+1	3	1.00	มีความ สอดคล้อง
15	เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความ เหมาะสมกับทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์	+1	+1	+1	3	1.00	ความ สอดคล้อง
รวมทุกข้อ						0.87	ความ สอดคล้อง

ตารางที่ 20 ค่าดัชนีความสอดคล้องจากการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้อง
ของแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์
โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน

รายการประเมิน	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			รวม	ค่า IOC	สรุปผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ สอดคล้องกับจุดประสงค์ การเรียนรู้	+1	+1	0	2	0.67	มีความสอดคล้อง
2. คำชี้แจงในแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ชัดเจน เข้าใจง่าย	+1	+1	+1	3	1	มีความสอดคล้อง
3. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ ครอบคลุมสิ่งที่ต้องการวัดผล	+1	0	+1	2	0.67	มีความสอดคล้อง
4. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์ มีความสอดคล้องกับเนื้อหา ในหลักสูตร	+1	+1	+1	3	1	มีความสอดคล้อง
5. เกณฑ์การประเมินมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้ ที่ต้องการวัด	0	+1	+1	2	0.67	มีความสอดคล้อง
6. การกำหนดน้ำหนักของคะแนนในแต่ละข้อมีความเหมาะสม	+1	+1	+1	3	1	มีความสอดคล้อง
รวมทุกข้อ					0.83	มีความสอดคล้อง

ตารางที่ 21 ค่าดัชนีความสอดคล้องจากการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้อง
ของแบบสอบถามความพึงพอใจของเด็กปฐมวัย โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน

รายการประเมิน	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ			รวม	ค่า IOC	สรุปผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3			
1. กิจกรรมมีความสนุกสนานผ่อนคลาย อารมณ์ และกระตุ้นความสนใจ	+1	+1	+1	3	1	มีความ สอดคล้อง
2. กิจกรรมช่วยให้รู้จักอารมณ์ต่างๆ	+1	0	+1	2	0.67	มีความ สอดคล้อง
3. กิจกรรมช่วยฝึกทักษะวิธีการควบคุม อารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น	0	+1	+1	2	0.67	มีความ สอดคล้อง
4. ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำช่วยส่งเสริม และพัฒนาการควบคุมอารมณ์ให้ดีขึ้น	+1	+1	+1	3	1	มีความ สอดคล้อง
รวมทุกข้อ					0.83	มีความ สอดคล้อง

ตารางที่ 22 ผลคะแนนการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์
ทดลองแบบเดี่ยว

ข้อ	แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์	คะแนนเต็ม	รวม	เฉลี่ย	ร้อยละ
1	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา	15	45	10	72
2	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้	15	45	11	80
3	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส	15	45	13	86.67
4	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสัน	15	45	15	100
รวมคะแนน		15	180	12.25	81.67
คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมพัฒนาการทักษะ การคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์		15	180	12.08	80.53

ตารางที่ 23 ผลคะแนนการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมร้องเล่นเล่นทำการควบคุมอารมณ์
ทดลองแบบกลุ่ม

ข้อ	แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์	คะแนนเต็ม	รวม	เฉลี่ย	ร้อยละ
1	ชุดกิจกรรมร้องเล่นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา	15	135	10	72
2	ชุดกิจกรรมร้องเล่นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้	15	135	11	80
3	ชุดกิจกรรมร้องเล่นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส	15	135	13.11	87.60
4	ชุดกิจกรรมร้องเล่นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสัน	15	135	15	100
รวมคะแนน		15	135	12.28	81.85
คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์		15	540	12.17	81.13

ตารางที่ 24 ผลคะแนนการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์
ทดลองแบบภาคสนาม

ข้อ	แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์	คะแนนเต็ม	รวม	เฉลี่ย	ร้อยละ
1	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา	15	135	10.67	71.13
2	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้	15	135	11.25	75
3	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส	15	135	12.25	81.67
4	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสันทัน	15	135	15	100
รวมคะแนน		15	135	12.29	81.94
คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์		15	540	12.25	81.67

ตารางที่ 25 ผลคะแนนการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์
ก่อนเรียนและหลังเรียนของเด็กปฐมวัย กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 12 คน

เลขที่	คะแนนก่อนเรียน				คะแนนเต็ม	คะแนนหลังเรียน				คะแนนเต็ม
	ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4		ชุดที่ 1	ชุดที่ 2	ชุดที่ 3	ชุดที่ 4	
	15	15	15	15		15	15	15	15	
1	5	7	9	11	8	10	10	11	15	11.5
2	5	8	9	11	8.25	10	10	11	15	11.5
3	5	8	9	11	8.25	10	10	12	15	11.75
4	5	7	9	11	8	10	10	11	15	11.5
5	5	10	12	14	10.25	11	12	14	15	13
6	5	7	10	11	8.25	11	11	12	15	12.25
7	5	10	10	11	9	11	11	12	15	12.25
8	5	9	11	12	9.25	11	12	12	15	12.5
9	5	8	11	11	8.75	11	11	11	15	12
10	5	10	12	13	10	11	12	13	15	12.75
11	5	10	12	14	10.25	11	13	14	15	13.25
12	5	10	12	14	10.25	11	13	14	15	13.25
รวม					108.5	รวม				147.5
เฉลี่ย					9.04	เฉลี่ย				12.29
ร้อยละ					60.27	ร้อยละ				81.94

ตารางที่ 26 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบคะแนนก่อนใช้และหลังใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ
ตามแนวคิดจิตตปัญญา เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์
สำหรับเด็กปฐมวัย และค่า T-Test dependent

t-test

Paired Samples

Statistics

		Mean	N	Std. Deviation
Pair 1	Pre-test	9.04	12	0.93
	Posttest	12.29	12	0.66

Paired Samples

Test

		Paired Differences			t	df	Sig.(2-tailed)	Sig.(1-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean				
Pair 1	Pre-test							
	Posttest	3.25	0.35	0.10	31.8434	11	0.0000	0.0000

ตารางที่ 27 ผลการวิเคราะห์แบบสอบถามความพึงพอใจของเด็กปฐมวัยที่มีต่อชุดกิจกรรม
ร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา

ลักษณะของชุดกิจกรรม	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับ คุณภาพ
1. กิจกรรมมีความสนุกสนานผ่อนคลายอารมณ์ และกระตุ้นความสนใจ	3.00	0.00	มาก
2. กิจกรรมช่วยให้รู้จักอารมณ์ต่างๆ	2.83	0.37	มาก
3. กิจกรรมช่วยฝึกทักษะวิธีการควบคุมอารมณ์ ตนเองได้ดีขึ้น	2.83	0.37	มาก
4. ชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามช่วยส่งเสริมและ พัฒนาการควบคุมอารมณ์ให้ดีขึ้น	2.92	0.28	มาก
รวม	2.90	0.26	มาก

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความร่วมมือเก็บข้อมูลวิจัย

ที่ ศธ ๐๕๕๕.๑๑/๐๕๒



คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
๗๖๐๐๐

๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นักศึกษาเก็บข้อมูลการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสำโรง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

จำนวน ๑๒ ฉบับ

ด้วย นางสาวพิมพ์ชชา ทาระชัย รหัสนักศึกษา ๕๗๙๑๙๗๐๐๖ เป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาชุดกิจกรรมร้องเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญาเพื่อส่งเสริมทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย” โดยมีอาจารย์ ดร.ยุพิน ยืนยง เป็นประธานที่ปรึกษา ได้รับอนุมัติ หัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์แล้วนั้น

ในการนี้ นักศึกษาได้ดำเนินการถึงขั้นเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน อนุญาตให้นักศึกษาได้เก็บข้อมูล และขอสัมภาษณ์เพื่อการวิจัยกับบุคลากรในหน่วยงานของท่าน ซึ่งผลการเก็บ ข้อมูลดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิญา ทองนิล)
คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

สำนักงานคณบดีคณะครุศาสตร์
โทร. ๐๓๒-๗๐๘-๖๒๑

ภาคผนวก ค

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตตปัญญา

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ



การควบคุมอารมณ์ หน่วยเรียนรู้ตัวเรา

สำหรับนักเรียนชั้นอนุบาลปีที่ 2



นางสาวพิมพ์ชษา ทาระชัย ครูโรงเรียนบ้านลำโพง

คำนำ



การจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา เพื่อส่งเสริมพัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย มีเนื้อหาเป็นเล่มตามลำดับก่อนหลังอย่างเหมาะสม มีจำนวน 4 ชุดดังนี้

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสันทัน

ผู้วิจัยหวังว่าชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ นี้จะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและครูสอนสามารถนำไปพัฒนาการเรียนการสอนให้บรรลุวัตถุประสงค์ของหลักสูตรที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและยังพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนให้สูงขึ้นด้วย

พิมพ์ชชา ทาระชัย

สารบัญ

เนื้อหา	หน้า
คำแนะนำสำหรับ	1
ครูผู้สอน.....	
คำแนะนำสำหรับเด็ก	2
ปฐมวัย.....	3
รายการชุดกิจกรรมร้องเล่นเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์ ชุดที่ 1-4	
ชุดกิจกรรมร้องเล่นเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์	
ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา.....	5
กิจกรรมที่ 1.1 เรียนรู้ร่างกาย เรียนรู้อารมณ์.....	8
กิจกรรมที่ 1.2 สงบสติ สงบอารมณ์.....	27
กิจกรรมที่ 1.3 แปรงร่างกายตามอารมณ์.....	43
กิจกรรมที่ 1.4 ควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง.....	59
กิจกรรมที่ 1.5 อารมณ์ดีร่างกายแข็งแรง.....	71
ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้.....	84
กิจกรรมที่ 2.1 หนูน้อยไหว้งาม มารยาทดี.....	88
กิจกรรมที่ 2.2 หนูน้อยมีมารยาทการพูดและการฟัง.....	106
กิจกรรมที่ 2.3 หนูน้อยมีมารยาทในการรับประทานอาหาร.....	124
กิจกรรมที่ 2.4 หนูน้อยมีมารยาทการเดิน การขึ้น การนั่ง.....	142
กิจกรรมที่ 2.5 หนูน้อยมีมารยาทในการใช้ห้องต่างๆ.....	159
ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส.....	177
กิจกรรมที่ 3.1 สัมผัสบอกความรู้สึก.....	181
กิจกรรมที่ 3.2 ดูด้วยตา เห็นถึงอารมณ์.....	199
กิจกรรมที่ 3.3 ฟังด้วยหู รู้อารมณ์.....	216
กิจกรรมที่ 3.4 จมูกดมกลิ่น ผ่อนคลายอารมณ์.....	234
กิจกรรมที่ 3.5 พูดดี อารมณ์ก็ดี.....	252

สารบัญ (ต่อ)

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ การควบคุมอารมณ์

ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสัน	270
กิจกรรมที่ 4.1 สืบถามอารมณ์ความรู้สึก	273
กิจกรรมที่ 4.2 ระบายสีระบายอารมณ์	286
กิจกรรมที่ 4.3 เล่นกับสีควบคุมอารมณ์	300
กิจกรรมที่ 4.4 จัดการอารมณ์ด้วยสี	314
กิจกรรมที่ 4.5 ใช้สีน้ำปรับอารมณ์	326



คำแนะนำสำหรับครูผู้สอน



เพื่อให้การใช้ ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา เพื่อส่งเสริมทักษะ การคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย มีประสิทธิภาพสูงสุด และเด็กปฐมวัย มี พัฒนาทักษะการคิดเชิงบริหาร ด้านการควบคุมอารมณ์ สูงขึ้น ตลอดจนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ ในชีวิตประจำวันได้ ผู้สอนควรปฏิบัติดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดของชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามแนวคิดจิตปัญญา ให้เข้าใจ ก่อนนำ ชุดกิจกรรมไปใช้
2. แจ้งจุดประสงค์และอธิบายตัวอย่างในการฝึกปฏิบัติกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้ผู้เรียน เข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติและเปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัยได้ซักถามข้อสงสัย
3. ผู้สอนควรจัดกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนในแต่ละกิจกรรม และเปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัย ได้แสดงความคิดเห็น และได้ลงมือปฏิบัติจริง โดยมีครูเป็นผู้ชี้แนะและสนับสนุนการเรียนรู้
4. ครูเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์ และกิจกรรมให้พร้อมเพียงพอต่อนักเรียน
5. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ เป็นการประเมินตามจุดประสงค์ของชุดกิจกรรม

คำแนะนำสำหรับนักเรียน

ครูผู้สอนเป็นผู้แนะนำกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ สำหรับเด็กปฐมวัย เพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เด็กปฐมวัยต้องปฏิบัติดังนี้

1. เด็กปฐมวัยเตรียมความพร้อม และร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ
2. เด็กปฐมวัยร่วมเล่าประสบการณ์ การแสดงความรู้สึก การแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออก และยอมรับข้อตกลงเบื้องต้นในการร่วมกิจกรรมต่างๆ
3. เด็กปฐมวัยทุกคนสามารถออกมานำเสนอความคิดรวบยอด หรือเสนอแนะ วิธีการจัดการควบคุมอารมณ์จากประสบการณ์ของตนเองได้



ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์

ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา

- กิจกรรมที่ 1.1 เรียนรู้ร่างกาย เรียนรู้อารมณ์
- กิจกรรมที่ 1.2 สงบสติ สงบอารมณ์
- กิจกรรมที่ 1.3 แปรร่างตามอารมณ์
- กิจกรรมที่ 1.4 ควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง
- กิจกรรมที่ 1.5 อารมณ์ดีร่างกายแข็งแรง

ชุดที่ 2 หน่วยหนูน้อยทำได้

- กิจกรรมที่ 2.1 หนูน้อยไหว้ถาม มารยาทดี
- กิจกรรมที่ 2.2 หนูน้อยมีมารยาทการพูด และการฟัง
- กิจกรรมที่ 2.3 หนูน้อยมีมารยาทในการรับประทานอาหาร
- กิจกรรมที่ 2.4 หนูน้อยมีมารยาทการเดิน การยืน การนั่ง
- กิจกรรมที่ 2.5 หนูน้อยมีมารยาทในการใช้ห้องต่างๆ

ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำการควบคุมอารมณ์

ชุดที่ 3 หน่วยประสาทสัมผัส

- กิจกรรมที่ 3.1 สัมผัสบอกความรู้สึก
- กิจกรรมที่ 3.2 ดูด้วยตา เห็นถึงอารมณ์
- กิจกรรมที่ 3.3 ฟังด้วยหู รู้อารมณ์
- กิจกรรมที่ 3.4 จมูกดมกลิ่น ผ่อนคลายอารมณ์
- กิจกรรมที่ 3.5 พูดยิ้ม อารมณ์ก็ดี

ชุดที่ 4 หน่วยโลกสวยด้วยสีสันทัน

- กิจกรรมที่ 4.1 สีบอกอารมณ์ความรู้สึก
- กิจกรรมที่ 4.2 ระบายสีระบายอารมณ์
- กิจกรรมที่ 4.3 เล่นกับสีควบคุมอารมณ์
- กิจกรรมที่ 4.4 จัดการอารมณ์ด้วยสี
- กิจกรรมที่ 4.5 ปรับอารมณ์ตามสี

ตัวอย่าง
ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำ
การควบคุมอารมณ์
ชุดกิจกรรมที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา



**ผังมโนทัศน์การจัดกิจกรรมร้องเล่นเต้นทำการควบคุมอารมณ์
ชุดที่ 1 หน่วยเรียนรู้ตัวเรา**

กิจกรรมที่ 1.1 เรียนรูปร่างกาย เรียนรู้อารมณ์

กิจกรรมที่ 1.2 สงบสติ สงบอารมณ์

กิจกรรมที่ 1.3 แปรรูปร่างตามอารมณ์

กิจกรรมที่ 1.4 ควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง

กิจกรรมที่ 1.5 อารมณ์ดีร่างกายแข็งแรง

ผังมโนทัศน์การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ 6 กิจกรรมหลัก

1. กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ 20 นาที

1. วงกลมลีลา
2. มีความสุขกับการเดิน
3. เพาะเราชอบเคลื่อนไหว โดยใช้ภาพสื่ออารมณ์
4. ร้องและเดินตามเพลงเป็นจังหวะ เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ตามเสียงดนตรี
5. มือถือไม้ค้ำร้องเพลง เคลื่อนไหวผู้นำ ผู้ตาม ประกอบเพลงออกกำลังกายรับแสงตะวัน

2. กิจกรรมเสริมประสบการณ์ 20 นาที

1. การสนทนาเรื่อง อารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา และความสำคัญของการควบคุมอารมณ์
2. การฝึกสงบสติ สงบอารมณ์ต่างๆ
3. แนะนำวิธีการฝึกควบคุมอารมณ์
4. สนทนาเรื่อง การฝึกควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง
5. สนทนาเรื่องเด็กที่มีอารมณ์ สองจะติดตามไปด้วย

3. กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ 40 นาที

1. การวาดภาพต่อเติมอารมณ์ต่างๆ ของใบหน้า
2. มีติด้านการปั้น การปั้นดินน้ำมันรูปอารมณ์ต่างๆ
3. การฉีกตัดปะ รูปใบหน้าอารมณ์ตัวเอง
4. ออเจ้าสวดยี่สิบสี่สัน การพิมพ์ภาพอารมณ์จากมือ
5. เป่าสีตามอารมณ์

4. กิจกรรมเล่นตามมุม 30 นาที

1. การเล่นตามมุมประสบการณ์
2. นักแสดงหุ่นเชิด การเล่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
3. การแปรร่างตามอารมณ์
4. การเล่นอย่างอิสระตามมุมประสบการณ์
5. แสดงบทบาทสมมติ

5. กิจกรรมกลางแจ้ง 45 นาที

1. ลูกบอลพาเพลิน
2. ละเล่นเป็นวงกลม
3. เล่นทรายตามอารมณ์
4. ผจญภัยดินแดนหรรษา
5. ห่วงอารมณ์

6. กิจกรรมเกมการศึกษา 20 นาที

1. เกมจับคู่อารมณ์
2. เกมภาพตัดต่อ เด็กอารมณ์ดี กับเด็กอารมณ์ไม่ดี
3. บัตรคำศัพท์อารมณ์
4. ปริศนาคำทาย
5. เกมวิ่งเก็บบัตรคำ

กิจกรรมที่ 1.1 เรียนรู้ร่างกาย เรียนรู้อารมณ์

1) กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562

เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
3. สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และคนตรี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและปรบมือเป็นจังหวะ 5 ครั้ง 1-2-3-4-5 ปรบให้ดังกว่านี้ 1-2-3-4-5 และกระโดดไปข้างหน้า 5 ที 1-2-3-4-5 และถอยหลังกลับที่เดิม 1-2-3-4-5 สายสะโพกไปมา 5 ที 1-2-3-4-5 ละหัวเราะดังๆอีก 5 ที 1-2-3-4-5

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ให้เด็กปฐมวัยเคลื่อนไหวร่างกายไปทั่วบริเวณอย่างอิสระตามจังหวะที่ครูเคาะเครื่องดนตรี เมื่อได้ยินสัญญาณ “หยุด” ให้หยุดเคลื่อนไหวในท่ายืนทันที (A)

2. ครูสร้างข้อตกลงว่า เมื่อได้ยินเสียงเพลงดังขึ้นให้จับมือกันเป็นวงกลม พร้อมตั้งชื่อวงกลมว่า วงกลมอารมณ์ดี เมื่อครูเปิดเพลง ให้เด็กปฐมวัยช่วยกันร้องเพลง และแสดงท่าทางประกอบจังหวะ เมื่อเพลงหยุด ให้หยุดเคลื่อนไหว และแสดงอารมณ์ดีใจ ตื่นเต้น สนุกสนาน (ซ้ำ 2) (B)

3. ครูสร้างข้อตกลงว่า ให้เปลี่ยนเป็นวงกลมว่า วงกลมอารมณ์ไม่ดี เมื่อครูเปิดเพลง ให้เด็กปฐมวัยช่วยกันร้องเพลง และแสดงท่าทางประกอบจังหวะ เมื่อเพลงหยุด ให้หยุดเคลื่อนไหว และแสดงอารมณ์ผิดหวังเสียใจ โกรธ (ซ้ำ 2) (C) (D)



กิจกรรมการเรียนรู้

4. ให้เด็กปฐมวัยคลายกล้ามเนื้อ โดยนั่งเหยียดขาและนวดเบาๆ (P)

5. ครู : ถามความรู้สึกลูกปฐมวัยทุกคนว่ารู้สึกอย่างไรกับวงกลมอารมณ์ดี และมีความรู้สึกอย่างไรกับวงกลมอารมณ์ไม่ดี (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันสรุป เสร็จแล้วครูถามความรู้สึกเด็กว่าเป็นอย่างไรบ้าง วงกลมไหนน่าอยู่และสนุกสนานกว่ากัน เพราะอะไร และสรุปการแยกแยะอารมณ์ดี และอารมณ์ไม่ดี

2. ครูสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับ อารมณ์มี 2 ส่วน คือ อารมณ์ดีกับอารมณ์ไม่ดี ร่างกายของคนเราก็แบ่งเป็นอวัยวะภายนอก คืออวัยวะทุกส่วนที่เรามองเห็นและสัมผัสได้ เช่น ศีรษะ เส้นผม ใบหน้า ลำตัว แขน ขา หู ตา จมูก ปาก เป็นต้น ส่วนอวัยวะภายใน คืออวัยวะที่อยู่ข้างในร่างกาย รวมทั้งมีอารมณ์ความรู้สึก เช่น อารมณ์ดี ก็หัวเราะ ยิ้มแย้มแจ่มใส อารมณ์ผิดหวังเสียใจก็ร้องไห้ โวยวาย หน้าเศร้า เป็นต้น

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงอารมณ์ เพลงหากพวกเรากำลังสบาย เพลงธรณีกันแสง
2. เครื่องเคาะจังหวะ

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง ดนตรี
- 1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



เพลง อารมณ์

โกรธเธอแล้วนะ I'm so Angry ฉันเสียใจนะ I'm so sad มีความสุขเมื่อไร I'm
happy อารมณ์ทั้งหลายเราเรียก Emotion

เพลงหากพวกเรากำลังสบาย

หากพวกเรากำลังสบายจง ตบมือ พลัน หากพวกเรากำลังสบายจง ตบมือ พลัน
หากพวกเรากำลังมีสุข หมดความทุกข์ไปแล้วทุกสิ่ง มัวประวิงอะไรกันเล่า จง ตบมือ พลัน
หากพวกเรากำลังสบายกระต๊อบเท้า พลัน หากพวกเรากำลังสบายกระต๊อบเท้า พลัน
หากพวกเรากำลังมีสุข หมดความทุกข์ไปแล้วทุกสิ่ง มัวประวิงอะไรกันเล่า กระต๊อบเท้า พลัน
หากพวกเรากำลังสบายผกหัว พลัน หากพวกเรากำลังสบายผกหัว พลัน
หากพวกเรากำลังมีสุข หมดความทุกข์ไปแล้วทุกสิ่ง มัวประวิงอะไรกันเล่า ผกหัว พลัน
หากพวกเรากำลังสบายจง ส่งเสียงดังพลัน หากพวกเรากำลังสบายจง ส่งเสียงดัง พลัน
หากพวกเรากำลังมีสุข หมดความทุกข์ไปแล้วทุกสิ่ง มัวประวิงอะไรกันเล่า จง ส่งเสียงดังพลัน

ธรณีกันแสง

คำร้อง แก้ว อัจฉริยะกุล

ทำนอง เอื้อ สุนทรสนาน

พลัดพรากจากที่อยู่คนเดียว เปล่าเปลี่ยวฤทัยรอน ขกกรวอนไหว้ฤทัยถอน อ่อนนวยพระ
ธรณี โอ้ออกหนาวร้าวรอนฤดี แม่พระธรณีจงเห็นใจ จนใจเหลือตามจะตามแม่ดู ตัวลูกพลัดคู่
เ็นคู่ต่อไป แม่เอยแม่เห็นดวงใจของลูกผ่านไปทางไหนเล่า นิ่งอยู่ไยหัวใจเศร้า โฉนเล่ามิกเล่า
วจิพระธรณีนั่งอันตื้นตันในฤทัย น้ำค้างพรหมพราวน้ำไปทั่วในพระธรณี สดถวิลเทวทวิ โอ้พระ
ธรณีกรรแสงครวญ ปางลูกทุกข์ฤดีธรณีเศร้าใจ ปางลูกร้องไห้ธรณีให้หวน ออกเอยโสกศัลย์
รัญจวน ร้องไห้คร่ำครวญกำสรวลสวาทโอ้อาลัยหัวใจจะขาด แสนอนาถรักคลาดหายไป



2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
2. ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบจังหวะ เพลง หู ตา จมูก จับให้ ถูก จมูก ตา หู จับใหม่จับให้ฉันดู (ซ้ำ) จับจมูก ตา หู จับหู ตา จมูก (ซ้ำ 2 รอบ)

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครู : เริ่มกิจกรรมด้วยการชวนสนทนาเกี่ยวกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นดีใจ เสียใจ โกรธ ตื่นเต้นกังวล เช่น เมื่อมาโรงเรียนแล้วนำของเล่นชิ้นใหม่มาด้วย และเพื่อนเห็นแล้วเพื่อนอยากจะเล่นบ้างเลยเข้ามาแย่งจนของเล่นหัก เมื่อเด็กปฐมวัยเจอสถานการณ์นี้ รู้สึกอย่างไร และจะแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาอย่างไร และถ้าเกิดขึ้นกับเพื่อนเรา เราจะปลอบเพื่อนอย่างไร ให้เด็กปฐมวัยทุกคนแสดงความคิดเห็นว่า คนละ 1 นาที (A) (B)

2. จากนั้นให้เด็กปฐมวัยจับคู่กันฝึกการควบคุมอารมณ์โดยใช้คำพูดและแสดงสีหน้าท่าทางประกอบ จนครบทุกอารมณ์ (C) (D)

1. แสดงท่าทางดีใจพร้อมพูดว่า ดีใจจังเลย
2. แสดงท่าทางเสียใจพร้อมพูดว่า เสียใจจริงๆ
3. แสดงท่าทางกังวลใจพร้อมพูดว่า ฉันกังวลใจจังเลย
4. แสดงท่าทางโกรธเพื่อนพร้อมพูดว่า ฉันโกรธเธอนะ
5. แสดงท่าทางตื่นเต้นพร้อมพูดว่า ตื่นเต้นจังเลย

กิจกรรมการเรียนรู้

3. ให้เด็กปฐมวัยพูด บอกและแสดงท่าทางที่ละอารมณ์ ตามแผ่นภาพอารมณ์ที่ครูชูขึ้นให้ เช่น ท่าทางตื่นเต้น ท่าทางกังวล ท่าทางเสียใจ ท่าทางดีใจที่ได้ของขวัญจากเพื่อน ท่าทาง รักกัน ท่าทางตกลง และท่าทางโกรธเพื่อน (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า เมื่อเกิดสถานการณ์ต่างๆ เราจะอธิบายความรู้สึก อารมณ์ เป็นคำพูด เมื่อเราเห็นเพื่อนมีความรู้สึกดีใจ หรือเสียใจ เราจะช่วยกอดเพื่อน แสดงความเข้าใจ เพื่อนได้

2. ครูเพิ่มเติมเกี่ยวกับความสำคัญของอารมณ์ความรู้สึก เพราะอารมณ์มีการเชื่อมโยงกับสมอง หากเรามีอารมณ์โกรธ ผิดหวังเสีย เกิดขึ้นบ่อยๆก็จะส่งผลพัฒนาการด้านสติปัญญาตามไปด้วย

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงหู ตา จมูก
2. ตัวเด็ก
3. แผ่นภาพอารมณ์

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
- 1.2 ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

เครื่องมือ

1.แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เนื้อเพลงตา หู จมูก

ตา หู จมูก จับให้ถูก จมูก ตา หู จับใหม่จับให้ฉันดู (ซ้ำ) จับจมูก ตา หู จับหู ตา จมูก



แผ่นภาพอารมณ์



อ้างอิงแหล่งที่มา <https://www.parentsonline.com/learning-with-emotions-of-kids>





3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 40 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและทำท่าทางประกอบ เพลงนับเลข 1234 1234 567 567 มีทั้ง 8 และ 9 10 (ซ้ำ 2 รอบ)

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครู : เตรียมอุปกรณ์กิจกรรมการวาดรูป ได้แก่ แผ่นวาดภาพต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของการแสดงอารมณ์ ดินสอ สีเทียน สีไม้ ยางลบ (A) (B)
2. ครูแนะนำขั้นตอนการวาดภาพต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของการแสดงอารมณ์ มีภาพอารมณ์พร้อมระบายสี ดังนี้ (C) (D)
 1. ต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย อารมณ์ดีใจ
 2. ต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย อารมณ์ผิดหวังเสียใจ
 3. ต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย อารมณ์โกรธ
 4. ต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย อารมณ์ตื่นเต้น
 5. ต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกาย อารมณ์วิตกกังวล



กิจกรรมการเรียนรู้

3. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ และส่งผลงานพร้อมเล่านำเสนอผลงาน (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า การได้วาดภาพระบายสีก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยควบคุมอารมณ์ของเราได้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงนับเลข
2. แผ่นวาดภาพต่อเติมอวัยวะส่วนต่างๆของร่างกายแสดงอารมณ์
3. สีไม้และสีเทียน
4. ดินสอและยางลบ

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
- 1.2 แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

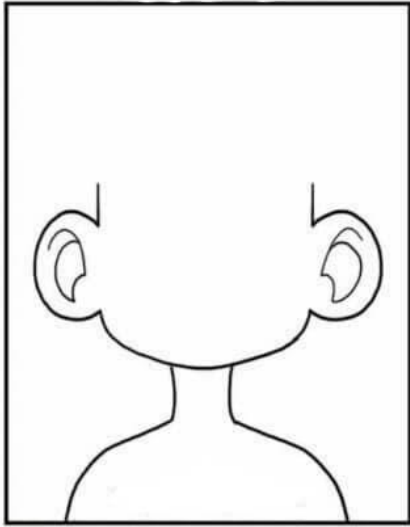
เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

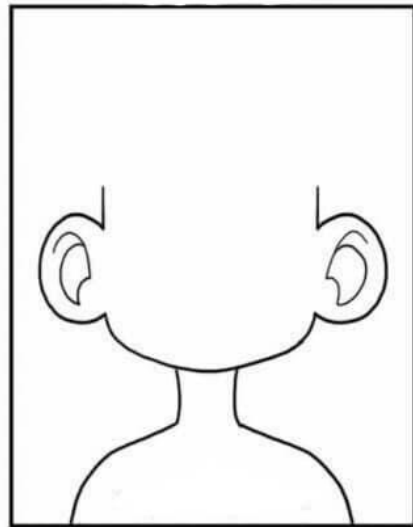


จงภาพวาดต่อเติมอารมณ์ต่างๆ และระบายสีให้สวยงาม

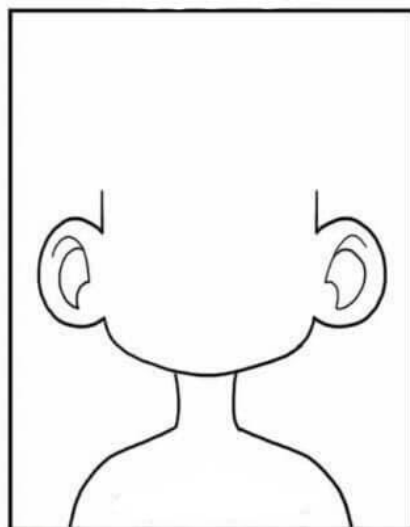
ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....



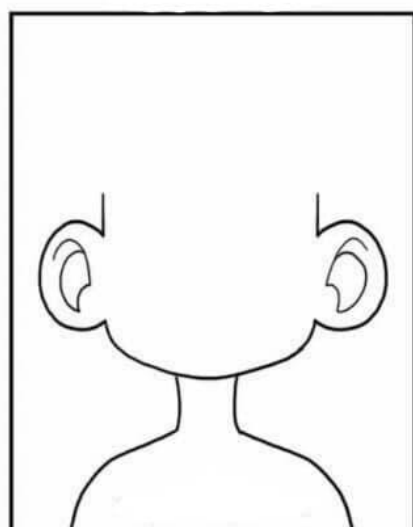
อารมณ์ดีใจ



อารมณ์เสียใจ



อารมณ์โกรธ



อารมณ์ตื่นเต้น



4) กิจกรรมเล่นตามมุม

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยเข้าแถวตอน แล้วทำรหัสซ้ายขวา โดยการปรบมือ 123 ซ้าย (มือขวาชี้ไปทางซ้าย) ปรบมือ 123 ขวา (มือซ้ายชี้ไปทางขวา) ปรบมือ 123 หน้า (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหน้า) ปรบมือ 123 หลัง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหลัง) ปรบมือ 123 บน (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านบน) ปรบมือ 123 ล่าง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านล่าง) ปรบมือ 12 ซ้าย (มือขวาชี้ไปทางซ้าย) ปรบมือ 12 ขวา (มือซ้ายชี้ไปทางขวา) ปรบมือ 12 หน้า (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหน้า) ปรบมือ 12 หลัง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหลัง) ปรบมือ 12 บน (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านบน) ปรบมือ 12 ล่าง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านล่าง) ปรบมือ 1 ซ้าย (มือขวาชี้ไปทางซ้าย) ปรบมือ 1 ขวา (มือซ้ายชี้ไปทางขวา) ปรบมือ 1 หน้า (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหน้า) ปรบมือ 1 หลัง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านหลัง) ปรบมือ 1 บน (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านบน) ปรบมือ 1 ล่าง (มือทั้งสองข้างชี้ไปด้านล่าง) ซ้าย-ขวา หน้า-หลัง บน-ล่าง



กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (20 นาที)

1. เด็กปฐมวัยเลือกกิจกรรมเล่นตามมุมประสบการณ์ ตามความสนใจ เช่น มุมบล็อก มุมเกมการศึกษา มุมดนตรี มุมวิทยาศาสตร์ มุมหนังสือ มุมแสดงบทบาทสมมติ (A) (B) (C) (D)
2. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ และออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึกหลังจากเล่นตามมุมเสร็จ ว่าการเล่นช่วยส่งเสริมหรือควบคุมอารมณ์ตนเองอย่างไร (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกับการเล่นในสิ่งที่ถูกใจ ชอบใจ ก็จะส่งผลให้เด็กปฐมวัยมีอารมณ์ดี เพราะการเล่นทำให้เด็กๆ มีความสุข สนุกสนาน

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. มุมประสบการณ์ในห้องเรียน

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



๕) กิจกรรมกลางแจ้ง

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 45 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลง “ดั่งดอกไม้บาน” 2 รอบ พร้อมแสดงท่าทางประกอบ

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (25 นาที)

1. ครู : อธิบายวิธีการควบคุมอารมณ์แต่ละประเภท โดยการเล่นเกมต่างๆ แต่วันนี้ครูแนะนำการใช้เกมลูกบอลพาเพลิน โดยให้เด็กปฐมวัยไปที่ลานสนามเด็กเล่น แล้วจับมือกันเป็นวงกลมแล้วนั่งลงเพื่อเล่นเกมลูกบอลพาเพลินเกมที่ 1 จากนั้นครูแจกลูกบอล 1 ลูก แล้วส่งลูกบอลให้กันไปเรื่อยๆ ตามเสียงเพลง หากเพลงหยุด ลูกบอลอยู่ที่ใครให้ยืนขึ้น แล้วบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนเองขณะนั้น เช่น ถี่ลูกบอลแล้วพูดว่า ตื่นเต้นจริงจังเลย หรือ พูดว่า กังวลใจจังเลย หรือ พูดว่า ดีใจที่สุดเลย หรือพูดว่า โกรธมากเลย แล้วเดินแสดงท่าทางประกอบจังหวะให้สนุกสนานโดยคิดท่าเดินใหม่ไม่ซ้ำท่ากัน เล่นจนกว่าจะจบเพลง “บั๊กแดงโม” เสร็จแล้วต่อด้วยเกมที่ 2

2. เกมลูกบอลพาเพลินเกมที่ 2 ให้เด็กปฐมวัยเลือกลูกบอลคนละ 1 แล้วโยนลงตะกร้าตั้งอยู่ตรงหน้า ถ้าเด็กปฐมวัยมีอารมณ์โกรธจัด ให้พูดว่า “โกรธมากเลยตอนนี้” แล้วให้โยนลงตะกร้า 5 ครั้ง ถ้าเด็กปฐมวัยมีอารมณ์ผิดหวังเสียใจ ให้พูดว่า “ผิดหวังเสียใจมากเลยตอนนี้” ให้โยนลงตะกร้า 3 ครั้ง ถ้าเด็กปฐมวัยมีอารมณ์ตื่นเต้นกังวลใจ ให้พูดว่า “ตื่นเต้นกังวลมากเลยตอนนี้” ให้โยนลงตะกร้า 3 ครั้ง ถ้าเด็กปฐมวัยมีอารมณ์ตื่นเต้นกังวลใจ ให้พูดว่า “ตื่นเต้นกังวลมากเลยตอนนี้” ให้โยนลงตะกร้า 2 ครั้ง (A) (B) (C) (D)

กิจกรรมการเรียนรู้

3. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ และให้เด็กทุกคนออกมาสะท้อนการเล่นเกลูกบอลพาเพลิน ทั้ง 2 เกมนี้ สามารถช่วยในการควบคุมอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างไรบ้าง (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า เมื่อเรามีอารมณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นเราสามารถนำเกลูกบอลพาเพลินมาเล่น เพื่อเป็นการระบายอารมณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นให้อารมณ์เย็นลง จะช่วยลดการทะเลาะกันในห้องเรียนได้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงดังดอกไม้บาน และเพลงบักเตงโม
2. ลูกบอล
3. กระจก
4. สนามเด็กเล่น
5. คอมพิวเตอร์
6. ลำโพง

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



เพลงดั่งดอกไม้บาน

ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ดั่งดอกไม้บาน.. ภูเขาใหญ่กว้าง.. ดั่งสายน้ำชำระเย็น...
ดั่งนภาอากาศ.. อันบางเบา..

เพลงบักแตงโม

โอ้นั้นมันบักแตงโม โอ้นั้นมันบักส้มโอ โอ้นี้คงเป็นบักพรวน้ำหอม โอ้จักมานูนอง
ตองแท้ โอ้คือเป็นตามันขร่งแท้นอ โอ้คือมาใหญ่เอาฮ้ายแท้โอ้เห็นแล้วอยากได้ คือสิเป็นตาไปขึ้น
เฮ็ดน้ำ รู้ว่าอายนั้นมักคนดี รู้ว่าอายแพ้ความขาวจกชี้แท้ได้ เท็งขาวเท็งยาวเท็งใหญ่ ลูกผู้ใดมาถักใจ
แท้นอ อันนั้นละมันละของแท้บ่ จากมูนพ่อหรือจากมูนแม่ เป็นหยังคือให้มาหลายแท้ ให้หลายจนหา
เสือไล่บ่ได้ เว้มากะเป็นตาอายเหลือใจ จนเก็บไปฝันฮอดเจ้า ว่าได้กอดได้หอม ได้ดอมดม ได้ชื่นได้ชม
ได้ดมเจ้า ได้ฮอดโอ้ย คือสิดีถ้าเป็นจ้งชี้ทุกอย่าง ได้ถอดเกิบหย่างโนนา พ่งน้อย ได้เก็บบักหอมมาถ้อย
กินกับเจ้า มือนี่ละสิเอาข้าวขึ้นเล่า ไปไปหาเนวมาเป่าท่าเหม โอ้คือมาใหญ่เอาฮ้ายแท้ โอ้เห็นแล้วอยาก
ได้ คือสิเป็นตาไปขึ้นเฮ็ดน้ำ รู้ว่าอายนั้นมักคนดี รู้ว่าอายแพ้ความขาวจกชี้แท้ได้ เท็งขาวเท็งยาวเท็ง
ใหญ่...





๖ กิจกรรมเกมการศึกษา

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 1 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยนั่งเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง แล้วปรบมือ 10 ครั้ง เป็นจังหวะ 1 2-3 4 5- 6 7- 8 9 10 ปรบตักอีก 10 ครั้งเป็นจังหวะเดียวกัน เป็นการเตรียมพร้อมก่อนเล่นเกม

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตปัญญา (10 นาที)

1. ครู : อธิบายการเล่นเก็บบัตรคำอารมณ์ ครูมีคำศัพท์อารมณ์และรูปภาพสื่ออารมณ์ โดยครูจะติดคำศัพท์อารมณ์ไว้กระดาน แล้วให้เด็กปฐมวัยหยิบภาพอารมณ์ไปติดด้านล่างของคำศัพท์อารมณ์ให้ถูกต้อง โดยการเล่นเก็บบัตรคำนี้จะให้เล่นพร้อมกันทีละ 1 คำศัพท์อารมณ์ โดยคำศัพท์อารมณ์ มี 5 คำ ดังนี้ คำว่า “โกรธ” พื้นสีแดง คำว่า “เสียใจ” พื้นสีน้ำเงิน คำว่า “ดีใจ” พื้นสีส้ม คำว่า “ตื่นเต้น” พื้นสีเขียว และคำว่า “กังวล” พื้นสีม่วง ใครที่เล่นเกมถูกต้องทุกคำมีรางวัลมอบให้ (A)

2. เริ่มเล่นเกม ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจคำตอบที่ถูกต้องพร้อมกัน ครูบันทึกคะแนน (B) (C)

3. สรุปคะแนนการเล่นเก็บบัตรคำ เด็กปฐมวัยช่วยกันเก็บอุปกรณ์ (D) (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการจับคู่ภาพอารมณ์กับคำศัพท์ มีข้อสังเกตตรงไหนบ้าง และเปรียบเทียบความแตกต่างของสีหน้าแต่ละอารมณ์มีความแตกต่างกัน

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. คำศัพท์อารมณ์
2. ภาพอารมณ์
3. กระดาน
4. กาว
5. ใบบันทึกคะแนน

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

- 1.แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



คำศัพท์อารมณ์

โกรธ

เสียใจ

ตื่นเต้น

ดีใจ

กังวลใจ



ภาพแสดงอารมณ์



บันทึกหลังทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

ครูผู้สอน

(.....)



กิจกรรมที่ 1.2 สงบสติ สงบอารมณ์

 1) กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
3. สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และคนตรี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันร้องเพลง กระโดด (ทำท่าทางประกอบ) กระโดด กระโดด กระโดด
กระโดดขึ้น โปรดมามากมาย กระโดด แล้วแสนสบาย ดีใจ ที่ได้กระโดด ตัด ตัด ลา ตัด ตัด ลา ตัด ตัด
ตัด ลา ตัด ตัด ลา ตัด ตัด ลา

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1.อธิบายการกระโดด การเดิน การเล่น การทำกิจกรรมต่างๆเป็นอีกวิธีหนึ่งในการควบคุมอารมณ์
 ดังนั้นวันนี้เรามีกิจกรรม มีความสุขกับการเดินมาให้ได้ปฐมวัยเล่นเพื่อฝึกการควบคุมอารมณ์ต่างๆที่จะ
 เกิดขึ้น โดยครูแจ้งกติกาการเล่นเกมหมุนขวด ดังนี้

- 1.1 เด็กนั่งเป็นวงกลม โดยครูเปิดเพลงออกกำลังกายรับแสงตะวัน แล้วให้เด็กปฐมวัยเดินพร้อมกัน 1 รอบ จากนั้น
- 1.2 ส่งตัวแทนไปหยิบขวดเปล่า 1 ขวด แล้วนำขวดไว้ตรงกลางวงกลม ให้เปลี่ยนกันหมุนขวดเปล่า ขวดชี้ไปที่ใครให้ออกมานำขึ้น แล้วร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลงออกกำลังกายรับแสงตะวัน จนจบเพลง (A) (B) (C) (D)

2. ครู : ถามคำถามเกี่ยวกับการร่วมกิจกรรมหุ่นขี้ผึ้งและแสดงท่าทางประกอบจังหวะ เด็กปฐมวัยมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร และใช้วิธีไหนในการควบคุมอารมณ์ เด็กปฐมวัยออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก (P)

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันสรุป การออกมาเต้นหน้าชั้นเรียนคนเดียว เด็กปฐมวัยมีอารมณ์และความรู้สึกอย่างไร และใช้วิธีไหนในการควบคุมอารมณ์ตนเอง และการร่วมกิจกรรมจนจบเพลง

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง “ออกกำลังกายรับแสงตะวัน”
2. ขวดยน้ำเปล่า

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
- 1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และคนตรี

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



เพลง กระโดด

กระโดด กระโดด กระโดด กระโดดฉันโปรดมากมาย กระโดด แล้วแสนสบาย ดีใจ ที่ได้
กระโดด ลัด ลัด ลา ลัด ลัด ลา ลัด ลัด ลา ลัด ลัด ลา ลัด ลัด ลา ลัด ลัด ลา

เพลงออกกำลังกายยามเช้า

ออกกำลังกาย ออกกำลังกัน ออกกำลังกัน รับแสงตะวันยามเช้า ออกกำลังกาย ออกกำลังกัน รับแสง
มหัศจรรย์ กันนะ กับคุณกบข่อยยี้ด.....กับคุณกระต่ายว่องไว ก้าว ชิด ก้าว ย่ำ ย่ำ ย่ำ หนึ่ง
ก้าว ชิด ก้าว ย่ำ ย่ำ ย่ำ สอง ก้าว ชิด ก้าว ย่ำ ย่ำ ย่ำ สาม.....แปด พวกเราดล่องแคล่วว่องไว ช้า *
กับคุณสิงโต สิงโตหนึ่ง ร้าว ร้าว สิงโตสอง ร้าว ร้าวสิงโต แปดเหมียว เหมียว พวกเราไม่มีโรคภัย
ช้า กับคุณช้างพ่นน้ำ พ่น หนึ่ง พ่น สอง พ่น สาม....พ่น แปด กับคุณช้างชูงวง หนึ่ง สอง คุณช้างชูงวง
สาม สี่ คุณช้างชูงวง ห้า หก คุณช้างชูงวง เจ็ด แปด พวกเราเป็นจอมพลัง ช้า *
กับเจ้ามด ชก ชก ชก ชก หนึ่ง ชก ชก สอง ชก ชก สาม ชก ชก สิบหก พวกเรามี....พลังใจ



2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
2. ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบจังหวะ เพลงส่วนประกอบของร่างกาย
เรามีตา ใ้เราหู ใ้เราฟัน จมูกอยู่ตรงกลาง เอาไว้สำหรับหายใจ เรามีมือสองมือ เอาไว้จับถือทำงาน
ทั่วไป ส่วนขาพาเราเดินได้ ไปไหนไหนด้วยขาของเรา

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (12 นาที)

1. ครู : ครูอธิบายการฝึกสงบสติ สงบอารมณ์ต่างๆ เช่น

1.1 หากเรารู้สึกโกรธ วิธีบำบัดที่ใช้ได้ผลเร็วคือการกำหนดลมหายใจเข้าและออก หายใจลึก
นับ 1-5 แล้วหายใจออก ทำให้สมาธิจดจ่ออยู่กับลมหายใจและการนับจึงเบี่ยงเบนความสนใจไปจาก
เรื่องที่เป็นสาเหตุของความโกรธ ใจเย็นลงได้เท่ากับฝึกชนะใจตนเองได้ในระดับหนึ่ง

1.2 หากเรารู้สึกผิดหวังเสียใจ เศร้าใจ การหัวเราะได้รับการพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์ว่าดีต่อ
สุขภาพ แต่เวลาเศร้า เสียใจ ใครจะหัวเราะออก ดังนั้นต้องหาเรื่องสนุกทำ เช่นดูนิทานตลกขบขัน หรือ
อ่านนิทานตลก สนุกสนาน การหยิบหนังสือที่ชอบอ่านมาอ่าน จะช่วยให้อารมณ์ดี พอได้หัวเราะก็คลาย
เครียด จิตใจผ่อนคลาย และเพิ่มพลังความสุขให้กับตัวเองอีกครั้ง (A) (B)



กิจกรรมการเรียนรู้

1.3 ครูสาธิตการกำหนดลมหายใจเข้าและออก หายใจลึกนับ 1-5 แล้วหายใจออก และให้เด็กปฐมวัยฝึกการกำหนดลมหายใจเข้าและออก หายใจลึกนับ 1-5 แล้วหายใจออก ทำวนไปสัก 3 นาที (C) (D)

1.4 ครูเปิดนิทานตลก สนุกสนาน ให้เด็กปฐมวัยดู 2 นาที (C) (D)

1.5 ครูให้เด็กปฐมวัย บอกเล่าความรู้สึกลังจากการฝึกกำหนดลมหายใจเข้าออก และเปรียบเทียบกับนิทานตลก วิธีไหนสามารถช่วยการควบคุมอารมณ์นักเรียนได้ดี และเด็กปฐมวัยจะเลือกใช้วิธีไหน (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (3 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุป การฝึกสงบสติ สงบอารมณ์เป็นสิ่งที่ดี สามารถช่วยให้อารมณ์ดีและมีความสุขเพิ่มขึ้น

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงส่วนประกอบของร่างกาย
2. ครูสาธิตการกำหนดลมหายใจเข้าออก
3. นิทานตลก

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
- 1.2 ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงส่วนประกอบของร่างกาย

เรามีตา ใ้คู้ เรามีหู ใ้คู้ จมูกอยู่ตรงกลาง เอาใ้คู้สำหรับหายใจ เรามีมือสองมือ เอาใ้คู้จับถือทำงานทั่วไป ส่วนขาพาเราเดินได้ ไปไหนไหนด้วยขาของเรา (ซ้ำ)



3. กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 40 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยร้องเพลง เพลง อย่าแพ้ชนะ อย่าแพ้ชนะ นะ นะ เพราะฉันเขียร์อยู่ อยู่ อยู่ ช่วย
 กันให้ลองดู ลองดู ลองดู ถ้าอยากชนะ (ทำใจทำใจ) ต้องปั้นดินน้ำมันสวยๆ ใจ (ทำใจทำใจ)
 อย่าแพ้ชนะ นะ นะ พร้อมทำท่าทางประกอบ (ซ้ำ 2 รอบ)

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครูอธิบายหัวข้อมีดีด้านการปั้น การปั้นดินน้ำมันรูปอารมณ์ต่างๆ ให้เด็กปฐมวัยหยิบอุปกรณ์
 และเตรียมดินน้ำมันสำหรับสร้างสรรค์ผลงาน เป็นปั้นดินน้ำมันเป็นรูปอารมณ์ที่เด็กปฐมวัยชอบแสดง
 ออกมาบ่อยที่สุด เพียง 1 อารมณ์ (A) (B) (C)
2. พอปั้นเสร็จ เก็บอุปกรณ์ให้เรียบร้อย และนำเสนอผลงาน (D) (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า การปั้นดินน้ำมันก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยควบคุมอารมณ์
 ของเราได้



สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง
2. แผ่นรองปั้นดินน้ำมัน
3. ดินน้ำมัน

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
- 1.2 แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์





4) กิจกรรมเล่นตามมุม

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เริ่มกิจกรรมด้วยการตบมือและร้องเพลง นางเงือกน้อยลอยไปลอยมา ตบบน ตบล่าง ตบหน้า ตบหลัง ตบพร้อม ๆ กัน one, two, three, four, five, six, seven, eight, nine, ten

ที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (20 นาที)

1. นักแสดงรุ่นเยาว์ การเล่นตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นกิจกรรมการแสดงแสดงความสามารถพิเศษของตัวเอง โดยการให้เด็กปฐมวัยสำรวจตัวเองว่าสามารถทำอะไรได้บ้างที่ตัวเองชอบและถนัดบ้าง แล้วนำมานำเสนอให้เพื่อนๆ ได้ชมกันให้เวลาวางแผนเตรียมตัว เตรียมอุปกรณ์ที่มีในห้องเรียน 5 นาที (A)

2. ให้เด็กปฐมวัยแจ้งกิจกรรมที่เลือก และเตรียมตัว เตรียมอุปกรณ์สำหรับการแสดง (B)

3. ให้เด็กปฐมวัยเข้าแถวจับฉลากเพื่อจัดลำดับคิวสำหรับการแสดง (แต่ละช่วงกิจกรรม นักเรียนก็จะเกิดอารมณ์ต่างๆ เช่น อารมณ์ดีใจ อารมณ์ตื่นเต้น กังวลใจ อารมณ์ผิดหวังเสียใจ และอารมณ์โกรธ) ครูสามารถสังเกตและประเมินพฤติกรรมการควบคุมอารมณ์ได้ (A) (B)

4. เด็กปฐมวัยเริ่มการแสดงจากลำดับคิวที่ 1 จนถึงคิวที่ 5 (C) (D)



กิจกรรมการเรียนรู้

5. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ และออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก และบอกเล่าปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วเด็กปฐมวัยใช้วิธีไหนในการแก้ไขปัญหา (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปว่า กิจกรรมนี้ทำให้เด็กปฐมวัยค้นพบความสามารถพิเศษของตัวเอง และได้วางแผน ลงมือปฏิบัติจริงด้วยตนเอง แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ รวมทั้งเป็นการฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเอง ส่งเสริมให้มีความมั่นใจและกล้าแสดงออกมากขึ้น

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. อุปกรณ์ในห้องเรียน เช่น ชุดการแสดงบทบาทสมมติ
2. มุมประสบการณ์
3. เพลงที่เด็กปฐมวัยชอบ
4. คอมพิวเตอร์
5. ไมค์
6. ลำโพง

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



5) กิจกรรมกลางแจ้ง

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 45 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลงหัวไหล่เข้าเท้า (แต่ละส่วนต่างๆ ของร่างกาย) หัวและไหล่ และเข้าและเท้า เข้าและเท้า เข้าและเท้า หัวและไหล่ และเข้าและเท้า ตา หู จมูก ปาก

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (25 นาที) เล่นเป็นวงกลม

1. ครู : อธิบายการเล่นเป็นวงกลม เป็นการเล่นเกมกาฟักไข่ควบคุมอารมณ์ของเด็กปฐมวัย ให้รู้จักยับยั้งชั่งใจ ให้มีเหตุผล และเคารพกติกา ดังนั้นเกมนี้จึงเหมาะสมกับเด็กปฐมวัยที่ฝึกการควบคุมอารมณ์ต่างๆที่จะเกิดขึ้น ดังนี้ (B) (C) (D)

1.1 มีกติกาเกี่ยวกับการเล่นเป็นวงกลม คือเกมการฟักไข่ควบคุมอารมณ์ ให้เด็กปฐมวัย จับฉลากคนละ 1 ใบ ในใบที่จับฉลากจะมีรูปไข่ 5 ใบ อีก 1 ใบ เป็นรูปกาดำ หากใครจับได้ใบที่เป็นรูปไข่ ให้หยิบไข่ในตะกร้ามาคนละ 1 ฟอง ส่วนคนที่จับได้รูปกาดำจะได้เข้าไปอยู่ในวงกลมแล้วสวมเสื้อสี ดำเหมือนอีกา เพื่อปกป้องไข่ไม่ให้คนมาขโมย หรือมาแย่งไข่ไปได้ (A)

1.2 ครูเขียนวงกลมลงบนพื้น 2 วง วงแรกเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 4 ฟุต และอีกวงหนึ่งอยู่ข้างในวงแรก ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 ฟุต วาง "ไข่" ทั้งหมดไว้ในวงกลมเล็ก ให้คนเป็นกา ยืนในวงกลมวงใหญ่ หรือนั่งล้อมวงกลมเล็ก นอกนั้นทุกคนยืนรอบนอกวงกลมวงใหญ่ คอยแย่งไข่ คนเป็นกามีหน้าที่ป้องกันไข่ไม่ให้ถูกแย่งไป (A)

กิจกรรมการเรียนรู้

2. เด็กปฐมวัยเริ่มเล่นการละเล่นเป็นวงกลม การฝึกไขควงคุมอารมณ์ อย่างสนุกสนาน เล่นจนกว่าจะหมดเวลา (B) (C) (D)

3. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ ทำความสะอาดร่างกาย และให้เด็กทุกคนออกมาสะท้อน การเล่นเกมไขควงคุมอารมณ์ เกมนี้ช่วยฝึกการควบคุมอารมณ์ได้อย่างไร และมีใครที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้บ้าง (ตรงนี้ครูสามารถแนะนำเด็กๆ ได้ว่าหากเราไม่ได้เล่นตามกติกา เกมก็จะไม่สนุกสนาน หากทำผิดก็ต้องรู้จักการขอโทษ การแนะนำพฤติกรรมขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นต้น (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกับว่า การเล่นเกมนี้ได้ประโยชน์อย่างไรบ้างกับตัวเรา และเพื่อนๆบ้าง เด็กก็ช่วยกันตอบคำถาม

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. ไข่กา
2. เสื่อสีดำ
3. ตระกร้า
4. สนามเด็กเล่น

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงหัวใจใหญ่เข้าเท้า

หัวและไหล่ และเข้าและเท้า เข้าและเท้า เข้าและเท้า หัวและไหล่ และเข้าและเท้า ตา หู จมูก ปาก



๖) กิจกรรมเกมการศึกษา

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 2 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที) เกมภาพตัดต่อ เด็กอารมณ์ดี กับเด็กอารมณ์ไม่ดี

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงยกมือซ้ายยกมือขวา และแสดงท่าทางประกอบ ยกมือซ้าย ก็ยกมือขวา ย่อๆ หมุนไปรอบๆ ยกมือซ้าย ก็ยกมือขวา ซ้ายหน้าไปมาแล้วเอามือดีกัน ลัน ลัน ลา ลันลา ลันลา

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครู : แนะนำเกมและวิธีการเล่นเกมการศึกษา “เกมภาพตัดต่อ เด็กอารมณ์ดี กับเด็กอารมณ์ ไม่ดี” (A)
2. เด็กปฐมวัย วิธีการเล่นเกมการศึกษา “เกมภาพตัดต่อ เด็กอารมณ์ดี กับเด็กอารมณ์ ไม่ดี” จำนวน 6-8 ชิ้น (B) (C)
3. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันตรวจสอบความถูกต้อง (D) (P)
4. เมื่อเลิกเล่น เด็กปฐมวัยช่วยกันเก็บเกมการศึกษาให้เข้าที่ (D) (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุป การแสดงอารมณ์ดี กับการแสดงอารมณ์ไม่ดี มีความแตกต่างกัน และให้เด็กปฐมวัยเลือกว่าตัวเองอยากเป็นเด็กที่มีอารมณ์เป็นอย่างไร

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เกมการศึกษาภาพตัดต่อจิ๊กซอว์อารมณ์ดี
2. เกมการศึกษาภาพตัดต่อจิ๊กซอว์อารมณ์ไม่ดี
3. เพลงยกมือซ้ายยกมือขวา

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงยกมือซ้ายยกมือขวา

ยกมือซ้าย ก็ยกมือขวา ข่อยๆ หมุนไปรอบๆ ยกมือซ้าย ก็ยกมือขวา ซ้ายหน้าไปมาแล้วเอามือดีกัน
 ลั่น ลั่น ลา ลั่นลา ลั่นลา



จงต่อภาพจิกซอว่าอารมณ์ไม่ดีให้ถูกต้อง



จงต่อภาพจิกซอว่าอารมณ์ดีให้ถูกต้อง



บันทึกหลังทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

ครูผู้สอน

(.....)



กิจกรรมที่ 1.3 แปรร่างตามอารมณ์

1) กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึก ได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
3. สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (3 นาที)

1. รอบที่ 1 ให้เด็กปฐมวัยนับเลข 1-2-3-4 แล้วปรบมือพร้อมจังหวะกลอง 4 ครั้ง รอบที่ 2 นับเลข 1-2-3-4 แล้วโยกตัวตามจังหวะกลอง รอบที่ 3 นับเลข 1-2 บอกชื่อเพลงที่ชอบ

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (12 นาที)

1. แนะนำขั้นตอนการทำกิจกรรมพวกเราชอบเคลื่อนไหว ดังนี้ เมื่อเสียงเพลงดังขึ้นเด็กปฐมวัยทุกคนยืนขึ้นรอบวงกลมและออกลิลาาร่างหรือเต้นรำตามจังหวะดนตรีของเพลง โดยทุกคนจะเดินรำไปรอบๆ จนกระทั่งเสียงเพลงหยุด โดยครูจะมีคำสั่งเป็นอวยะของร่างกาย และบอกจำนวนตัวเลข เด็กปฐมวัยจะต้องจับกลุ่มเพื่อรวมตัวกัน ให้อวยะมาสัมผัสกัน ในเวลา 1 นาที ทำกิจกรรมจนจบเพลง ดังนี้ (A)

- 1.1 มือ จำนวน 5 มือ เด็กปฐมวัยต้องจับมือกัน 5 คน
- 1.2 เท้า จำนวน 2 คู่ เด็กปฐมวัยต้องนำเท้ามาสัมผัสกัน 2 คน จะยืนหรือนั่งหรือนอนก็ได้
- 1.3 ไบหน้าอารมณ์ดี จำนวน 5 ไบหน้า เด็กปฐมวัยต้องเอาไบหน้ามาสัมผัสกัน 5 คน
- 1.4 เข่า จำนวน 8 เข่า เด็กปฐมวัยต้องเอาเข่ามาสัมผัสกัน 4 คน
- 1.5 หลัง จำนวน 5 หลัง เด็กปฐมวัยต้องเอาหลังมาสัมผัสกัน 5 คน

2. เริ่มทำกิจกรรม (B) (C) (D)

3. ครู : เด็กปฐมวัยออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก หลังจากทำกิจกรรม ได้ฝึกอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้ (P).....

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันสรุป ว่าการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นทีม เกิดปัญหาอย่างไรบ้าง และช่วยกันแก้ไขปัญหาด้วยวิธีไหน แล้วกิจกรรมมีความสนุกสนานมากน้อยเพียงใด

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง “ร่ำวง”
2. ขวดยน้ำเปล่า

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
- 1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
2. ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (2 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลง”อาบน้ำแล้วสบายตัว” สบายหัวหนู หมั่นสระผม ตัดเล็บที่มันแหลมคม ปากหอมน่าชมเพราะหนูแปรงฟัน

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (15 นาที)

1. ครู : แนะนำและฝึกวิธีการจัดการอารมณ์แต่ละประเภท ดังนี้ การจัดการอารมณ์ดีใจ การจัดการอารมณ์เสียใจ การจัดการอารมณ์โกรธ และการจัดการอารมณ์ตื่นเต้นกังวล

1.1 วิธีการจัดการอารมณ์ดีใจ เช่น เวลาที่เด็กปฐมวัยดีใจก็จะแสดงอาการหัวเราะเสียงดัง กระโดดโลดเต้น วิ่งไปมา ดังนั้นจึงมีวิธีการจัดการอารมณ์ คือ (A) (B) (C) (D)

วิธีที่ 1 การพูดบอกอารมณ์ความรู้สึกตอนนี้ เช่น การพูดว่า “ตอนนี้ฉันรู้สึกดีใจจังเลย”

วิธีที่ 2 การปรบมือเป็นจังหวะ 12 123 12 12 1 แล้วแสดงสีหน้า ยิ้มแย้มแจ่มใส

1.2 การจัดการอารมณ์เสียใจ เวลาเด็กปฐมวัยผิดหวังเสียใจ จะแสดงอาการร้องไห้เสียงดัง ไวยวาย หรือจะไปแย่งสิ่งของจากคนอื่น และจะฟ้องครู มีวิธีการจัดการอารมณ์ดังนี้

วิธีที่ 1 การพูดบอกอารมณ์ความรู้สึกตอนนี้ เช่น การพูดว่า “ตอนนี้ฉันรู้สึกเสียใจจังเลย”

วิธีที่ 2 เล่าเรื่องที่เสียใจให้เพื่อนรักฟัง หรือคนที่เด็กปฐมวัยรัก และกอดกัน



กิจกรรมการเรียนรู้

วิธีที่ 3 ฟังเพลงสนุกสนาน คลายความเศร้า

1.3 การจัดการอารมณ์โกรธ เวลาเด็กปฐมวัยโกรธ จะแสดงออกทางสีหน้า พุดจาหายากยาค่าทอคนอื่นๆ ชกต่อยตีกัน กัดกัน มีวิธีการจัดการอารมณ์ดังนี้

วิธีที่ 1 การพุดบอกอารมณ์ความรู้สึกตอนนี้อย่าง การพุดว่า “ตอนนี้ฉันรู้สึกโกรธเธอนะ”

วิธีที่ 2 นับเลข 1-10

วิธีที่ 3 ร้องเพลงและเต้น

1.4 การจัดการอารมณ์ตื่นเต้น กังวล เด็กปฐมวัยจะแสดงสีหน้า ท่าทางตื่นเต้น กังวลใจ ขี้อาย ยืนม้วนไปมา ไม่กล้าแสดงออก มีวิธีการจัดการอารมณ์ดังนี้

วิธีที่ 1 การพุดบอกอารมณ์ความรู้สึกตอนนี้อย่าง การพุดว่า “ตอนนี้ฉันรู้สึกตื่นเต้นจังเลย” หรือ พุดว่า “ตอนนี้ฉันรู้สึกกังวลใจจังเลย”

วิธีที่ 2 การหายใจเข้า หายใจออก นับ 10 ครั้ง หรือทำจนกว่าจะหายตื่นเต้น

1.5 ครูถามเด็กปฐมวัยว่าชอบวิธีไหนในการฝึกการช่วยการควบคุมอารมณ์ดี เพราะอะไร (P)
ขั้นที่ 3 สรุป (3 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุป มีวิธีที่ช่วยในการจัดการอารมณ์แต่ละประเภทตั้งหลายวิธี สามารถนำไปฝึกและปรับใช้กับสถานการณ์ที่เจอในแต่ละวัน

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง อาบน้ำแล้วสบาย

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 ถ้าพุดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์

1.2 ฟังผู้อื่นพุดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงอาบน้ำแล้วสบายตัว

สบายหัวหนูมันสระผม ตัดเล็บที่มันแหลมคม ปากหอมน่าชมเพราะหนูแปรงฟัน

3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 40 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยร้องเพลง เพลงสวัสดี ขอบคุณ และขอโทษ เมื่อเจอกันเราทักกันสวัสดี สวัสดีครับ/สวัสดีค่ะ เมื่อผิดพลั้งขอภัยขอโทษที ขอโทษครับ/ขอโทษค่ะ เมื่อจากกันยกมือไหว้สวัสดี สวัสดีครับ/สวัสดีค่ะ เมื่อใครมีจิตไมตรีขอขอบคุณ ขอบคุณครับ/ขอบคุณค่ะ

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครูแนะนำวิธีการฝึกตัดปะ เกี่ยวกับการแสดงอารมณ์ดี และการแสดงอารมณ์ไม่ดี โดยให้เด็กปฐมวัยเลือกอารมณ์ที่ต้องการฝึกตัดปะ หรือทำทั้ง 2 อารมณ์ก็ได้ (A)
2. ครูเตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ กาว กรรไกร กระดาษสี
3. เด็กปฐมวัยลงมือทำ(B) (C) (D) (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า การทำงานศิลปะสร้างสรรค์ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยควบคุมอารมณ์ของเราได้



สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง
2. กาว
3. กรรไกร
4. กระดาษสี

การประเมินผลพัฒนาการ

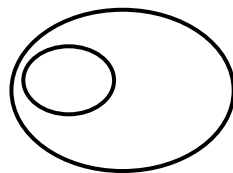
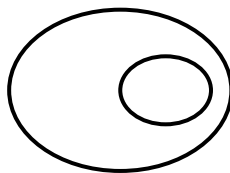
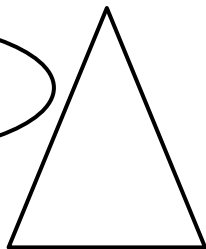
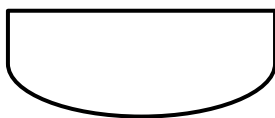
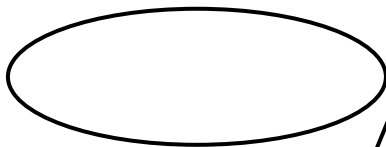
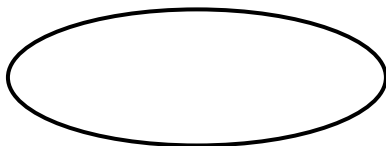
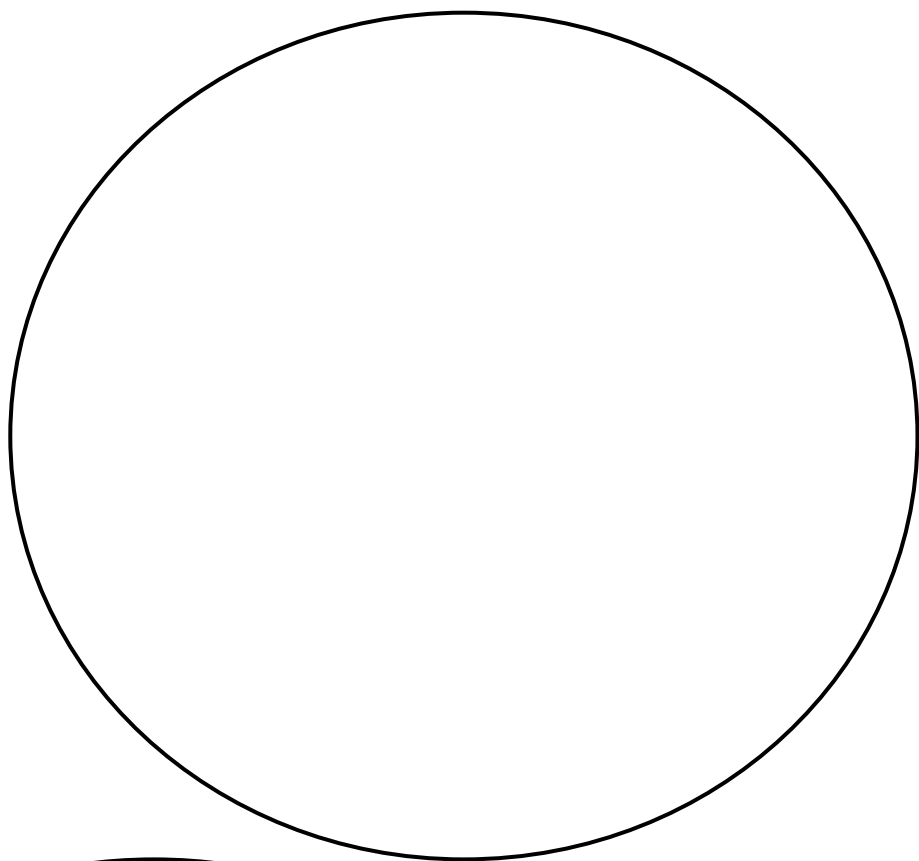
1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
- 1.2 แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์







4) กิจกรรมเล่นตามมุม

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่น ได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เริ่มกิจกรรมด้วยการตบมือและร้องเพลง นางเงือกน้อยลอยไปลอยมา ตบบน ตบล่าง ตบหน้า ตบหลัง ตบพร้อม ๆ กัน one, two ,three, four, five ,six, seven ,eight, nine , ten

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (20 นาที)

1. เด็กปฐมวัยเลือกกิจกรรมเล่นตามมุมประสบการณ์ตามความสนใจ เช่น มุมธรรมชาติศึกษา มุมหนังสือ มุมบล็อก มุมเกมการศึกษา มุมบทบาทสมมติ มุมดนตรี (A) (B) (C) (D)
2. เด็กปฐมวัยส่งผลงานพร้อมนำเสนอสิ่งที่เล่นตามความสนใจ (P)
3. เมื่อหมดเวลาเด็กปฐมวัยเก็บของเข้าที่ให้เรียบร้อย



กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการการเล่นด้วยกัน เด็กปฐมวัยแข่งของเล่นกันใหม่ ถ้าแข่งกันเด็กปฐมวัยแก้ปัญหาอย่างไร และถ้าไม่มีการแข่งของเล่นกันเลยแสดงถึงการมีน้ำใจแบ่งปันกันเล่น และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม

1. มุมประสบการณ์

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง

1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์





5) กิจกรรมกลางแจ้ง

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 45 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เล่นร่วมกันกับเพื่อน และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลงไอ้ทะเลแสนงาม

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (25 นาที) ละเล่นเป็นวงกลม

1. ครูแนะนำกิจกรรมการเล่นทรายตามอารมณ์ มี 3 กิจกรรมดังนี้ (A) (B) (C) (D)

1.1 กิจกรรมที่ 1 ให้เด็กปฐมวัยทดลองกรอกทรายใส่ขวดที่มีขนาดต่างกัน และให้สังเกตรูปร่างของทรายที่อยู่ในขวดว่ามีรูปร่างเปลี่ยนไปตามภาชนะที่ใส่อย่างไร (A)

1.2 กิจกรรมที่ 2 ทรายลงบันได ซึ่งเป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับการไหลของทราย ซึ่งทรายจะไหลจากที่สูงลงสู่ที่ต่ำ มีอุปกรณ์ดังนี้ แก้วสำหรับตักทราย บันไดทราย ถังรองทราย ให้เด็กปฐมวัยทดลองตักทรายโดยใช้แก้วตักแล้วเทลงบันไดทราย แล้วให้เด็กสังเกตการไหลลงบันไดเป็นอย่างไร และไหลไปไหน (A)

1.3 กิจกรรมเล่นทรายตามอารมณ์ ให้เด็กปฐมวัยเล่นทรายตามอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ผ่านการสร้างผลงานตามจินตนาการที่เกิดขึ้น

1.4 ครูและเด็กสร้างข้อตกลงร่วมกัน ดังนี้ ให้เด็กปฐมวัยเข้าแถวต่อคิวเพื่อเล่นกิจกรรมที่ 1-2 ครบแล้วค่อยเล่นกิจกรรมที่ 3 จากนั้นนำเสนอผลงานของตนเองและบอกเล่าอารมณ์ความรู้สึก (A) (B) (C) (D)

กิจกรรมการเรียนรู้

2. เด็กปฐมวัยร่วมกันเก็บอุปกรณ์ ทำความสะอาดร่างกาย (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกับว่าจากการเล่นเกมกิจกรรมที่ 1 -3 นักเรียนได้ประโยชน์อะไรบ้าง และมีความสนุกสนาน สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้หรือไม่อย่างไร

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. ขวดน้ำ
2. แก้วน้ำ
3. ทราช
4. ถังรองทราช
5. บันไดทราช
6. เพลงไอ้ทะเลแสนงาม

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงไอ้ทะเลแสนงาม

ไอ้ทะเลแสนงาม จ้าม งาม ฟ้าสีครามสดใส สดใ้ สดใส มองเห็นเรือใบ เรือใบ เรือใบ เล่นอยู่ในทะเล ทะเล ทะเล หาดทรายงามเห็นปู ปู ปู ดูสิดูหมีปลา ปล้า ปลา กุ้งหอยนานา นานา นานา อยู่ในท้องทะเล ทะเล ทะเล เมื่อตะวันตกดิน ตะวันตกดิน ตะวันตกดิน เห็นเครื่องบินผ่านไป หมาหอนทันใด (ฮู ฮู ฮู) สุขใจจริง จริง สุขใจจริง จริง





๑ กิจกรรมเกมการศึกษา

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 3 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงชักจูงพร้อมกันและแสดงท่าทางประกอบเพลง ชักจูง ชักเอวชักไหล่ ตาขม้ายิ้มไปยิ้มมา ชิกกานุ่ม ชิกกานุ่ม ลันลา (เข้า) จีบซ้าย จีบขวา ลอยหน้าราว

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครูแนะนำเกมและวิธีการเล่นเกมการศึกษา “เกมจัดหมวดหมู่บัตรคำศัพท์อารมณ์ที่เหมือนกัน มาจัดหมวดหมู่เดียวกันให้ถูกต้อง” (A)
2. ครูและเด็กปฐมวัยสร้างข้อตกลงร่วมกัน คือ ให้เด็กปฐมวัยทุกคนแข่งขันการเล่นเกม การศึกษาพร้อมกัน โดยเล่นกันคนละ 1 ชุด จับเวลา 3 นาที (B) (C)
3. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันตรวจสอบความถูกต้อง แล้วนำเสนอผลงาน (D) (P)
4. เมื่อเลิกเล่น เด็กปฐมวัยช่วยกันเก็บเกมการศึกษาให้เข้าที่ (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการเล่นเกมการจัดหมวดหมู่บัตรคำศัพท์อารมณ์ที่เหมือนกันให้อยู่หมวดหมู่เดียวกัน เป็นกิจกรรมที่ได้ทั้งความรู้ของคำศัพท์อารมณ์และการฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเอง

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงชักจั่ว
2. เกมการศึกษา บัตรคำศัพท์อารมณ์

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงชักจั่ว

ชักจั่ว ชักเอวชักไหล่ ตาขม้ายิ้มไปยิ้มมา ชิกกานุ่ม ชิกกานุ่ม ลันลา (ซ้ำ) จีบซ้าย จีบขวา ลอยหน้า

ราว



ให้นำบัตรคำศัพท์อารมณ์ที่เหมือนกันมาจัดหมวดหมู่เดียวกันให้ถูกต้อง



อารมณ์ดีใจ



อารมณ์เสียใจ



อารมณ์โกรธ



อารมณ์ตื่นเต้น



อารมณ์กังวลใจ

อ้างอิงแหล่งที่มา <https://www.parentsone.com/learning-with-emotions-of-kids>



บัตรคำอารมณ์

อารมณ์ดีใจ

อารมณ์ดีใจ

อารมณ์ดีใจ

อารมณ์เสียใจ

อารมณ์เสียใจ

อารมณ์เสียใจ

อารมณ์โกรธ

อารมณ์โกรธ

อารมณ์โกรธ

อารมณ์ตื่นเต้น

อารมณ์ตื่นเต้น

อารมณ์ตื่นเต้น

อารมณ์กังวลใจ

อารมณ์กังวลใจ

อารมณ์กังวลใจ



บันทึกหลังทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

ครูผู้สอน

(.....)



กิจกรรมที่ 1.4 ควบคุมอารมณ์ควบคุมตนเอง

1) กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
3. สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และคนตรี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (3 นาที)

1. ให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางตามเนื้อเพลงแมวเอ๋ยแมวเหมียว โดยจัดให้เลขที่ 1,3,5 แสดงท่าทางเป็นแมว และเลขที่ 2,4 แสดงท่าทางเป็นหนู แมวเอ๋ยแมวเหมียว แยกเขี้ยว ยิงฟัน เจ้าหนูมันกลัวตัวสั่น เจ้าหนูมันกลัวตัวสั่นหนีไม่ทันถูกจับกินเอ๋ย

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตปัญญา (12 นาที)

1. ครูแนะนำกิจกรรม ดังนี้ ครูให้เด็กปฐมวัยเสนอชื่อเพลงที่ชอบอยากเต้นแบบสนุกสนานมาคนละ 1 เพลง จากนั้นก็มาโหวตเพลงที่ชอบเต้นมากที่สุด 2 เพลง โดยให้เปลี่ยนกันเป็นผู้นำผู้ตามในการเต้นประกอบจังหวะเพลง โดยให้คิดท่าเต้นอย่างอิสระตามจินตนาการของเด็กปฐมวัย (A)

2. เริ่มทำกิจกรรม (B) (C) (D)

3. ครู เด็กปฐมวัยออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก หลังจากทำกิจกรรมได้ฝึกอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้ (P)

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันสรุป ว่าการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นทีม เกิดปัญหาอย่างไรบ้าง และช่วยกันแก้ไขปัญหาด้วยวิธีไหน แล้วกิจกรรมมีความสนุกสนานมากน้อยเพียงใด

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงที่เด็กปฐมวัยชื่นชอบมากที่สุด 2 เพลง
2. เพลงแมวเอ๋ยแมวเหมียว

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง ดนตรี
- 1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. การพูด อธิบายเกี่ยวกับอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้
2. การพูด อธิบายเกี่ยวกับวิธีการควบคุมอารมณ์ได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (2 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลง”อาบน้ำแล้วสบายตัว” สบายหัวหนู
หมั่นสระผม ตัดเล็บที่มันแหลมคม ปากหอมน่าชมเพราะหนูแปรงฟัน

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (15 นาที)

1. ครูสนทนากับเด็กปฐมวัย เรื่องการฝึกควบคุมอารมณ์ ควบคุมตนเอง เป็นเรื่องที่สำคัญมาก ที่
เด็กปฐมวัยต้องฝึกฝนเป็นประจำเพราะถ้าหากเด็กปฐมวัยเป็นคนที่มามีอารมณ์ดี จิตใจแจ่มใส เบิกบาน
เมื่อเจอกับเหตุการณ์ต่างๆ ที่มากระตุ้นอารมณ์ให้แสดงความรู้สึกที่ไม่ดีออกมาแต่เราสามารถควบคุม
อารมณ์นั้นได้ ก็ส่งผลให้เราสามารถควบคุมตนเองได้ ไม่ไปทำร้ายคนอื่น หรือข้าวของให้เสียหาย ผลดี
ก็ตกอยู่ที่เรา เป็นเด็กที่น่ารัก มีเหตุผล และที่สำคัญก็ไม่ถูกลงโทษ

2. ครูให้เด็กปฐมวัยดูนิทานเรื่องการพัฒนาอารมณ์ ตอนการควบคุมอารมณ์ โดยช่วยกันสร้าง
ข้อตกลงในการขมนิทาน

3. พอจบแล้วให้เด็กปฐมวัยออกมาเล่าถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเราที่คล้ายกันกับนิทาน
แล้วนักเรียนแก้ไขปัญหอย่างไร



กิจกรรมการเรียนรู้

4. ถามคำถามเด็กปฐมวัยทีละคน จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเด็กปฐมวัยคิดว่าการไปแย่งของเล่นเพื่อนที่เพื่อนเล่นอยู่นี้ เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่ เพราะอะไร แล้วถ้าเด็กปฐมวัยอยากเล่นบ้างจะทำอย่างไร

5. ครูหวานครูประจำชั้นช่วยแนะนำและคลี่คลายปัญหาอย่างไรให้กับชมพูและหนูดี(P)

ขั้นที่ 3 สรุป (3 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงเรื่องการควบคุมอารมณ์ตนเองสามารถช่วยให้ควบคุมตนเองได้ และสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง อาบน้ำแล้วสบาย

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์

1.2 ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงอาบน้ำแล้วสบายตัว

สบายหัวหนุหมั่นสระผม ตัดเล็บที่มันแหลมคม ปากหอมน่าชมเพราะหนูแปรงฟัน

3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 40 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยร้องเพลงและทำท่าประกอบเพลง มือ มือ มือ มือ มือ คบคักคบบมือ คบบมือ คบไหล่ แล้วสลับ แล้วสลับกันไป คบคัก คบไหล่ คบบมือ คบบมือ (2 รอบ)

ขั้นที่ 2 ชั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (30 นาที)

1. ให้เด็กปฐมวัยลองสำรวจ และสังเกตอวัยวะส่วนใดในร่างกายที่สามารถนำมาทาบเป็นแบบในการวาดรูประบายสีให้สวยงามได้ (เด็กปฐมวัยตอบอวัยวะในร่างกายเช่น มือ เท้า) (A)

2. ครู : สนทนาเกี่ยวกับการวาดรูปโดยใช้อวัยวะในร่างกาย เช่น มือ นิ้วมือ และเท้า พร้อมทั้งสาธิตการวาดรูปให้เด็กปฐมวัยดู (B)

3. ครูเตรียมอุปกรณ์การวาดรูป เช่น สมุดวาดรูป ดินสอ ยางลบ สีไม้ สีเทียน สีน้ำ

4. ครูให้หัวข้อวาดรูประบายสี “ออเจ้าสวยด้วยสีฉัน” โดยให้ใช้มือและเท้ามาทาบวาดรูปให้สวยงาม ตามจินตนาการของตนเอง (C) (D)

5. ส่งผลงานและนำเสนอผลงาน และสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก พร้อมเก็บอุปกรณ์ให้เรียบร้อย (P)



ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า การทำงานศิลปะสร้างสรรค์ก็เป็นอีกรูปแบบหนึ่งที่ช่วย
ควบคุมอารมณ์ของเราได้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง มือ มือ
2. อวัยวะในร่างกาย
3. สมุดวาดรูป
4. สีไม้ สีเทียน สีน้ำ
5. ดินสอ ยางลบ

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
- 1.2 แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลง มือ มือ

มือ มือ มือ ตบตักตบมือ ตบมือ ตบไหล่ แล้วสลับ แล้วสลับกันไป ตบตัก ตบไหล่ ตบมือ ตบมือ
(2 รอบ)





4) กิจกรรมเล่นตามมุม

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เริ่มกิจกรรมด้วยการร้องเพลงเต่า แสดงท่าทางประกอบ เต่า เต่า / เต่านั้นมีสีขา / สีดินเดินมา / มันทำหัวผลูป ผลูป โพล่ โพล่ / มันทำหัวผลูป (2 รอบ)

ผลูป โพล่ โพล่ที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (20 นาที)

1. เด็กปฐมวัยเลือกกิจกรรมเล่นตามมุมประสบการณ์ตามความสนใจ เช่น มุมธรรมชาติศึกษา มุมหนังสือ มุมบล็อก มุมเกมการศึกษา มุมบทบาทสมมติ มุมดนตรี (A) (B) (C) (D)
2. เด็กปฐมวัยส่งผลงานพร้อมนำเสนอสิ่งที่เล่นตามความสนใจ (P)
3. เมื่อหมดเวลาเด็กปฐมวัยเก็บของเข้าที่ให้เรียบร้อย



กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการการเล่นด้วยกัน เด็กปฐมวัยแข่งของเล่นกันใหม่ ถ้าแข่งกันเด็กปฐมวัยแก้ปัญหาอย่างไร และถ้าไม่มีการแข่งของเล่นกันเลยแสดงถึงการมีน้ำใจแบ่งปันกันเล่น และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม

1. มุมประสบการณ์

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง

1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



5) กิจกรรมกลางแจ้ง

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 45 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที) เล่นทรายตามอารมณ์

1. ครู : ถามนักเรียนว่าวันนี้อยากออกไปผจญภัยในดินแดนหรรษาหรือไม่คะ ใครอยากไปบ้าง เพราะอะไรถึงอยากไปให้เหตุผล นักเรียนทุกคนก็จะยกมืออยากไป เพราะอยากเจอ คุณครูก็เล่าว่าดินแดนที่เราจะไปนี้มีต้นไม้ที่มีของขวัญมากมายเต็มต้นไม้เลย หากใครไปถึงต้นไม้ต้นนี้สามารถขอของขวัญที่ต้นไม้นี้ได้เลย หากนักเรียนอยากไปก็ต้องจัดกระเป๋าเพื่อออกเดินทาง ให้เวลาในการจัดกระเป๋า 5 นาทีแล้วมาเข้าแถวพร้อมกันหน้าอาคารเรียนเลยคะ

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (25 นาที)

1. ครูและเด็กปฐมวัย สร้างข้อตกลงร่วมกันในการเดินทาง หากครูเคาะกระดิ่ง 1 ครั้งหมายความว่าปลอดภัยเดินทางต่อได้ แต่ถ้าครูเคาะกระดิ่งรัวๆ หมายความว่าให้ระวังตัวอาจเกิดอันตรายได้ (A)

2. นักเรียน : ฟังเสียงสัญญาณกระดิ่งอย่างเคร่งครัด หากนักเรียนไม่ฟังอาจเกิดอันตรายได้ หากเด็กที่เดินทางไปถึงเป้าหมายคือต้นไม้วิเศษก็จะได้รับของขวัญคนละ 1 ชิ้น หากใครไปไม่ถึงกิ่งกอดได้ของขวัญจากต้นไม้วิเศษ (A)

3. ครู : เริ่มออกเดินทางผจญภัยในดินแดนหรรษา (ครูเคาะกระดิ่ง 1 ครั้ง) ระหว่างเดินทางก็จะเจอโคลนเลอะๆ เจอทราย เจอแม่น้ำเราจะทำอย่างไรกันดีคะเด็ก (A) (B) (C) (D)

เด็กปฐมวัย : ก็จะตอบ.....และว่ายน้ำข้ามไป

กิจกรรมการเรียนรู้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. กระดิ่ง
2. ดินไม้วิเศษ ของขวัญบนต้นไม้
3. ทราย
4. โคลน
5. ป่อน้ำ
6. ถ้ำ(ฉาก)
7. หมี
8. หมวกรูปสัตว์ต่างๆ

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์





๑ กิจกรรมเกมการศึกษา

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องและแสดงท่าทางประกอบเพลงไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ถูกเผา มันจะถูกไหม้เสียบ โอ๊ย! มันจะถูกไหม้เสียบ โอ๊ย! เสียบปีกขาซ้าย เสียบปีกขา ขวามันจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที)

1. ครูแนะนำเกมและวิธีการเล่นเกมการศึกษาเกมปริศนาคำทายอารมณ์” (A)
2. ครูและเด็กปฐมวัยสร้างข้อตกลงร่วมกัน คือ ให้เด็กปฐมวัยทุกคนจับฉลากเลือกปริศนาคำทายคนละ 1 ใบ และครูอ่านคำถามปริศนาให้ หากใครตอบถูกได้เลือกเกมการศึกษาที่ชื่นชอบเล่น (A)
3. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันทายปริศนากันอย่างสนุกสนาน อาจจะมีทั้งตอบผิดและตอบถูก ครูสามารถอธิบายอารมณ์เพิ่มเติมได้ ดังนี้ (B) (C) D) (P)
 - 3.1 อะไรเอ่ย ทำหน้าทำตาเบิกบาน กระโดดโลดเต้น ไปมาเป็นท่าทางของอารมณ์ใด
คำตอบ : อารมณ์ดี
 - 3.2 อะไรเอ่ย ทำหน้าเศร้า เลื่อน้ำตา มาหาครู
คำตอบ : อารมณ์เสียใจ
 - 3.3 อะไรเอ่ย หน้าตาบึ้งตึง เหมือนหมีกินผึ้ง
คำตอบ : อารมณ์โกรธ

3.3 อะไรเอ้ย หน้ากลมตาเหลือก

คำตอบ : อารมณ์ดีนั้ด้น

3.4 อะไรเอ้ย หน้าตาหงอยๆ

4. เมื่อเลิกเล่น เด็กปฐมวัยช่วยกันเก็บเกมการศึกษาให้เข้าที่ (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการเล่นเกมปริศนาคำถาม เป็นอีกกิจกรรมที่ได้ฝึกการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ให้คิดหาคำตอบที่ถูก และมีความภาคภูมิใจ

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงไก่อ่าง
2. เกมการศึกษา และปริศนาคำทาย

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงไก่อ่าง

ไก่อ่าง ไก่อ่าง ไก่อ่าง ไก่อ่าง ถูกเผา มันจะถูกไม้เลียบ โอ้ย! มันจะถูกไม้เลียบ โอ้ย! เลียบปีกขาซ้าย
เลียบปีกขา ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ



บันทึกหลังทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

ครูผู้สอน

(.....)



กิจกรรมที่ 1.5 อารมณ์ดีร่างกายแข็งแรง

1) กิจกรรมเคลื่อนไหวจังหวะ

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 5 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
3. สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และดนตรี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (3 นาที)

1. ให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลง ชูซ่า ชู...ซ่า ชูซ่า ชูซ่า ปะตังก้า ปะตังก้า ชูซ่า ชูซ่า ปะตังก้า ปะตังก้า เด็กปฐมวัย ชูซ่า นักกีฬาเช็กชี กองเชียร์ ดีดี เช็กชีชูซ่า

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (12 นาที)

1. ครูแนะนำกิจกรรม คือ ให้เด็กปฐมวัยนั่งเป็นวงกลม พร้อมปรบมือให้เข้าจังหวะเพลง ครูส่งไม้คฑาทางขวามือครูให้เด็กปฐมวัยคนถัดไป และส่งไม้คฑาไปเรื่อยๆ พอเพลงหยุด ไม้คฑาอยู่ที่ใคร ให้ออกมาอยู่ตรงกลางวงกลม พร้อมบอกอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น และร้องเพลงที่เตรียมไว้พร้อมทำท่าทางประกอบจังหวะ ส่วนเด็กปฐมวัยที่เหลือให้ช่วยกันปรบมือให้เข้าจังหวะเพลง พอร้องเพลงจบให้บอกเล่าอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น (A)

2. เริ่มทำกิจกรรม มือถือไม้คฑาร้องเพลงจนครบทุกคน (B) (C) (D) (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันสรุป ว่าการร้องเพลงผ่านไม้คฑาโครโฟน สนุกสนานแตกต่างจากการร้องธรรมดาอย่างไร เด็กปฐมวัยมีอารมณ์ความรู้สึกตอนจับไม้คฑาร้องเพลงเป็นอย่างไร ชอบการร้องเพลงผ่านไม้คฑามากน้อยเพียงใด

กิจกรรมการเรียนรู้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงสัจจิตติ
2. ไมค์โครโฟน
3. ลำโพง

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านเสียงเพลง คนตรี
- 1.3 สนใจ มีความสุข และแสดงท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลง จังหวะ และคนตรี

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์



2) กิจกรรมเสริมประสบการณ์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 5 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. กล้าพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์
2. ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (2 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องเพลงและแสดงท่าทางประกอบเพลงเด็กๆน่ารัก เด็กๆน่ารัก คี๊คักเวลาลงเล่น เด็กๆใจเย็นๆ เวลาเล่นน่าน่ารักๆ (2 รอบ)

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (15 นาที)

1. ครูสนทนากับเด็กปฐมวัยเกี่ยวกับเรื่องอารมณ์ดี สมองจะติดตาม เนื่องจากเด็กที่มีอารมณ์ดี สนุกสนาน ไม่ร้องไห้แฉ่ง จะส่งผลให้สมองของเด็กสร้างเครือข่ายเพื่อเชื่อมต่อเซลล์สมองที่กระจายตัว อยู่เชื่อมต่อกันมากขึ้น ช่วยให้เด็กฉลาดและเรียนรู้เร็วขึ้น (A)

2. ครูแนะนำวิธีช่วยให้เด็กปฐมวัยอารมณ์ดี มีดังนี้ (B) (C) (D)

2.1 การนอนหลับให้พอเพียง การนอนหลับสนิทและพอเพียง

2.2 การฟังเพลง ฟังดนตรีบรรเลง ด้วยทำนองพลีไหว สามารถช่วยผ่อนคลายอารมณ์ ทำให้เด็กปฐมวัยอารมณ์ดี ฟังแล้วสบายใจ

2.3 การออกกำลังกายเป็นประจำ จะทำให้สุขภาพดี ถ้าคนไหนที่มีสุขภาพดีแข็งแรง ก็จะทำให้เร็ง ไม่อ้วนง่าย ต่างกับเด็กปฐมวัยที่ไม่สบายบ่อยร่างกายอ่อนแอ

2.4 รับแสงแดด ให้รับแสงแดดอ่อนๆ เพื่อเสริมสร้างวิตามินดี สร้างความแข็งแรงของกระดูก อีกทั้งแสงแดดยังมีผลต่อพฤติกรรมและสมอง อีกทั้งยังช่วยให้ลูกอารมณ์ดีขึ้น



กิจกรรมการเรียนรู้

2.5 ครูทบทวนแต่ละข้อ และให้เด็กปฐมวัยทบทวน และควรนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

(P)

ขั้นที่ 3 สรุป (3 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงเรื่องอารมณ์ดี สมองจะดีตาม และวิธีฝึกการดูแลให้เด็กอารมณ์ดี มีความสุข สุขภาพแข็งแรง สมองก็จะดีตาม

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง อาบน้ำแล้วสบาย

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 กล่าวพูดกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมตามสถานการณ์

1.2 ฟังผู้อื่นพูดจบ และสนทนาโต้ตอบอย่างต่อเนื่องเชื่อมโยงกับเรื่องที่ฟัง

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงเด็กน่ารัก

เด็กน่ารัก ลีกลักเวลาลงเล่น เด็กๆใจเย็นๆ เวลาลงเล่นน่ารักๆ

3) กิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 5 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 40 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยร้องเพลงและทำท่าประกอบเพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน นิ้วโป้งอยู่ไหน นิ้วโป้งอยู่ไหน
อยู่นี่จะ อยู่นี่จะสุขสบายดีหรือ ไปก่อนละ สวัสดิ (แล้วร้องซ้ำใหม่ โดยเปลี่ยนเป็นนิ้วอื่น ๆ ต่อไป)

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (30 นาที)

1. ครูแนะนำกิจกรรมเป่าสีตามอารมณ์ โดยวิธีการเป่าสีหัดสีลงในกระดาษตามจินตนาการและ
เป่าสีโดยใช้หลอดเป่าไปตามทิศทางที่เราต้องการตามจินตนาการที่เราอยากให้เป็นรูปหรือเรื่องราว
อะไร ครุ่นำตัวอย่างมาให้ดู และสาธิตวิธีการเป่าให้เด็กปฐมวัยดู (A)

2. ครูให้อิสระในการเลือกเป่าสีตามใจชอบ (B)

3. ครูเตรียมอุปกรณ์การเป่าสี หัดสี เช่น กระดาษวาดรูป สีน้ำ หลอด จานสี น้ำเปล่า พู่กัน

4. เด็กปฐมวัยหิบบอุปกรณ์และ ลงมือทำ(C) (D)

5. ส่งผลงานและนำเสนอผลงาน และสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก พร้อมเก็บอุปกรณ์ให้เรียบร้อย

(P)



ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปกันว่า การทำงานศิลปะสร้างสรรค์ก็เป็นอีกริธีหนึ่งที่ช่วย
ควบคุมอารมณ์ของเราได้

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลง มือ มือ
2. อวัยวะในร่างกาย
3. สมุดวาดรูป
4. สีไม้ สีเทียน สีน้ำ
5. ดินสอ ยางลบ

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

1. สนใจ มีความสุข และแสดงออกผ่านงานศิลปะ
2. แสดงความพอใจในผลงานและความสามารถของตนเองและผู้อื่น

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงนิ้วโป้งอยู่ไหน

นิ้วโป้งอยู่ไหน นิ้วโป้งอยู่ไหน อยู่นี้จะ อยู่นี้จะสุขสบายดีหรือ ไปก่อนละ สวัสดี (แล้วร้องซ้ำ
ใหม่ โดยเปลี่ยนเป็นนิ้วอื่น ๆ ต่อไป)





4) กิจกรรมเล่นตามมุม

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 5 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 30 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. เริ่มกิจกรรมด้วยการร้องเพลงเต่า แสดงท่าทางประกอบ เต่า เต่า / เต่านั้นมีสี่ขา / สัตินเดินมา / มันทำหัวผุบ ผุบ โพล่ โพล่ / มันทำหัวผุบ (2 รอบ)

ผุบ โพล่ โพล่ที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (20 นาที) การเล่นเกมหน้ากากแสดงบทบาทสมมติ

1. เด็กปฐมวัยเลือกกิจกรรมเล่นตามมุมประสบการณ์ตามความสนใจ เช่น มุมธรรมชาติศึกษา มุมหนังสือ มุมบล็อก มุมเกมการศึกษา มุมบทบาทสมมติ มุมดนตรี (A) (B) (C) (D)
2. เด็กปฐมวัยส่งผลงานพร้อมนำเสนอสิ่งที่เล่นตามความสนใจ (P)
3. เมื่อหมดเวลาเด็กปฐมวัยเก็บของเข้าที่ให้เรียบร้อย



กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการการเล่นด้วยกัน เด็กปฐมวัยแข่งของเล่นกันใหม่ ถ้าแข่งกันเด็กปฐมวัยแก้ปัญหาอย่างไร และถ้าไม่มีการแข่งของเล่นกันเลยแสดงถึงการมีน้ำใจแบ่งปันกันเล่น และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม

1. มุมประสบการณ์

1. ประเมินโดยการสังเกต

1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง

1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์





5) กิจกรรมกลางแจ้ง

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 5 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 45 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
2. แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูเริ่มกิจกรรมด้วยการร้องเพลงมดตัวน้อยตัวนิด และแสดงท่าทางประกอบ มดตัวน้อยตัวนิด มดมีฤทธิ์น่าดู ยู่สู มาไวไวกันหน้อย มาเร็วเร็วกันหน้อย ยู่สู ยู่สู ยู่สู

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (25 นาที)

1. ครูแนะนำวิธีการเล่นเกมห้วงอารมณ์ (A)
 - 1.1 จับมือกันเป็นวงกลม
 - 1.2 ให้คล้องแขนกัน
 - 1.3 ให้ห้วง สูล่าฮูป วงกลมละ 2 ห่วง
 - 1.4 ให้ห้วงเคลื่อนที่ไปรอบๆ โดยสมาชิกในทีม ไม่ปล่อยแขนที่คล้องกันอยู่
 - 1.5 กลุ่มไหน สามารถทำห้วงให้อยู่ได้นานที่สุด ชนะ
2. เด็กปฐมวัยเริ่มเล่นเกม (B) (C) (D)
3. หมดเวลาในการเล่น ให้เด็กปฐมวัย เก็บอุปกรณ์ ทำความสะอาดร่างกาย
4. เด็กปฐมวัยออกมาสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก(P)

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปว่าจากการเล่นเกมได้ประโยชน์อะไรบ้าง และมีความสนุกสนาน สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้หรือไม่อย่างไร

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. สต๊าฟ
2. เพลงมดตัวน้อยตัวนิด

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 แสดงอารมณ์ ความรู้สึกได้สอดคล้องกับสถานการณ์อย่างเหมาะสม
- 1.2 แสดงสีหน้าและท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงมดตัวน้อยตัวนิด

มดตัวน้อยตัวนิด มดมีฤทธิ์น่าดู ยู่ยู่ มาไวไวกันหน่อย มาเร็วเร็วกันหน่อย ยู่ยู่ ยู่ยู่ ยู่ยู่





๑) กิจกรรมเกมการศึกษา

สัปดาห์ที่ 1 สอนวันที่ 4 วันที่.....เดือน..... พ.ศ. 2562 เวลา 20 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่นได้ด้วยตนเอง
2. แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ 1 นำเข้าสู่ชุดกิจกรรม (5 นาที)

1. ครูให้เด็กปฐมวัยร้องและแสดงท่าทางประกอบเพลง "ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ไถ่อย่าง ถูกเผา มันจะถูกไหมเสียบ โอ๊ย! มันจะถูกไหมเสียบ โอ๊ย! เสียบปีกขาซ้าย เสียบปีกขา ข้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ"

ขั้นที่ 2 ขั้นเรียนรู้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญา (10 นาที) เกมวิ่งเก็บบัตรคำ

1. ครูแนะนำเกมและวิธีการเล่นเกมการศึกษาเกมปริศนาคำทายอารมณ์" (A)
2. ครูและเด็กปฐมวัยสร้างข้อตกลงร่วมกัน คือ ให้เด็กปฐมวัยทุกคนจับฉลากเลือกปริศนาคำทายคนละ 1 ใบ และครูอ่านคำถามปริศนาให้ หากใครตอบถูกได้เลือกเกมการศึกษาที่ชื่นชอบเล่น (A)
3. เด็กปฐมวัยและครูร่วมกันทายปริศนากันอย่างสนุกสนาน อาจจะมีทั้งตอบผิดและตอบถูก ครูสามารถอธิบายอารมณ์เพิ่มเติมได้ ดังนี้ (B) (C) D) (P)
 - 3.1 อะไรเอ่ย ทำหน้าทำตาเบิกบาน กระโดดโลดเต้น ไปมาเป็นท่าทางของอารมณ์ใด
คำตอบ : อารมณ์ดี
 - 3.2 อะไรเอ่ย ทำหน้าเศร้า เคล้าน้ำตา มาหาครู
คำตอบ : อารมณ์เสียใจ
 - 3.3 อะไรเอ่ย หน้าตาบึ้งตึง เหมือนหมีกินผึ้ง
คำตอบ : อารมณ์โกรธ

3.3 อะไเรื้อย หน้ากลมตาเหลือก

คำตอบ : อารมณ์ดีนั้ด้น

3.4 อะไเรื้อย หน้าตาหงอยๆ

4. เมื่อเลิกเล่น เด็กปฐมวัยช่วยกันเก็บเกมการศึกษาให้เข้าที่ (P)

ขั้นที่ 3 สรุป (5 นาที)

1. เด็กปฐมวัยและครู ร่วมกันสรุปถึงการเล่นเกมปริสนาคำถาม เป็นอีกกิจกรรมที่ได้ฝึกการควบคุมอารมณ์ของตนเอง ให้คิดหาคำตอบที่ถูก และมีความภาคภูมิใจ

สื่อ/อุปกรณ์ การเรียนรู้

1. เพลงไ้ก่ย่าง
2. เกมการศึกษา และปริสนาคำทาย

การประเมินผลพัฒนาการ

1. ประเมินโดยการสังเกต

- 1.1 ช่วยเหลือ และแบ่งปันผู้อื่น ได้ด้วยตนเอง
- 1.2 แสดงสีหน้า และท่าทางรับรู้ความรู้สึกผู้อื่น อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์

เครื่องมือ

1. แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

เพลงไ้ก่ย่าง

ไ้ก่ย่าง ไ้ก่ย่าง ไ้ก่ย่าง ไ้ก่ย่าง ถูกเผา มันจะถูกไม้เสียบ โอ้ย! มันจะถูกไม้เสียบ โอ้ย! เสียบปีกขาซ้าย เสียบปีกขา ข้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ ร้อนจริงๆ



บันทึกหลังทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ / แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(ลงชื่อ)

ครูผู้สอน

(.....)



ภาคผนวก ง

แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

แบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหารด้านการควบคุมอารมณ์

คำชี้แจง จงสังเกตพฤติกรรมของเด็กปฐมวัย ซึ่งเป็นลักษณะที่เด็กปฐมวัยแสดงออก โดยให้เติมเครื่องหมายถูก (✓) ให้ตรงกับหมายเลขลงในช่องระดับคะแนน ของเด็กปฐมวัยให้ถูกต้อง

ชื่อ-สกุลชั้น.....เลขที่.....

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
1. เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์ ใช้คำพูดแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม			
2. เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้			
3. บอกอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/ โกรธ / ตื่นเต้น วิตกกังวล ของตนเองได้			
4. สงบสติอารมณ์ ตื่นเต้น วิตกกังวล ได้			
5. เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว			
รวม			
เฉลี่ย			
ระดับคุณภาพ			
แปลระดับคุณภาพ			

หมายเหตุ

การแปลความหมายของคะแนน (คะแนนเต็ม 15 คะแนน)

ใช้เกณฑ์การประเมินเพื่อให้ระดับคุณภาพดังต่อไปนี้

คะแนน 11-15 คะแนน	ได้ระดับ 3 หมายถึง ดี
คะแนน 6-10 คะแนน	ได้ระดับ 2 หมายถึง พอใช้
คะแนน 1-5 คะแนน	ได้ระดับ 1 หมายถึง ปรับปรุง

ลงชื่อผู้สังเกต
(.....)

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมทักษะการคิดเชิงบริหาร
ด้านการควบคุมอารมณ์

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	3	2	1
1. เมื่อเจอปัญหา สงบสติอารมณ์ ใช้คำพูดแก้ไขปัญหาลได้อย่างเหมาะสม	ใช้คำพูดที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหได้ดี	ใช้คำพูดที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหบางครั้ง	ใช้คำพูดที่ไม่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาคต้องคอยกระตุ้นแนะนำ
2. เมื่อโกรธกับเพื่อนสามารถให้อภัยเพื่อนได้	แสดงอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสมและให้อภัยกันเพื่อนได้ดี	แสดงอารมณ์โกรธอย่างเหมาะสมและให้อภัยเพื่อนได้บ้างบางครั้ง	แสดงอารมณ์โกรธไม่เหมาะสมและต้องคอยกระตุ้นแนะนำ ให้อภัยเพื่อน
3. บอกอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/ โกรธ /ตื่นเต้น วิตกกังวล ของตนเองได้	บอกอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/ โกรธ /ตื่นเต้น วิตกกังวล ของตนเองได้ดี	บอกอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/ โกรธ /ตื่นเต้น วิตกกังวล ของตนเองได้บ้างบางครั้ง	บอกอารมณ์ ดีใจ/ เสียใจ/ โกรธ /ตื่นเต้น วิตกกังวล ของตนเองไม่ได้ ต้องคอยกระตุ้นแนะนำ
4. สงบสติอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลได้	พูดบอกอารมณ์ และแสดงสีหน้า ทำทางความรู้สึกตื่นเต้นได้ดี	พูดบอกอารมณ์ และแสดงสีหน้า ทำทางความรู้สึกตื่นเต้นได้บ้างบางครั้ง	สงบสติอารมณ์ตื่นเต้นวิตกกังวลไม่ได้
5. เมื่อผิดหวังเสียใจ สามารถปรับอารมณ์เป็นปกติได้อย่างรวดเร็ว	ปรับอารมณ์ ผิดหวังเสียใจเป็นปกติได้อย่างรวดเร็วเมื่อได้บอกเล่าอารมณ์	ปรับอารมณ์ ผิดหวังเสียใจเป็นปกติได้บ้างบางครั้งเมื่อได้บอกเล่าอารมณ์	ปรับอารมณ์ ผิดหวังเสียใจเป็นปกติได้ช้าเมื่อได้บอกเล่าอารมณ์

หมายเหตุ

การแปลความหมายของคะแนน (คะแนนเต็ม 15 คะแนน)

ใช้เกณฑ์การประเมินเพื่อให้ระดับคุณภาพดังต่อไปนี้

คะแนน 11-15 คะแนน	ได้ระดับ 3 หมายถึง ดี
คะแนน 6-10 คะแนน	ได้ระดับ 2 หมายถึง พอใช้
คะแนน 1-5 คะแนน	ได้ระดับ 1 หมายถึง ปรับปรุง

ภาคผนวก จ

แบบสอบถามความพึงพอใจ

แบบสอบถามความพึงพอใจ
การจัดการเรียนการสอนด้วยชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตาม
แนวคิดจิตปัญญา สำหรับเด็กปฐมวัย

คำชี้แจง กรุณาอ่านคำถามในแต่ละข้อให้เด็กปฐมวัยฟัง เด็กปฐมวัยเลือกระบายสีเครื่องหมายสีเหลืองลงในช่องภาพอารมณ์ที่ตรงกับระดับความพึงพอใจของตนเอง



หมายถึง

พึงพอใจมาก



หมายถึง

พึงพอใจปานกลาง



หมายถึง

พึงพอใจน้อย

ข้อ	รายการ	ระดับความพึงพอใจ		
		พึงพอใจมาก 3	พึงพอใจปานกลาง 2	พึงพอใจน้อย 1
1.	กิจกรรมมีความสนุกสนานผ่อนคลาย อารมณ์ และกระตุ้นความสนใจ			
2.	กิจกรรมช่วยให้รู้จักอารมณ์ต่างๆ			
3.	กิจกรรมช่วยฝึกทักษะวิธีการควบคุม อารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น			
4.	ชุดกิจกรรมร้องเต้นเล่นทำตามช่วย ส่งเสริมและพัฒนาการควบคุม อารมณ์ให้ดีขึ้น			
รวม				

ข้อเสนอแนะ (เพิ่มเติม)

.....

.....

.....