

คู่มือครู
จัดกิจกรรมการเรียนรู้
โรงเรียนปลอดบุหรี่

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ (ครป.)
มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนา
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.)

คู่มือครู : จัดกิจกรรมการเรียนรู้

โรงเรียนปลอดบุหรี่

ISBN 978-611-7230-01-1

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤษภาคม 2550 จำนวน 1,200 เล่ม

จัดพิมพ์โดย มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

พิมพ์ครั้งที่ 2 สิงหาคม 2550 จำนวน 2,000 เล่ม

จัดพิมพ์โดย มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

พิมพ์ครั้งที่ 3 ปรับปรุงแก้ไข พฤษภาคม 2552 จำนวน 2,000 เล่ม

จัดพิมพ์โดย มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

พิมพ์ครั้งที่ 4 ปรับปรุงแก้ไข พฤษภาคม 2555 จำนวน 3,000 เล่ม

จัดพิมพ์โดย มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

จัดพิมพ์โดย

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 ถนนประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทร: 02-278-1828 โทรสาร: 02-278-1830

<http://www.smokefreeschool.net>, email: info@smokefreeschool.net

สนับสนุนการจัดพิมพ์

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

พิมพ์ที่ บริษัท นนทพิมพ์ พรินติ้ง จำกัด

คำนิยาม

เมื่อผมและทีมงานเริ่มทำงานรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ในปี พ.ศ. 2529 ผมรู้สึกตื่นเต้นมากที่ในสหรัฐอเมริกา มีการตั้งเป้าหมายว่าจะทำให้ชั้นเรียนปลอดบุหรี่ในปี พ.ศ. 2543 ด้วยโครงการ “Smoke Free Class 2000”

คิดง่าย ๆ ว่า ถ้ากำหนดให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่และมีกฎหมายห้ามขายบุหรี่แก่เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี ก็จะไม่มีการสูบบุหรี่ในโรงเรียนอีก

ยี่สิบกว่าปีผ่านไป จึงพบความจริงว่า มันไม่ใช่เรื่องง่าย ๆ ที่จะทำให้โรงเรียนปลอดบุหรี่จริง ๆ

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ จึงมีความยินดีมาก ที่มีการตั้งเครือข่ายครูนักรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ขึ้น เพื่อรณรงค์สร้างค่านิยมและวัฒนธรรมใหม่ที่ไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียน และได้พัฒนาสู่เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่

การที่จะบรรลุวัตถุประสงค์นี้ จำเป็นที่จะต้องทำให้นักเรียนรู้ถึงประเด็นของบุหรี่กับสังคมและสุขภาพ

สถิติพบว่าคนที่รู้เรื่องบุหรี่กับสังคมและสุขภาพยิ่งมากเท่าไร โอกาสที่จะเข้าไปเสพติดบุหรี่ยิ่งน้อยลงเท่านั้น

ความพยายามของคณะครูเมื่อปี พ.ศ. 2550 ที่ได้จัดทำหลักสูตร “โรงเรียนปลอดบุหรี่” เพื่อประกอบการเรียนรู้ของนักเรียนนั้น นับเป็นก้าวแรกที่น่าชื่นชมยิ่ง หลังจากนั้นได้มีการนำไปใช้และพบจุดที่ต้องปรับปรุงพัฒนาให้สอดคล้องกับกิจกรรมต่างๆ และกาลเวลาที่เปลี่ยนไป

หวังว่า คู่มือครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ “โรงเรียนปลอดบุหรี่” ที่ปรับปรุงแก้ไขเป็นครั้งที่ 3 จากคู่มือหลักสูตร “โรงเรียนปลอดบุหรี่” นี้ จะเป็นเครื่องมือในการทำให้โรงเรียนปลอดบุหรี่ เป็นเป้าหมายที่เป็นไปได้จริงตามเจตนารมณ์ของทุก ๆ ฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

เพื่อเด็กไทยจะได้รอดพ้นจากการเสพติดบุหรี่ หนึ่งในพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญที่สุดของนักเรียน

ศ.นพ.ประคิด วาทีสาธกกิจ

เลขาธิการมูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

พฤษภาคม พ.ศ. 2555

คณะกรรมการปรับปรุงและพัฒนา คู่มือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ “โรงเรียนปลอดบุหรี่”

คณะกรรมการปรับปรุงและพัฒนาคู่มือ (ปรับปรุงการพิมพ์ครั้งที่ 3)

1. นายสุภรัตน์ ตันติเวชวงศ์	โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา
2. นางสุวิมล จันทร์เปรมปรง	โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา พุทธมณฑล
3. นางอนงค์ พัวตระกูล	โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
4. นางวราภรณ์ หงษ์คิตกกุล	โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
5. นางเพียร รุจิโรจน์วงศ์	โรงเรียนสามพรานวิทยา
6. นางสาวฤดีวรรณ มาดีกุล	โรงเรียนวัดราชโอรส
7. นางสาวกัญณี ศรีโสภ	โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม)
8. นางสาวกรรก ศรีเมือง	โรงเรียนบางบัวทอง
9. นางระพีพร นิยมประยูร	โรงเรียน ภ.ป.ร. ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์
10. นางโสมพัสดร์ ศรีสุขฤ	โรงเรียนเทพศิรินทร์ นนทบุรี

คณะกรรมการปรับปรุงและพัฒนาคู่มือ (ปรับปรุงการพิมพ์ครั้งที่ 4)

1. นางสุวิมล จันทร์เปรมปรง	โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา พุทธมณฑล
2. นางเพียร รุจิโรจน์วงศ์	โรงเรียนสามพรานวิทยา
3. นางอนงค์ พัวตระกูล	โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
4. นางวราภรณ์ หงษ์คิตกกุล	โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน
5. นายสุภรัตน์ ตันติเวชวงศ์	โรงเรียนโยธินบูรณะ (สุวรรณสุทธาราม)

ผู้ประสานงานและจัดการ

นายแก้ว วิฑูรย์เอียร นายรัชชัย ก่อบุญ นางสาวกนกวรรณ ชมเชย นางสาวเพ็ญประภา ชีระกุล

คำนำ

ในปี พ.ศ.2550 ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์ประคิด วาทีสาธกกิจ ได้ให้คำแนะนำว่า ครูควรมีหลักสูตรการเรียนการสอนเรื่องบุหรีและสุขภาพ เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี (พัฒนาจากเครือข่ายครูนักธรรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี) จึงได้จัดทำหนังสือหลักสูตรเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรีและเผยแพร่ให้แก่ครูที่สนใจเพื่อนำไปใช้จัดการเรียนการสอนให้แก่นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาในโรงเรียน

หลังจากที่ได้เผยแพร่ออกไประยะหนึ่ง ได้ประเมินบททวนว่าควรพัฒนาปรับปรุงเนื้อหาและสื่ออุปกรณ์เพื่อให้สะดวกใช้และเหมาะสมกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เครือข่ายครูฯ จึงได้ปรับปรุงและพัฒนาเป็นหนังสือคู่มือครูจัดกิจกรรมโรงเรียนปลอดบุหรี เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูในการบูรณาการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเรื่องบุหรีและสุขภาพให้แก่เยาวชน

ปัจจุบันเยาวชนไทยสูบบุหรีเพิ่มขึ้น ดังนั้นการดูแลเยาวชนให้ปลอดบุหรี ครูจึงควรสร้างโอกาสให้เยาวชนได้เรียนรู้เรื่องบุหรีและสุขภาพ เพื่อรู้เท่าทันบุหรีและรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองและผู้อื่นให้ปลอดจากควันบุหรี

ขอขอบคุณศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์ประคิด วาทีสาธกกิจ ที่กรุณาให้คำแนะนำในการจัดทำหนังสือ ขอขอบคุณคุณแก้ว วิฑูรย์เธียร สำหรับการออกแบบรูปเล่ม และขอขอบคุณคณะทำงานสำหรับความร่วมมือร่วมใจในการปรับปรุงพัฒนาหนังสือเล่มนี้

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณมูลนิธิธรรมรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรีและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่สนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดทำหนังสือคู่มือครูเล่มนี้

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี

พฤษภาคม พ.ศ. 2555

คำนำ

“การสร้างภูมิคุ้มกันไม่สูบบุหรี่ให้กับเด็กและเยาวชน” เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งท่ามกลางสังคมบริโภคนิยมและวัตถุนิยม ทั้งนี้เพราะเยาวชนเป็นกลุ่มเป้าหมายที่สำคัญของธุรกิจบุหรี่ยามุ่งแสวงหากำไรโดยการเพิ่มนักสูบหน้าใหม่ในกลุ่มเยาวชนอย่างต่อเนื่อง โรงเรียนนับเป็นสถาบันสังคมที่มีส่วนสำคัญอย่างมากในการช่วยสกัดกั้นอิทธิพลของธุรกิจบุหรี่ยในการคุกคามวิถีชีวิตของเด็กและเยาวชน และเป็นที่คาดหวังในการแสดงบทบาทพัฒนาทั้งด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคม และจิตใจ และการปกป้องเด็กและเยาวชนให้ปลอดภัยจากบุหรี่ทั้งฐานะผู้เสพและผู้ได้รับควันบุหรี่

จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องกระตุ้น ส่งเสริมและสนับสนุนให้โรงเรียนแสดงบทบาทหน้าที่ดังกล่าว ซึ่งการแสดงบทบาทหน้าที่โดยการบูรณาการในหน้าที่ประจำวันคือ การจัดการเรียนการสอนเป็นทางเลือกหนึ่งของการมุ่งสร้างโรงเรียนปลอดบุหรี่ และเพื่อเป็นตัวช่วยให้บุคลากรในสถาบันการศึกษาได้มีแนวทางและเครื่องมือในการจัดการเรียนการสอนเพื่อสร้างโรงเรียนปลอดบุหรี่ ที่มีความสะดวกและง่ายต่อการนำไปใช้ จึงได้มีการพัฒนา “หลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรี่” ขึ้น โดยความคิดริเริ่มและความร่วมมือของหลายหน่วยงาน ได้แก่ มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่ เครือข่ายครูนักธรรมรักษ์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ และศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

หลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรี่เกิดขึ้นด้วยความมุ่งมั่นของครูแกนนำของเครือข่ายครูฯ ที่ทุ่มเทและเสียสละเพื่อให้หลักสูตรสำเร็จลุล่วง และได้รับการพัฒนาและประเมินผลตามหลักวิชาการโดยศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ และศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) และการสนับสนุนอย่างเต็มที่ของมูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่ ทั้งนี้เพราะทุกฝ่ายต่างเฝฝืนที่จะให้เกิดโรงเรียนปลอดบุหรี่และสังคมไทยปลอดบุหรี่ได้ในอนาคตอันใกล้

หลักสูตรโรงเรียนปลอดบุหรี่ยังคงต้องมีการนำไปใช้และประเมินผลอย่างเป็นระบบและต่อเนื่องเพื่อปรับปรุงหลักสูตรให้ดียิ่งขึ้น ขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการปฏิบัติภารกิจนี้ให้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี ขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ตอบแทนความเสียสละและความมีน้ำใจดีของทุกคน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มณฑา เก่งการพานิช
ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

พฤษภาคม พ.ศ. 2550

คณะกรรมการยกร่างและพัฒนา หลักสูตร “โรงเรียนปลอดบุหรี่”

คณะที่ปรึกษาในการจัดทำและพัฒนาหลักสูตร

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 1. ศ.เกียรติคุณ นพ.ประทีป วาทีสาธกกิจ | มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนาสุขภาพ |
| 2. นางสาวบังอร ฤทธิศักดิ์ | เครือข่ายควบคุมการบริโภคยาสูบแห่งประเทศไทย |
| 3. ผศ.ดร.มณฑา เก่งการพานิช | ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) |
| 4. นางสาวแสงเดือน สุวรรณศรี | มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนาสุขภาพ |
| 5. ผศ.ดร.ลักขณา เต็มศิริกุลชัย | ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) |

คณะครูผู้ยกร่างและพัฒนาหลักสูตร

- | | |
|------------------------------|--|
| 1. นายสุภรัตน์ ดันติเวชวงศ์ | โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา |
| 2. นางสุวิมล จันทร์เปรมปรง | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล |
| 3. นางอนงค์ พัวตระกูล | โรงเรียนบางมดวิทยา “สี่สุทนต์จวนอุปถัมภ์” |
| 4. นางวราภรณ์ หงษ์ดิลกกุล | โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน |
| 5. นางเพ็ญ รุจิโรจน์วงศ์ | โรงเรียนสามพรานวิทยา |
| 6. นางบุญตา มะทะเลา | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า |
| 7. นางภารดี แสงมณี | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า |
| 8. นางจันทร์เจ้า รุ่งนาค | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล |
| 9. นางมาลี เอี่ยมพริ้ง | โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา พุทธมณฑล |
| 10. นางสาววรรณภา ทองสีไพล | โรงเรียนบางมดวิทยา “สี่สุทนต์จวนอุปถัมภ์” |
| 11. นางสาวพรดี ลิ้มปรัดนากร | โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม |
| 12. นางจันทร์พิมพ์ เหมือนทัพ | โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบางขุนเทียน |
| 13. นางสาวยุพา สุตรเชียวชาญ | โรงเรียนราชวินิตมัธยม |
| 14. นางรัชนี ศรีเพ็ญ | โรงเรียนราชวินิตมัธยม |
| 15. นายพิชัย ชมเพ็ญ | โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม |

16. นางวิไล มณีโชติ	โรงเรียนวัดปากน้ำวิทยาคม
17. นางสาวฤดีวรรณ มาดีกุล	โรงเรียนวัดราชโอรส
18. ผศ.กัญญา ตาโนวัน	โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม)
19. นางจารุวรรณ ตันจันทร์พงศ์	โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม)
20. นางสาวกัญจน์ ศรีโสภะ	โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฝ่ายมัธยม)
21. นางอัมใจ ดีไส	โรงเรียนสามพรานวิทยา
22. นายสังเวียน มณีจันทร์	โรงเรียนชินโนรสวิทยา
23. นายถนอม พิระขัมม์	โรงเรียนชินโนรสวิทยา
24. นางเพ็ญทิพย์ มามาก	โรงเรียนสุวรรณสุทธารามวิทยา

คณะทำงานสังเคราะห์และพัฒนาหลักสูตร

1. นางอารีรัตน์ วัฒนสิน	ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการฝ่ายวิชาการ บริษัท สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช	ที่ปรึกษา
2. นายปัญญา ทรงเสรี	ผู้อำนวยการศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ	ประธาน
3. นายเศรษฐศิริ สายกระสุน	กรรมการบริหารศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ	กรรมการ
4. นายยุทธนา ทรงเสรี	กรรมการบริหารศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ	กรรมการ
5. นายอังสุวัศ ดิษยมลย์	กรรมการบริหารศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ	กรรมการ
6. นางสาวครอง ราศรี	เลขานุการศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ	เลขานุการ

ผู้ประสานงานพัฒนาหลักสูตร

1. นางสาวกนกวรรณ ชมเชย	มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนา
2. นางสาวเพ็ญประภา ชีระกุล	มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนา
3. นายสาโรจน์ นาคจุ	ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
4. นายณัฐพล เทศขันธ์	ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

สารบัญ

บทนำ		1
กิจกรรมการเรียนรู้	ปฐมนิเทศและวิเคราะห์ผู้เรียน	3
ใบงานที่ 1 และเฉลย	จับคู่หัวใจเพื่อน	6,7
ใบงานที่ 2	ลีลาการเรียนรู้	8
	การคิดคะแนนและแปลความหมาย ลีลาการเรียนรู้	10
ใบงานที่ 3 และเฉลย	โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง	11,12
หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง “รอบรู้เรื่องบุหรี่”		13
กิจกรรมการเรียนรู้ 1	ความเป็นมาของบุหรี่	15
ใบความรู้ที่ 1	บุหรี่ตัวร้าย มาจากไหน	17
ใบความรู้ที่ 2	สถานการณ์ของการสูบบุหรี่	19
ใบงานที่ 1 และเฉลย	บุหรี่ตัวร้าย มาจากไหน	20,21
ใบงานที่ 2 และเฉลย	สถานการณ์ของการสูบบุหรี่	22,23
กิจกรรมการเรียนรู้ 2	สารพิษในควันบุหรี่	24
แบบทดสอบ	สารพิษในควันบุหรี่	27
ใบความรู้ที่ 1	สารพิษในควันบุหรี่	29
ใบงานที่ 1 และเฉลย	การทดลอง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี่”	30,32
ใบงานที่ 2 และเฉลย	สารพิษในควันบุหรี่	33,34
กิจกรรมการเรียนรู้ 3	สาเหตุของการสูบบุหรี่	35
ใบงานที่ 1 และเฉลย	ภาพวาดปริศนา	38,39
ใบงานที่ 2 และเฉลย	การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อกับความจริง	40,41
ใบงานที่ 3 และเฉลย	สาเหตุของการสูบบุหรี่	42,43
ใบงานที่ 4	แบบสัมภาษณ์พฤติกรรม การสูบบุหรี่ของคนในชุมชน	44
ใบงานที่ 5 และแปลผล	อย่ากลัวไหม ... คุณติดบุหรี่แค่ไหน	46,47
ใบงานที่ 6	แบบสรุปพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของคนในชุมชน	49

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง “ผลกระทบของบุหรี่” 55

กิจกรรมการเรียนรู้ 4	ผลการสูบบุหรี่ต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ	57
แบบทดสอบ	ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ	60
ใบความรู้ที่ 1	ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ	62
ใบงานที่ 1 และเฉลย	เกมจับคู่สารพิษ	63,64
ใบงานที่ 2 และเฉลย	ผลกระทบต่อบุคลิกภาพ	65,66
ใบงานที่ 3 และเฉลย	วงจรชีวิตของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่	67,68
กิจกรรมการเรียนรู้ 5	ควันบุหรี่มือสอง	69
ใบความรู้ที่ 1	ควันบุหรี่มือสอง	71
ใบงานที่ 1 และเฉลย	ควันบุหรี่มือสอง	73,74
ใบงานที่ 2 และเฉลย	กรณีศึกษาที่ 1 เสียลูกเพราะควันบุหรี่	75,77
	กรณีศึกษาที่ 2 ควันบุหรี่คร่าชีวิต ... สาวเสิร์ฟ	76,78
ใบงานที่ 3 และเฉลย	แนวทางการป้องกันควันบุหรี่มือสอง	79,80
กิจกรรมการเรียนรู้ 6	บ้านปลอดควันบุหรี่	81
สื่อการเรียนรู้	ภาพบรรยากาศบ้าน 2 หลัง	84
ใบความรู้ที่ 1	อันตรายจากบุหรี่มือสอง	85
ใบงานที่ 1 และเฉลย	ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว	86,87
ใบงานที่ 2 และเฉลย	ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดควันบุหรี่	88,89
แบบสำรวจ	ความคิดเห็นต่อบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่	90
กิจกรรมการเรียนรู้ 7	พฤติกรรมเสี่ยงจากการสูบบุหรี่	92
ใบความรู้ที่ 1	การสูบบุหรี่กับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนไทย	95
ใบงานที่ 1 และเฉลย	พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น	96,99
ใบงานที่ 2	วาดภาพแต่งเรื่องราว	100
กิจกรรมการเรียนรู้ 8	ยิ่งสูบยิ่งจน	103
สื่อการเรียนรู้	“หมดมวน หมดตัว”	106
ใบงานที่ 1 และเฉลย	คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก	107,109
ใบงานที่ 2 และเฉลย	คิดเลขง่ายๆ กับความเสียหายจากบุหรี่	110,112
ใบงานที่ 3 และเฉลย	ค่าบุหรี่ของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร	113,116
ใบงานที่ 4 และเฉลย	กรณีศึกษาเรื่อง “สตีฟ ยอดนักถนอมรัก”	117,120
ใบงานที่ 5 และเฉลย	ประโยชน์/คุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ต่อเศรษฐกิจ	121,122

กิจกรรมการเรียนรู้ 9	บุหรี่ปั้วรายสังคม	123
ภาพ		125
ใบงานที่ 1 และเฉลย	เหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพิ่มสุข	126,127
ใบงานที่ 2 และเฉลย	ผลกระทบของบุหรี่ปั้วที่มีต่อสังคม	128,129
หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง “รู้กฎหมาย รู้เท่าทันกลยุทธ์จำหน่ายบุหรี่ปั้ว”		131
กิจกรรมการเรียนรู้ 10	คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่	133
สื่อแผนภาพ	คุณมาทำรายฉันทำไม	137
ใบความรู้ที่ 1 (ครู)	พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่	138
ใบความรู้ที่ 2 (ครู)	ประกาศกระทรวงสาธารณสุข	141
โปสเตอร์	ที่ไหนบ้างปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย	146
ใบงานที่ 1 และเฉลย	สาระสำคัญของ พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่	148,149
ใบงานที่ 2 และเฉลย	การสำรวจสภาพจริงในเขตปลอดบุหรี่	150,151
ใบงานที่ 3	การสำรวจสถานการณ์จริงในเขตปลอดบุหรี่	152
ใบงานที่ 4 และเฉลย	วิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพอย่างสร้างสรรค์	153,158
ใบงานที่ 5 และเฉลย	ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมายฯ	163,164
กิจกรรมการเรียนรู้ 11	มารู้กฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ	165
สื่อภาพ		168
ใบความรู้ที่ 1 (ครู)	พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ	169
ใบความรู้ที่ 2 (ครู)	ประกาศกระทรวงสาธารณสุข	173
ใบความรู้ที่ 3 (ครู)	นโยบายแห่งชาติและแนวทางการควบคุมการบริโภคยาสูบ	175
ใบงานที่ 1	คุณรู้กฎหมายบุหรี่ปั้วแค่ไหน	177,178
ใบงานที่ 2 และเฉลย	ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมายฯ	179,180
ใบงานที่ 3	ข้อมูลการจำหน่ายบุหรี่ปั้วในชุมชน	181
กิจกรรมการเรียนรู้ 12	รู้เท่าทันบริษัทบุหรี่ปั้ว	182
ใบความรู้ที่ 1 (ครู)	กลยุทธ์บริษัทบุหรี่ปั้ว	184
ใบความรู้ที่ 2 (ครู)	ผลิตภัณฑ์ยาสูบในรูปแบบอื่น ๆ	189
ใบงานที่ 1 และเฉลย	กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่ปั้ว	191

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง “กลยุทธ์โรงเรียนบุหรื” 193

กิจกรรมการเรียนรู้ 13	วิธีการเลิกสูบบุหรี่	195
ใบความรู้ที่ 1	องค์ประกอบของการติดบุหรื	198
ใบความรู้ที่ 2	ตัวกระตุ้น	199
ใบความรู้ที่ 3	วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง	200
ใบงานที่ 1 และเฉลย	ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่	201, 202
ใบงานที่ 2	ตัวกระตุ้นภายนอก หลอกให้หลวมตัว	203
	แบบสรุป ผลการสำรวจตัวกระตุ้นภายนอก	204
ใบงานที่ 3	ตัวกระตุ้นภายใน อยู่ที่ใจของเรา	205
	แบบสรุป ผลการสำรวจตัวกระตุ้นภายใน	206
ใบงานที่ 4 และเฉลย	ทำอย่างไรจึงเลิกสูบบุหรี่ได้	207, 208
กิจกรรมการเรียนรู้ 14	ประสานพลัง พาโรงเรียนปลอดบุหรื	209
ใบความรู้ที่ 1	กระบวนการ P-D-C-A กับ การดำเนินโครงการ	212
ใบความรู้ที่ 2	การเขียนโครงการ	213
ใบงานที่ 1	แบบนำเสนอโครงการ	215
ใบงานที่ 2	แบบประเมินตนเองในการดำเนินโครงการ	217

บทนำ

กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่อง

ปฐมนิเทศและวิเคราะห์ผู้เรียน

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 สามารถปรับตัวในการเรียนรู้ร่วมกันได้อย่างมีความสุข
- 1.2 บอกวิธีการเรียนรู้ที่ตนเองถนัด และวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยของตนเองและของเพื่อนได้
- 1.3 บอกเนื้อหาสาระที่นักเรียนคาดหวังว่าจะช่วยให้โรงเรียนปลอดบุหรี่ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 การทำความรู้จักและการปรับตัวในการเรียนรู้ร่วมกัน
- 2.2 ลีลาการเรียนรู้ 4 รูปแบบ ได้แก่ นักวิเคราะห์ นักทฤษฎี นักกิจกรรมและนักปฏิบัติ
- 2.3 การกำหนดสาระการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้และการวัดประเมินผลตามสภาพจริง
- 2.4 ความคาดหวังและปัจจัยแห่งความสำเร็จของ “โรงเรียนปลอดบุหรี่”

3. สาระสำคัญ

การรู้จักลีลาการเรียนรู้ของตนเองและเพื่อนจะช่วยให้สามารถปรับตัวในการเรียนรู้ร่วมกันได้อย่างมีความสุข การร่วมกันรณรงค์ให้โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ เป็นหน้าที่ของทุกคนในโรงเรียนที่จะต้องเรียนรู้และตระหนักเพื่อทำให้การรณรงค์ “โรงเรียนปลอดบุหรี่” มีประสิทธิภาพและมีความยั่งยืน

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ 1 “จับคู่รู้ใจเพื่อน” โดยครูแจกกระดาษการ์ดสีรูปหัวใจ ให้นักเรียนคนละ 1 ดวง แล้วให้นักเรียนจับคู่กันเพื่อสัมภาษณ์ประวัติย่อ เขียนชื่อจริง ชื่อเล่น วันเกิด ครอบครัว วิชาที่ถนัดและไม่ถนัด และคติประจำใจ เป็นต้น พร้อมทั้งบอกความรู้สึกหรือประสบการณ์เกี่ยวกับ “บุหรี่” แล้วบันทึกสิ่งที่สัมภาษณ์และวาดภาพการ์ตูนหรือสัญลักษณ์ของเพื่อนลงในการ์ดรูปหัวใจ แล้วทุกคนนำการ์ดรูปหัวใจมาจัดวางบนป้ายนิเทศรูปหัวใจดวงใหญ่หน้าห้องให้สวยงาม

ขั้นสอน

- 4.2 ครูชี้แจงว่า แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง ปฐมนิเทศและวิเคราะห์ผู้เรียน มีความสำคัญที่ครูและนักเรียนจะต้องมาร่วมกันวางแผนการจัดการเรียนรู้ ให้สอดคล้องกับคุณลักษณะของผู้เรียน ดังนั้นในเบื้องต้น ครูจึงต้อง “วิเคราะห์ผู้เรียน” เพื่อให้รู้ว่ามีลีลาการเรียนรู้หรือวิธีการเรียนรู้แบบใด เพื่อครูและนักเรียนจะได้ร่วมกันปรับปรุงพัฒนาวิธีการเรียนรู้ในรายวิชา “โรงเรียนปลอดบุหรี่” ให้สอดคล้องกับผู้เรียนมากขึ้น

นักเรียนทุกคนทำใบงานที่ 2 เรื่อง “ลีลาการเรียนรู้” พร้อมทั้งสรุปคะแนนและแปลความหมายเป็นลีลาการเรียนรู้หรือวิธีการเรียนรู้ตามความถนัด แบ่งเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ นักวิเคราะห์ นักทฤษฎี นักกิจกรรมและนักปฏิบัติ

4.3 นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์คุณลักษณะของวิธีการเรียนรู้ 4 รูปแบบและสรุปร่วมกันว่า นักเรียนแต่ละกลุ่มจะส่งเสริมจุดเด่นและเติมเต็มจุดด้อยของตนเองได้อย่างไร โดยครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม พร้อมทั้งเก็บข้อมูลผลการวิเคราะห์ผู้เรียนเพื่อนำไปวางแผนการพัฒนาผู้เรียนเป็นรายกลุ่มและรายบุคคลต่อไป

4.4 นักเรียนร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 3 เรื่อง “โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง” โดยร่วมกันวิเคราะห์ว่า แต่ละหน่วยการเรียนรู้จะเรียนรู้และทำกิจกรรมอะไรบ้าง เสร็จแล้วครูเฉลยชื่อหน่วยและสาระที่เรียน จากนั้นนักเรียนร่วมกันระดมความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้

- ขอบข่ายสาระการเรียนรู้สอดคล้องและครอบคลุมกับสิ่งที่นักเรียนอยากรู้หรือไม่เพียงใด
- วิธีการสอนของครู วิธีการเรียนรู้ของนักเรียน รวมทั้งกิจกรรมในห้องเรียนและนอกห้องเรียนต้องการแบบใดบ้าง
- การมอบหมายชิ้นงานและการวัดประเมินผลตามสภาพจริง นักเรียนต้องการลักษณะใด มีปริมาณเท่าใด และมีจุดเน้นอะไรเป็นสำคัญ ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม และจัดบันทึกความต้องการของนักเรียนเพื่อนำไปวางแผนการจัดการเรียนรู้ต่อไป

ขั้นสรุป

4.5 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปกิจกรรมการเรียนรู้และปัจจัยสำคัญในการพัฒนาโรงเรียนให้เป็น “โรงเรียนปลอดบุหรี่” โดยครูช่วยเสริมแรงให้กำลังใจและให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 ใบงานที่ 1 เรื่อง “จับคู่หัวใจเพื่อน”
- 6.2 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ลีลาการเรียนรู้”
- 6.3 ใบงานที่ 3 เรื่อง “โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง”
- 6.4 สื่อการเรียนรู้เรื่อง “บุหรี่” เช่น หนังสือ เอกสาร โปสเตอร์ สติกเกอร์ เป็นต้น
- 6.5 ห้องสมุด
- 6.6 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
- 6.7 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

- 1) ตรวจใบงาน
- 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

- 1) แบบเฉลยใบงาน
- 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม (ภาคผนวก)

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ สืบหาการเรียนรู้ของตนเองและเพื่อน ตระหนักในความจำเป็นของการเรียนรู้ “โรงเรียนปลอดบุหรี่” รวมทั้งมีส่วนร่วมในการวางแผนจัดกิจกรรมการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลตามสภาพจริงที่สอดคล้องกับคุณลักษณะของผู้เรียน

9. กิจกรรมเสนอแนะ

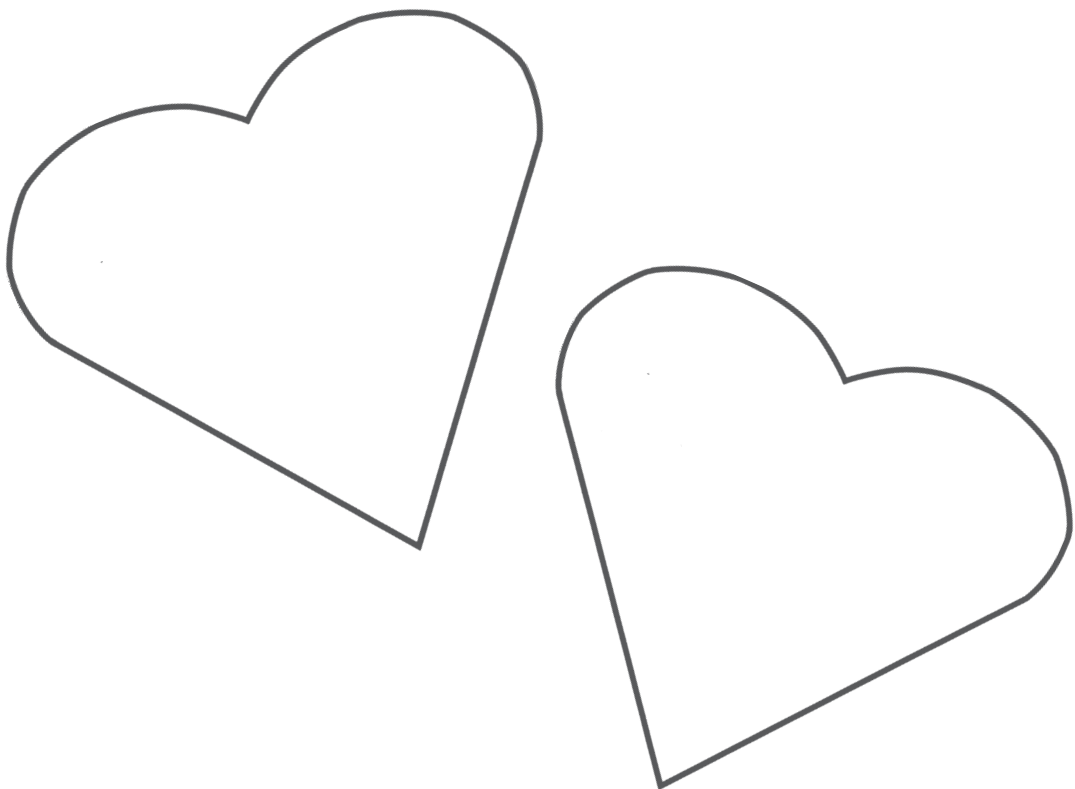
เมื่อครูจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่อง “ปฐมนิเทศและวิเคราะห์ผู้เรียน” แล้ว ครูมีภารกิจที่ต้องปฏิบัติ 2 ประการคือ

- 9.1 นำข้อมูลที่ได้รับมาปรับปรุงพัฒนาหน่วยการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ทั้ง 4 หน่วย ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน
- 9.2 นำผลการวิเคราะห์ผู้เรียนมาวางแผนการพัฒนาผู้เรียนเป็นรายกลุ่มและรายบุคคล

จับคู่รู้ใจเพื่อน

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับคู่กันเพื่อทำความรู้จักกันในระยะเวลาอันสั้น โดยผลัดกันสัมภาษณ์ประวัติย่อ เช่น ชื่อจริง ชื่อเล่น วันเกิด ครอบครัว วิชาที่ถนัดและไม่ถนัด และคติประจำใจ เป็นต้น พร้อมทั้งบอกความรู้สึกหรือประสบการณ์ที่มีต่อ “บุหรี” แล้วบันทึกสิ่งที่สัมภาษณ์ วาดภาพการ์ตูน หรือสัญลักษณ์ของเพื่อนลงใน “การ์ดรูปหัวใจ” (ใช้เวลาไม่เกิน 10 นาที)
2. ครูสุ่มนักเรียนประมาณ 2-3 คู่ออกมาผลัดกันแนะนำหรือเล่าเรื่องเกี่ยวกับเพื่อน หลังจากนั้นนักเรียนช่วยกันนำการ์ดรูปหัวใจของสมาชิกทุกคน มาจัดเรียงบนป้ายหน้าห้องให้เป็นรูปหัวใจดวงใหญ่ดวงเดียวกัน
3. นักเรียนร่วมกันบอกความหมายของรูปหัวใจที่นักเรียนร่วมกันสร้างสรรค์และสรุปคุณค่าของกิจกรรม “จับคู่รู้ใจเพื่อน”



จับคู่หัวใจเพื่อน

จุดประสงค์การเรียนรู้

สามารถปรับตัวในการเรียนรู้ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

สมชาย อารมณ์ดี เกิด วันพุธที่
1 มกราคม 2541 เป็นลูกคนโต

คติประจำใจ “ฝันให้ไกลแล้วไป
ให้ถึง”



ถนัด เรียนวิทย์และคิดค้น ไม่ชอบภาษา

คิดอย่างไรกับบุหรี อยู่ห่างๆ
ชีวิตปลอดภัย

คุณอาที่บ้านสูบบุหรี่
ไม่ชอบเลย



สมหญิง จิตใจงาม
เกิด วันเสาร์ที่ 1 สิงหาคม 2541
เป็นลูกคนที่ 3

ถนัด เรียนภาษาและเย็บปักถักร้อย ไม่ชอบคณิต

คติประจำใจ “คนจะงาม งามจิตใจไซ้ไบหน้า”

คิดอย่างไรกับ “บุหรี” เหม็น กลียดควันบุหรี

อยากช่วยรณรงค์
เรื่องบุหรี

ตัวอย่างคำตอบ

ความหมายของกิจกรรม “จับคู่หัวใจเพื่อน” คือ การที่คนเราจะเป็เพื่อนกันควรจะต้องรู้จักและรู้จักกัน

คุณค่าของกิจกรรม “จับคู่หัวใจเพื่อน” คือ ทำให้รู้จักและเข้าใจเพื่อนคนนั้นได้ดีขึ้น

ลีลาการเรียนรู้

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง แบบสำรวจนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจวิธีการเรียนรู้ของตน โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในกระดาษคำตอบที่ตรงกับวิธีการเรียนของตนเอง

ที่	รายการ	ใช่	ไม่ใช่
1	การได้เป็นผู้นำการอภิปรายหรือได้จัดให้มีการอภิปรายจะทำให้ฉันเข้าใจและเรียนรู้ด้านต่างๆ ได้ดีขึ้น	☐	☐
2	ฉันเรียนรู้เรื่องราวข้อมูลต่างๆ โดยการอ่าน การฟัง การสังเกต หรือการอภิปรายในห้องเรียน	☐	☐
3	ฉันเรียนรู้ได้จากการไปฝึกในสถานประกอบการ	☐	☐
4	ฉันเรียนรู้ได้เร็วขึ้นในเรื่องที่มีสมมติฐานและทุกอย่างเป็นไปตามสมมติฐานที่วางไว้	☐	☐
5	ฉันชอบเข้าร่วมทำงานกับกลุ่มและชุมชนต่างๆ ที่น่าสนใจ เช่น กลุ่มณรงค์ต่อต้านสารเสพติด	☐	☐
6	ฉันจดบันทึกการบรรยายหรือการอภิปรายในชั้นเรียนแล้วอ่านทบทวนรายละเอียดหลายครั้งก่อนทดสอบ	☐	☐
7	ขณะที่ฉันฟังการบรรยาย ฉันจะสร้างภาพในใจเพื่อประกอบความเข้าใจและช่วยให้ฉันจำเรื่องนั้นๆ ได้	☐	☐
8	ฉันจะมีทักษะในการทำงานมากขึ้น ถ้าฉันลงมือทำจริง เช่น การช่วยซ่อมแซมหรือประกอบชิ้นส่วนต่างๆ	☐	☐
9	ฉันชอบที่จะเรียนรู้จากการจัดอภิปรายในห้องเรียนกับเพื่อนๆ	☐	☐
10	จากสื่อและกิจกรรมต่างๆ เช่น กราฟ แผนภูมิ แผ่นภาพ สถานการณ์จำลอง จะช่วยให้ฉันสามารถสรุปข้อความรู้ได้ดี	☐	☐
11	ฉันสามารถเกิดการเรียนรู้จากสถานการณ์จริง	☐	☐
12	ฉันชอบที่จะเรียนรู้จากการจัดนิทรรศการ	☐	☐
13	ฉันจะสามารถเกิดการเรียนรู้จากการทดลอง	☐	☐
14	ถ้าเรื่องที่เรียนมีลักษณะเน้นกฎ หรือองค์ประกอบจะทำให้ฉันเกิดการเรียนรู้ได้เร็วกว่าปกติ	☐	☐

ที่	รายการ	ใช่	ไม่ใช่
15	ถ้าฉันได้ร่วมแสดงละคร บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง ฉันจะมีความสุข และเกิดการเรียนรู้ได้เร็วกว่าการเป็นผู้ดูอย่างเดียว	☐	☐
16	ฉันชอบที่จะเรียนรู้จากการอ่านหนังสือพิมพ์ หรือวารสารมากกว่าการฟังคำบรรยายจากคนเพียงคนเดียว	☐	☐
17	การปฏิบัติงานใดๆ ถ้าหากมีหลักการกำหนดไว้ชัดเจน จะทำให้ฉันทำงานนั้นได้รวดเร็วกว่าเดิม	☐	☐
18	ฉันชอบที่จะเรียนรู้จากการไปทัศนศึกษา	☐	☐
19	ถ้ามีหลักการหรือแนวคิดกำหนดไว้แล้วจะทำให้ฉันสามารถตัดสินใจเลือกได้เร็วกว่าเรื่องทั่วไป	☐	☐
20	ฉันจะสามารถเกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้นถ้าได้ศึกษาจากแหล่งข้อมูลจริง	☐	☐
21	ฉันจะเข้าใจคำชี้แจงประกอบงานมอบหมายหรือข้อทดสอบมากขึ้น หากเขียนคำชี้แจงนั้นบนกระดานหรือเขียนกำกับบนใบงานมากกว่าการฟังคำอธิบายของผู้สอน	☐	☐
22	ในข้อสันนิษฐานทุกชนิดถ้ามีหลักการ แนวคิด กำหนดไว้ จะทำให้สามารถสรุปได้อย่างรวดเร็ว	☐	☐
23	ฉันชอบที่จะเรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม การเข้าร่วมกิจกรรมชุมนุม	☐	☐
24	ฉันจะสามารถเกิดการเรียนรู้จากการได้ศึกษากรณีตัวอย่าง	☐	☐
25	ฉันจะเกิดการเรียนรู้เรื่องใหม่ๆ ได้โดยการอ่าน หรือทำเรื่องนั้นๆ หลายๆ ครั้ง	☐	☐
26	ฉันจะทำเรื่องราวต่างๆ ได้ดีถ้าเรื่องนั้นเป็นทฤษฎีหรือแนวคิด	☐	☐
27	ฉันจะเรียนรู้ได้ดีขึ้นเมื่อฉันมีส่วนร่วมในเกม หรือร่วมแสดงในสถานการณ์จำลอง หรือบทบาทสมมติ	☐	☐
28	ฉันจะสามารถเกิดการเรียนรู้ได้ดีถ้าเป็นผู้แสวงหาความรู้ด้วยตนเอง	☐	☐
29	เมื่อเกิดปัญหาขึ้นทุกครั้ง ฉันจะนำหลักธรรมของศาสนา มาใช้เป็นแนวทางแก้ไขปัญหาเสมอ	☐	☐
30	ทุกครั้งที่ฉันอ่านหนังสือพิมพ์ วารสาร หรือหนังสืออื่นๆ จะทำให้ฉันเกิดการเรียนรู้เรื่องใหม่ๆ เสมอ	☐	☐
31	ฉันจะมีความรู้สึกมีส่วนร่วมและจดจำเรื่องต่างๆ ได้มาก ถ้าฉันมีประสบการณ์ตรง	☐	☐
32	ก่อนที่จะสรุปหรือแสดงความคิดเห็นในเรื่องใด ๆ ฉันจะต้องศึกษาข้อมูลในเรื่องนั้นๆ อย่างละเอียดก่อน	☐	☐

ผลการเรียนรู้

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกวิธีการเรียนรู้ที่ตนเองถนัดได้

การคิดคะแนนและแปลความหมาย

คะแนนมีอยู่ 2 ระดับ ขึ้นอยู่กับการทำเครื่องหมาย ✓ ในแต่ละข้อ คือ

ใช่ = 1 คะแนน ไม่ใช่ = 0 คะแนน

นักเรียนแต่ละคนตรวจสอบเครื่องหมายที่กาในแต่ละข้อ แล้วรวมคะแนนลักษณะการเรียนรู้แต่ละแบบ หากผู้เรียนมีคะแนนลักษณะการเรียนรู้แบบใดสูง แสดงว่าผู้เรียนมีทักษะและยุทธวิธีการเรียนตามแบบนั้นๆ และคะแนนสูงรองลงมา แสดงว่าผู้เรียนมียุทธวิธีการเรียนรู้ในแบบนั้นรองลงมา

สรุปผลการวิเคราะห์ผู้เรียนของ ชั้น เลขที่

นักวิเคราะห์		นักทฤษฎี		นักกิจกรรม		นักปฏิบัติ	
ข้อที่	คะแนน	ข้อที่	คะแนน	ข้อที่	คะแนน	ข้อที่	คะแนน
2		4		1		3	
6		7		5		8	
10		14		9		11	
16		17		12		13	
21		19		15		20	
25		22		18		24	
30		26		23		28	
32		29		27		31	
รวม		รวม		รวม		รวม	

อันดับ 1 อันดับ 2

อันดับ 3 อันดับ 4

สรุปผล ข้าพเจ้ามีวิธีการเรียนรู้แบบ

☐ นักวิเคราะห์

☐ นักทฤษฎี

☐ นักกิจกรรม

☐ นักปฏิบัติ

** ที่มา : หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา. แนวปฏิบัติการวัดและประเมินผลการเรียนตามแนวทางปฏิรูปการศึกษา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2544.

โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง

คำชี้แจง

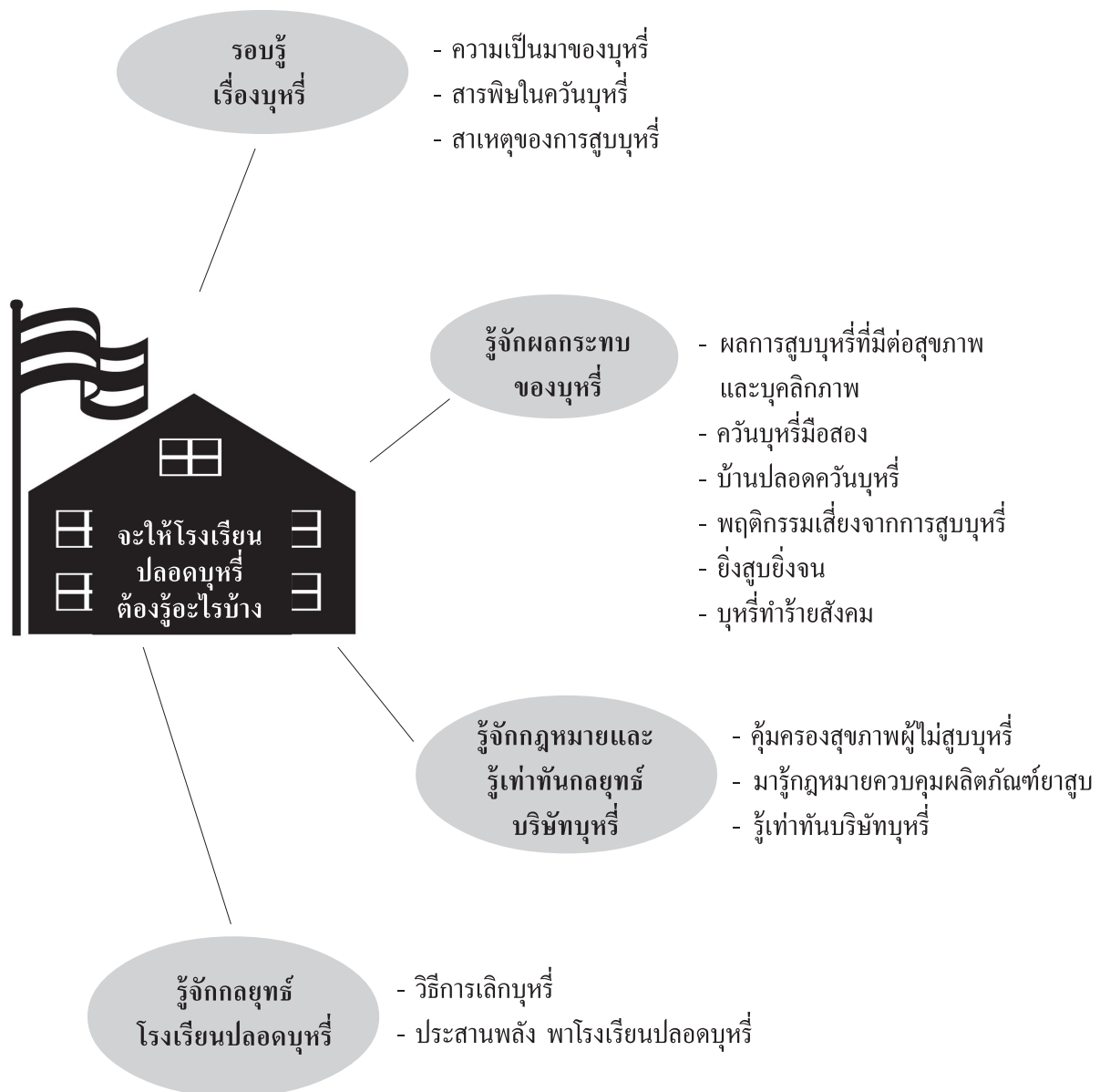
นักเรียนร่วมกันปฏิบัติตามใบงานที่ 3 เรื่อง “โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง” โดยร่วมกันระดมความคิดเพื่อบอกเนื้อหาสาระที่จำเป็นต่อการทำให้โรงเรียนปลอดบุหรี่



โรงเรียนปลอดบุหรี่ต้องรู้อะไรบ้าง

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกเนื้อหาสาระที่นักเรียนคาดหวังว่าจะช่วยให้โรงเรียนปลอดบุหรี่ได้



เรื่องบุหรี รอบรู้

รอบรู้เรื่องบุหรี

ความเป็นมาของบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกความเป็นมาของบุหรี่ได้
2. บอกสถิติการบริโภคยาสูบของประชากรไทยได้

2. สาระการเรียนรู้

1. ความเป็นมาของบุหรี่
2. บอกสถิติการบริโภคยาสูบของประชากรไทย

3. สาระสำคัญ

การสูบบุหรี่เกิดจากชาวอินเดียแดงซึ่งเป็นชนพื้นเมืองในทวีปอเมริกา ได้ใช้ยาสูบเป็นพวกแรกโดยปลูกยาสูบเพื่อใช้เป็นยาและนำมาสูบในพิธีกรรมต่างๆ โดยการค้นพบของ คริสโตเฟอร์ โคลัมบัส เมื่อ พ.ศ. 2035 ต่อมามีการปลูกยาสูบในบราซิล โปรตุเกส สเปน ฝรั่งเศส อังกฤษ ฯลฯ

200 ปีต่อมา การทำไร่ยาสูบเชิงพาณิชย์จึงเกิดขึ้นอย่างแพร่หลายทั่วโลก สำหรับประเทศไทยมีการใช้ยาสูบตั้งแต่สมัยอยุธยา เมื่อ พ.ศ. 2230 ต่อมาในสมัยรัตนโกสินทร์มีการผลิตบุหรี่ขายโดยบริษัทของชาวอังกฤษ ภายหลังรัฐบาลได้จัดตั้งโรงงานยาสูบและซื้อกิจการจากบริษัทกวางฮก บริษัทฮอฟฟี่ และบริษัทบริติชอเมริกัน โทแบคโค มาดำเนินการเอง แล้วรวมกิจการภายใต้ชื่อว่า โรงงานยาสูบ กระทรวงการคลัง มาจนถึงปัจจุบัน

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนร่วมกันอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้
 - เมื่อพูดถึงบุหรี่ นักเรียนนึกถึงอะไร
 - ให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ในประเด็นที่ระบุข้างต้น โดยครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “บุหรืตัวร้ายมาจากไหน” และใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “สถานการณ์ของการสูบบุหรี่”
- 4.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มปฏิบัติใบงานที่ 1 เรื่อง “บุหรืตัวร้ายมาจากไหน” และปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “สถานการณ์การสูบบุหรี่” โดยช่วยกันตอบคำถามและเขียนสถิติที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์การสูบบุหรี่ของคนไทย

ขั้นสรุป

- 4.4 นักเรียนร่วมกันสรุปความเป็นมาของบุหรี่และสถานการณ์การบริโภคยาสูบของประชากรไทย โดยครูคอยเอื้ออำนวยให้ไปสู่จุดประสงค์การเรียนรู้
- 4.5 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ความเป็นมาของบุหรี่และสถานการณ์การสูบบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นการคิดเชิงวิเคราะห์ (Analytical Thinking)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “บุหรี่ตัวร้าย มาจากไหน”
- 6.2 ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “สถานการณ์ของการสูบบุหรี่”
- 6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “บุหรี่ตัวร้ายมาจากไหน”
- 6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “สถานการณ์ของการสูบบุหรี่”
- 6.5 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ความเป็นมาของบุหรี่ และสถานการณ์การสูบบุหรี่”
- 6.6 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - 1) ตรวจใบงาน
 - 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 7.2 เครื่องมือวัด
 - 1) แบบเฉลยใบงาน
 - 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม (ภาคผนวก)
- 7.3 เกณฑ์การวัด
เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ ความเป็นมาของบุหรี่และตระหนักถึงสถานการณ์การสูบบุหรี่ในประเทศไทย

9. กิจกรรมเสนอแนะ

- 9.1 ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการสำรวจข้อมูลการสูบบุหรี่ของนักเรียน ผู้ปกครองและบุคลากรของโรงเรียน
- 9.2 นักเรียนนำเสนอข้อมูลการสูบบุหรี่ที่สรุปได้หน้าชั้นเรียน จัดป้ายนิเทศ หรือรายงานผู้บริหาร เป็นต้น

บุหรืตัวร้ายมาจากไหน

ความเป็นมาของบุหรื

ชาวอินเดียนแดงซึ่งเป็นชนพื้นเมืองในทวีปอเมริกา ได้เริ่มต้นใช้ยาสูบเป็นพวกแรก โดยปลุกยาสูบเพื่อใช้เป็นยาและนำมาสูบในพิธีกรรมต่างๆ

ในปี พ.ศ. 2035 เมื่อคริสโตเฟอร์ โคลัมบัส (Christopher Columbus) เดินทางไปขึ้นฝั่งที่ซันซัลวาดอร์ ในหมู่เกาะเวสต์อินดีสนั้น ได้เห็นชาวพื้นเมืองนำเอาใบไม้ชนิดหนึ่งมาบดและจุดไฟตอนปลายแล้วดูดควัน

ต่อมาใน พ.ศ. 2091 มีการปลุกยาสูบในบราซิล ซึ่งเป็นอาณานิคมของโปรตุเกสในทวีปอเมริกาได้ เพื่อเป็นสินค้าส่งออก เป็นผลให้ยาสูบแพร่หลายเข้าไปในประเทศโปรตุเกสและสเปนตามลำดับ

ต่อมาใน พ.ศ. 2103 นายฌอง นิโกต์ (Jean Nicot) เอกอัครราชทูตฝรั่งเศสประจำประเทศโปรตุเกส ได้ส่งเมล็ดยาสูบมายังราชสำนักฝรั่งเศส ชื่อของนายนิโกต์จึงเป็นที่มาของชื่อสารนิโคติน (Nicotine) ที่รู้จักในปัจจุบัน

ในปี พ.ศ. 2107 เซอร์จอห์น ฮอกกินส์ (Sir John Hawkins) ได้นำยาสูบเข้าไปในประเทศอังกฤษ และใน พ.ศ. 2155 นายจอห์น รอล์ฟ (John Rolfe) ชาวอังกฤษประสบผลสำเร็จในการปลุกยาสูบเชิงพาณิชย์เป็นครั้งแรก และ 7 ปีต่อมา ก็ได้ส่งออกผลผลิตไปยังประเทศอาณานิคมเป็นจำนวนมหาศาล อีก 200 ปีต่อมา การทำไร่ยาสูบเชิงพาณิชย์จึงเกิดขึ้นอย่างแพร่หลายทั่วโลก

การสูบบุหรืในประเทศไทย

ในประเทศไทยมีการใช้ยาสูบตั้งแต่สมัยอยุธยาแล้ว โดยมีหลักฐานจากจดหมายเหตุของเมอร์ซิเออร์ เดอลา ลูแบร์ (Monsieur De La Loubere) อัครราชทูตฝรั่งเศสที่เดินทางมาเมืองไทย สมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช เมื่อ พ.ศ. 2230 ได้เขียนเล่าเรื่องประเทศสยามว่า คนไทยชอบใช้ยาสูบอย่างฉุนทั้งผู้ชายและผู้หญิง โดยได้ยาสูบมาจากเมืองมะนิลาในหมู่เกาะฟิลิปปินส์ จากประเทศจีนและที่ปลูกในประเทศเอง ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว พระวรราชเธอ พระองค์เจ้าสิงหนาทราชดำรงศฤทธิไกรทรงประดิษฐ์บุหรืกันบ้านขึ้น เพื่อสูบควันและอมยากับหมากพร้อมกัน

ครั้นถึงรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว มีการผลิตบุหรืขึ้นโดยบริษัทที่มีชาวอังกฤษเป็นเจ้าของ ได้เปิดดำเนินการเป็นบริษัทแรกใน พ.ศ. 2460 การผลิตบุหรืในระยะแรกจะมวนด้วยมือ

ต่อมาในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว มีการนำเครื่องจักรเข้ามาจากประเทศเยอรมนี และทำการผลิตบุหรืออกมาจำหน่ายหลายยี่ห้อ การสูบบุหรืจึงแพร่หลายมากขึ้น



จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2482 รัฐบาลได้จัดตั้งโรงงานยาสูบขึ้น โดยซื้อกิจการมาจากห้างหุ้นส่วนบุรพา ยาสูบ จำกัด (สะพานเหลือง) ถนนพระราม 4 กรุงเทพฯ และดำเนินกิจการอุตสาหกรรมยาสูบ ภายใต้การควบคุมของ กรมสรรพสามิต กระทรวงการคลัง

หลังจากนั้นรัฐบาลได้ซื้อกิจการของบริษัทกวางฮก บริษัทฮอฟฟี่ และบริษัทบริติชอเมริกัน โทแบคโค เพิ่มขึ้น แล้วรวมกิจการภายใต้ชื่อว่า “โรงงานยาสูบ กระทรวงการคลัง” มาจนถึงปัจจุบัน

ที่มา : ศ.เกียรติคุณ นพ.ประทีป วาทีสาธกกิจ, ผศ.กรองจิต วาทีสาธกกิจ. “สารานุกรมไทยสำหรับเด็กและเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เล่ม 28”, 2547. หน้า 161-162.

สถานการณ์ของการสูบบุหรี่

กระทรวงสาธารณสุข ได้สำรวจการบริโภคยาสูบของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2554 ปรากฏผลดังนี้

- จำนวนผู้สูบบุหรี่

สูบประจำ	13.5	ล้านคน
----------	------	--------
- อัตราการสูบบุหรี่

เพศชาย	46.6 %
เพศหญิง	2.6 %
ประชากรทั้งสองเพศ	24.0 %
- ลักษณะการบริโภคยาสูบ

สูบบุหรี่โรงงาน (บุหรี่ยี่ห้อ) อย่างเดียว	5.1	ล้านคน
สูบบุหรี่มวนเองเพียงอย่างเดียว	4.7	ล้านคน
สูบบุหรี่ทั้งบุหรี่ยี่ห้อและบุหรี่ยี่ห้อ	3.1	ล้านคน
- จำนวนผู้เลิกสูบบุหรี่

จำนวนผู้ที่เลิกสูบบุหรี่แล้ว	4.5	ล้านคน
อัตราคนสูบบุหรี่ไทยที่อยากเลิกสูบบุหรี่	54.0 %	
- จำนวนผู้ได้รับควันบุหรี่มือสองในช่วง 30 วันที่ผ่านมา

ประชากร 4.2 ล้านคน (30.5 %)	ได้รับควันบุหรี่มือสองในอาคารสถานที่ทำงาน
ประชากร 19.5 ล้านคน (36.0 %)	ได้รับควันบุหรี่มือสองในบ้านอย่างน้อยเดือนละครั้ง
- สื่อ

18% ของประชากรเคยสังเกตเห็นการโฆษณาบุหรี่โดยเฉพาะการแสดงบุหรี่ยี่ห้อหรือการตั้งวางซองบุหรี่ยี่ห้อ ร้านค้าที่จำหน่ายบุหรี่

บุหรืตัวร้าย มาจากไหน

คำชี้แจง

นักเรียนแต่ละคน ศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “บุหรืตัวร้าย มาจากไหน” แล้วตอบคำถามโดยเติมคำตอบลงในช่องว่าง

1. ชนพื้นเมืองที่ใช้อยาสูปเป็นพวกแรก คือ
2. ผู้นำเมล็ดยาสูปมาในราชสำนักฝรั่งเศส คือ
3. ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปลูกยาสูปเชิงพาณิชย์ เป็นครั้งแรกคือ
4. ประเทศไทยมีการใช้อยาสูปตั้งแต่สมัย
5. บริษัทบุหรืแห่งแรกในไทย เปิดดำเนินการในรัชสมัยของ
6. ผู้ที่พบชาวพื้นเมืองนำใบไม้ชนิดหนึ่งมามวนและจุดไฟตอนปลายแล้วดูดควัน คือ
7. ในอดีตประเทศสยามใช้อยาสูปอย่างจุ้นโดยนำยาสูปมาจากเมือง
8. ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว มีเหตุการณ์เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับบุหรืคือ
9. พ.ศ. 2482 รัฐบาลไทยจัดตั้งโรงงานยาสูป และดำเนินการภายใต้การควบคุมของ
10. บริษัทบุหรืต่างชาติ ที่รัฐบาลไทยซื้อกิจการแล้วนำมารวมกิจการเป็นโรงงานยาสูป กระทรวงการคลังได้แก่.....

บุ ห รื ตั ว ร ้าย มา จา ก ไ ห น

จุดประสงค์

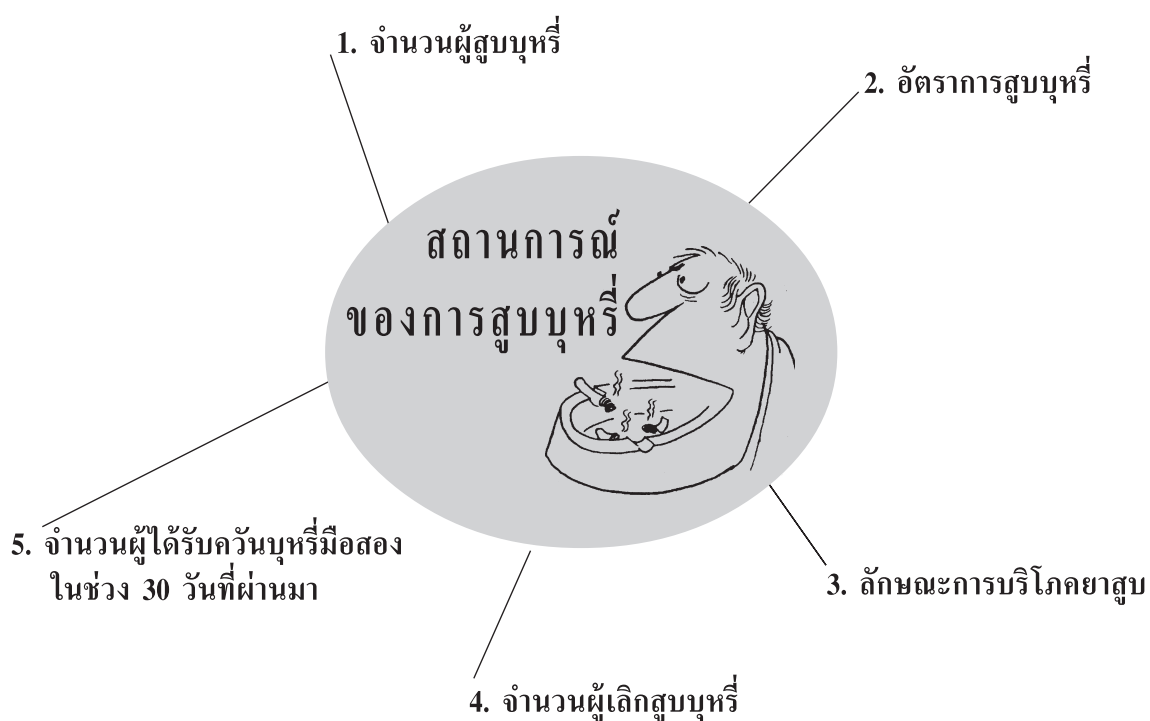
บอกความเป็นมาของบุหรีได้

1. ชนพื้นเมืองที่ใช้อยาสูบเป็นพวกแรก คือ ชาวอินเดียนแดง
2. ผู้ที่นำเมล็ดยาสูบมาในราชสำนักฝรั่งเศส คือ นายฌอง นิโกต์
3. ผู้ที่ประสบความสำเร็จในการปลูกยาสูบเชิงพาณิชย์ เป็นครั้งแรกคือ จอห์น รอล์ฟ
4. ประเทศไทยมีการใช้อยาสูบตั้งแต่สมัย อยุธยา
5. บริษัทบุหรีแห่งแรกในไทยเปิดดำเนินการในรัชสมัยของ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว
6. ผู้ที่พบชาวพื้นเมืองนำใบไม้ชนิดหนึ่งมาวนและจุดไฟตอนปลายแล้วดูดควันคือ คริสโตเฟอร์ โคลัมบัส
7. ในอดีตประเทศสยามใช้อยาสูบอย่างจุ่นโดยนำยาสูบมาจากเมือง มะนิลาในหมู่เกาะฟิลิปปินส์
8. ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว มีเหตุการณ์เกิดขึ้นเกี่ยวข้องกับบุหรีคือ มีการนำเครื่องจักร เข้ามาจากประเทศเยอรมนี เพื่อผลิตบุหรีจำหน่ายหลายยี่ห้อ
9. พ.ศ. 2482 รัฐบาลไทยจัดตั้งโรงงานยาสูบ และดำเนินการภายใต้การควบคุมของ กรมสรรพสามิต กระทรวงการคลัง
10. บริษัทบุหรีต่างชาติ ที่รัฐบาลไทยซื้อกิจการแล้วนำมารวมกิจการเป็นโรงงานยาสูบ กระทรวงการคลัง ได้แก่ บริษัทกวางฮก บริษัทฮอฟฟีน และบริษัทบริติชอเมริกันโทแบคโค

สถานการณ์ของการสูบบุหรี่

คำชี้แจง

นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ศึกษาใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “สถานการณ์ของการสูบบุหรี่” แล้วเขียนสถิติที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์การสูบบุหรี่ของคนไทย



สถานการณ์ของการสูบบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสถิติการบริโภคยาสูบของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2554 ได้



สารพิษในคว้นบุหรี

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกสารพิษสำคัญในคว้นบุหรีและผลกระทบที่เกิดกับร่างกายมนุษย์ได้
- 1.2 พิสูจน์ได้ว่ามีสารพิษอยู่ในคว้นบุหรีจริง

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 สารพิษที่มีอยู่ในคว้นบุหรีและผลกระทบที่เกิดกับร่างกายมนุษย์
- 2.2 การทดลอง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี”

3. สาระสำคัญ

บุหรีเมื่อเกิดการเผาไหม้จะทำให้เกิดสารเคมีมากกว่า 7,000 ชนิด สารเคมีหลายร้อยชนิดมีผลต่อการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย และมีสารพิษมากกว่า 70 ชนิดที่เป็นสารก่อมะเร็ง

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน (pre-test) จำนวน 10 ข้อ
- 4.2 ครูชวนสนทนาในประเด็นต่อไปนี้
 - เมื่อได้รับคว้นบุหรี นักเรียนรู้สึกอย่างไรบ้าง
 - มีอาการใดบ้างที่เกิดขึ้นกับร่างกายของนักเรียน
- 4.3 ครูอธิบายว่า อาการที่เกิดขึ้นกับร่างกายของนักเรียน เนื่องจากมีสารพิษอยู่ในคว้นบุหรี ซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกายมนุษย์และการทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี จะทำให้นักเรียนพิสูจน์ได้ว่าในคว้นบุหรีมีสารพิษอยู่

ขั้นสอน

- 4.4 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมทดลองตามใบงานที่ 1 เรื่อง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี”
- 4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่มบันทึกการทดลองพร้อมทั้งนำมาวิเคราะห์ วิจัยและสรุปผลการทดลอง
- 4.6 นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “สารพิษในคว้นบุหรี”
- 4.7 นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “สารพิษในคว้นบุหรี”
ครูให้คำปรึกษา เสริมแรงให้กำลังใจและประเมินกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

ขั้นสรุป

- 4.8 นักเรียนช่วยกันสรุป โดยครูเอื้ออำนวยให้ไปสู่จุดประสงค์การเรียนรู้
- 4.9 นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน (post-test) จำนวน 10 ข้อ
- 4.10 ครูทบทวนและสรุปการเรียนรู้ของนักเรียน โดยใช้สื่อ (พาวเวอร์พอยต์) เรื่อง “สารพิษในควันบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้แบบ CIPPA Model

C = Construction	= สร้างองค์ความรู้
I = Interaction	= สร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม
P = Participation	= มีส่วนร่วมในการเรียน
P = Process Learning	= การเรียนรู้ที่มีกระบวนการ
A = Application	= นำไปใช้ในชีวิตจริง

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนเรื่อง สารพิษในควันบุหรี่
- 6.2 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “สารพิษในควันบุหรี่”
- 6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “การทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี่”
- 6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “สารพิษในควันบุหรี่”
- 6.5 วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทดลองเรื่อง “การทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี่”
- 6.6 วิดีทัศน์ เรื่อง “การทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี่”
- 6.7 สื่อ (พาวเวอร์พอยต์) เรื่อง “สารพิษในควันบุหรี่”
- 6.8 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระสุขศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน
- 6.8 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

- 1) ตรวจใบงาน
- 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 3) การทดสอบก่อนเรียน-หลังเรียน

7.2 เครื่องมือวัด

- 1) แบบเฉลยใบงาน
- 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม (ภาคผนวก)
- 3) แบบทดสอบก่อนเรียน-หลังเรียน และเฉลย

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และมีทักษะในการทดลองหาสารพิษในควันบุหรี่ จนเกิดความตระหนักในพิษภัยของบุหรี่ที่มีต่อร่างกายมนุษย์

9. กิจกรรมเสนอแนะ

- 9.1 เปิดวิดิทัศน์เรื่อง “การทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี่” ให้นักเรียนดูแทนการปฏิบัติกิจกรรมการทดลอง
- 9.2 จัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยบูรณาการในกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์
- 9.3 จัดกิจกรรมแข่งขันตอบปัญหาเรื่องสารพิษในควันบุหรี่

สารพิษในควันบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสารพิษในควันบุหรี่และผลกระทบที่เกิดกับร่างกายมนุษย์ได้

คำชี้แจง

แบบทดสอบนี้มีจำนวน 10 ข้อ คะแนนเต็ม 10 คะแนน ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. สารนิโคตินในควันบุหรี่ ทำให้เกิดผลต่อร่างกายมนุษย์อย่างไร
 - ก. ทำให้ตัวเหม็น
 - ข. ทำให้เกิดภาวะเสพติดบุหรี่
 - ค. ทำให้ผมแห้งและร่วงหลุดง่าย
 - ง. ทำให้ปวดเมื่อยร่างกาย
2. สารไนโตรเจนไดออกไซด์ในควันบุหรี่ ทำร้ายร่างกายมนุษย์อย่างไร
 - ก. ทำให้หัวใจรั่ว
 - ข. ทำให้ปากเปื่อย
 - ค. ทำให้มือเท้าชา ขยับนิ้วไม่ได้
 - ง. ทำลายเยื่อปอดอุดกั้นปอด ทำให้ถุงลมปอดโป่งพอง
3. สารพิษใดในควันบุหรี่ที่มีลักษณะเป็นละอองเหลวสีน้ำตาลจะรวมตัวกับฝุ่นละอองที่สูดเข้าไปทำให้เกิดอาการไอและก่อให้เกิดมะเร็งปอด
 - ก. ทาร์
 - ข. นิโคติน
 - ค. แอมโมเนีย
 - ง. ไนโตรเจนไดออกไซด์
4. สารแอมโมเนียในควันบุหรี่ ทำให้เกิดผลอย่างไรกับร่างกายมนุษย์
 - ก. ทำให้ลิ้นแข็งและมีฝ้าขาว
 - ข. ทำให้มือเท้าบวม
 - ค. ทำให้เสียดาเส็บจุมูก
 - ง. ทำให้วังงซึม
5. สารพิษใดในควันบุหรี่ที่ใช้เป็นยาเบื่อหนู
 - ก. ไซยาไนต์
 - ข. ฟอรัมาลดีไฮด์
 - ค. คาร์บอนมอนอกไซด์
 - ง. ไฮโดรเจนไซยาไนต์
6. สารพิษใดในควันบุหรี่ที่ใช้ในการดองศพ
 - ก. ไซยาไนต์
 - ข. ฟอรัมาลดีไฮด์
 - ค. คาร์บอนมอนอกไซด์
 - ง. ไฮโดรเจนไซยาไนต์

สารพิษในควันบุหรี่

ในควันบุหรี่มีสารพิษอะไรบ้าง

ในบุหรี่ 1 มวน เมื่อเกิดการเผาไหม้ จะทำให้เกิดสารเคมีมากกว่า 7,000 ชนิด สารพิษหลายร้อยชนิดมีผลต่อการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย และมีสารพิษมากกว่า 70 ชนิด ที่เป็นสารก่อมะเร็ง

สารพิษที่สำคัญในควันบุหรี่ คือ

1. นิโคติน (Nicotine)

เป็นสารที่มีลักษณะคล้ายน้ำมัน ไม่มีสี เป็นสารที่ทำให้เกิดการเสพติดและทำให้เกิดโรคหัวใจ เมื่อเข้าสู่ร่างกายจะถูกดูดซึมเข้าสมองภายใน 7 วินาที

2. ทาร์ (Tar)

ประกอบด้วยสารหลายชนิด เป็นละอองเหลวเหนียว สีน้ำตาลคล้ายน้ำมันดิน ร้อยละ 50 ของทาร์จะจับอยู่ที่ปอด

3. คาร์บอนมอนอกไซด์ (Carbon monoxide)

เป็นก๊าซชนิดเดียวกับที่พ่นออกจากท่อไอเสียรถยนต์ ก๊าซนี้จะขัดขวางการลำเลียงออกซิเจนของเม็ดเลือดแดง ทำให้ผู้สูบบุหรี่ได้รับออกซิเจนน้อยลง หัวใจเต้นเร็วขึ้นทำงานหนักขึ้น

4. ไฮโดรเจนไซยาไนด์ (Hydrogen cyanide)

เป็นก๊าซพิษที่ใช้ในสงคราม ก๊าซนี้จะไปทำลายเยื่อหุ้มหลอดลมส่วนต้น ก่อให้เกิดอาการไอ มีเสมหะ หลอดลมอักเสบเรื้อรัง

5. ไนโตรเจนไดออกไซด์ (Nitrogen dioxide)

เป็นสาเหตุของโรคถุงลมโป่งพอง เพราะก๊าซนี้จะไปทำลายเยื่อหุ้มหลอดลมส่วนปลายและถุงลมโป่ง

6. แอมโมเนีย (Ammonia)

ใช้ในการปรุงแต่งรสชาติและช่วยให้นิโคตินดูดซึมเข้าสู่สมองเร็วขึ้น มีฤทธิ์ระคายเคืองเนื้อเยื่อ ทำให้แสบตา แสบจมูก หลอดลมอักเสบ

7. ไซยาไนด์ (Cyanide)

สารนี้ถ้าได้รับในปริมาณมากจะทำให้กล้ามเนื้อหัวใจเป็นอัมพาตและหยุดหายใจได้ปกติใช้เป็นยาเบื่อหนู

8. ฟอรัมาลดีไฮด์ (Formaldehyde)

ก่อให้เกิดความระคายเคืองต่อดวงตา เยื่อเมือกและทางเดินหายใจ เป็นสารก่อมะเร็งอย่างสูง

การทดลอง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี”

คำชี้แจง

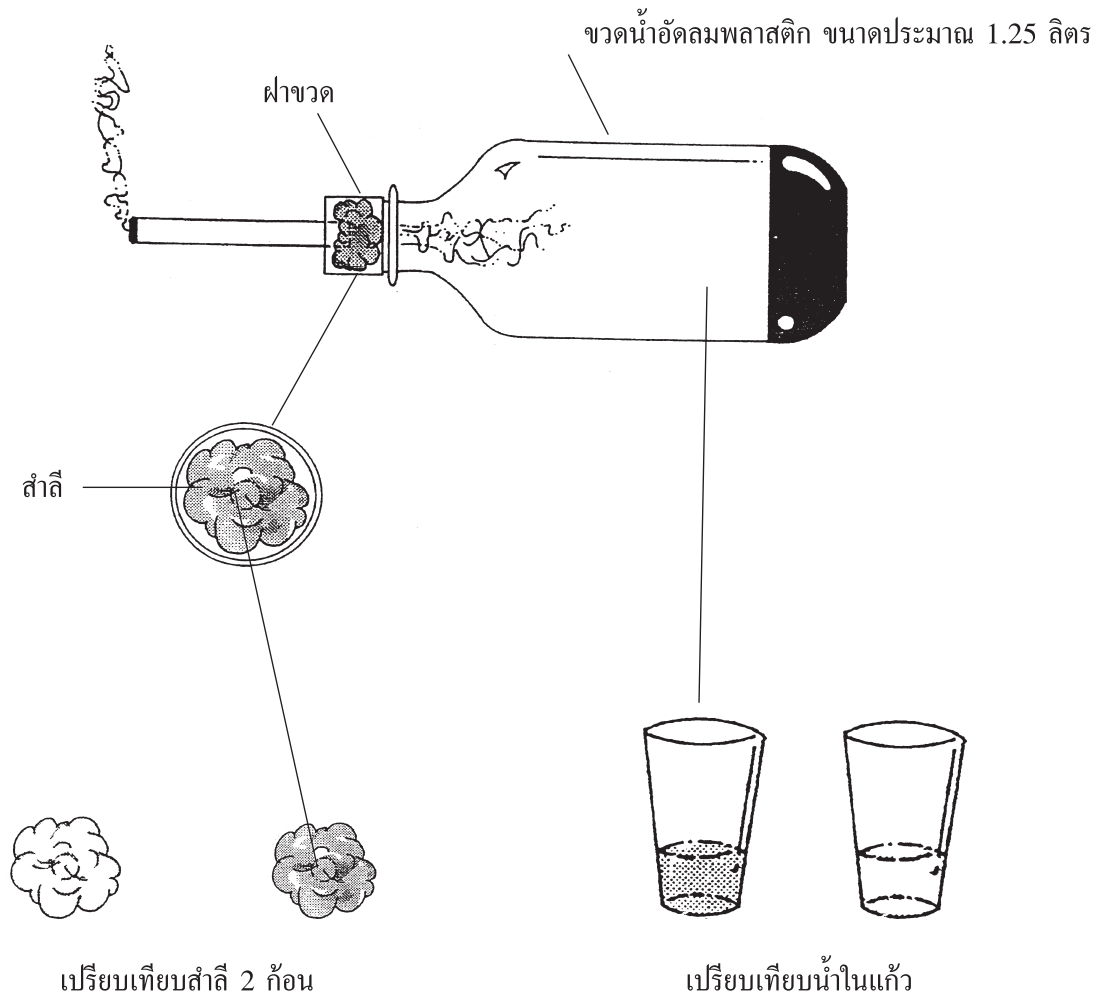
ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มปฏิบัติการทดลอง “ผลการเผาไหม้ของบุหรี” ดังนี้

อุปกรณ์

1. ขวดน้ำอัดลมพลาสติกขนาดประมาณ 1.25 ลิตร ลอกเอาฉลากออกทำให้สะอาดและแห้ง
2. สำลี 2 ก้อน
3. แก้วใส่น้ำสะอาด 2 ใบ
4. บุหรี
5. ไม้จิ้มไฟหรือไฟแช็ก
6. หน้ากากอนามัย (ผ้าปิดจมูก)

กระบวนการทดลอง

1. เจาะรูที่ฝาขวดให้พอดีกับขนาดของมวนบุหรี
2. ตัดก้นกรองบุหรีทิ้งและเสียบบุหรีเข้ากับฝาขวดอย่างระมัดระวังเพื่อป้องกันการบิดงอของมวนบุหรี
3. นำสำลี 1 ก้อนใส่เข้าไปด้านในฝาขวดและนำไปปิดปากขวดให้กระชับ
4. นักเรียนสวมหน้ากากอนามัยหรือใช้ผ้าปิดจมูก
5. บีบขวดไว้เพื่อไล่อากาศออก จุดบุหรี แล้วขยับขวดเบาๆ เพื่อให้ควันบุหรีถูกดูดเข้าไปภายในขวด
6. คลายฝาขวดเล็กน้อยพร้อมกับบีบขวด ไล่อากาศออก
7. ทำซ้ำข้อ 5 และข้อ 6 จนกว่าบุหรีจะเผาไหม้หมด
8. เปิดฝาขวดนำก้อนสำลีที่ทดลองมาเปรียบเทียบกับสำลีอีกก้อนหนึ่งที่เหลืออยู่
9. เทน้ำสะอาดลงในขวดที่ทดลอง 1 แก้ว ปิดฝาแล้วเขย่าขวดให้ทั่ว
10. เทน้ำในขวดใส่แก้วเดิม นำมาเปรียบเทียบกับน้ำอีกหนึ่งแก้วที่เหลืออยู่



สรุปผลการทดลอง

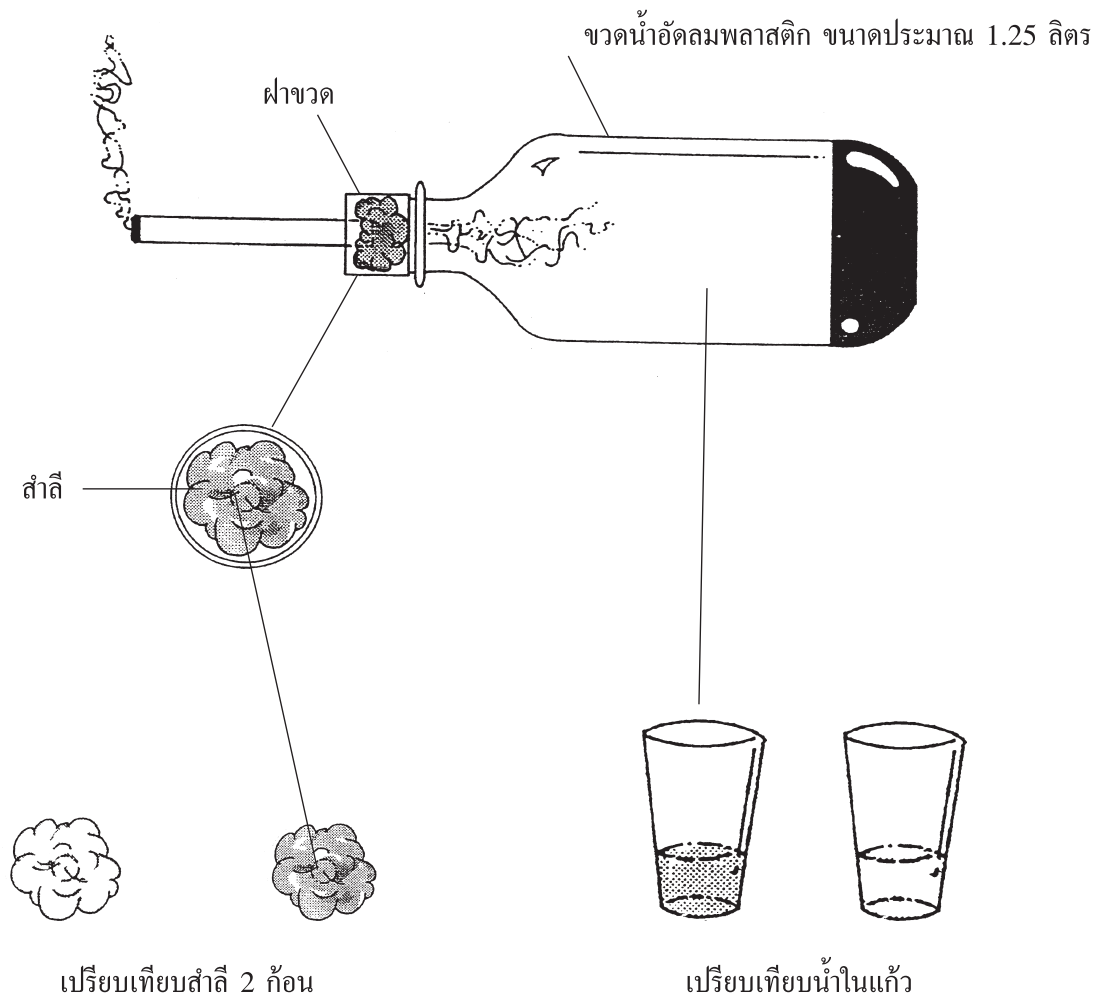
ให้แต่ละกลุ่มบันทึกผลการทดลองและให้นักเรียนจดบันทึกลงในสมุดเป็นรายบุคคล

1. ก่อนลำลีจากในขวดจะมีสี มีลักษณะ และกลิ่น เพราะ
2. น้ำที่เทจากขวดจะมีสี เพราะ

การทดลองผลการเผาไหม้ของบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

พิสูจน์ได้ว่า มีสารพิษในควันบุหรี่จริง



สรุปผลการทดลอง

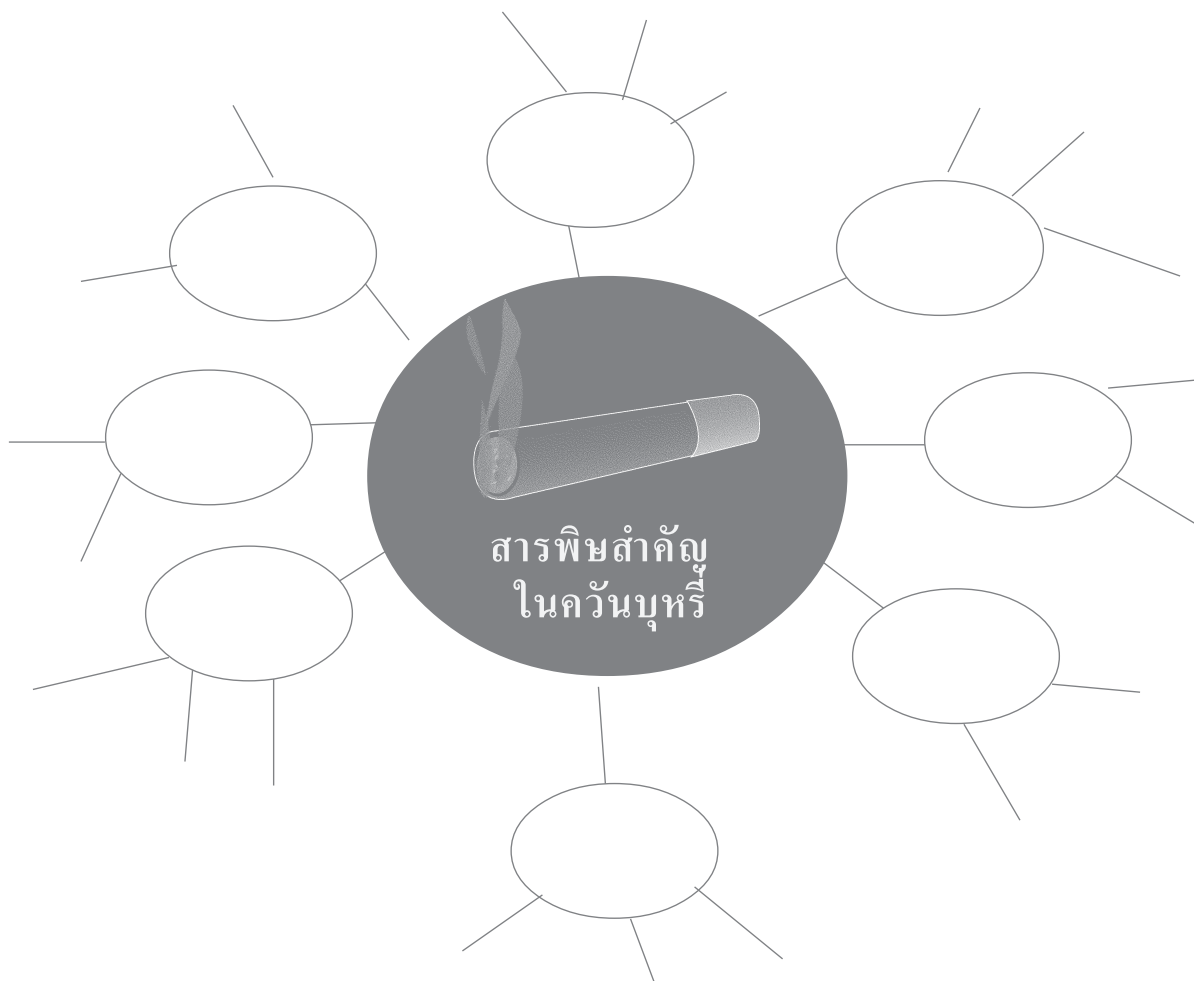
ให้แต่ละกลุ่มบันทึกผลการทดลองและให้นักเรียนจดบันทึกลงในสมุดเป็นรายบุคคล

1. ก้อนสำลีจากในขวดจะมีสี ...เหลืองถึงน้ำตาล... มีลักษณะ ...เหนียวข้น...และกลืน ...เหม็น... เพราะ ...สารทาร์และสารอื่น ๆ ในควันบุหรี่มาเกาะที่สำลี...
2. น้ำที่เทจากขวดจะมีสี ...เหลืองถึงน้ำตาล... เพราะ ...สารทาร์และสารอื่น ๆ ในควันบุหรี่...

สารพิษในควันบุหรี่

คำชี้แจง

1. นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “สารพิษในควันบุหรี่”
2. นักเรียนสรุปสารพิษสำคัญในควันบุหรี่และผลกระทบต่อร่างกายมนุษย์



สรุปเป็นประเด็นต่อไปนี้

1. สารพิษสำคัญในควันบุหรี่ ได้แก่
.....
2. สารพิษเหล่านี้มีผลกระทบต่อร่างกายมนุษย์ ดังนี้
.....
.....

สารพิษในควันบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสารพิษในควันบุหรี่และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับร่างกายมนุษย์ได้



สรุปเป็นประเด็นดังต่อไปนี้

- สารพิษสำคัญในควันบุหรี่ ได้แก่ นิโคติน ทาร์ คาร์บอนมอนอกไซด์ ไฮโดรเจนไซยาไนด์ ไนโตรเจนไดออกไซด์ แอมโมเนีย ไซยาไนด์ ฟอร์มัลดีไฮด์ เป็นต้น
- สารพิษเหล่านี้มีผลกระทบต่อร่างกายมนุษย์ ดังนี้
 - เกิดการเสพติด
 - ระคายเคืองเนื้อเยื่อ แสบตาแสบจมูก
 - ขัดขวางการลำเลียงออกซิเจนของเม็ดเลือดแดง
 - กล้ามเนื้อหัวใจเป็นอัมพาต
 - ทำให้หัวใจเต้นเร็วและทำงานหนักขึ้น
 - เกิดโรคหัวใจ
 - โรคถุงลมโป่งพอง
 - โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง
 - โรคมะเร็งปอด

สาเหตุของการสูบบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 จำแนกระหว่างความเชื่อกับความจริงเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ได้
- 1.2 คัดวิเคราะห์สาเหตุของการสูบบุหรี่ได้
- 1.3 สำรวจและวิเคราะห์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ความเชื่อและความจริงของการสูบบุหรี่
- 2.2 สาเหตุของการสูบบุหรี่
- 2.3 การสำรวจและวิเคราะห์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน

3. สาระสำคัญ

การสูบบุหรี่มีสาเหตุมาจากปัญหาสังคม จากการวิเคราะห์ผลสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากรของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2549 พบว่า ผู้ที่สูบบุหรี่ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาต่ำ ทำให้ไม่มีความรู้เรื่องพิษภัยของการสูบบุหรี่ มีจิตใจที่อ่อนไหวและมีความเชื่อที่ผิดๆ ในเรื่องของการสูบบุหรี่ นอกจากนี้ยังมีสาเหตุมาจากการมีพ่อแม่ พี่น้องหรือเพื่อนฝูงที่สูบบุหรี่ ความอบอุ่นในครอบครัว การกำพร้าพ่อหรือแม่ การมีผลการเรียนอ่อน การตั้งใจจะสูบบุหรี่เมื่อมีอายุมากขึ้น ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญทั้งสิ้น

4. กระบวนการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนแต่ละคนดูภาพในใบงานที่ 1 เรื่อง “ภาพวาดปริศนา” แล้วร่วมกันวิเคราะห์วิจารณ์ในประเด็นต่อไปนี้

- นักเรียนสังเกตเห็นอะไรในภาพบ้าง

ภาพวาดนี้สื่อความหมายที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อเรื่องการสูบบุหรี่อย่างไรบ้าง

- ในเมื่อบุหรี่เป็นตัวยุทธ์ที่ทำลายชีวิตผู้คนทั่วโลกปีละ 5 ล้านคน แต่เหตุใดยังมียุทธ์สูบบุหรี่อยู่เป็นจำนวนมาก

ครูชวนสนทนาว่าพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในภาพเกิดจากความเชื่อหรือความจริง

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อ กับความจริง” แล้วส่งตัวแทนออกมานำเสนอและอธิบายเหตุผลประกอบพร้อมทั้งจัดบันทึกข้อมูลบน กระดาน
- 4.3 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 3 เรื่อง “สาเหตุของการสูบบุหรี่” และให้ทุกกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมกันจัดทำแผนผังความคิด (Mind Mapping) โดยกำหนดสาเหตุของการสูบบุหรี่เป็น 4 ประเด็น ได้แก่ ตนเอง ครอบครัว เพื่อนและสภาพแวดล้อม เพื่อสรุป “สาเหตุของการสูบบุหรี่” ลง ในกระดาษแผ่นใหญ่
- 4.4 นำข้อมูลของทุกกลุ่มมาสรุปผลการวิเคราะห์เป็นภาพรวม ข้อมูลใดมีความคิดเห็นไม่ตรงกันจะนำมาสู่การอภิปราย

ข้อควรระวัง

ในกรณีที่เสียงส่วนใหญ่เห็นด้วยกับ “ความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง” เช่น เห็นด้วยกับข้อความที่ว่า การสูบบุหรี่เป็นความเท่มีเสน่ห์ของวัยรุ่น ครูควรชวนนักเรียนสนทนาและใช้วิจารณญาณร่วมกันเพื่อเปลี่ยนแปลงความเชื่อที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน

- 4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ปฏิบัติใบงานที่ 4 เรื่อง “แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน” และใบงานที่ 5 เรื่อง “อยากรู้ไหมคุณติดบุหรี่แค่ไหน” ซึ่งเป็นแบบวัดระดับการติดสารนิโคติน เพื่อนำไปสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน โดยร่วมกันวางแผนแบ่งพื้นที่สำรวจและกำหนดหน้าที่รับผิดชอบ

ข้อควรปฏิบัติ

ครูควรแนะนำ ข้อควรปฏิบัติในการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในชุมชนทั้งด้านการเตรียมการ การสื่อสาร มารยาทที่ดีและความปลอดภัย

- 4.6 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ปฏิบัติใบงานที่ 6 เรื่อง “แบบสรุปพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน” ส่งครูในชั่วโมงเรียนสัปดาห์ต่อไป

ชั่วโมงที่ 2

- 4.7 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลสรุปการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

- 4.8 นักเรียนและครูร่วมกันสรุปสาเหตุของการสูบบุหรี่
- 4.9 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้เฟาเวอร์พอยต์ เรื่อง “สาเหตุของการสูบบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

- 5.1 กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking)
- 5.2 การเรียนรู้แบบประสบการณ์ (Experiential Learning)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 กระดาษแผ่นใหญ่ ปากกาเมจิกและอุปกรณ์ในการจัดทำแผนผังความคิด (Mind Mapping)
- 6.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง “ภาพวาดปริศนา”
- 6.3 ใบงานที่ 2 เรื่อง “สาเหตุของการสูบบุหรี่”
- 6.4 ใบงานที่ 3 เรื่อง “การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อกับความจริง”
- 6.5 ใบงานที่ 4 เรื่อง “แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน”
- 6.6 ใบงานที่ 5 เรื่อง “อย่ากรู๋ใหม่ . . . คุณติดบุหรี่แค่ไหน”
- 6.7 ใบงานที่ 6 เรื่อง “แบบสรุปพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน”
- 6.8 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “สาเหตุของการสูบบุหรี่”
- 6.9 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน
- 6.10 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>
- 6.11 แหล่งการเรียนรู้ในชุมชน

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - 1) ตรวจใบงาน
 - 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 7.2 เครื่องมือวัด
 - 1) แบบตรวจใบงาน
 - 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และตระหนักถึงสาเหตุ ปัจจัยและความเชื่อของการสูบบุหรี่ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่

9. กิจกรรมเสนอแนะ

- 9.1 “การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อกับความจริง” เกี่ยวกับการสูบบุหรี่ สามารถระดมความคิดเห็นให้นักเรียนกำหนดหัวข้อหรือข้อมูลเพิ่มเติมได้โดยครูเป็นผู้ให้คำปรึกษา
- 9.2 ควรส่งเสริมให้ผู้ปกครองและผู้นำชุมชนมีส่วนร่วมกิจกรรมและประเมินผู้เรียนตามสภาพจริงในการออกไปสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนด้วย

ภาพวาดปริศนา

คำชี้แจง

นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ว่าบุคคลที่สูบบุหรี่ในภาพมีความคิดความเชื่อเกี่ยวกับการสูบบุหรี่อย่างไร

1. นักเรียนสังเกตเห็นอะไรในภาพบ้าง
2. ภาพวาดนี้สื่อความหมายว่า คนในภาพคิดอย่างไรเกี่ยวกับการสูบบุหรี่



ภาพวาดปริศนา

จุดประสงค์การเรียนรู้

วิเคราะห์ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมกาสูบหรี่ของบุคคลในภาพวาดปริศนา

รอบรู้เรื่องบุหรี่



1. สูบบุหรี่ทำให้ดูพอมเพริ้วและเท่



2. สูบบุหรี่ทำให้คิดงานออก



3. สูบบุหรี่ทำให้คลายเครียด

การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อกับความจริง

คำชี้แจง

ให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ข้อมูลเหล่านี้ว่าข้อความในข้อใดเป็นความเชื่อ ข้อความในข้อใดเป็นความจริง โดยให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่นักเรียนเลือกพร้อมทั้งเขียนเหตุผลประกอบ

ที่	ข้อความ	ความเชื่อ	ความจริง	เหตุผล
1	การสูบบุหรี่ทำให้คลายเครียดและสมองปลอดโปร่งขึ้น			
2	การสูบบุหรี่เป็นความเท่และเป็นเสน่ห์ของวัยรุ่น			
3	การสูบบุหรี่ทำให้เป็นผู้ใหญ่ขึ้นและเป็นผู้ชายที่สมบูรณ์แบบ			
4	การสูบบุหรี่เป็นสัญลักษณ์ของการเป็นผู้นำ			
5	การสูบบุหรี่ช่วยดึงดูดความสนใจของเพศตรงข้าม			
6	การสูบบุหรี่ช่วยควบคุมน้ำหนักตัว			
7	การสูบบุหรี่ทำให้ใบหน้าแก่ก่อนวัย			
8	การสูบบุหรี่มากทำให้มีโอกาสที่จะเกิดต่อกระจุกมากยิ่งขึ้น			
9	การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดมะเร็งที่ลิ้นและในปาก			
10	การสูบบุหรี่ทำให้ฟันผุ มีกลิ่นปากและเป็นโรคเหงือก			
11	การสูบบุหรี่จะทำให้หัวใจและหลอดเลือดเสื่อม			
12	ผู้ที่สูบบุหรี่มีโอกาสเกิดโรคแผลในกระเพาะอาหารมากกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่			
13	การสูบบุหรี่จนติดทำให้แก่เร็วขึ้นประมาณ 10 ปี			
14	ผู้ชายสูบบุหรี่มีโอกาสเกิดสมรรถภาพทางเพศเสื่อม			
15	ผู้หญิงสูบบุหรี่จะทำให้เกิดมะเร็งปากมดลูกได้			

การวิเคราะห์ระหว่างความเชื่อกับความจริง

จุดประสงค์การเรียนรู้

จำแนกความเชื่อกับความจริงเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ได้

ที่	ข้อความ	ความเชื่อ	ความจริง	เหตุผล
1	การสูบบุหรี่ทำให้คลายเครียดและสมองปลอดโปร่งขึ้น		✓	สารนิโคตินทำให้คลายเครียดเพียงชั่วขณะ หลังจากนั้นจะต้องสูบบุหรี่มากขึ้นและต้องรับสารพิษมากขึ้น
2	การสูบบุหรี่เป็นความเท่และเป็นเสน่ห์ของวัยรุ่น	✓		การสูบบุหรี่เป็นที่รังเกียจของสังคม
3	การสูบบุหรี่ทำให้เป็นผู้ใหญ่ขึ้นและเป็นผู้ชายที่สมบูรณ์แบบ	✓		การมีสุขภาพแข็งแรงสมวัย ทำให้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์แบบ
4	การสูบบุหรี่เป็นสัญลักษณ์ของการเป็นผู้นำ	✓		ผู้นำต้องกล้าคิดกล้าแสดงออกในทางที่ดี
5	การสูบบุหรี่ช่วยดึงดูดความสนใจของเพศตรงข้าม	✓		การเล่นดนตรี กีฬาที่ดึงดูดความสนใจได้
6	การสูบบุหรี่ช่วยควบคุมน้ำหนักตัว	✓		ต้องควบคุมอาหารและออกกำลังกาย
7	การสูบบุหรี่ทำให้ใบหน้าแก่ก่อนวัย		✓	ควันบุหรี่ลดการไหลเวียนโลหิตไปยังผิวหนัง
8	การสูบบุหรี่มากทำให้มีโอกาสที่จะเกิดต่อกระจุกมากยิ่งขึ้น		✓	มีโอกาสเป็นมากกว่าคนปกติ
9	การสูบบุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดมะเร็งที่ลิ้นและในปาก		✓	สารพิษในควันบุหรี่กระตุ้นให้เซลล์ทำงานผิดปกติ
10	การสูบบุหรี่ทำให้ฟันผุ มีกลิ่นปากและเป็นโรคเหงือก		✓	เกิดจากสารพิษตกค้างและเสี่ยงเป็นมะเร็ง
11	การสูบบุหรี่จะทำให้หัวใจและหลอดเลือดเสื่อม		✓	เกิดจากสารพิษที่อยู่ในควันบุหรี่
12	ผู้ที่สูบบุหรี่มีโอกาสเกิดโรคแผลในกระเพาะอาหารมากกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่		✓	เพราะสารพิษในควันบุหรี่สามารถดูดซึมเข้าทางเนื้อเยื่อทำให้เกิดการระคายเคือง
13	การสูบบุหรี่จนติดทำให้แก่เร็วขึ้นประมาณ 10 ปี		✓	ควันบุหรี่ลดการไหลเวียนโลหิตไปยังผิวหนัง
14	ผู้ชายสูบบุหรี่มีโอกาสเกิดสมรรถภาพทางเพศเสื่อม		✓	เพราะเส้นเลือดตีบทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะเพศได้น้อยลง
15	ผู้หญิงสูบบุหรี่จะทำให้เกิดมะเร็งปากมดลูกได้		✓	สารพิษในควันกระตุ้นให้เกิดเซลล์มะเร็ง

สาเหตุของการสูบบุหรี่

คำชี้แจง

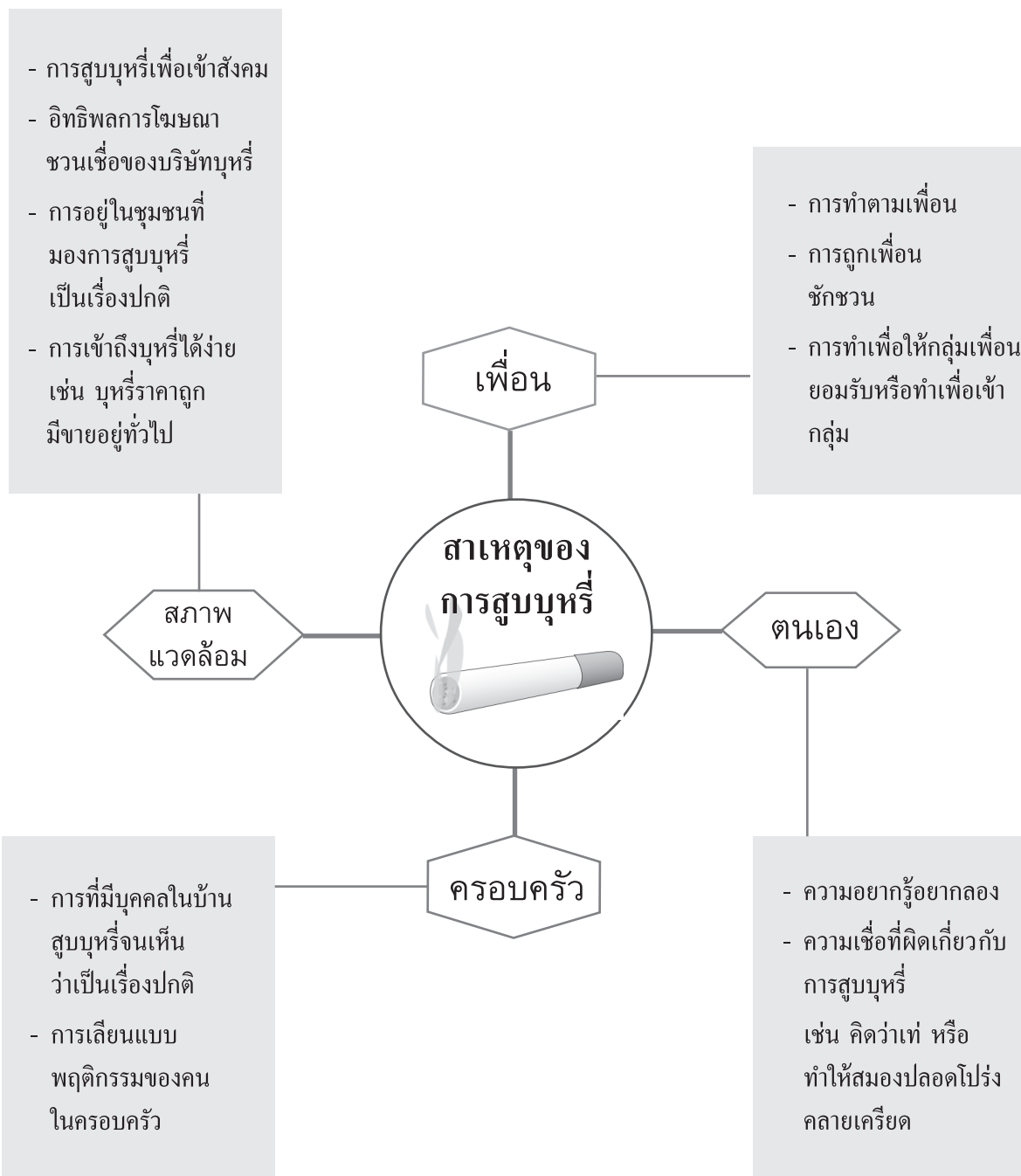
1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน แต่ละกลุ่มระดมสมอง คิดหาสาเหตุของการสูบบุหรี่ให้มากที่สุด เขียนลงในใบงานที่ 3
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมาแข่งขันกัน เขียนสาเหตุของการสูบบุหรี่บนกระดานแผ่นใหญ่ หน้าชั้นเรียนไม่ให้ซ้ำกัน ในลักษณะของแผนผังความคิด (Mind Mapping)



สาเหตุของการสูบบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

คิดวิเคราะห์สาเหตุของการสูบบุหรี่ได้



แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน

คำชี้แจง

ด้วยโรงเรียน.....ได้จัดทำโครงการ “โรงเรียนปลอดบุหรี่” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างค่านิยมไม่สูบบุหรี่ให้กับนักเรียนและพัฒนากิจกรรมการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียน รวมทั้งให้นักเรียนได้มีบทบาทในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ ซึ่งจะทำให้เกิดนโยบายปลอดบุหรี่ขึ้นในโรงเรียนและขยายผลไปสู่ชุมชนปลอดบุหรี่ในอนาคต ดังนั้นเพื่อให้โครงการนี้สำเร็จผลด้วยดีและเป็นประโยชน์ทางการศึกษา จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่นี้ โดยข้อมูลทั้งหมดผู้ดำเนินการจะเก็บไว้เป็นความลับ

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

- 1.1 เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
- 1.2 อายุ.....ปี
- 1.3 สถานภาพ ☐ โสด ☐ สมรส ☐ หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่
- 1.4 อาชีพ ☐ รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ ☐ รับจ้าง ☐ เกษตรกร
- ☐ ประมง ☐ ค้าขาย ☐ ประกอบอาชีพอิสระ
- ☐ อื่นๆ (โปรดระบุ)

ตอนที่ 2 พฤติกรรมและความคิดเห็นเกี่ยวกับการสูบบุหรี่

- 2.1 ท่านเคยสูบบุหรี่ครั้งแรกเมื่ออายุ.....ปี สูบเพราะ.....
- 2.2 ระยะเวลาที่สูบบุหรี่
- ☐ ต่ำกว่า 2 ปี ☐ เวลา 2-5 ปี ☐ เวลา 6-10 ปี
- ☐ เวลา 11-20 ปี ☐ เวลา มากกว่า 20 ปีขึ้นไป
- 2.3 ปัจจุบันนี้ท่านสูบบุหรี่ประมาณวันละกี่มวน
- ☐ 1 มวน ☐ 2-5 มวน ☐ 6-10 มวน
- ☐ 11-20 มวน ☐ มากกว่า 20 มวน
- 2.4 สถานที่ที่ใช้ในการสูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ☐ สถานบันเทิง ☐ สถานที่ที่จัดไว้เฉพาะคนสูบบุหรี่
- ☐ ห้องน้ำ ☐ ร้านอาหาร ☐ สถานที่สาธารณะทั่วไป
- ☐ ห้องนอน ☐ ห้องทำงาน ☐ รถยนต์ส่วนตัว

☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ)

2.5 ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรต่อการสูบบุหรี่

☐ การสูบบุหรี่เป็นเรื่องปกติ ☐ การสูบบุหรี่ทำให้เสพติดและทำลายสุขภาพ

2.6 สาเหตุที่ท่านยังคงสูบบุหรี่อยู่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ เพื่อเข้าสังคม | ☐ ตามเพื่อน | ☐ ดกงาน/ไม่มีอะไรทำ |
| ☐ ลดความเครียด | ☐ ลดความอ้วน | ☐ ประชดชีวิต |
| ☐ คนในครอบครัวสูบบุหรี่ | ☐ แก่เหงา | ☐ เป็นแพ้นั้น |
| ☐ สูบเมื่อดื่มสุรา | ☐ ตัวผู้สูบมีปัญหา | ☐ ครอบครัวมีปัญหา |
| ☐ ต้องการโชว์ | ☐ เลียนแบบดารา | ☐ ต้องการทำร้ายตัวเอง |
| ☐ รู้สึกมั่นใจในตนเองมากขึ้น | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) | |

2.7 ท่านมีความคิดที่จะเลิกสูบบุหรี่หรือไม่

☐ เคยคิด ☐ ไม่เคยคิด

2.8 สาเหตุที่อยากเลิกสูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| ☐ สุขภาพไม่ดี | ☐ อยากลดค่าใช้จ่าย |
| ☐ คนข้างเคียงขอร้องให้เลิก | ☐ ผลกระทบในการทำงาน |
| ☐ รู้สึกว่าสังคมรังเกียจ | ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) |

2.9 อะไรเป็นสาเหตุที่ท่านเลิกสูบบุหรี่ได้ (กรณีที่ได้เลิก)

- | | |
|--|--|
| ☐ มีความตั้งใจจริง | ☐ แยกจากเพื่อนที่สูบบุหรี่ |
| ☐ คนข้างเคียงให้กำลังใจ | ☐ หมอบังคับให้เลิกสูบบุหรี่ |
| ☐ รู้สึกสุขภาพดีขึ้นหลังเลิกสูบบุหรี่ | |
| ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) | |

2.10 อะไรเป็นสาเหตุที่ท่านเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้ (กรณีที่ไม่ได้เลิก)

- | | |
|--|---|
| ☐ อยู่ในสังคม/เพื่อนสูบบุหรี่ | ☐ ไม่อยากจะเลิก/ไม่คิดจะเลิก |
| ☐ คนในครอบครัวสูบบุหรี่ | ☐ จำหน่ายเอง |
| ☐ จิตใจไม่เข้มแข็งพอ | ☐ ไม่มีความตั้งใจจริง |
| ☐ อื่น ๆ (โปรดระบุ) | |

ถ้าคุณคิดจะเลิกสูบบุหรี่ ขอข้อมูลได้ที่

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 ถนนประดิพัทธ์ เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทร. 0-2278-1828 หรือ สายนี้ปลอดบุหรี่ โทร. 1600

อยากรู้ไหม... คุณติดบุหรี่แค่ไหน

คำชี้แจง

วิธีง่ายๆ ที่จะช่วยให้คนสูบบุหรี่รู้จักตัวเองมากขึ้น อยากรู้ว่าคุณลองประเมินตัวเองและคิดหาทางเลิกสูบบุหรี่ก่อนที่จะสายเกินไป ด้วยวิธีทดสอบว่าคุณติดนิโคตินระดับไหน

1. โดยปกติคุณสูบบุหรี่กี่มวนต่อวัน

- ☐ 10 มวนหรือน้อยกว่า
- ☐ 11-20 มวน
- ☐ 21-30 มวน
- ☐ 31 มวนขึ้นไป

2. หลังตื่นนอนตอนเช้าคุณสูบบุหรี่มวนแรกเมื่อไร

- ☐ ภายใน 5 นาทีหลังตื่นนอน
- ☐ 6-30 นาทีหลังตื่นนอน
- ☐ 31-60 นาทีหลังตื่นนอน
- ☐ มากกว่า 60 นาที หลังตื่นนอน

3. คุณสูบบุหรี่จัดหลังตื่นนอนช่วงโมงแรก (หมายถึงสูบบุหรี่จำนวนมากกว่าในช่วงอื่น ๆ ของวัน)

- ☐ ใช่
- ☐ ไม่ใช่

4. สูบบุหรี่มวนไหนที่คุณไม่อยากเลิกมากที่สุด

- ☐ มวนแรกในตอนเช้า
- ☐ มวนอื่นๆ

5. คุณรู้สึกลำบากหรือยุ่งยากไหมที่ต้องอยู่ในเขต “ปลอดบุหรี่” เช่น ที่ทำงาน โรงภาพยนตร์ รถเมล์ ร้านอาหาร ฯลฯ

- ☐ รู้สึกลำบาก
- ☐ ไม่รู้สึกลำบาก

6. คุณยังต้องสูบบุหรี่ แม้จะต้องนอนเจ็บป่วยทั้งวัน

- ☐ ใช่
- ☐ ไม่ใช่

* Heatherton TF, Kozlowski LT, Frecker RC, Fagerstrom KO. The Fagerstrom Test for Nicotine Dependence: A revision of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. British Journal of Addictions 1991;86:1119-27

อย่ากลัวไหม...คุณติดบุหรี่แค่ไหน

จุดประสงค์การเรียนรู้

สำรวจและวิเคราะห์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนได้

1. โดยปกติคุณสูบบุหรี่กี่มวนต่อวัน

- ☐ 10 มวนหรือน้อยกว่า (0 คะแนน)
- ☐ 11-20 มวน (1 คะแนน)
- ☐ 21-30 มวน (2 คะแนน)
- ☐ 31 มวนขึ้นไป (3 คะแนน)

2. หลังตื่นนอนตอนเช้าคุณสูบบุหรี่มวนแรกเมื่อไร

- ☐ ภายใน 5 นาทีหลังตื่นนอน (3 คะแนน)
- ☐ 6-30 นาทีหลังตื่นนอน (2 คะแนน)
- ☐ 31-60 นาทีหลังตื่นนอน (1 คะแนน)
- ☐ มากกว่า 60 นาที หลังตื่นนอน (0 คะแนน)

3. คุณสูบบุหรี่จัดหลังตื่นนอนช่วงโมงแรก (หมายถึงสูบบุหรี่จำนวนมากกว่าในช่วงอื่น ๆ ของวัน)

- ☐ ใช่ (1 คะแนน)
- ☐ ไม่ใช่ (0 คะแนน)

4. สูบบุหรี่มวนไหนที่คุณไม่อยากจะเลิกมากที่สุด

- ☐ มวนแรกในตอนเช้า (1 คะแนน)
- ☐ มวนอื่นๆ (0 คะแนน)

5. คุณรู้สึกลำบากหรือยุ่งยากไหมที่ต้องอยู่ในเขต “ปลอดบุหรี่” เช่น ที่ทำงาน โรงภาพยนตร์ รถเมล์ ร้านอาหาร ฯลฯ

- ☐ รู้สึกลำบาก (1 คะแนน)
- ☐ ไม่รู้สึกลำบาก (0 คะแนน)

6. คุณยังต้องสูบบุหรี่ แม้จะต้องนอนเจ็บป่วยทั้งวัน

- ☐ ใช่ (1 คะแนน)
- ☐ ไม่ใช่ (0 คะแนน)

* Heatherton TF, Kozlowski LT, Frecker RC, Fagerstrom KO. The Fagerstrom Test for Nicotine Dependence: A revision of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. British Journal of Addictions 1991;86:1119-27

อยากรู้ไหม... คุณติดบุหรี่แค่ไหน

จุดประสงค์การเรียนรู้

สำรวจและวิเคราะห์พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนได้

นับคะแนน โดยตรวจสอบคำตอบและรวมคะแนน ซึ่งคะแนนจะอยู่ในช่วง 0 - 10 คะแนน สามารถอ่านผลดังกล่าวอธิบายต่อไปนี้

0 - 2 คะแนน

ไม่นับว่าคุณติดสารนิโคติน คุณสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ด้วยตนเอง หากเคยล้มเหลวจากการพยายามเลิกด้วยตนเอง คุณอาจลองใช้พฤติกรรมบำบัดบางอย่างช่วยเสริม

3 - 4 คะแนน

คุณติดนิโคตินในระดับต่ำ คุณควรเลิกสูบบุหรี่ตั้งแต่วันนี้ คุณสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ด้วยตนเอง หากเคยล้มเหลวจากการพยายามเลิกด้วยตนเอง คุณอาจลองใช้พฤติกรรมบำบัดบางอย่างช่วยเสริม

5 คะแนน

คุณติดนิโคตินระดับปานกลาง มีแนวโน้มอย่างมากในการพัฒนาไปเป็นการติดนิโคตินในระดับสูงและจะเลิกยากมาก การเลิกสูบบุหรี่เสียตั้งแต่วันนี้จะทำได้ง่ายกว่าการที่คุณยังสูบบุหรี่ต่อไป หากเคยล้มเหลวจากการพยายามเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเองหรือร่วมกับการใช้พฤติกรรมบำบัดเสริมหรือวิธีอื่นๆ เช่น การฝังเข็มหรือการสะกดจิตมาแล้ว คุณควรอย่างยิ่งที่จะไปพบแพทย์เพื่อรับคำปรึกษาเพื่อการเลิกสูบบุหรี่

6 - 7 คะแนน

คุณติดสารนิโคตินระดับสูง คุณควรใส่ใจและให้ความสำคัญกับสุขภาพของคุณ และเอาใจใส่จริงจังในการเลิกสูบบุหรี่เพื่อชีวิตที่ดีขึ้น สำหรับคุณการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเองหรือการใช้แค่เพียงกำลังใจอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอในการรักษา หากเคยล้มเหลวจากการพยายามเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเองหรือร่วมกับการใช้พฤติกรรมบำบัดเสริมหรือวิธีอื่นๆ รวมทั้งการใช้แผ่นแปะนิโคตินหรือหมากฝรั่งนิโคตินมาแล้ว กรณีนี้คุณควรพบแพทย์เพื่อรับคำปรึกษาเพื่อการเลิกสูบบุหรี่

8 - 10 คะแนน

คุณติดสารนิโคตินในระดับที่สูงมาก การเลิกบุหรี่ด้วยตนเอง หรือการใช้กำลังใจเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ คุณควรพบแพทย์เพื่อรับคำปรึกษาเพื่อใช้ในการเลิกสูบบุหรี่

แบบสรุปพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชน

คำชี้แจง

ให้นักเรียนสรุปพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของคนในชุมชนที่นักเรียนได้ไปสัมภาษณ์

พื้นที่สำรวจอยู่ในเขตหมู่บ้าน/ชุมชน.....

แขวง/ตำบล.....เขต/อำเภอ.....จังหวัด.....

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสำรวจ

กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสำรวจ	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
						100

ตารางที่ 2 แสดงอายุของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	อายุ	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	อายุ 10 - 15 ปี						
2	อายุ 16 - 20 ปี						
3	อายุ 21 - 30 ปี						
4	อายุ 31 - 40 ปี						
5	อายุ 41 ปีขึ้นไป						

ตารางที่ 3 แสดงสถานภาพการสมรสของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	สถานภาพการสมรส	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	โสด						
2	สมรส						
3	หม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่						

ตารางที่ 4 แสดงอาชีพของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	อาชีพ	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ						
2	รับจ้าง						
3	เกษตรกร						
4	ประมง						
5	ค้าขาย						
6	ประกอบอาชีพอิสระ						
7	อื่น ๆ						

ตารางที่ 5 อายุในการสูบบุหรี่ครั้งแรกของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	อายุในการสูบบุหรี่ครั้งแรก	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	อายุ 10 - 15 ปี						
2	อายุ 16 - 20 ปี						
3	อายุ 21 - 30 ปี						
4	อายุ 31 - 40 ปี						
5	อายุ 41 ปี ขึ้นไป						

ตารางที่ 6 ระยะเวลาในการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	ระยะเวลาในการสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	เวลา น้อยกว่า 2 ปี						
2	เวลา 2 - 5 ปี						
3	เวลา 6 - 10 ปี						
4	เวลา 11 - 20 ปี						
5	เวลา มากกว่า 20 ปีขึ้นไป						

ตารางที่ 7 เฉลี่ยการสูบบุหรี่ต่อวันของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	เฉลี่ยการสูบบุหรี่ต่อวัน	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	จำนวน 1 มวน/วัน						
2	จำนวน 2 - 5 มวน/วัน						
3	จำนวน 6 - 10 มวน/วัน						
4	จำนวน 11 - 20 มวน/วัน						
5	จำนวน 21 มวนขึ้นไป						

ตารางที่ 8 ความคิดเห็นต่อการสูบบุหรี่ของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	ความคิดเห็นต่อการสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	การสูบบุหรี่เป็นเรื่องปกติ						
2	การสูบบุหรี่เป็นการคิดสิ่งเสียดสีที่ทำลายสุขภาพ						

ตารางที่ 9 สถานที่ที่ใช้ในการสูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ที่	สถานที่ที่ใช้ในการสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	สถานบันเทิง						
2	สถานที่ที่จัดไว้เฉพาะคนสูบบุหรี่						
3	ห้องน้ำ						
4	สถานที่สาธารณะทั่วไป						
5	ร้านอาหาร						
6	ห้องนอน						
7	ห้องทำงาน						
8	รถยนต์ส่วนตัว						

ตารางที่ 10 สาเหตุที่ทำให้สูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ที่	สาเหตุทำให้คนสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	อยากลอง						
2	เพื่อเข้าสังคม						
3	ตามเพื่อน						
4	ตกลงาน/ไม่มีอะไรจะทำ						
5	ลดความเครียด						
6	ต้องการลดความอ้วน						
7	ประชดชีวิต						
8	คนในครอบครัวสูบ						
9	แก้เหงา						
10	รู้สึกมั่นใจตนเองมากขึ้น						
11	สูบเมื่อดื่มสุรา						
12	ต้องการโชว์						
13	เลียนแบบดารา/แฟชั่น						
14	ต้องการทำร้ายตัวเอง						
15	ครอบครัวมีปัญหา						
16	ตัวคนสูบบมีปัญหา						
17	เลียนแบบคนในครอบครัว						

ตารางที่ 11 ความคิดจะเลิกสูบบุหรี่

ที่	ความคิดจะเลิกสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	เคยคิด						
2	ไม่เคยคิด						

ตารางที่ 12 สาเหตุที่ท่านอยากจะเลิกสูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ที่	สาเหตุที่ท่านอยาก จะเลิกสูบบุหรี่	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	สุขภาพไม่ดี						
2	อยากลดค่าใช้จ่าย						
3	คนข้างเคียงขอร้องให้เลิก						
4	มีผลกระทบในการทำงาน						
5	รู้สึกว่สั้งคมรังเกียจ						
6	อื่นๆ						

ตารางที่ 13 อะไรเป็นสาเหตุที่ท่านเลิกสูบบุหรี่ได้

ที่	อะไรเป็นสาเหตุที่ท่าน เลิกสูบบุหรี่ได้	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	มีความตั้งใจจริง						
2	แยกจากเพื่อนที่สูบบุหรี่						
3	คนข้างเคียงให้กำลังใจ						
4	หมอบังคับให้เลิก						
5	รู้สึกสุขภาพดีขึ้นหลังเลิกสูบบุหรี่						
6	อื่นๆ						

ตารางที่ 14 อะไรเป็นสาเหตุที่ท่านเลิกสูบบุหรี่ไม่ได้

ที่	อะไรเป็นสาเหตุที่ท่าน เลิกสูบบุหรี่ไม่ได้	ชาย		หญิง		รวม	
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1	อยู่ในสังคมที่สูบ/เพื่อนสูบ						
2	ไม่อยากจะเลิก/ไม่คิดจะเลิก						
3	คนในครอบครัวสูบบุหรี่						
4	จำหน่ายเอง						
5	จิตใจไม่เข้มแข็งพอ						
6	ไม่มีความตั้งใจจริง						
7	อื่นๆ						

ผลกระทบ ของบุหรี่

ผลกระทบของบุหรี่

ผลการสูบบุหรี่ต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่ได้
- 1.2 วิเคราะห์ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่ได้

2. สารการเรียนรู้

ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่

3. สารสำคัญ

ควันบุหรี่มีสารพิษจำนวนมากที่เป็นอันตรายและมีผลกระทบต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของตัวผู้สูบบุหรี่เอง และบุคคลที่อยู่ใกล้เคียง สามารถจำแนกเป็นผลที่เกิดขึ้นในระยะสั้นและผลที่เกิดขึ้นในระยะยาว

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน (pre-test) จำนวน 10 ข้อ
- 4.2 ทบทวนความรู้เกี่ยวกับสารพิษที่มีอยู่ในควันบุหรี่โดยให้นักเรียนช่วยกันบอกชื่อสารพิษสำคัญในควันบุหรี่ จากนั้นซักถามนักเรียนดังนี้
 - ในควันบุหรี่มีสารพิษจำนวนมากดังที่รู้กันอยู่แล้ว นักเรียนคิดว่าผู้ที่สูบบุหรี่จะได้รับสารพิษนั้นหรือไม่
 - เมื่อได้รับสารพิษดังกล่าวจะมีผลต่อร่างกายอย่างไรบ้าง

ขั้นสอน

- 4.3 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 1 “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”
- 4.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มทำใบงานที่ 1 “เกมจับคู่สารพิษ” ใบงานที่ 2 เรื่อง “ผลกระทบต่อบุคลิกภาพ” ใบงานที่ 3 เรื่อง “วงจรชีวิตและสุขภาพของวัยรุ่นที่ติดบุหรี่”
- 4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ส่งตัวแทนมานำเสนอผลงานกลุ่มหน้าชั้นเรียน (ถ้าเวลาไม่พอ อาจเลือกให้นักเรียนนำเสนอผลงานเพียงเรื่องละ 2-3 กลุ่ม หรือนำเสนอเฉพาะความคิดเห็นที่แตกต่างจากกลุ่มอื่นที่นำเสนอไว้แล้ว)

ขั้นสรุป

- 4.6 นักเรียนร่วมกันสรุปผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ

- 4.7 นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน (pre-test) จำนวน 10 ข้อ
- 4.8 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้ สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

- 5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด
- 5.2 การเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 แบบทดสอบก่อนเรียน - หลังเรียน เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”
- 6.2 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”
- 6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “เกมจับคู่สารพิษ”
- 6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ผลกระทบต่อบุคลิกภาพ”
- 6.5 ใบงานที่ 3 เรื่อง “วงจรชีวิตและสุขภาพของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่”
- 6.6 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”
- 6.7 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน
- 6.8 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - 1) ตรวจใบงาน
 - 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
 - 3) การทดสอบก่อนเรียน - หลังเรียน
- 7.2 เครื่องมือวัด
 - 1) แบบเฉลยใบงาน
 - 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม (ภาคผนวก)
 - 3) แบบทดสอบก่อนเรียน - หลังเรียนและเฉลย
- 7.3 เกณฑ์การวัด
เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และตระหนักในพิษภัยและอันตรายของบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่

9. กิจกรรมเสนอแนะ

9.1 บูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์

9.2 ให้นักเรียนค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมทางอินเทอร์เน็ตแล้วจัดนิทรรศการ

ผล กระทบ ของ บุหรี่ ที่มี ต่อ บุคลิกภาพ และ สุขภาพ

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่

คำชี้แจง

แบบทดสอบนี้มีจำนวน 10 ข้อ คะแนนเต็ม 10 คะแนน ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. สารพิษในควันบุหรี่ที่ทำให้หัวใจและเส้นเลือด คือนิโคตินชนิดใด
ก. ทาร์
ข. นิโคติน
ค. แอมโมเนีย
ง. ไนโตรเจนไดออกไซด์
2. อาการไอเป็นเลือด น้ำหนักลด ปวดกระดูกซี่โครง บวมบริเวณหน้า แขนและอก กลืนอาหารลำบาก ไม่สามารถกลืนปัสสาวะและอุจจาระได้ เป็นอาการของผู้ป่วยโรคอะไร
ก. วัณโรค
ข. โรคมะเร็งปอด
ค. โรคถุงลมปอดโป่งพอง
ง. โรคหัวใจ
3. โรคใดต่อไปนี้ไม่ได้มีสาเหตุมาจากการสูบบุหรี่
ก. โรคหัวใจ
ข. หลอดลมอักเสบ
ค. โรคเบาหวาน
ง. มะเร็งปากมดลูก
4. สารนิโคตินในควันบุหรี่ก่อให้เกิดโรคใด
ก. โรคเส้นเลือดหัวใจตีบ
ข. มะเร็งปอด
ค. มะเร็งในช่องปาก
ง. โรคถุงลมปอดโป่งพอง
5. เหตุใดหญิงตั้งครรภ์ที่สูบบุหรี่จึงมีโอกาสแท้งลูกมากกว่าหญิงตั้งครรภ์ที่ไม่สูบบุหรี่
ก. เพราะทารกในครรภ์ได้รับออกซิเจนจากมารดามากเกินไป
ข. เพราะทารกในครรภ์ได้รับก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์จากมารดา
ค. เพราะทารกในครรภ์ได้รับสารอาหารผ่านทางรกไม่เพียงพอ
ง. เพราะทารกในครรภ์ได้รับเลือดและออกซิเจนไม่เพียงพอจากมารดา

6. การเกิดคราบเกาะภายในหลอดเลือดจนทำให้หลอดเลือดเล็กลงและเกิดการตีบตันของเส้นเลือด ทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้น้อยลง เป็นสาเหตุให้เกิดโรคอะไร

- | | |
|-------------------------|------------------------------|
| ก. โรคหลอดเลือดอักเสบ | ข. โรคความดันโลหิตต่ำ |
| ค. โรคเส้นเลือดหัวใจตีบ | ง. โรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด |

7. ข้อใดเป็นผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพ

- | | |
|----------------|----------------------|
| ก. หัวฟู | ข. นิ้วและเล็บเหลือง |
| ค. ไอจามบ่อย ๆ | ง. เหนื่อยง่าย |

8. เหตุใดการสูบบุหรี่จึงก่อให้เกิดโรคถุงลมปอดโป่งพอง

- ก. เพราะสารพิษในควันบุหรี่ทำให้ถุงลมในปอดเพิ่มจำนวนและขนาดมากขึ้น
- ข. เพราะสารพิษในควันบุหรี่ทำให้ถุงลมในปอดแตกจนทำให้เลือดออกในปอด
- ค. เพราะสารพิษในควันบุหรี่ทำให้ถุงลมในปอดฉีกขาดและรวมตัวกันมีขนาดใหญ่ขึ้น
- ง. เพราะสารพิษในควันบุหรี่ทำให้ถุงลมในปอดหยุดการฟอกเลือดทำให้หอบและเหนื่อยง่าย

9. สารนิโคตินในควันบุหรี่เมื่อสูดเข้าไปแล้วส่งผลกระทบต่อระบบประสาทอย่างไร

- ก. กระตุ้นประสาทในระยะแรกแล้วกดประสาทในเวลาต่อมา
- ข. กดประสาทในระยะแรกแล้วกระตุ้นประสาทในเวลาต่อมา
- ค. กระตุ้นประสาทในระยะแรกแล้วกล่อมประสาทในเวลาต่อมา
- ง. กล่อมประสาทในระยะแรกแล้วกระตุ้นประสาทในเวลาต่อมา

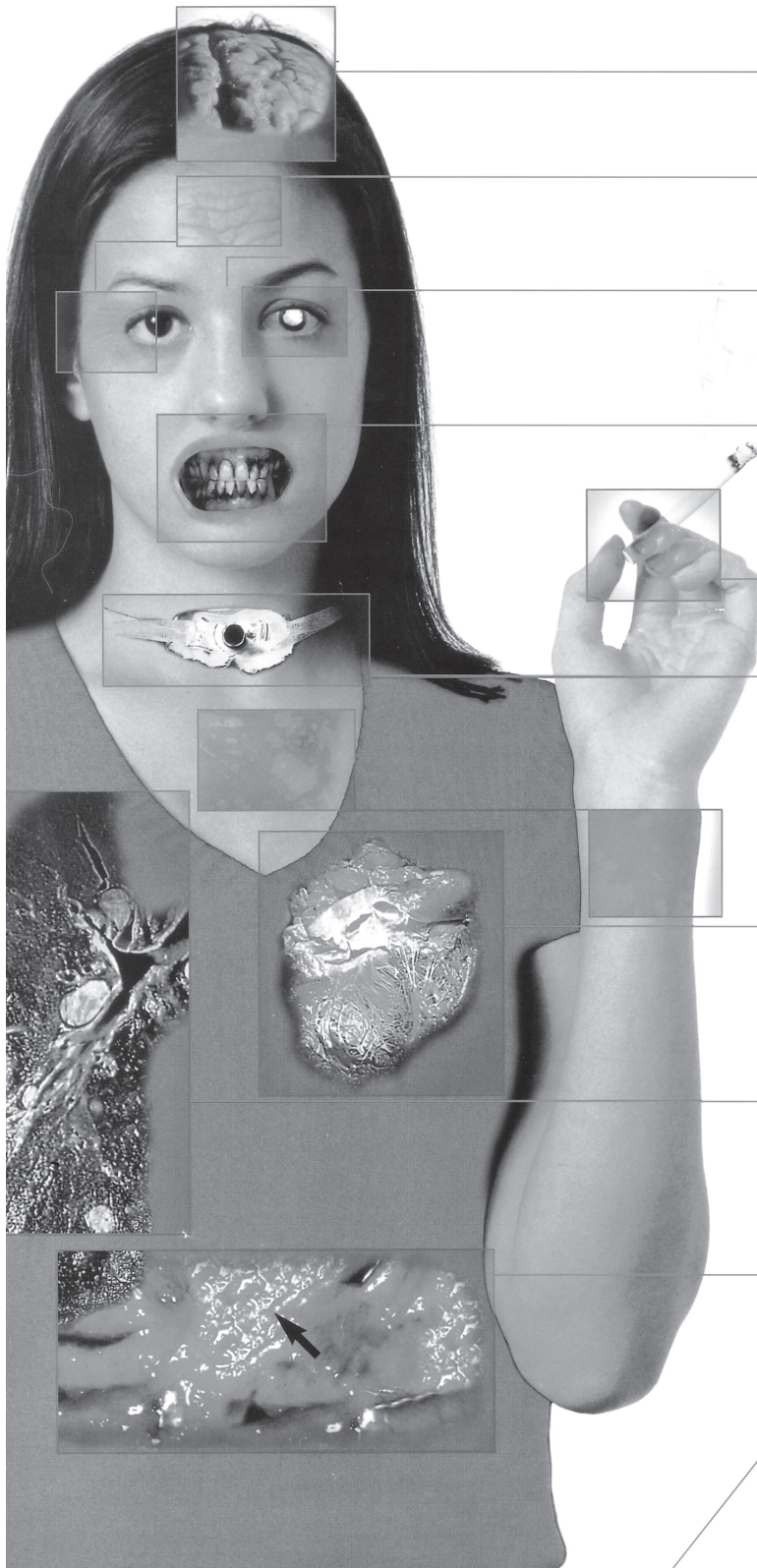
10. อาการเขียวคล้ำบริเวณริมฝีปากของผู้สูบบุหรี่เกิดจากสาเหตุใด

- ก. เพราะเส้นเลือดฝอยในร่างกายขยายตัวทำให้ริมฝีปากมีสีคล้ำลง
- ข. เพราะเส้นเลือดฝอยบริเวณริมฝีปากขยายตัวจึงเห็นสีคล้ำมากขึ้น
- ค. เพราะเส้นเลือดฝอยในร่างกายหดตัวทำให้ริมฝีปากมีสีคล้ำลง
- ง. เพราะเส้นเลือดฝอยในร่างกายหดตัวทำให้เลือดไหลเวียนไม่สะดวก

เฉลยแบบทดสอบ เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพและสุขภาพ”

1.ก 2.ข 3.ค 4.ก 5.ง 6.ค 7.ข 8.ค 9.ก 10.ค

ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อ บุคลิกภาพและสุขภาพ



ทำให้เสพติด

นิโคตินในบุหรี่มีฤทธิ์ในการเสพติดสูงมากเท่าเฮโรอีน

เกิดรอยย่น

ควันบุหรี่ลดการไหลเวียนของเลือดไปยังผิวหนังส่วนต่าง ๆ ซึ่งทำให้เกิดผิวแห้งกร้านและเกิดรอยย่นที่หางตาและบนใบหน้า

ต้อกระจก

ยังสูบบุหรี่มากเท่าไร โอกาสที่จะเกิดต้อกระจกยิ่งมากขึ้น

มะเร็งในปาก

บุหรี่เป็นสาเหตุสำคัญของการเกิดมะเร็งที่ลิ้นและในปาก บุหรี่ยังทำให้ริมฝีปากเขียวคล้ำ ฟันผุ มีกลิ่นปาก และเป็นโรคเหงือก แม้จะเป็นวัยรุ่น

นิ้วและเล็บเหลือง

การสูบบุหรี่หรือนำมันดินจากควันบุหรี่จะทำให้นิ้วเหลืองและทำให้เสีย

มะเร็งกล่องเสียง

4 ใน 5 ของคนที่สูบบุหรี่เป็นมะเร็งกล่องเสียงเกิดจากการสูบบุหรี่

โรคหัวใจ

ภายใน 1 นาทีที่คุณสูดควันบุหรี่เข้าไป หัวใจจะเต้นเร็วขึ้น ความดันเลือดจะสูงขึ้น และทำให้หัวใจทำงานหนักขึ้น

มะเร็งปอดและถุงลมโป่งพอง

ถ้าคุณสูบบุหรี่ คุณจะมีโอกาสเสียชีวิตจากมะเร็งปอดถึง 20 เท่าของคนไม่สูบบุหรี่ แต่ก่อนหน้านี้ สมรรถภาพปอดของคุณจะลดลง จะเป็นถุงลมโป่งพอง ซึ่งร้อยละ 90 ของคนเป็นโรคนี้เกิดจากบุหรี่

แผลในกระเพาะอาหาร

ผู้สูบบุหรี่มีโอกาสเกิดโรคแผลในกระเพาะอาหารมากกว่าผู้ไม่สูบบุหรี่ และมีอัตราการเกิดเลือดออกในกระเพาะอาหารมากกว่า และทำให้แผลหายช้ากว่าปกติ

มะเร็งปากมดลูก

ผู้หญิงที่สูบบุหรี่มีอัตราการติดเชื้อไวรัส HPV ไลมาบาบริเวณปากมดลูกเพิ่มขึ้น ปากมดลูกที่ติดเชื้อไวรัสตัวนี้จะมีอัตราการกลายเป็นมะเร็งปากมดลูกสูง



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

โทร. 0-2278-1828-9 <http://www.ashthailand.or.th>

ดัดแปลงจาก Poster Child ๒๐๐ Ministry of Health, British Columbia, Canada.

เกมจับคู่สารพิษ

คำชี้แจง

ให้นักเรียนร่วมกันพิจารณาโยงเส้นระหว่าง ผลกระทบทางร่างกายที่เกิดจากการสูบบุหรี่ (วงรีด้านซ้าย) สารพิษที่เป็นสาเหตุ (วงกลมด้านขวา)

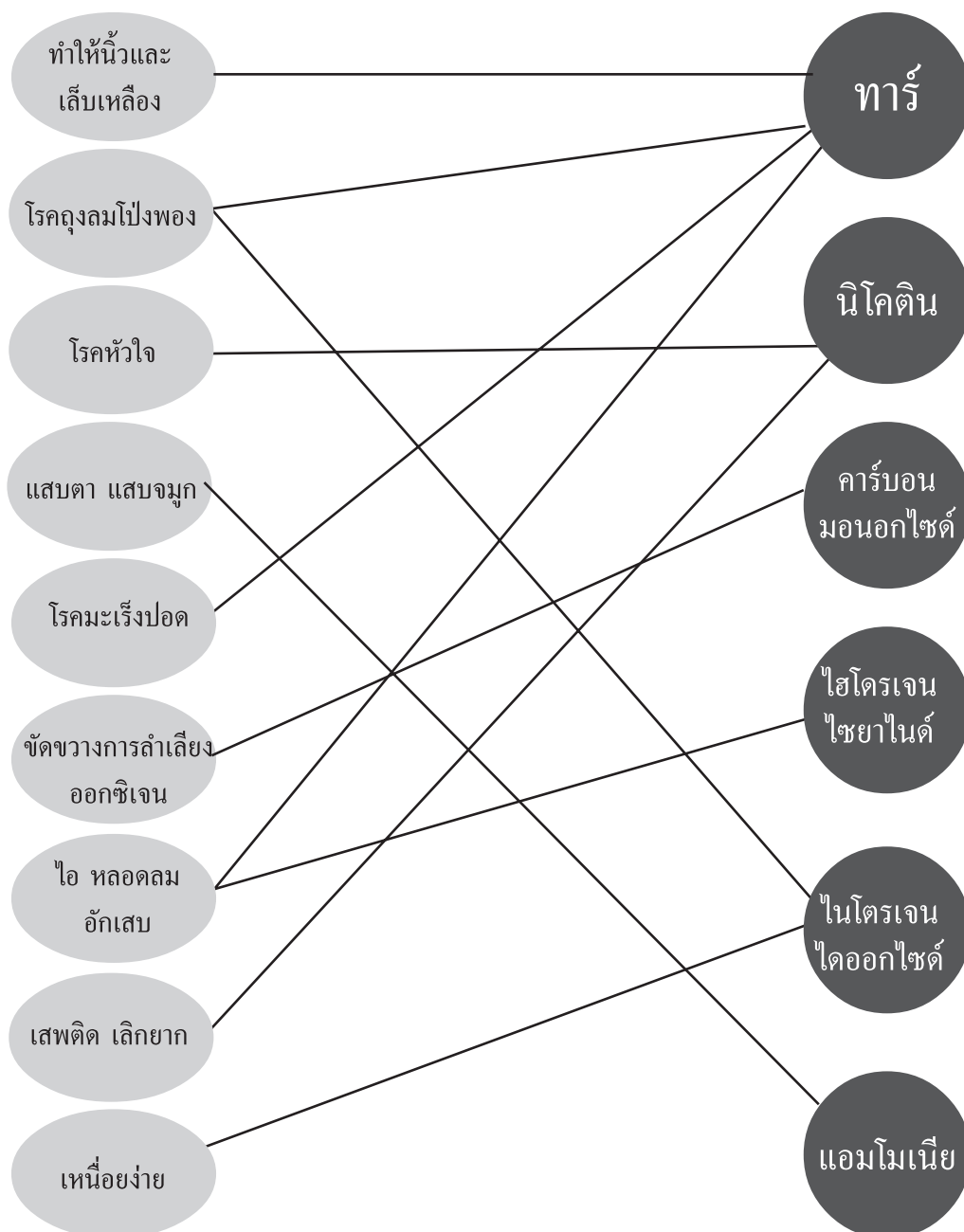


ผลกระทบของบุหรี่

เกมจับคู่สารพิษ

จุดประสงค์การเรียนรู้

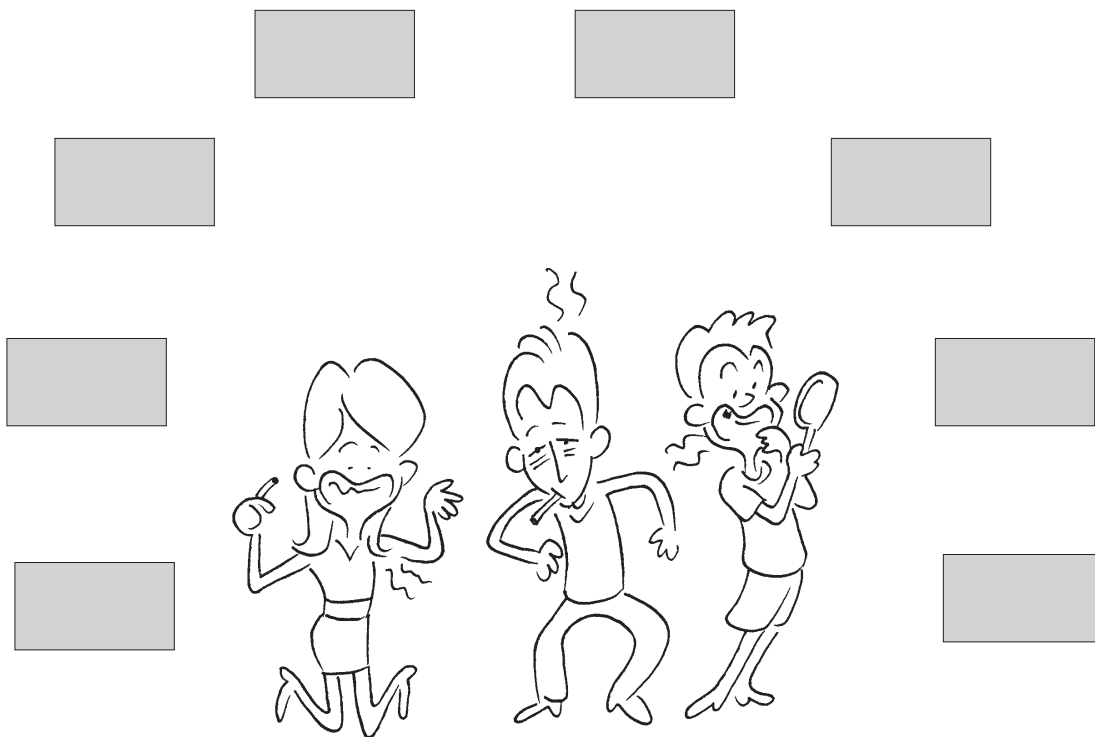
บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อคุณภาพและสุขภาพของผู้สูบบุหรี่ได้



ผลกระทบท่อบุคลิกภาพ

คำชี้แจง

ให้นักเรียนร่วมกันพิจารณาว่า หากวัยรุ่นชายและหญิงติดบุหรี่ จะมีผลกระทบท่อบุคลิกภาพอย่างไรบ้าง โดยเติมข้อความลงในช่องสี่เหลี่ยมให้ถูกต้องสมบูรณ์ พร้อมทั้งโยงเส้นบอกตำแหน่งและร่วมกันสรุปภาพลักษณ์ของวัยรุ่นชาย - หญิงที่สูบบุหรี่ ในสายตาของนักเรียนและสังคมรอบข้าง เสร็จแล้วระบายสีให้สวยงาม



สรุป : ภาพลักษณ์ของวัยรุ่น ชาย-หญิง ที่สูบบุหรี่ในสายตานักเรียน

วัยรุ่นชาย

.....

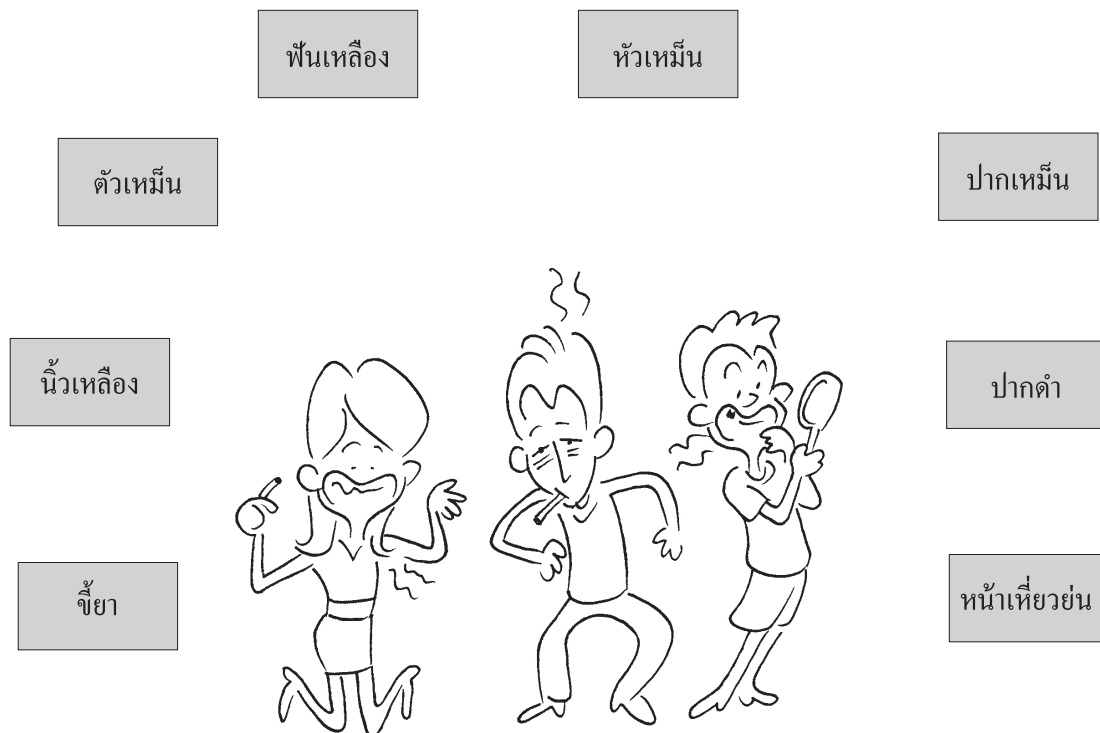
วัยรุ่นหญิง.....

.....

ผลกระทบต่อบุคลิกภาพ

จุดประสงค์การเรียนรู้

คิดวิเคราะห์ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อบุคลิกภาพ



แนวคำตอบ

สรุป ภาพลักษณ์ของวัยรุ่นชาย-หญิง ที่สูบบุหรี่ในสายตานักเรียนและสังคมรอบข้าง

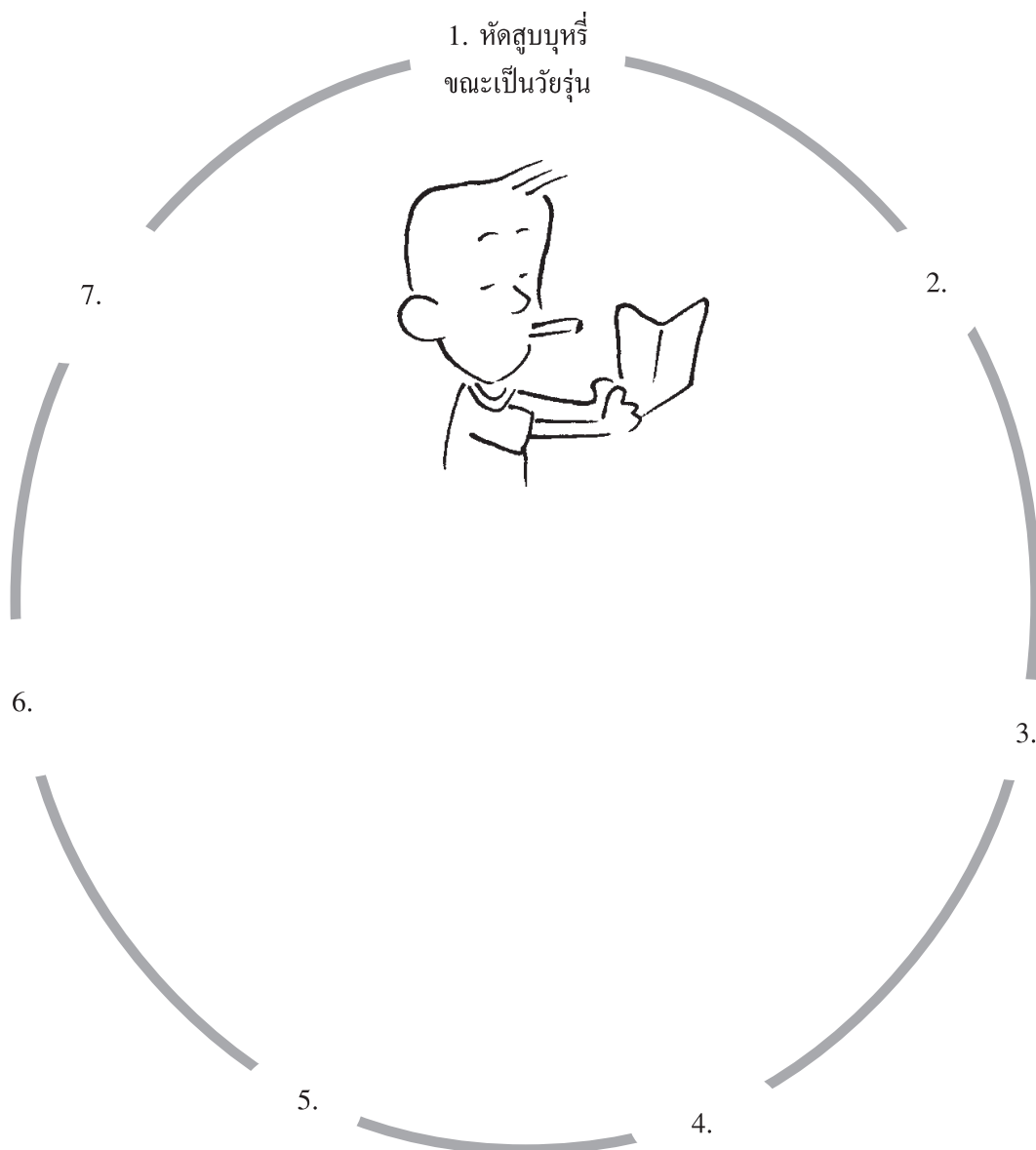
วัยรุ่น ชาย - ไม่น่าไว้วางใจ มีโอกาสติดยาเสพติดชนิดอื่นเพิ่มขึ้น ไม่เป็นแบบอย่างที่ดี มีกลิ่นตัวที่ไม่พึงประสงค์ หาแฟนยาก ไม่มีใครอยากคบด้วย

วัยรุ่น หญิง - เป็นที่ติฉินนินทา มีโอกาสติดยาเสพติดชนิดอื่นเพิ่มขึ้นและอาจมีพฤติกรรมที่เสื่อมเสีย ชื่อเสียงของวงศ์ตระกูล ไม่มีใครยอมรับเป็นแฟนหรือเป็นแม่ของลูกในอนาคต

วงจรชีวิตของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่

คำชี้แจง

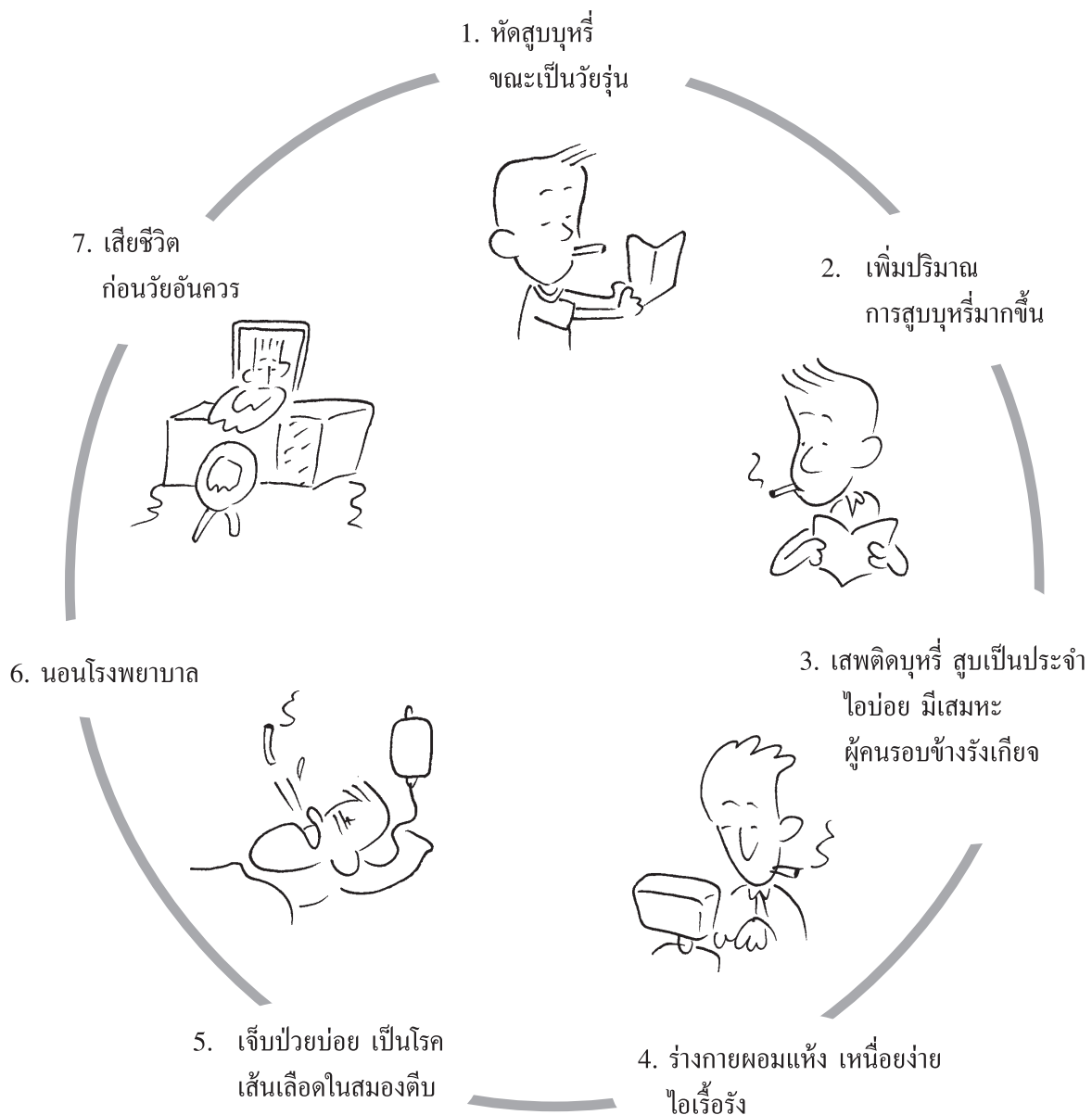
1. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ผลกระทบที่มีต่อสุขภาพของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่ โดยเขียนเป็นวงจรชีวิตของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่
2. ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน



วงจรชีวิตของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

คิดวิเคราะห์วงจรชีวิตของวัยรุ่นที่สูบบุหรี่



ควันบุหรี่มือสอง

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกความหมายของควันบุหรี่มือสองได้
- 1.2 วิเคราะห์โทษและผลกระทบของควันบุหรี่มือสองได้
- 1.3 บอกวิธีป้องกันตนเองและผู้อื่นจากควันบุหรี่มือสองได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ความหมายของควันบุหรี่มือสอง
- 2.2 อันตรายจากควันบุหรี่มือสอง
- 2.3 การป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงจากควันบุหรี่มือสอง

3. สาระสำคัญ

ควันบุหรี่มือสองเป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้ที่สูบบุหรี่และผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ ดังนั้นการสนับสนุนและรณรงค์ให้สถานที่ต่างๆ เป็นเขตปลอดบุหรี่ จะทำให้ทุกคนปลอดภัยจากควันบุหรี่มือสอง

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนตอบคำถาม “แม้นักเรียนจะไม่สูบบุหรี่ นักเรียนปลอดภัยจากควันบุหรี่จริงหรือไม่” หลังจากนั้นนักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายซักถามในประเด็นต่อไปนี้
 - การที่คนไม่สูบบุหรี่ต้องจำยอมอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีควันบุหรี่จะเป็นอย่างไร
 - จากข้อความ “พ่อสูบบุหรี่ = บังคับให้ลูกสูบ” หมายความว่าอย่างไร

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนศึกษา ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง” และสรุปความรู้ในรูปแบบของแผนผังความคิด (Mind Mapping) ในใบงานที่ 1 เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง”
- 4.3 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 2 กรณีศึกษาที่ 1 เรื่อง “เสียลูกเพราะควันบุหรี่” และกรณีศึกษาที่ 2 เรื่อง “ควันบุหรี่คร่าชีวิตสาวเสิร์ฟ” ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอรายงาน
- 4.4 นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมสมองหาแนวทางในการปกป้องเด็กและเยาวชนจากควันบุหรี่มือสองในใบงานที่ 3 เรื่อง “แนวทางการป้องกันควันบุหรี่มือสอง”

ขั้นสรุป

4.5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงการป้องกันตนเองและผู้อื่นจากอันตรายของควันบุหรี่มือสอง

4.6 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด

5.2 การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่ม

6. สื่อ/แหล่งเรียนรู้

6.1 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง”

6.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง”

6.3 ใบงานที่ 2 กรณีศึกษาที่ 1 เรื่อง “เสียลูกเพราะควันบุหรี่”

กรณีศึกษาที่ 2 เรื่อง “ควันบุหรี่คร่าชีวิต ... สาวเสิร์ฟ”

6.4 ใบงานที่ 3 เรื่อง “แนวทางการปกป้องเด็กและเยาวชนจากควันบุหรี่มือสอง”

6.5 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ควันบุหรี่มือสอง”

6.6 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน

6.7 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokfreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบตรวจใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ ตระหนักถึงผลกระทบของควันบุหรี่มือสอง สามารถป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงจากควันบุหรี่มือสอง

9. กิจกรรมเสนอแนะ

ครูมอบหมายให้นักเรียนทำรายงาน เรื่อง “ผลกระทบที่เกิดจากควันบุหรี่มือสอง” โดยสืบค้นข้อมูลจากสื่อต่างๆ เช่น หนังสือ วารสาร อินเทอร์เน็ต

ค ว น บ ห รื มื อ ส อ ง

ควันบุหรี่มือสองคืออะไร

ควันบุหรี่มือสอง (Secondhand Smoking) คือ ควันบุหรี่ที่เข้าสู่ร่างกายของคนที่ไม่ได้สูบบุหรี่ หรือเรียกว่าเป็นการสูบบุหรี่มือสอง (Passive Smoking) หรือ “ผู้สูบบุหรี่มือสอง” หรือ “ผู้จายอมสูบ”

ในห้องที่มีผู้สูบบุหรี่ จะพบว่ามีควันบุหรี่เกิดขึ้นจาก 2 แหล่งด้วยกัน คือ

1. ควันบุหรี่ที่ผู้สูบบุหรี่สูดเข้าไปแล้วพ่นออกมา หรือเรียกว่า ควันบุหรี่ในมวน (Mainstream smoke) ซึ่งประกอบด้วยสารพิษต่างๆ เช่นเดียวกับที่ผู้สูบบุหรี่ได้รับ แต่จะมีความเข้มข้นของสารพิษลดลงเนื่องจากปอดของผู้สูบบุหรี่ได้ดูดซึมสารพิษบางส่วนไว้แล้วได้แก่ นิโคติน คาร์บอนมอนอกไซด์ ทาร์ ไนโตรเจนไดออกไซด์ แอมโมเนีย เบนโซไพรีน แคลเมียม ฟอรัมาลดีไฮด์ เป็นต้น
2. ควันบุหรี่จากปลายมวนบุหรี่ที่จุดทิ้งไว้ระหว่างสูบ หรือเรียกว่า ควันบุหรือนอกมวน (Side-stream smoke) หมายถึง ควันบุหรี่ที่เกิดจากการเผาไหม้ของปลายมวนบุหรี่ที่ลอยในอากาศ ซึ่งจะมีความเข้มข้นของสารพิษมากกว่าควันบุหรี่ที่ผู้สูบพ่นออกมา เนื่องจากควันบุหรี่ที่ผู้สูบพ่นออกมานั้นปอดของผู้สูบได้ดูดซึมสารพิษบางส่วนไว้แล้ว โดยพบว่า

มีสารนิโคติน	มากกว่าถึง	2.7 เท่า
มีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์	มากกว่าถึง	8 เท่า
มีก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์	มากกว่าถึง	2.5 เท่า
มีสารกลุ่มไนโตรซามีน	มากกว่าถึง	52 เท่า

ปริมาณควันบุหรี่มือสองที่ผู้ไม่สูบบุหรี่ได้รับจะขึ้นกับ:

- จำนวนบุหรี่ที่มีการสูบในห้องนั้น
- จำนวนมวนบุหรี่ที่ทำให้เกิดควันมีผลต่อสุขภาพในห้องที่อากาศไม่ถ่ายเท การสูบบุหรี่ทุก ๆ 20 มวนจะทำให้ผู้ไม่สูบบุหรี่ต้องหายใจเอาควันบุหรี่เข้าไปเป็นปริมาณเท่ากับการสูบบุหรี่ของคนปกติ 1 มวน
- ระยะเวลาที่อยู่ในห้องเดียวกัน
- ระยะเวลาที่ได้รับควันบุหรี่เป็นเวลานาน ผู้ไม่สูบบุหรี่ที่อยู่ในห้องทำงานที่มีควันบุหรี่ประมาณครึ่งชั่วโมง จะมีปริมาณคาร์บอนมอนอกไซด์ในเลือดเท่ากับคนที่สูบบุหรี่ 1 มวน
- ขนาดของห้องและการถ่ายเทอากาศของห้องนั้น

ควันบุหรี่ทำร้ายผู้ไม่สูบบุหรี่ได้อย่างไร

ผลในระยะสั้น

- เกิดการระคายเคืองต่อจมูก ตา คอ ปวดศีรษะ ไอ คลื่นไส้ เกิดความรู้สึกรำคาญ
- ทำให้มีอาการกำเริบมากขึ้นในผู้ที่เป็โรคภูมิแพ้ โรคหอบหืดและโรคปอดเรื้อรัง โดยจะมีอาการหายใจติดขัดหรือถึงขั้นเหนื่อยหอบ
- ผู้ได้รับควันบุหรี่ที่เป็นโรคหัวใจอยู่แล้ว จะทำให้เกิดอาการเลือดไปเลี้ยงหัวใจไม่เพียงพอ

ผลในระยะยาว

ผู้ไม่สูบบุหรี่ที่ต้องอยู่ในห้องทำงานหรือสถานที่แออัดที่มีควันบุหรี่เป็นเวลานาน จะมีโอกาสเกิดโรคเช่นเดียวกับผู้สูบบุหรี่ เช่น โรคมะเร็งปอด โรคหัวใจขาดเลือด โรคถุงลมโป่งพอง เป็นต้น และมีโอกาสเป็นโรคมะเร็งปอดเพิ่มขึ้นจากคนทั่วไปเฉลี่ยร้อยละ 10 - 30

การได้รับควันบุหรี่ยังมีผลต่อสุขภาพของผู้ที่ได้รับควันบุหรี่ ดังนี้

ในหญิงมีครรภ์และทารก

- ทำให้เกิดความเสี่ยงที่ทารกแรกคลอดจะมีน้ำหนักตัวต่ำกว่าปกติ
- มีความเสี่ยงของการเกิดโรคไหลตายในเด็กสูงขึ้น ซึ่งโรคนี้เป็นภาวะที่ทารกหยุดหายใจและทำให้เด็กเสียชีวิต

ในเด็ก

- ทำให้เกิดความเจ็บป่วยด้วยโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น หลอดลมอักเสบและปอดบวมสูงกว่าเด็กทั่วไปและมีอัตราการเกิดโรคหืดเพิ่มขึ้น
- เกิดการติดเชื้อของหูส่วนกลาง
- ในระยะยาว เด็กที่ได้รับควันบุหรี่ จะทำให้พัฒนาการของปอดจะน้อยกว่าเด็กที่ไม่ได้รับควันบุหรี่ เด็กที่ได้รับควันบุหรี่ยี่สิบสองจะนำไปสู่การเป็นผู้สูบบุหรี่จัดในอนาคต

ในผู้ใหญ่

- การได้รับควันบุหรี่ในปริมาณมากและนานพอสมควรจะทำให้มีโอกาเป็นโรคมะเร็งสูงขึ้น โดยเฉพาะมะเร็งปอด
- การศึกษาในประเทศญี่ปุ่น พบว่า สตรีที่ไม่สูบบุหรี่ที่มีสามีสูบบุหรี่จัด (มากกว่าวันละ 20 มวน) จะมีความเสี่ยงของการเป็นโรคมะเร็งปอดสูงเป็น 2 เท่า ของสตรีทั่วไป
- นักวิทยาศาสตร์ของเยอรมันได้ศึกษาพบว่า สตรีที่ไม่สูบบุหรี่ที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งปอดมีสามีสูบบุหรี่เป็น 3 เท่าของกลุ่มสตรีที่ไม่ได้ป่วยด้วยโรคนี้
- องค์การอนามัยโลกได้รายงานว่า การได้รับควันบุหรี่เป็นสาเหตุของการเกิดมะเร็งปอดเป็นอันดับที่ 3 รองจากการสูบบุหรี่โดยตรงและการได้รับฝุ่นละอองจากการทำงาน
- จากการศึกษาทางการแพทย์ พบว่า การได้รับควันบุหรี่ทำให้เกิดโรคมะเร็งในส่วนอื่นๆ ของร่างกาย ได้แก่ กล้องเสียง ช่องปาก หลอดอาหาร ไต และกระเพาะปัสสาวะ
- สตรีที่ได้รับควันบุหรี่ยี่วันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป จะมีอัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งที่ลำคามากกว่าสตรีที่ไม่ได้รับควันบุหรี่ 3 เท่า และมีโอกาสเป็นมะเร็งในส่วนอื่นๆ มากกว่าคนปกติ 2 เท่า
- สตรีที่ได้รับควันบุหรี่จะมีโอกาสเป็นโรคหัวใจขาดเลือดสูงกว่าคนทั่วไป โดยพบว่าสตรีที่มีสามีสูบบุหรี่จะมีโอกาสเป็นโรคหัวใจขาดเลือดสูงกว่าสตรีที่มีสามีไม่สูบบุหรี่ 3.4 เท่า และจะตายเร็วกว่าสตรีที่มีสามีไม่สูบบุหรี่ 4 ปี

คว้นบุหรืมือสอง

คำชี้แจง

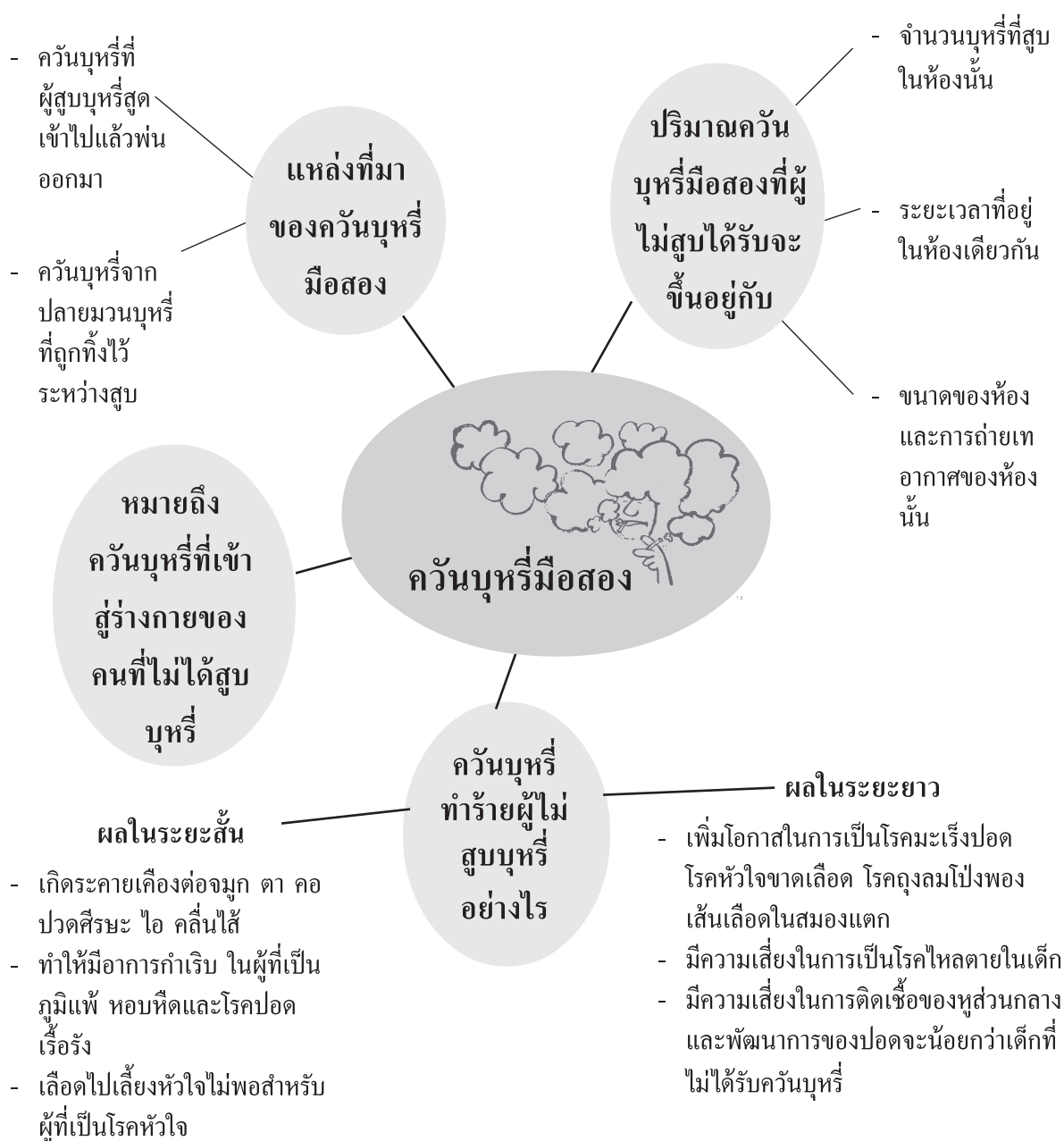
นักเรียนอ่านใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “คว้นบุหรืมือสอง” แล้วสรุปเป็นแผนผังความคิด (Mind Mapping)



ค ว น บุ ห รี้ มื อ ส อ ง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกความหมายของคว้นบุหรีมือสองได้
2. วิเคราะห์โทษและผลกระทบของคว้นบุหรีมือสองได้



กรณีศึกษาที่ 1 เสียลูกเพราะควั่นบุหรี่

คำชี้แจง

นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันวิเคราะห์กรณีศึกษาที่ 1 แล้วตอบคำถามข้างล่างนี้

เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า การสูบบุหรี่นอกจากจะเป็นอันตรายต่อตัวผู้สูบบุหรี่โดยตรงแล้ว ควั่นบุหรี่ที่ลอยฟุ้งไปยังรบกวนผู้ไม่สูบบุหรี่ให้เกิดความรำคาญและบั่นทอนสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่อีกด้วย

หลายๆ ประเทศได้ออกกฎหมายเพื่อคุ้มครองสิทธิและสุขภาพของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ โดยเฉพาะการคุ้มครองเด็กจากควั่นบุหรี่ในทุกสถานที่

ในสหรัฐอเมริกา ซึ่งเป็นประเทศที่มีความตื่นตัวในเรื่องกฎหมายคุ้มครองผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ โดยเฉพาะผู้ปกครองที่สูบบุหรี่อาจคาดไม่ถึงว่าการสูบบุหรี่สามารถทำให้คุณสูญเสียสิทธิในการดูแลลูกของคุณได้

โดยพบว่าในคดีหย่าร้างนั้น หากมีผู้ปกครองฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสูบบุหรี่ ผู้พิพากษาจะตัดสินให้ผู้ปกครองที่ไม่สูบบุหรี่เป็นผู้มีสิทธิในการเลี้ยงดูลูก

ตัวอย่างมีให้เห็นที่รัฐเทนเนสซี มีคดีหย่าร้าง โดยมารดาซึ่งไม่สูบบุหรี่เป็นผู้ได้รับสิทธิในการเลี้ยงดู โดยมีข้อตกลงว่าบิดาของเด็กซึ่งสูบบุหรี่จะต้องไม่ทำให้ลูกรับควั่นบุหรี่เวลามาเยี่ยมลูก

ต่อมามารดาของเด็กได้ฟ้องศาล กล่าวหาว่าบิดาของเด็กสูบบุหรี่เวลามาเยี่ยมลูก ทำให้ลูกได้รับอันตรายจากการควั่นบุหรี่

ศาลได้ตัดสินว่าบิดามีความผิดจริง จึงลงโทษโดยจำกัดเขตที่อยู่ของบิดาเด็ก 2 วัน และห้ามเยี่ยมลูก

แหล่งข้อมูล : อรรถ นานา. เสียลูกเพราะควั่นบุหรี่. Smart ปีที่1 ฉบับที่ 4 (กรกฎาคม - สิงหาคม 2542) : 16.

1. ผู้พิพากษาตัดสินให้ผู้ปกครองที่ไม่สูบบุหรี่เป็นผู้ได้รับสิทธิในการเลี้ยงดูลูก เพราะ

2. ควั่นบุหรี่มือสองจากผู้ใหญ่ จะทำร้ายเด็กอย่างไร

กรณีศึกษาที่ 2 ควันบุหรืคร่าชีวิต...สาวเสิร์ฟ

สาวเสิร์ฟ ในเมืองออตตาวา ประเทศแคนาดา เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งปอดจากการเป็นผู้สูบบุหรี่มือสอง หลังต้องทนสูดควันบุหรืของผู้อื่นนาน 40 ปี รัฐบาลต้องเร่งออกมาตรการใหม่ควบคุมการสูบบุหรี่ในที่สาธารณะและจำกัดการส่งเสริมการขาย

สำนักข่าวเอเอฟพีรายงานว่า ฮีเทอร์ โคว์ ผู้นำด้านการรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ชาวแคนาดา วัย 61 ปี ได้เสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งปอดเมื่อวันที่ 22 พฤษภาคม ที่ผ่านมา อันเป็นผลจากการที่เธอต้องทนสูดควันบุหรืขณะทำงานเป็นพนักงานเสิร์ฟ ที่ร้านอาหารแห่งหนึ่งในกรุงออตตาวานาน 40 ปี

ในระหว่างที่ป่วย ฮีเทอร์ โคว์ มีบทบาทสำคัญในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เธอเคยออกรายการโทรทัศน์เพื่อเล่าสาเหตุที่ทำให้ต้องเป็นมะเร็งแม้ไม่เคยสูบบุหรี่มาก่อน

เธอตรวจพบว่า ตัวเองเป็นเนื้องอกในปอดจากการสูดควันบุหรื เมื่อปี 2545

“ผู้คนไม่ควรต้องไปทำงานเพื่อพบจุดจบ” นี่เป็นคำพูดของโคว์ ในสปีชรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ที่ได้รับการเผยแพร่ทางโทรทัศน์ทั่วแคนาดาและบางส่วนของสหรัฐอเมริกา

รอกโก รอสซี ผู้บริหารขององค์กรรณรงค์ไม่สูบบุหรี่ เผยว่า ความพยายามต่อต้านการสูบบุหรี่ของโคว์นำไปสู่ความสำเร็จในการปฏิรูปการควบคุมบุหรืทั่วแคนาดา ขบวนการเสียชีวิตของโคว์มีขึ้น ขณะที่รัฐบาลออกมาตรการใหม่เพื่อควบคุมการสูบบุหรี่ในที่สาธารณะและจำกัดการส่งเสริมการขายและตั้งโชว์บุหรืตามร้าน

เบื้องต้นจะมีผลในรัฐควิเบกและออนแทรีโอ ขณะที่รัฐอื่นๆ ก็มีการออกกฎหมายคุมเข้มการสูบบุหรี่เช่นกัน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข เผยว่า ฝ่ายบริหารนครออตตาวา กำลังพิจารณาที่จะปรับเปลี่ยนภาพคำเตือนภัยบนซองบุหรื

แคนาดามีกฎหมายบังคับให้บุหรืทุกซองต้องมีข้อความเตือนภัยด้านสุขภาพ ซึ่งรวมถึงภาพมะเร็งปอดหรือภาพหัวใจที่ถูกทำลาย พร้อมข้อความ อาทิ “บุหรืทำให้เป็นมะเร็งปอด” และ “บุหรืมีผลต่อทารก”

มาตรการตีพิมพ์ภาพคำเตือนภัยบนซองดังกล่าว ทำให้แคนาดาเป็นประเทศแถวหน้าด้านการควบคุมการสูบบุหรี่และมีผลให้จำนวนผู้สูบบุหรี่ในประเทศลดน้อยลง

แหล่งข้อมูล : <http://www.thaiantitobacco.com/php/index.php>.

1. จากการเสียชีวิตของโคว์ สาวเสิร์ฟ ในเมืองออตตาวา ประเทศแคนาดา นำไปสู่ความสำเร็จในการปฏิรูปการควบคุมบุหรืทั่วแคนาดา อย่างไร

.....

2. นอกจากอาชีพพนักงานเสิร์ฟ ยังมีอาชีพใดบ้าง ที่มีความเสี่ยงต่ออันตรายจากควันบุหรืมือสอง

.....

กรณีศึกษาที่ 1 เสียลูกเพราะควั่นบุหรื

จุดประสงค์การเรียนรู้

วิเคราะห์โทษและผลกระทบของควั่นบุหรืมือสองได้

1. ผู้พิพากษาดัดสินให้ผู้ปกครองที่ไม่สูบบุหรืเป็นผู้ได้รับสิทธิในการเลี้ยงดูลูก เพราะผู้ปกครองที่สูบบุหรือาจทำให้ลูกได้รับอันตรายจากการได้รับควั่นบุหรืมือสอง
2. ควั่นบุหรืมือสองจากผู้ใหญ่จะทำร้ายเด็ก คือ เด็กไม่ทราบถึงอันตรายจากควั่นบุหรืจึงไม่หลบเลี่ยงจากการสูดควั่นบุหรืมือสอง การได้รับควั่นบุหรืมือสองจึงมีความเสี่ยงต่อการที่เด็กจะเจ็บป่วยด้วยโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น หลอดลมอักเสบ ปอดบวม หอบ หืด การติดเชื้อของหูส่วนกลาง

กรณีศึกษาที่ 2 ควันบุหรืคร่าชีวิต...สาวเสิร์ฟ

จุดประสงค์การเรียนรู้

วิเคราะห์โทษและผลกระทบของควันบุหรืมือสองได้

1. จากการเสียชีวิตของโครว์ สาวเสิร์ฟในเมืองออกตาวา ประเทศแคนาดา นำไปสู่ความสำเร็จในการปฏิรูปการควบคุมบุหรืทั่วแคนาดา คือ

อีทเทอร์ โครว์ วัย 61 ปี ทำงานเป็นพนักงานเสิร์ฟ ที่ร้านอาหารแห่งหนึ่ง ในกรุงออกตาวา นาน 40 ปี เธอตรวจพบว่า ตนเองเป็นเนื้องอกในปอดจากการสูดควันบุหรื เมื่อปี 2545 ในระหว่างป่วย โครว์มีบทบาทสำคัญในการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรื โดยออกรายการโทรทัศน์เพื่อเล่าสาเหตุที่ทำให้ต้องเป็นมะเร็ง แม้ไม่เคยสูบบุหรืมาก่อน เมื่อโครว์เสียชีวิต รัฐบาลออกมาตรการใหม่เพื่อควบคุมการสูบบุหรืในที่สาธารณะและจำกัดการส่งเสริมการขายและตั้งโชว์บุหรืตามร้าน มีกฎหมายบังคับให้บุหรืทุกซองต้องมีข้อความและภาพเตือนภัยด้านสุขภาพ ทำให้แคนาดาเป็นประเทศแถวหน้าด้านการควบคุมการสูบบุหรืและมีผลให้จำนวนผู้สูบบุหรืลดน้อยลง

2. นอกจากอาชีพพนักงานเสิร์ฟ ยังมีอาชีพที่มีความเสี่ยงต่ออันตรายจากควันบุหรืมือสอง เช่น นักร้อง นักดนตรี พนักงานดูแลความปลอดภัยลานจอดรถห้างสรรพสินค้า เป็นต้น

แนวทางการป้องกันควันบุหรี่มือสอง

คำชี้แจง

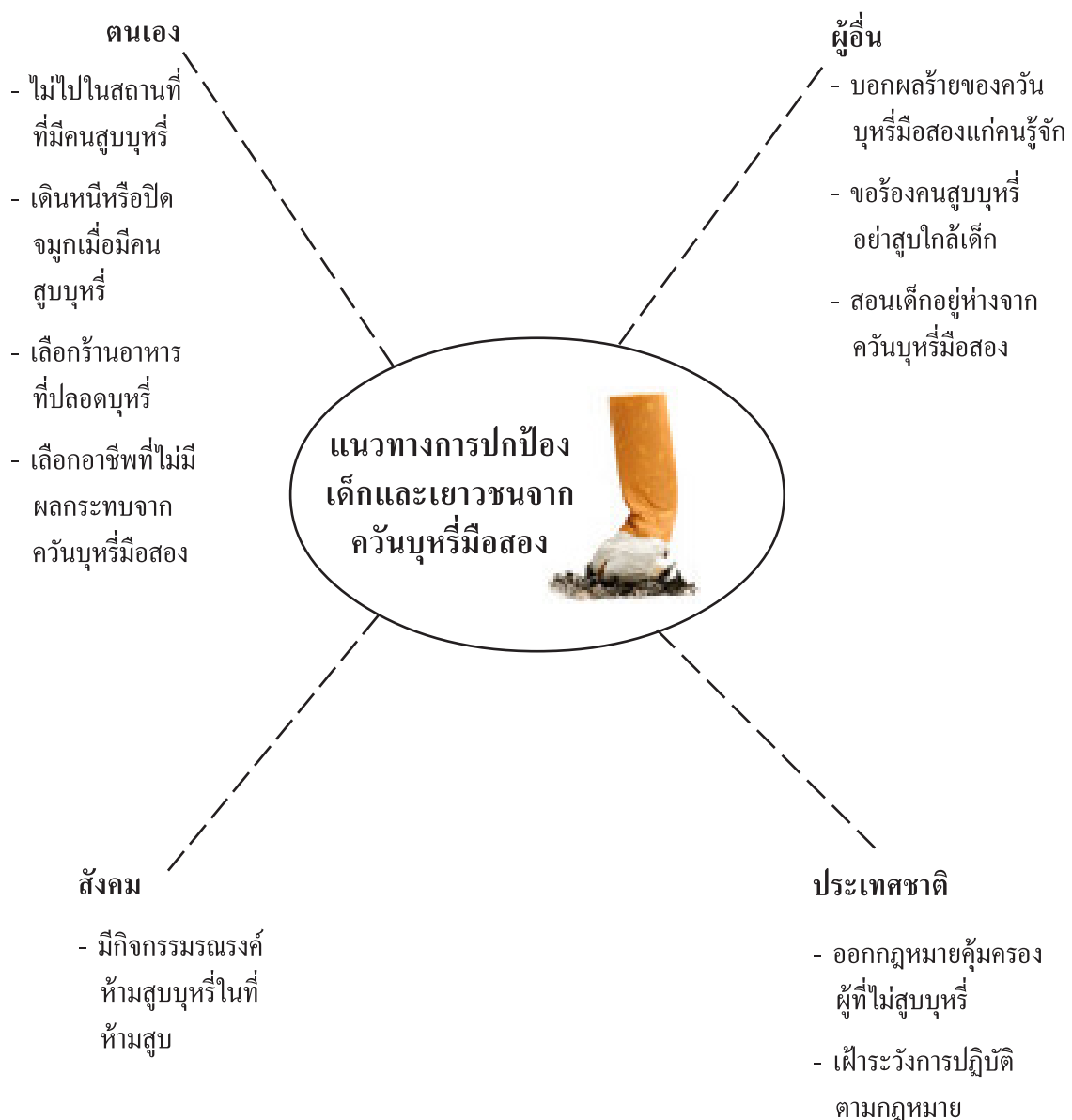
นักเรียนแบ่งออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ระดมสมองคิดแนวทางในการปกป้องเด็กและเยาวชนจากควันบุหรี่มือสอง



แนวทางการป้องกันควันบุหรี่มือสอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกวิธีป้องกันตนเองและผู้อื่นจากควันบุหรี่มือสองได้



บ้านปลอดควันบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 วิเคราะห์ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัวได้
- 1.2 บอกแนวทางการทำให้บ้านปลอดควันบุหรี่ได้
- 1.3 อธิบายผลดีของบ้านปลอดควันบุหรี่ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว
- 2.2 แนวทางการพัฒนาบ้านให้ปลอดจากควันบุหรี่
- 2.3 ผลดีของบ้านปลอดควันบุหรี่

3. สาระสำคัญ

ครอบครัวเป็นสถาบันแรกของสังคมที่มีความสำคัญต่อการสร้างคนให้มีคุณภาพไปสู่การพัฒนาสังคมและประเทศชาติ หากมีผู้สูบบุหรี่ในครอบครัวก็จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของคนในครอบครัวและเป็นตัวอย่างไม่ดีต่อเด็กและเยาวชน ดังนั้น การช่วยกันทำให้ครอบครัวปลอดควันบุหรี่จึงเป็นการสร้างความสุข ความปลอดภัยของทุกคนและยังส่งผลไปสู่การพัฒนาสังคมและประเทศชาติ

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 ให้นักเรียนดูรูปภาพบรรยากาศของบ้าน 2 หลัง เปรียบเทียบระหว่างบ้านที่มีสมาชิกในบ้านสูบบุหรี่และไม่สูบบุหรี่ แล้วแสดงความรู้สึกและความคิดเห็น ดังนี้
 - ถ้านักเรียนอยู่ในบ้านหลังที่ 1 จะมีความรู้สึกอย่างไร
 - ถ้านักเรียนอยู่ในบ้านหลังที่ 2 จะมีความรู้สึกอย่างไร
 - นักเรียนคิดว่าบ้านที่มีความสุขทั้งกายและใจนั้น มีองค์ประกอบสำคัญอะไรบ้าง
 - หากในบ้านของเรามีผู้สูบบุหรี่จะมีผลกระทบต่อความสุขทางกายและใจของคนในบ้านอย่างไร

ขั้นสอน

- 4.2 ครูตั้งคำถามว่า “มีใครบ้างที่มีสมาชิกในบ้านสูบบุหรี่” เมื่อนักเรียนยกมือ เชิญนักเรียนออกมาหน้าชั้น และสัมภาษณ์นักเรียนเกี่ยวกับสมาชิกในบ้านที่สูบบุหรี่ ตามประเด็น ดังนี้
 - 1) บุคคลที่สูบบุหรี่ในครอบครัวของนักเรียนมีใครบ้าง
 - 2) จำนวนบุหรี่ที่เขาสูบต่อวัน

- 3) เขาสูบบุหรี่ในบ้านหรือนอกบ้าน
- 4) พฤติกรรมที่เขาทำพร้อมกับการสูบบุหรี่
- 5) ช่วงเวลาที่เขาสูบบุหรี่
- 6) นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อคนในครอบครัวสูบบุหรี่
- 7) พฤติกรรมของนักเรียนเมื่อเห็นบุคคลในครอบครัวสูบบุหรี่
- 8) นักเรียนเคยกังวลว่าบุคคลในครอบครัวจะได้รับอันตรายจากควันบุหรี่หรือไม่
- 9) ระบุโอกาสที่นักเรียนจะตัดสินใจสูบบุหรี่ในอนาคต
- 10) นักเรียนเคยขอร้องให้เขาเลิกสูบบุหรี่หรือไม่ มีปัญหา อุปสรรคอะไรที่ไม่สามารถทำให้บ้านปลอดควันบุหรี่ได้

ครูสัมภาษณ์นักเรียนครั้งละ 1 คำถาม ให้นักเรียนตอบทีละคน ในขณะที่นักเรียนตอบเพื่อนที่เป็นผู้ฟังจดบันทึกในรูปแบบแผนผังความคิด (Mind Mapping)

- 4.3 นักเรียนทุกคนศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “อันตรายจากควันบุหรี่มือสอง”
- 4.4 นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 1 เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว” แล้วส่งตัวแทนกลุ่มออกมารายงานและอภิปรายซักถาม
- 4.5 ครูตั้งคำถามว่า “มีใครบ้างที่มีสมาชิกในบ้านเคยสูบบุหรี่และสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ” เมื่อ นักเรียนยกมือ เชิญนักเรียนออกมาหน้าชั้นและสัมภาษณ์นักเรียนตามประเด็น ดังนี้
 - 1) บุคคลในบ้านที่เคยสูบบุหรี่และสามารถเลิกบุหรี่ได้สำเร็จคือใคร
 - 2) อะไรเป็นแรงบันดาลใจให้เขาเลิกสูบบุหรี่
 - 3) เขาเลิกสูบบุหรี่มานานเท่าไร
 - 4) วิธีการที่เขาใช้ในการเลิกสูบบุหรี่
 - 5) เขามีปัญหาอุปสรรคหรือไม่ขณะที่เขาพยายามเลิกสูบบุหรี่
 - 6) สิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นหลังเลิกสูบบุหรี่
 - 7) นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่บุคคลในบ้านเลิกสูบบุหรี่ได้

ครูสัมภาษณ์นักเรียนครั้งละ 1 คำถาม ให้นักเรียนตอบทีละคน ในขณะที่นักเรียนตอบ เพื่อนที่เป็นผู้ฟังจดบันทึกในรูปแบบแผนผังความคิด (Mind Mapping)

- 4.6 นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดควันบุหรี่” แต่ละกลุ่มแข่งขันกันคิดหาวิธีการที่ทำให้บ้านปลอดบุหรี่ แล้วบันทึกลงในใบงานและเลือกวิธีที่ดีที่สุดกลุ่มละ 1 วิธี ออกมานำเสนอ โดยนักเรียนร่วมกันอภิปรายซักถามถึงข้อดี ข้อเสียของแต่ละวิธีและลงมติเลือกวิธีที่ดีที่สุด มอบรางวัลแก่กลุ่มที่ชนะเลิศ

ขั้นสรุป

- 4.7 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงผลดีของการที่บ้านปลอดควันบุหรี่และให้กำลังใจนักเรียนที่มีสมาชิกในบ้านสูบบุหรี่ เสนอแนะให้ทดลองนำวิธีที่เหมาะสมไปใช้
- 4.8 ครูทบทวนและสรุปการเรียนรู้ของนักเรียน โดยใช้เพาเวอร์พอยต์ เรื่อง “บ้านปลอดควันบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด

5.2 การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่ม

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 สื่อการเรียนรู้ “ภาพบรรยากาศบ้าน 2 หลัง”

6.2 ใบความรู้ เรื่อง “อันตรายจากควันบุหรี่มือสอง”

6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว”

6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ทำอะไรบ้างจึงจะปลอดควันบุหรี่”

6.5 แบบสำรวจ “ความคิดเห็นของนักเรียนต่อบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่”

6.6 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “บ้านปลอดควันบุหรี่”

6.7 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน

6.8 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokfreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบเฉลยใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม (ภาคผนวก)

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

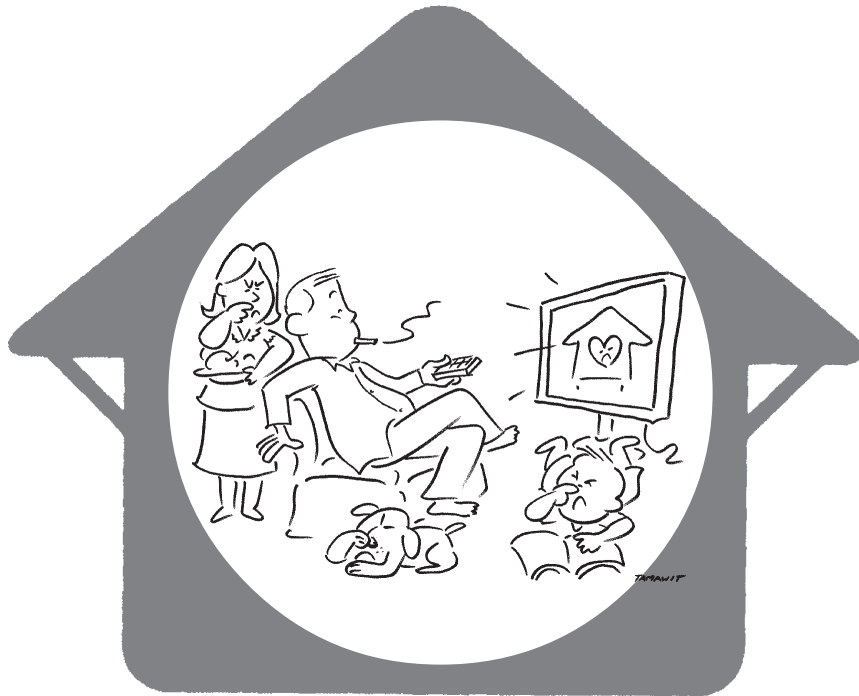
รู้ เข้าใจ ตระหนักถึงพิษภัยของควันบุหรี่ ที่มีผลกระทบต่อสมาชิกในครอบครัวและมีแนวทางป้องกันผลกระทบของควันบุหรี่ที่จะเกิดกับสมาชิกในครอบครัวได้

9. กิจกรรมเสนอแนะ

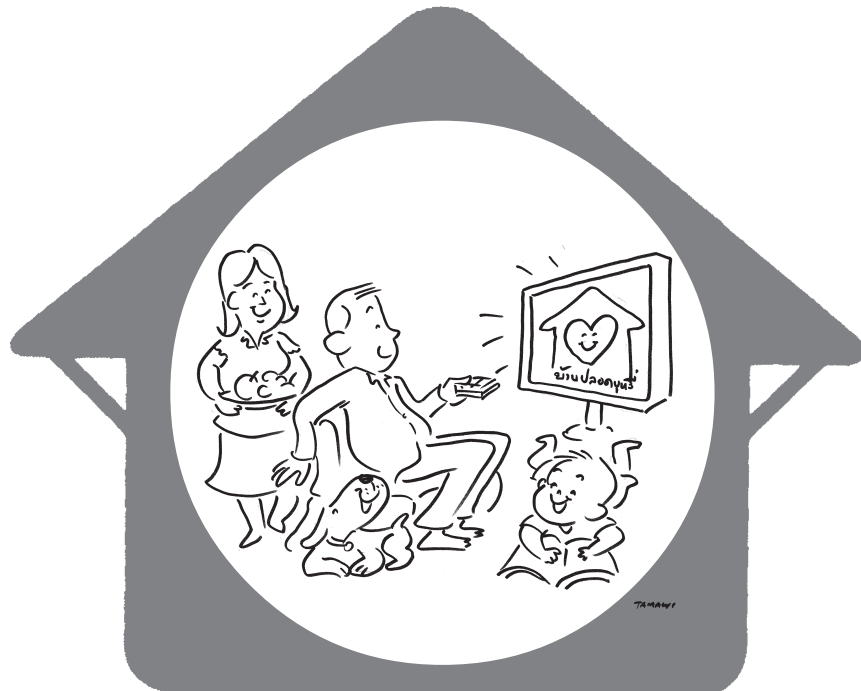
9.1 ครูอาจจัดกระบวนการเรียนรู้ให้นักเรียนช่วยกันคิดหาวิธีการหรือคำพูดในเชิงสร้างสรรค์ ที่นักเรียนจะนำไปใช้กับพ่อแม่หรือคนในครอบครัวที่สูบบุหรี่เพื่อร่วมกันทำให้ “บ้านปลอดควันบุหรี่” และส่งเสริมให้นักเรียนนำไปใช้จริง

9.2 ให้นักเรียนที่มีบุคคลในบ้านสูบบุหรี่กรอกแบบสำรวจความคิดเห็นของนักเรียนต่อผู้ปกครองที่สูบบุหรี่ เพื่อสรุปรายงานผู้ปกครองและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทราบต่อไป

ภาพบรรยากาศบ้าน 2 หลัง



บรรยากาศบ้านหลังที่ 1



บรรยากาศบ้านหลังที่ 2

อันตรายจากควันบุหรี่มือสอง

การที่คนไม่สูบบุหรี่ ต้องจำยอมอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีควันบุหรี่และสูดควันบุหรี่เข้าไปนั้น เราเรียกว่า “ผู้สูบบุหรี่มือสอง” หรือ “ผู้จำยอมสูบ”

ควันบุหรี่ในบรรยากาศ เป็นควันที่เกิดจากการเผาไหม้ที่ปลายมวนบุหรี่ ผสมกับควันที่คนสูบบุหรี่สูดเข้าไป และฟุ้งออกมา

ได้มีการศึกษาเรื่องอันตรายของควันบุหรี่ พบว่าควันบุหรี่เป็นสารก่อมะเร็งในมนุษย์ “ไม่มีระดับปลอดภัย” ในการสัมผัสเลย และมีผลเสียอย่างมากต่อสุขภาพของผู้ได้รับควัน โดยเฉพาะผู้ได้รับควันที่เป็นเด็ก

ผู้ไม่สูบบุหรี่ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองที่บ้านหรือที่ทำงาน จะเพิ่มความเสี่ยงโรคหัวใจขึ้นอีกร้อยละ 25-30 และเพิ่มความเสี่ยงการเป็นมะเร็งปอดร้อยละ 20-30

บ้านเป็นที่ที่เด็กได้รับควันบุหรี่มือสองมากที่สุด และเป็นแหล่งสำคัญของการได้รับควันบุหรี่มือสองในผู้ใหญ่ ผู้ปกครองที่สูบบุหรี่จะทำให้การพัฒนาของปอดของลูกน้อยกว่าปกติ

การได้รับควันบุหรี่มือสองเป็นเรื่องที่ป้องกันได้ไม่ยาก โดยการไม่ให้มีการสูบบุหรี่ภายในอาคารและในบ้าน เด็กจากครอบครัวที่พ่อหรือแม่สูบบุหรี่หรือทั้งพ่อและแม่สูบบุหรี่จะเป็นเด็กที่มีปัญหาสุขภาพสองเท่าของเด็กที่อยู่ในครอบครัวปลอดบุหรี่ (US News and World Report, June 24, 1991 p.22)

เด็กที่ได้รับควันบุหรี่มือสองจะนำไปสู่การเป็นผู้สูบบุหรี่จัดในอนาคต (Cigarettes, p.74)

เด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ประมาณ 54.1 ล้านคนในอเมริกา ร้อยละ 39 อยู่ในบ้านที่มีควันบุหรี่ ในจำนวนนี้ ร้อยละ 24 ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และร้อยละ 43 ขาดเรียนเป็นประจำ (9th World conference on Tobacco or Health, Paris, 1994) (D.Mannino)

งานวิจัยของประเทศกรีซพบว่า เด็กที่ได้รับควันบุหรี่จะเสี่ยงเป็นโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ 3.5 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่ไม่ได้รับควันบุหรี่ (The Lancet, July 29, 1995 p.280)

จากการสำรวจการบริโภคยาสูบในผู้ใหญ่ระดับโลก ปี พ.ศ. 2544 การได้รับควันบุหรี่มือสองในช่วง 30 วัน ที่ผ่านมา พบว่า

ประชากร 4.2 ล้านคน (ร้อยละ 30.5) ได้รับควันบุหรี่มือสองในอาคารที่ทำงาน

ประชากร 19.5 ล้านคน (ร้อยละ 36) ได้รับควันบุหรี่มือสองในบ้านอย่างน้อยเดือนละครั้ง

ตลาดสดหรือตลาดนัด เป็นสถานที่สาธารณะที่ประชากรไทย ได้รับควันบุหรี่มือสองสูงสุด ร้อยละ 68.8

ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว

คำชี้แจง

นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัวและเขียนเป็นแผนผังความคิด (Mind Mapping)



ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัว

จุดประสงค์การเรียนรู้

วิเคราะห์ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อครอบครัวได้



ผลกระทบของบุหรี่

ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดภัยวันบุนหรี

คำชี้แจง

ให้นักเรียนร่วมกันระดมความคิดเพื่อวิเคราะห์แนวทางการทำให้บ้านปลอดภัยวันบุนหรี หาวิธีป้องกันและแก้ปัญหาผลกระทบของการสับบุนหรีในครอบครัว ในหัวข้อ “ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดภัยวันบุนหรี”

หัวข้อ “ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดภัยวันบุนหรี”

กลุ่มที่ ชื่อกลุ่ม ชั้น

1.
2.
3.
4.
5.
6.

ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดควันบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกแนวทางการทำให้บ้านปลอดควันบุหรี่ได้

แนวคำตอบ “ทำอย่างไรบ้านจึงจะปลอดควันบุหรี่”

1. ไม่อนุญาตให้ทุกคนสูบบุหรี่ในบ้านรวมทั้งแขกที่มาเยี่ยมบ้านโดยขอร้องอย่างสุภาพ และติดสัญลักษณ์หรือข้อความ “บ้านปลอดควันบุหรี่” เพื่อย้ำให้ทุกคนรับรู้
2. พยายามยั้งเหตุผลว่าทำไมถึงต้องกำหนดให้บ้านปลอดบุหรี่ โดยเน้นเหตุผลด้านสุขภาพมากกว่าที่จะลงโทษผู้ที่ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในบ้าน
3. หากมีใครคิดหรืออยากสูบบุหรี่ในบ้านให้หาอย่างอื่นรับประทานหรือชวนทำกิจกรรมสนุกสนานแทนการสูบบุหรี่
4. ไม่อนุญาตให้ใครก็ตาม เช่น คนรับใช้ แม่บ้าน พี่เลี้ยงเด็ก หรือช่างซ่อมต่างๆ สูบบุหรี่ในบ้าน โดยเฉพาะหากมีเด็กเล็กๆ อยู่ด้วยต้องห้ามสูบบุหรี่โดยเด็ดขาด
5. นอกจากให้บ้านเป็นเขตปลอดบุหรี่แล้ว หากมีรถยนต์ควรร่วมกันทำให้รถเป็นเขตปลอดบุหรี่ด้วย เพราะรถเป็นสถานที่คับแคบหากมีการสูบบุหรี่ทุกคนก็จะได้รับควันและกลิ่นบุหรี่ก็จะติดอยู่ในรถเป็นเวลานาน
6. ถ้าหากคนในบ้านอยากเลิกสูบบุหรี่ ควรเป็นกำลังใจให้เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ และแนะนำแหล่งให้คำปรึกษาเพื่อเลิกสูบบุหรี่ หรือ โทร. 1600 Quitline สายด่วนเลิกบุหรี่ (ศูนย์บริการเลิกสูบบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ)

ความคิดเห็นของนักเรียนต่อบุคคลในครอบครัว ที่สูบบุหรี่

คำชี้แจง

การสำรวจความคิดเห็นของนักเรียนต่อบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่ เป็นแนวทางที่นำไปสู่การรณรงค์
แก้ไขปัญหาลักษณะของบุหรี่ย่ต่อครอบครัวต่อไป จึงใคร่ขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบแบบสำรวจตาม
ความจริงที่นักเรียนพบเห็น

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ ☐ เพศชาย ☐ เพศหญิง
2. ระดับชั้น ☐ ม.1 ☐ ม.2 ☐ ม.3 ☐ ม.4 ☐ ม.5 ☐ ม.6
3. บุคคลที่สูบบุหรี่ในครอบครัว
☐ บิดา ☐ มารดา ☐ พี่/น้อง ☐ ญาติ ☐ คนงานในบ้าน ☐ อื่นๆ ระบุ
4. จำนวนบุหรี่ยี่ที่เห็นบุคคลในครอบครัวสูบบุหรี่ต่อวัน
☐ 1-2 มวนต่อวัน ☐ 3-5 มวนต่อวัน ☐ 6-10 มวนต่อวัน
☐ 11-15 มวนต่อวัน ☐ 16-20 มวนต่อวัน ☐ 21-25 มวนต่อวัน
☐ 1-2 ซองต่อวัน ☐ มากกว่า 2 ซองต่อวัน
5. ลักษณะการสูบบุหรี่ในบ้านของบุคคลในครอบครัว
☐ สูบบุหรี่ในบ้าน ☐ ออกไปสูบบุหรี่ย่นนอกตัวบ้าน ☐ สูบบุหรี่ย่นนอกรั้วบ้าน
6. ลักษณะกิจกรรม/การกระทำที่บุคคลในครอบครัวมักจะทำขณะสูบบุหรี่
☐ สูบบุหรี่ย่นเวลานั่งดูทีวีด้วยกัน ☐ สูบบุหรี่ย่นเวลานั่งกินข้าวด้วยกัน
☐ สูบบุหรี่ย่นในห้องนอนเมื่อนักเรียนอยู่ด้วย ☐ สูบบุหรี่ย่นเวลาพานักเรียนไปเที่ยว
☐ สูบบุหรี่ย่นเวลาที่ดื่มสุรา ☐ สูบบุหรี่ย่นเมื่อนั่งในรถกับนักเรียน
☐ อื่นๆ ระบุ
7. ช่วงเวลาที่บุคคลในครอบครัวมักสูบบุหรี่
☐ ตื่นนอนตอนเช้า ☐ หลังอาหาร ☐ เวลาว่าง
☐ เวลาที่เครียด ☐ เวลาที่ดื่มสุรา ☐ อื่นๆ ระบุ
8. พฤติกรรมของนักเรียนเมื่อเห็นบุคคลในครอบครัวสูบบุหรี่
☐ เดินหนี ☐ บอกให้ดับบุหรี่ย่นหรืออย่าสูบบุหรี่ย่น
☐ ฟ้องมารดาหรือผู้ใหญ่ ☐ อื่นๆ ระบุ

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการที่บุคคลในบ้านสูบบุหรี่

1. ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการสูบบุหรี่ของบุคคลในครอบครัว

☐ เท่ ☐ ไม่เท่ ☐ ไม่แน่ใจ ☐ อื่น ๆ ระบุ

2. นักเรียนเคยรู้สึกไม่สบาย เพราะการสูบบุหรี่ของบุคคลในครอบครัวหรือไม่

☐ เคยเป็นประจำ ☐ เคยเป็นบางครั้ง ☐ ไม่เคยเลย

3. นักเรียนคิดว่าบุคคลในครอบครัวรู้ว่า “บุหรี่มีโทษหรือพิษภัย”

☐ รู้ ☐ ไม่รู้ ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

ถ้าตอบว่ารู้ ระบุโทษหรือพิษภัยของบุหรี่

4. นักเรียนกังวลว่าบุคคลในครอบครัวจะได้รับอันตรายจากควันบุหรี่อย่างไร

☐ กังวลว่าจะไม่สบาย ☐ กังวลว่าจะพิการ ☐ กังวลว่าจะเสียชีวิต

☐ อื่น ๆ ระบุ

5. ระบุความรู้สึกของนักเรียนที่บุคคลในครอบครัวสูบบุหรี่

☐ ชอบ ☐ ไม่ชอบ ☐ ไม่แน่ใจ

ระบุเหตุผลที่ไม่ชอบ.....

6. ระบุโอกาสที่นักเรียนจะตัดสินใจสูบบุหรี่ในอนาคต

☐ สูบบุหรี่ ☐ ไม่สูบบุหรี่ ☐ ไม่แน่ใจ

ระบุเหตุผล.....

7. ระบุความต้องการของนักเรียนที่จะให้บุคคลในครอบครัวเลิกสูบบุหรี่

☐ อยากให้เลิกสูบบุหรี่ ☐ ไม่อยากให้เลิกสูบบุหรี่ ☐ ไม่แน่ใจ

8. ระบุความกล้าของนักเรียนที่จะทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้บุคคลในครอบครัวลดหรือเลิกสูบบุหรี่

☐ นำป้าย “ห้ามสูบบุหรี่” ไปติดในบ้าน

☐ นำหนังสือวิธีเลิกสูบบุหรี่ไปให้อ่าน

☐ ขอร้อง/แนะนำ/ชักชวนให้เลิกสูบบุหรี่

☐ ชักชวนให้เข้ารับการบำบัดเพื่อเลิกสูบบุหรี่

☐ อื่น ๆ ระบุ

9. ความรู้สึกที่อยากจะบอกบุคคลในครอบครัวเรื่องการเลิกสูบบุหรี่

.....

10. นักเรียนต้องการ เอกสาร โปสเตอร์ สติกเกอร์ รณรงค์เลิกสูบบุหรี่เพื่อนำไปติดที่บ้านหรือไม่

☐ ต้องการ ☐ ไม่ต้องการ

พฤติกรรมเสี่ยงจากการสูบบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ได้
- 1.2 วิเคราะห์วิธีป้องกันและแก้ปัญหาผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ
- 2.2 การป้องกันและแก้ปัญหาผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ
- 2.3 ประโยชน์และคุณค่าในการป้องกันและแก้ปัญหาผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ

3. สาระสำคัญ

บุหรี่เป็นสิ่งเสพติดที่หาซื้อได้ง่ายมีราคาถูกเยาวชนที่สูบบุหรี่มีโอกาสสูงที่จะก้าวไปสู่สิ่งเสพติดชนิดอื่นได้ง่ายจากผลการวิจัยพบวัยรุ่นที่ติดฝิ่นและกัญชาร้อยละ 75 และติดสุราร้อยละ 62 เริ่มต้นมาจากการสูบบุหรี่ นอกจากนี้วัยรุ่นที่สูบบุหรี่ยังมีแนวโน้มที่จะไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่ มีความรู้สึกละเลยตัวเองต่ำต้อยและมักไปเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น หนีเรียน เที่ยวกลางคืน มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและเล่นการพนัน เป็นต้น จึงจำเป็นต้องสร้างความตระหนักหาวิธีการป้องกันและแก้ไขผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ

4. กระบวนการจัดการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 ครูนำภาพข่าวพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นจากหนังสือพิมพ์ให้นักเรียนวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นและร่วมกันอภิปราย ถ้าคนในภาพเป็นญาติพี่น้องของนักเรียนจะรู้สึกอย่างไร

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “การสูบบุหรี่กับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนไทย” แล้วจับคู่กันปฏิบัติตามใบงานที่ 1 เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น” โดยพิจารณารูปภาพที่สื่อให้เห็นถึงพฤติกรรมเสี่ยงของเด็กและเยาวชนในลักษณะต่างๆ เช่น หนีเรียน เที่ยวกลางคืน มั่วสุมสิ่งเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรและเล่นการพนัน เป็นต้น แล้วช่วยกันคิดวิเคราะห์ในประเด็นต่อไปนี้

- พฤติกรรมเสี่ยงมีอะไรบ้าง
- พฤติกรรมเหล่านี้มีผลเสียต่อเด็กและเยาวชนอย่างไรทั้งในปัจจุบันและอนาคต
- การสูบบุหรี่มีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงมากน้อยเพียงใด

- 4.3 นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์วิจารณ์ปัญหา “พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น” และร่วมกันคิดหาทางป้องกันและแก้ปัญหาในเรื่องนี้ ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม
- 4.4 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “วาดภาพแต่งเรื่องราว” โดยร่วมกันพิจารณาเรื่องราวจากรูปภาพการ์ตูนแล้วใช้กระบวนการคิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดวิจารณ์ญาณ และคิดสร้างสรรค์ ต่อเติมเรื่องราวรูปภาพและคำพูดของตัวละครตามความคิดและจินตนาการอย่างอิสระ
- 4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมานำเสนอผลงาน นักเรียนทุกคนร่วมกันวิพากษ์วิจารณ์ โดยจำแนกเรื่องที่น่าสนใจเป็นด้านบวกและด้านลบ ถ้าเป็นด้านลบให้ร่วมกันให้ข้อเสนอแนะวิธีการป้องกันและแก้ปัญหามาตรึมกรรมนั้นโดยครูเสริมแรงให้กำลังใจและให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขั้นสรุป

- 4.6 นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์และคุณค่าในการป้องกันและแก้ปัญหาผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยง ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม
- 4.7 ครูทบทวนและสรุปการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงจากการสูบบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

- 5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด
- 5.2 การเรียนที่เน้นปัญหาเป็นฐาน (Problem Based Instruction)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 สื่อการเรียนรู้ “ภาพข่าวพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น” จากหนังสือพิมพ์
- 6.2 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “การสูบบุหรี่กับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนไทย”
- 6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น”
- 6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “วาดภาพแต่งเรื่องราว”
- 6.5 วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการวาดภาพแต่งเรื่องราว
- 6.6 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “พฤติกรรมเสี่ยงจากการสูบบุหรี่”
- 6.7 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน
- 6.8 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - 1) ตรวจใบงาน
 - 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

- 1) แบบตรวจใบงาน
- 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และตระหนักในผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ

9. กิจกรรมเสนอแนะ

- 9.1 ครูสามารถส่งเสริมให้นักเรียนค้นคว้าหาข้อมูลและสถิติจากผลงานวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของวัยรุ่นและผลกระทบที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงด้านอื่นๆ เพื่อเป็นการยืนยันข้อมูลและสร้างความตระหนักแก่นักเรียนยิ่งขึ้น
- 9.2 ครูอาจจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่ดีทั้งทางด้านการเรียนและความประพฤติพร้อมทั้งการยกย่องเชิดชูเกียรติ

การสูบบุหรี่กับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนไทย

การสูบบุหรี่กับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนไทย

สำนักวิจัยเอแบคโพลล์ ปี พ.ศ. 2547 ได้ศึกษาสำรวจ เรื่องการสูบบุหรี่ของนักเรียนนักศึกษาและพฤติกรรมปัญหาที่เกี่ยวข้อง พบข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนที่สูบบุหรี่ ดังนี้

	กลุ่มไม่สูบบุหรี่		กลุ่มสูบบุหรี่
1. การดื่มแอลกอฮอล์	25.2 %	ในขณะที่	88.5 %
2. การเที่ยวสถานบันเทิง	21.3 %	ในขณะที่	68.0 %
3. การมีเพศสัมพันธ์	18.0 %	ในขณะที่	67.4 %
4. การทะเลาะวิวาท	29.8 %	ในขณะที่	48.0 %
5. การเล่นการพนัน	12.4 %	ในขณะที่	40.7 %
6. การเสพยาเสพติด	0.6 %	ในขณะที่	10.6 %
7. การใช้ยาฆ่าฟันเพื่อย	28.9 %	ในขณะที่	29.3 %
8. คะแนนการเรียน (มีเกรดเฉลี่ยสะสม)	2.77	ในขณะที่	2.46
9. การคิดฆ่าตัวตาย	8.1 %	ในขณะที่	11.3 %

ผลกระทบของบุหรี่

ผลการสำรวจดังกล่าวข้างต้น เป็นภาพสะท้อนให้เห็นแนวโน้มการเกิดพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มเยาวชนที่สูบบุหรี่ว่า มีแนวโน้มสูงกว่าเยาวชนที่ไม่สูบบุหรี่

นอกจากนี้ เมื่อวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้ยาเสพติดของนักเรียนนักศึกษาในแต่ละระดับชั้น พบว่าการสูบบุหรี่ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความเกี่ยวข้องกับการใช้ยาเสพติด “สูงกว่า” นักเรียนนักศึกษาในระดับชั้นอื่น

พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

1. ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

2. ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่



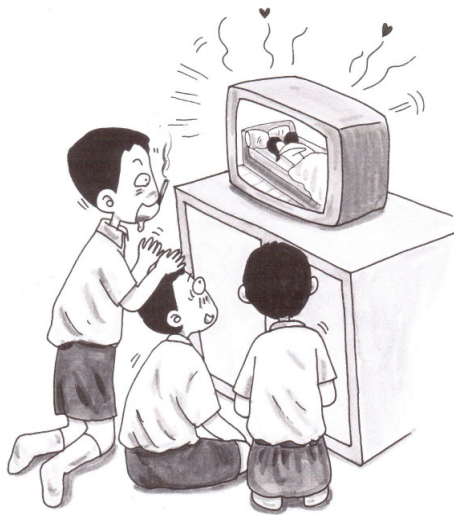
ภาพที่ 1

วิทย์-วิทย์-วิทย์
25-10-25



วิทย์-วิทย์-วิทย์
25-10-25

ภาพที่ 2

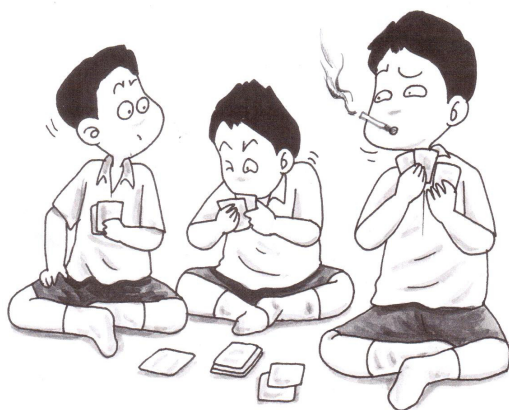


เขียน-รัง-พล.๕
วาด-ศร.ธวัช

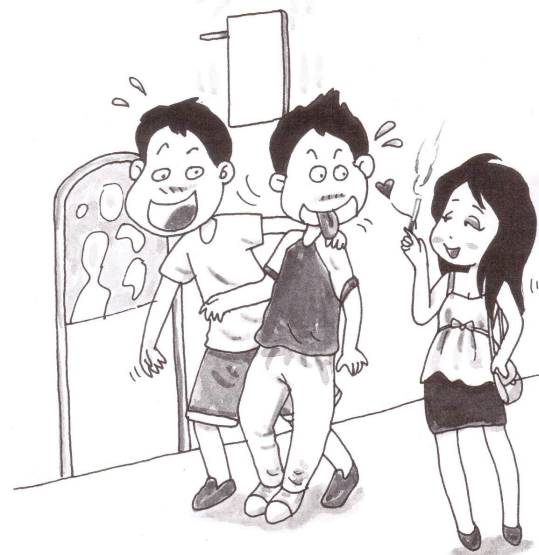
ภาพที่ 3



ภาพที่ 4



ภาพที่ 5



ภาพที่ 6

เขียน-รัง-พล.๕
วาด-ศร.ธวัช

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนพิจารณาภาพที่ 1 ถึง 6 แล้วช่วยกันคิดวิเคราะห์ว่าการสูบบุหรี่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ และทำให้เกิดผลเสียอย่างไร
2. เขียนลงในตารางวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นข้างล่างนี้ให้ถูกต้องสมบูรณ์

ตารางวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

ภาพที่	พฤติกรรมเสี่ยง	ผลกระทบ/ผลเสีย
1		
2		
3		
4		
5		
6		

สรุปผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

.....

.....

.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- | | | |
|--|-----|---------|
| 1. เติมข้อความถูกต้องสมบูรณ์ จำนวน 6 ข้อ ข้อละ 1 คะแนน | รวม | 6 คะแนน |
| 2. สรุปผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นและทำให้เกิดผลเสียอย่างไร | | 2 คะแนน |
| | รวม | 8 คะแนน |

พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

จุดประสงค์

บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ ได้

ตารางวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น

ภาพที่	พฤติกรรมเสี่ยง	ผลกระทบ/ผลเสีย
1	การสูบบุหรี่ และใช้สิ่งเสพติดต่างๆ	เสียสุขภาพ เสี่ยงบุคลิกภาพ การเรียนตกต่ำ เสียอนาคต สิ้นเปลืองเงิน
2	การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์	ขาดสติ การเรียนตกต่ำ เสียสุขภาพ เสียอนาคต ทะเลาะวิวาท เกิดอุบัติเหตุ
3	การดูซีดีหรือภาพยนตร์ลามก	เสียการเรียน เกิดความเข้าใจผิดๆ เกี่ยวกับเรื่อง ความรัก เสียชื่อเสียง เสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนวัยอันควร
4	หนีเรียน	การเรียนตกต่ำ เสียอนาคต พ่อแม่เสียใจ
5	ติดการพนัน	เสียเงิน เสียการเรียน เสียอนาคต ผิดกฎหมาย
6	เที่ยวกลางคืน	เสียการเรียน เสียเงิน ติดโรคทางเพศสัมพันธ์ เสียอนาคต ไม่ปลอดภัย

ผลกระทบของบุหรี่

สรุปผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นและทำให้เกิดผลเสียดังนี้

บุหรี่เป็นสิ่งเสพติดที่หาซื้อง่าย มีราคาถูกเยาวชนที่สูบบุหรี่มีโอกาสสูงที่จะก้าวไปสู่สิ่งเสพติดชนิดอื่น และพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ด้วยสาเหตุจากการคบเพื่อน ความอยากรอง จิตใจที่อ่อนไหว รวมทั้งสภาพแวดล้อมรอบตัวก็มีส่วนสำคัญที่เป็นตัวผลักดันให้เยาวชนหลงผิดไปได้

วาดภาพแต่งเรื่องราว

คำชี้แจง

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละประมาณ 3 - 5 คน ร่วมกันพิจารณาเรื่องราวจากภาพที่ 1 ถึง 2
2. ช่วยกันคิดภาพที่ 3 เป็นเหตุการณ์ต่อเนื่องจากภาพที่ 2 และเขียนคำบรรยายภาพ
3. แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน



ภาพที่ 1

เย็นวันหนึ่งเด็กชายสมชายกลับจากโรงเรียนเดินผ่านกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่กำลังมั่วสุมสูบบุหรี่กันอย่างเพลิดเพลิน ในจำนวนนั้นมีเด็กชายสมอาจ เพื่อนที่อยู่โรงเรียนเดียวกันรวมอยู่ด้วย แต่เด็กชายสมชายพยายามเดิน เลี้ยวหลบไป



ภาพที่ 2

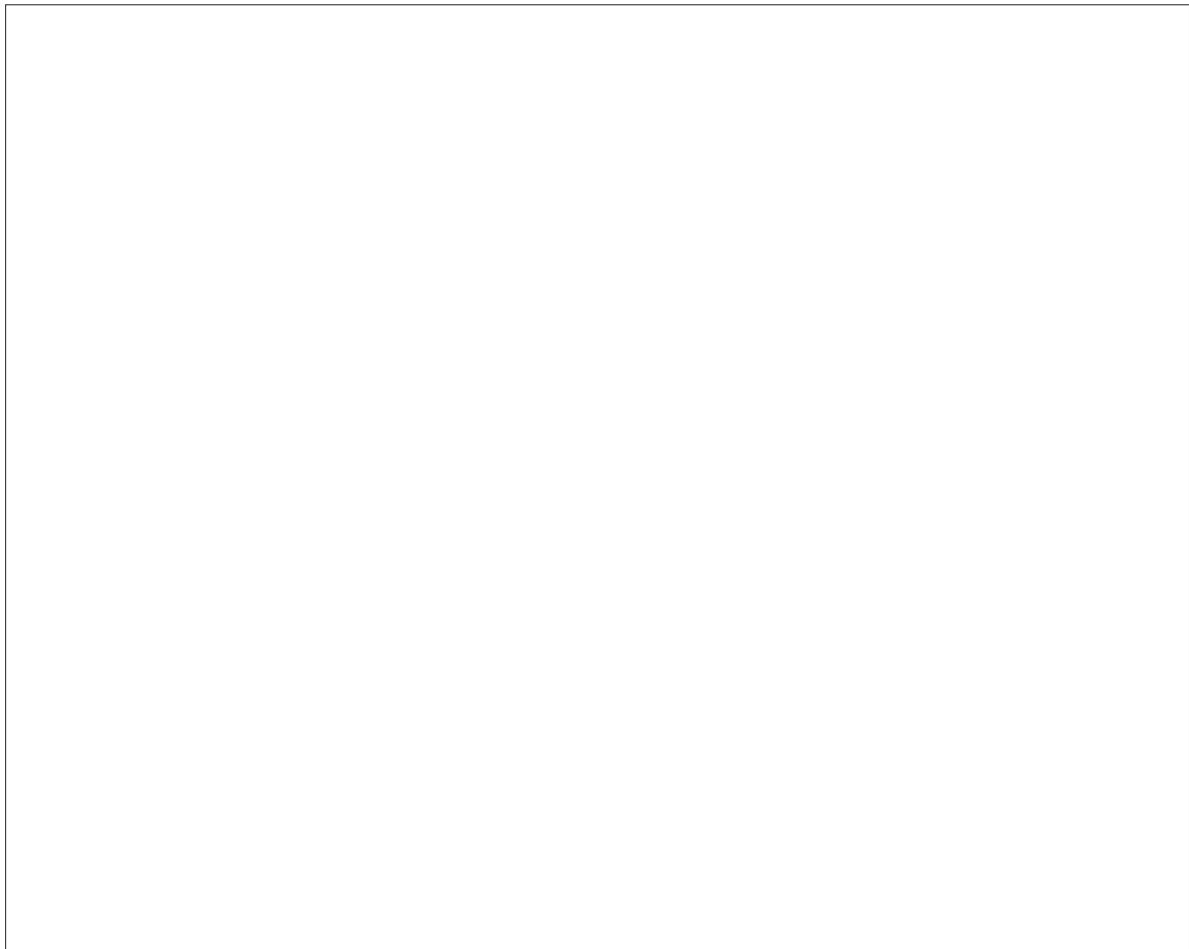
วันต่อมาเด็กชายสมชายเดินผ่านเด็กกลุ่มนั้นอีก แต่คราวนี้หนิไม่พ่น เด็กชายสมอาจเข้ามาทักทายและส่งบุหรี่ยี่ห้อเด็กชายสมชายลองสูบบุหรี่ พร้อมชักจูงเข้ามาอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่นั่งมั่วสุมอยู่



ภาพที่ 3

เหตุการณ์ต่อไปจะเป็นอย่างไร ขอให้นักเรียนช่วยกันวาดภาพแต่งเรื่องราวให้สมบูรณ์ในกรอบหน้าต่อไป และบรรยายภาพตามความคิดและจินตนาการอย่างอิสระ

ชื่อกลุ่ม.....ชั้น.....



ภาพที่ 3

คำบรรยายภาพ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 วิเคราะห์ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้
- 1.2 บอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ
- 2.2 ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ

3. สาระสำคัญ

บุหรี่เป็นภัยเงียบที่นอกจากจะคุกคามสุขภาพและชีวิตของผู้สูบแล้ว ยังมีผลกระทบต่อความสูญเสียอย่างมหาศาลทางเศรษฐกิจ ชีวิตความเป็นอยู่และความเจริญมั่นคงของบุคคลในระดับครอบครัว ระดับชาติและระดับโลก ซึ่งเป็นความสูญเสียที่สามารถคำนวณได้และไม่สามารถคำนวณได้ ดังนั้นวิธีที่จะลดความเสียหายดังกล่าวได้ก็คือการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนร่วมกันพิจารณารูปภาพ “หมดมวน หมดตัว” พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความรู้สึกและวิจารณ์ความหมายของภาพตามความเข้าใจของนักเรียน
- ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมและเชื่อมโยงถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ ดังคำกล่าวที่ว่า “ยังสูบบุหรี่จน” ซึ่งคนส่วนใหญ่มักมองไม่เห็นความสำคัญ

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน แต่ละกลุ่มจับสลากหมายเลข 1 ถึง หมายเลข 4
 - กลุ่มที่ได้หมายเลข 1 ให้ปฏิบัติตามใบงานที่ 1 เรื่อง “คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก” และใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ”
 - กลุ่มที่ได้หมายเลข 2 ให้ปฏิบัติตามใบงานที่ 2 เรื่อง “คิดเลขง่ายๆ กับความเสียหายจากบุหรี่” และใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ”
 - กลุ่มที่ได้หมายเลข 3 ให้ปฏิบัติตามใบงานที่ 3 เรื่อง “ค่าบุหรี่ของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร” และใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ”

- กลุ่มที่ได้หมายเลข 4 ให้ปฏิบัติตามใบงานที่ 4 เรื่อง “สตีฟ ยอดนักถนอมรังค์” และใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ”

4.3 ตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงาน เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน พร้อมนำผลงานติดแสดงบนป้ายนิเทศ

4.4 นักเรียนช่วยกันสรุปผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ ทั้งทางตรงและทางอ้อม

4.5 นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ
ขั้นสรุป

4.6 ครูทบทวนและสรุปการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ยิ่งสูบ ยิ่งจน”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด

5.2 การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่ม

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 สื่อการเรียนรู้ ภาพ “หมดมวน หมดตัว”

6.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง “คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก”

6.3 ใบงานที่ 2 เรื่อง “คิดเลขง่าย ๆ กับความเสียหายจากบุหรี่”

6.4 ใบงานที่ 3 เรื่อง “ค่าบุหรี่ของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร”

6.5 ใบงานที่ 4 เรื่อง “สตีฟ ยอดนักถนอมรังค์”

6.6 ใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจ”

6.7 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ยิ่งสูบ ยิ่งจน”

6.8 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียน

6.9 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokfreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบตรวจใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และตระหนักในผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ

9. กิจกรรมเสนอแนะ

ครูอาจมอบหมายให้นักเรียนออกแบบกระปุกออมสิน “ค่าบุหรีของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร” และสนับสนุนให้นักเรียนได้ออมเงินในกระปุกออมสินดังกล่าว

ภาพ “หมดมวน หมดตัว”



คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก

คำชี้แจง

1. ศึกษาเรื่อง “คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก” แล้วระดมความคิดเห็นในกลุ่ม เพื่อตอบคำถามท้ายกิจกรรม
2. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก

ผู้มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 2,500 บาท มีอัตราการสูบบุหรี่เป็นประจำสูงสุดร้อยละ 40.1

ขณะที่ผู้ที่มีรายได้มากกว่า 10,000 บาทต่อเดือน สูบบุหรี่เพียงร้อยละ 9.4 เท่านั้น

การสูบบุหรี่จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

รายได้ต่อเดือน (บาท)	ร้อยละของการสูบบุหรี่
ไม่เกิน 2,500	40.1
2,501-5,000	20.9
5,001-10,000	19.6
ตั้งแต่ 10,001	9.4



ผลกระทบของบุหรี่

ในอดีตผู้สูบบุหรี่มักเป็นคนที่ฐานะดีมากกว่าคนจน เพราะบุหรี่จัดเป็นสินค้าฟุ่มเฟือยไม่ใช่สิ่งจำเป็นในการดำรงชีพ แต่ในระยะ 20 - 30 ปี ที่ผ่านมานี้พบว่าคนที่มีฐานะดีกลับเลิกสูบบุหรี่มากขึ้น ในขณะที่ผู้ที่มีรายได้น้อยยังคงสูบบุหรี่ต่อไป

ตัวอย่างเช่น ประเทศอังกฤษพบว่า คนที่มีการศึกษาสูงสูบบุหรี่น้อยมากคือ เพศชายสูบบุหรี่ร้อยละ 12 เพศหญิงสูบบุหรี่ร้อยละ 10 ในขณะที่ผู้ที่มีรายได้น้อยและมีการศึกษาค่ำที่เป็นเพศชายสูบบุหรี่ร้อยละ 40 เพศหญิงสูบบุหรี่ร้อยละ 50

นอกจากนี้ยังพบว่า อัตราการสูบบุหรี่ของประชาชนในประเทศกำลังพัฒนามีอัตราการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว จากที่มีการสูบบุหรี่ทั่วโลกต่อปีจำนวน 5.7 ล้านคน พบว่า ร้อยละ 75 เป็นผู้สูบบุหรี่ในประเทศกำลังพัฒนา ทั้งนี้เพราะการเปิดเสรีทางการค้าทำให้บริษัทบุหรี่ยักษ์ใหญ่จากอเมริกาและอังกฤษสามารถส่งบุหรี่เข้าไปขายในประเทศกำลังพัฒนาได้

รัฐบาลของประเทศกำลังพัฒนาขาดมาตรการในการควบคุมการบริโภคยาสูบ โดยเฉพาะการห้ามการโฆษณาและการส่งเสริมการขาย รวมถึงขาดการให้ข้อมูลความรู้ในเรื่องอันตรายจากการสูบบุหรี่แก่ประชาชน ประชาชนในประเทศกำลังพัฒนาส่วนใหญ่มีการศึกษาน้อยทำให้ขาดความรู้ความเข้าใจและความตระหนักถึงอันตรายจากการสูบบุหรี่ที่มีต่อสุขภาพ จากเหตุผลดังกล่าวทำให้ประชาชนในประเทศกำลังพัฒนาสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มผู้มีรายได้น้อย

ในประเทศไทย สำนักงานสถิติแห่งชาติได้ทำการสำรวจสถิติการสูบบุหรี่ของประชากรไทยในปี พ.ศ. 2549 พบว่าผู้สูบบุหรี่ที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่ามีจำนวน 6,457,530 คน ส่วนระดับอุดมศึกษามีจำนวน 505,399 คน ซึ่งแสดงว่าคนมีการศึกษาน้อยมีการสูบบุหรี่มากกว่าคนมีการศึกษาสูงหลายเท่า

คนมีรายได้ประเภทไหนสุขุบนุหรี่มาก

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

- 1.1
-
-
-
- 1.2
-
-
-
- 1.3
-
-

2. เหตุใดอัตราการสุขุบนุหรีของประเทศที่กำลังพัฒนา จึงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

.....

.....

.....

.....

3. เหตุใดคนรายได้ต่ำจึงสุขุบนุหรีมากกว่าคนรายได้สูง

.....

.....

.....

.....

4. ถ้าคนงาน ได้ค่าแรงเฉลี่ยวันละ 300 บาท แต่สุขุบนุหรีวันละ 1 ชอง (ราคา 60 บาท) จะเกิดผลกระทบอะไรกับครอบครัว

.....

.....

.....

.....

คนมีรายได้ประเภทไหนสูบบุหรี่มาก

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์ผลกระทบทางเศรษฐกิจที่เกิดจากการสูบบุหรี่ได้
2. บอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

แนวคำตอบ

- 1.1 ผู้มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 2,500 บาท มีอัตราการสูบบุหรี่เป็นประจำสูงสุดคือ ร้อยละ 40.1 ขณะที่ผู้ที่รายได้มากกว่า 10,000 บาทต่อเดือน สูบบุหรี่เพียงร้อยละ 9.4 เท่านั้น
- 1.2 ในอดีตผู้สูบบุหรี่มักเป็นคนมีฐานะดี แต่ในปัจจุบันคนจนกลับสูบบุหรี่มากกว่าคนรวย
- 1.3 การเปิดเสรีทางการค้าทำให้บริษัทบุหรี่ยักษ์ใหญ่ในอเมริกาและอังกฤษสามารถส่งบุหรี่เข้าไปขายในประเทศที่กำลังพัฒนาได้

2. เหตุใดอัตราการสูบบุหรี่ของประเทศที่กำลังพัฒนา จึงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

แนวคำตอบ

เป็นเพราะรัฐบาลของประเทศที่กำลังพัฒนาขาดมาตรการในการควบคุมการบริโภคยาสูบ โดยเฉพาะการห้ามการโฆษณาและส่งเสริมการขาย

3. เหตุใดคนมีรายได้น้อยจึงสูบบุหรี่มากกว่าคนมีรายได้สูง

แนวคำตอบ

เนื่องจากคนมีรายได้น้อยส่วนมากมีการศึกษาน้อย จึงขาดความรู้ความเข้าใจและไม่ตระหนักถึงอันตรายจากการสูบบุหรี่ที่มีต่อสุขภาพ

4. ถ้าคนงาน ได้ค่าแรงเฉลี่ยวันละ 300 บาท แต่สูบบุหรี่วันละ 1 ซอง (ราคา 60 บาท) จะเกิดผลกระทบอะไรกับครอบครัว

แนวคำตอบ

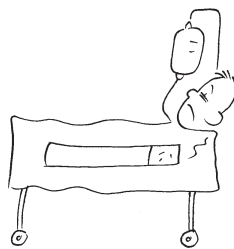
รายได้ของเขาร้อยละ 20 ควรจะเป็นเงินสะสมไว้ใช้จ่ายจำเป็นของครอบครัว แต่กลายเป็นควันบุหรี่ที่ทำร้ายสุขภาพของเขาและครอบครัว

คิดเลขง่าย ๆ กับ ความเสียหายจากบุหรี่

คำชี้แจง

1. ศึกษาเรื่อง “คิดเลขง่าย ๆ กับความเสียหายจากบุหรี่” แล้วระดมความคิดเห็นในกลุ่ม เพื่อตอบคำถามท้ายกิจกรรม
2. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

คิดเลขง่าย ๆ กับความเสียหายจากบุหรี่



จากการวิเคราะห์พบว่า ในทุก ๆ 1,000 ต้น ของยาสูบที่ผลิตออกมา จะทำรายได้หรือผลกำไรสุทธิให้ผู้ผลิต 65 ล้านบาท แต่ทำให้มีผู้เสียชีวิต 650 คน ซึ่งคน 650 คนนี้ต้องเสียค่ารักษาพยาบาลในการรักษาโรคก่อนที่จะเสียชีวิตประมาณ 140 ล้านบาท และยังมีค่าใช้จ่ายและความสูญเสียทางอ้อมของบุคคลเหล่านี้อีกประมาณ 275 ล้านบาท เมื่อบวกกับรายได้ที่คนเหล่านี้ควรได้รับหากไม่เสียชีวิตก่อนวัยอันควรอีก 330 ล้านบาท จึงรวมเป็นความสูญเสียทั้งสิ้น 745 ล้านบาท ดังนั้น ความสูญเสียจากยาสูบเพียง 1,000 ต้น จึงมากกว่ารายรับถึง $745 - 65 = 680$ ล้านบาท

ขณะนี้ทั่วโลกผลิตยาสูบปีละ 7,300,000 ต้น จึงคิดเป็นความสูญเสียทางเศรษฐกิจของโลกปีละประมาณ 5 ล้านล้านบาท

ธนาคารโลกได้สรุปว่าการลงทุนป้องกันไม่ให้คนติดบุหรี่เป็นการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุดในการลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาโรคภัยไข้เจ็บของประชาชน ตัวอย่างเช่น

ในประเทศกำลังพัฒนาที่มีรายได้ต่อหัวต่อปี 50,000 บาท การลงทุนเพื่อรณรงค์ปีละ 500 - 1,000 บาท ต่อคนต่อปี เพื่อไม่ให้ประชาชนสูบบุหรี่หรือเลิกสูบบุหรี่ขณะที่ยังไม่ป่วยและมีอายุยืนขึ้น

ในขณะที่ค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคมะเร็งปอดซึ่งสามารถยืดชีวิตผู้ป่วยได้ประมาณร้อยละ 10 เท่านั้นจะต้องเสียเงินในการยืดชีวิตต่อคนต่อปี เท่ากับ 450,000 บาท

จากการสูญเสียทางเศรษฐกิจนี้ทำให้ธนาคารโลกงดการให้เงินกู้กับประเทศที่ขอกู้ไปลงทุนในเรื่องยาสูบทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นการเพาะปลูก การส่งออกหรือกิจกรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

คิดเลขง่าย ๆ กับ ความเสียหายจากบุหรื

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

- 1.1
.....
.....
- 1.2
.....
.....
- 1.3
.....

2. การวิเคราะห์ความเสียหายทางเศรษฐกิจจากการสูบบุหรี่ควรใช้ข้อมูลด้านใดบ้าง

.....
.....
.....

3. เหตุใดธนาคารโลกจึงสรุปว่า “การลงทุนป้องกันไม่ให้คนติดบุหรี่เป็นการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุด”

.....
.....
.....

4. ถ้าคนไทยลดการสูบบุหรี่ลง จะส่งผลดีต่อเศรษฐกิจของประเทศอย่างไร

.....
.....
.....

คิดเลขง่าย ๆ กับความเสียหายจากบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์ผลกระทบทางเศรษฐกิจที่เกิดจากการสูบบุหรี่ได้
2. บอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

แนวคำตอบ

- 1.1 การสูบบุหรี่มีผลกระทบด้านค่ารักษาพยาบาลและค่าความสูญเสียทางอ้อม เมื่อทรัพยากรบุคคลถูกทำลายนับเป็นมูลค่ามหาศาล ดังนั้นการลงทุนป้องกันไม่ให้คนติดบุหรี่จึงเป็นการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุด
- 1.2 ขณะนี้ทั้งโลกผลิตยาสูบปีละ 7,300,000 ตัน คิดเป็นความสูญเสียทางเศรษฐกิจของโลกปีละ 5 ล้านล้านบาท
- 1.3 ธนาคารโลกงดการให้เงินกู้กับประเทศที่ขอกู้ไปลงทุนในเรื่องของยาสูบทุกชนิด

2. การวิเคราะห์ความเสียหายทางเศรษฐกิจจากการสูบบุหรี่ควรใช้ข้อมูลด้านใดบ้าง

แนวคำตอบ

ประกอบด้วยข้อมูลด้านค่ารักษาพยาบาลและค่าใช้จ่ายจากการสูญเสียทางอ้อม เช่น ค่าเสียโอกาสและรายได้ในการทำงาน ค่าผลกระทบของควันบุหรี่ที่มีต่อบุคคลใกล้เคียง เป็นต้น

3. เหตุใดธนาคารโลกจึงสรุปว่า “การลงทุนป้องกันไม่ให้คนติดบุหรี่เป็นการลงทุนที่คุ้มค่าที่สุด”

แนวคำตอบ

เพราะเป็นการลงทุนรณรงค์ป้องกันที่เสียค่าใช้จ่ายน้อย แต่ได้ผลในการลดความเสียหายจากอันตรายของบุหรี่คิดเป็นมูลค่ามหาศาล

4. ถ้าคนไทยลดการสูบบุหรี่ลง จะส่งผลดีต่อเศรษฐกิจของประเทศอย่างไร

แนวคำตอบ

ประเทศไทยจะประหยัดค่ารักษาพยาบาลอย่างมากและครอบครัวมีรายได้เพิ่มขึ้นจากเงินค่าบุหรี่

ค่าบุหรีของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร

คำชี้แจง

1. ศึกษาเรื่อง “ค่าบุหรีของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร” แล้วระดมความคิดเห็นในกลุ่ม เพื่อตอบคำถามท้ายกิจกรรม
2. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

ค่าบุหรีของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร



การสับบุหรีของคนที่มีรายได้น้อยนั้น นอกจากจะเป็นการบั่นทอนสุขภาพของตัวเองให้อ่อนแอลงทุกวันแล้ว ค่าใช้จ่ายที่เกิดจากการสับบุหรียังเบียดบังค่าใช้จ่ายอื่นๆ ที่จำเป็นของครอบครัวของผู้สับบุหรี โดยที่ผู้สับบุหรีไม่รู้ตัวและยังผลักดันให้ครอบครัวยากจนยิ่งขึ้น ซึ่งนับเป็นเรื่องที่มีความเสียหายมาก เพราะเป็นการนำเงินไปซื้อบุหรี แทนที่จะซื้ออาหารที่มีประโยชน์สำหรับบริโภค

ในประเทศที่กำลังพัฒนาหลายประเทศ มีอัตราส่วนของค่าใช้จ่ายในบ้านที่ถูกใช้ไปเพื่อซื้อบุหรีสูงมาก เช่น ในประเทศบัลแกเรีย ครอบครัวมีรายได้ต่ำและมีคนสับบุหรีอย่างน้อย 1 คน จะใช้จ่ายเงินร้อยละ 10.4 ของรายได้ทั้งหมดไปเพื่อซื้อบุหรีซึ่งเป็นการเบียดบังค่าใช้จ่ายที่จำเป็น เช่น ค่าอาหาร เป็นต้น

จากการศึกษาในประเทศอินเดียพบว่า การสับบุหรีมีความสัมพันธ์กับภาวะการขาดอาหารรุนแรงและสุขภาพเด็ก

ในประเทศบังกลาเทศ พบว่าถ้า 2 ใน 3 ของเงินถูกนำไปซื้ออาหารแทนบุหรี จะสามารถช่วยให้คนมากกว่า 10 ล้านคนพ้นจากภาวะขาดอาหารได้

ในประเทศลาว พบว่าเงินจำนวน 10,000 - 15,000 กีบ หรือประมาณ 40 - 60 บาท ที่ต้องจ่ายไปเพื่อซื้อบุหรีมาร์ลโบโร 1 ซอง สามารถนำไปซื้ออาหารเพื่อครอบครัวได้ โดยซื้อเนื้อเพื่อใช้เป็นอาหารได้ 1 กิโลกรัม หรือซื้อข้าวเหนียวได้ 6 กิโลกรัมหรือซื้อปลา 1.3 กิโลกรัม และเงินค่าบุหรี 1 ซองนี้สามารถซื้อแอปเปิ้ลกินได้ถึง 2 กิโลกรัม

ในประเทศเวียดนาม จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2538 พบว่า ใน 1 ปีผู้สับบุหรี 1 คน ใช้จ่ายเงินเพื่อซื้อบุหรีเฉลี่ยมากกว่า 2,500 บาท ซึ่งเงินจำนวนนี้สามารถซื้อข้าวสารได้ถึง 169 กิโลกรัม ซึ่งมากพอสำหรับเลี้ยงชีวิตคนหนึ่งคนได้ตลอดทั้งปี และในปี พ.ศ. 2541 พบว่า ค่าใช้จ่ายของผู้สับบุหรีในประเทศมากพอที่จะซื้อข้าวสารเพื่อเลี้ยงชีวิตคนเวียดนามได้ถึง 10.6 ล้านคนเป็นเวลา 1 ปี

สำหรับประเทศไทย ค่าบุหรี 1 ซอง ราคา 60 บาท มากกว่าราคาก๋วยเตี๋ยว 1 ชาม ซึ่งมีราคา 30 บาท ดังนั้นหากผู้สูบบุหรี่วันละ 2 ซองสำหรับคนในเมือง เงินจำนวนนี้สามารถซื้ออาหารได้ถึง 2 มื้อ แต่คนในชนบทที่ทำอาหารกินเองจะมีรายจ่ายเพื่อซื้ออาหารต่ำกว่านี้มาก เงินจำนวนนี้จึงมากพอที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้มากขึ้น

ด้วยเหตุนี้จึงมีเสียงเรียกร้องจากลูกถึงพ่อ เป็นคำพูดกินใจว่า “ค่าบุหรีของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร”

คำบุญหรือของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

- 1.1
-
-
- 1.2
-
-
- 1.3
-
-

2. ในบรรดาประเทศที่กำลังพัฒนาและประเทศที่ประสบปัญหาการขาดแคลนอาหารดังที่กล่าวมานี้ ประเทศใดที่ประสบภาวะขาดอาหารมากที่สุด เพราะเหตุใด

-
-
-
-

3. จากคำพูดที่ว่า “คำบุญหรือของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร” นั้น นักเรียนคิดว่าถ้าพ่อเลิกสูบบุหรี่จะประหยัดเงินและนำเงินเป็นค่าอาหารได้เดือนละเท่าไรและปีละเท่าไร

-
-
-
-

ค่าบุหรืของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์ผลกระทบที่มีต่อเศรษฐกิจจากการสูบบุหรี่ได้
2. บอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

แนวคำตอบ

- 1.1 การสูบบุหรี่ของคนที่มีรายได้น้อย จะมีผลกระทบต่อค่าใช้จ่ายอื่นที่มีความจำเป็นต่อครอบครัว เช่น ค่าอาหาร เป็นต้น
- 1.2 ในประเทศบังกลาเทศ พบว่าถ้า 2 ใน 3 ของเงินถูกนำไปซื้ออาหารแทนบุหรี่ ก็จะสามารถช่วยชาวบังกลาเทศมากกว่า 10 ล้านคนให้พ้นจากภาวะขาดอาหารได้
- 1.3 การเปรียบเทียบค่าบุหรืกับค่าอาหารและผลไม้ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย อาจช่วยให้ผู้สูบบุหรี่ฉุกคิดได้บ้างว่า ถึงเวลาที่จะเปลี่ยนค่าบุหรืเป็นค่าอาหารได้แล้ว

2. ในบรรดาประเทศที่กำลังพัฒนาและประเทศที่ประสบปัญหาการขาดแคลนอาหารดังที่กล่าวมานี้ ประเทศใดที่ประสบภาวะขาดอาหารมากที่สุด เพราะเหตุใด

แนวคำตอบ

ประเทศบังกลาเทศตกอยู่ในภาวะขาดอาหารมากที่สุด สาเหตุเพราะความยากจนและชาวบังกลาเทศเสียค่าใช้จ่ายไปกับการสูบบุหรี่เป็นจำนวนมาก

3. จากคำพูดที่ว่า “ค่าบุหรืของพ่อ หนูขอเป็นค่าอาหาร” นั้น นักเรียนคิดว่าถ้าพ่อเลิกสูบบุหรี่จะประหยัดเงินและนำเงินเป็นค่าอาหารได้เดือนละเท่าไรและปีละเท่าไร

แนวคำตอบ

ถ้าพ่อไม่สูบบุหรี่วันละ 1 ซองจะประหยัดเงินได้ 1,800 บาทต่อเดือน (60 บาท x 30 วัน) และจะประหยัดเงินได้ 21,600 บาทต่อปี (60 บาท x 360 วัน) นักเรียนสามารถนำเงินที่ประหยัดได้ดังกล่าวไปเป็นค่าอาหาร

“สตีฟ” ยอดนักบรรณรักษ์

คำชี้แจง

1. ศึกษาเรื่อง “สตีฟ” ยอดนักบรรณรักษ์ แล้วระดมความคิดเห็นในกลุ่ม เพื่อตอบคำถามท้ายกิจกรรม
2. ส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

“สตีฟ” ยอดนักบรรณรักษ์



ถ้าเทียบกับสตีฟ วู้ดเวิร์ด แล้วผมต้องขีดซ้ายในเรื่องบรรณรักษ์ไม่สูบบุหรี่

สตีฟเป็นชาวออสเตรเลียเขาเล่าให้ผมฟังว่า ที่เมืองเมลเบิร์น รัฐวิกตอเรีย ห้ามสูบบุหรี่ในรถแท็กซี่ รวมทั้งคนขับรถแท็กซี่เองก็ห้ามสูบบุหรี่ด้วย ไม่ว่าจะมิเตอร์โดยสารหรือไม่ก็ตาม

กฎหมายนี้ผลักดันโดย ส.ส. คนหนึ่งที่ไม่ได้สนใจเรื่องบรรณรักษ์ไม่สูบบุหรี่ แต่เขาต้องการส่งเสริมการท่องเที่ยว เขาจึงผลักดันกฎหมายที่กำหนดให้รถแท็กซี่ปลอดบุหรี่ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่จะดึงดูดให้ผู้คนมาเที่ยวรัฐวิกตอเรีย

โดยกฎหมายกำหนดว่า รถแท็กซี่ต้องอยู่ในสภาพดี สะอาด คนขับต้องสุภาพ แต่งตัวเรียบร้อย และห้ามสูบบุหรี่ในรถไม่ว่าในเวลาใด เพราะการสูบบุหรี่ในรถจะทำให้มีกลิ่นเหม็นบุหรี่ค้างอยู่ผู้ฝ่าฝืนมีโทษปรับ 200 เหรียญออสเตรเลียหรือประมาณ 6,000 บาท

แม้จะมีกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในรถแท็กซี่มานานแล้วก็ตาม สตีฟเล่าว่า ทุกครั้งที่เขาขึ้นรถแท็กซี่ที่เมืองเมลเบิร์น เขาจะเลือกนั่งคนที่คนขับยืนสูบบุหรี่อยู่นอกรถ ในขณะที่เพื่อนเขาจะเลือกนั่งคนที่เขาเห็นคนขับไม่ได้สูบบุหรี่ ที่แรกผมฟังแล้วกังง แต่สตีฟบอกว่า เขาจะใช้ทุกโอกาสเกลี้ยกล่อมให้ทุกคนรวมทั้งคนขับแท็กซี่ที่ยังสูบบุหรี่ให้เลิกสูบบุหรี่ อย่างนี้ผมยอมแพ้ ครั้งหนึ่งเขานั่งแท็กซี่จากสนามบินเข้าเมือง พอร์ตรัมมออก เขาก็ชวนคนขับแท็กซี่คุย สตีฟพูดว่า “เมื่อไหร่เห็นสูบบุหรี่อยู่ ไม่กลัวเป็นมะเร็งปอดตามคำเตือนที่พิมพ์อยู่บนซองหรือ”

คนขับแท็กซี่ บอกว่า “สาเหตุของมะเร็งมีมากมาย”

สตีฟพูดว่า “อ้าวแล้วโรคหัวใจล่ะ”

คนขับบอกว่า “คนไม่สูบบุหรี่ก็เป็นหัวใจวายเยอะแยะ”

สตีฟเลยคิดว่าถ้าพูดเรื่องพิษภัยของบุหรี่กับพ่อคนนั้นจะไม่สำเร็จ ฟังสำเนียงคนขับพอจะรู้ว่าไม่ใช่คนพื้นเมือง จึงถามว่า “เดิมอยู่ที่ไหน”

คนขับบอกว่า “ผมมาจากอิตาลี สิบกว่าปีแล้ว”

สตีฟถามว่า “เคยกลับไปเยี่ยมพี่น้องที่โรมหรือเปล่า”

คนขับตอบว่า “อาซีฟขับแท็กซี่ไม่มีปัญหาที่จะซื้อตั๋วเครื่องบินไปโรมหรอก”

สตีฟรุกตอว่า “คุณสูบบุหรี่วันละกี่มวน”

คนขับตอบว่า “สู่วันละซอง”

สตีฟได้ทีเลยเสนอว่า “ถ้าคุณหยุดสูบบุหรี่ คุณจะกลับโรมได้ปีละครั้ง เพราะบุหรี่ซองละ 10 เหรียญ ปีหนึ่งคุณก็จะเหลือเงินเกือบ 4,000 เหรียญ (1 เหรียญออสเตรเลียเท่ากับ 32 บาท และค่าเครื่องบิน ไปกลับเมลเบิร์น-โรมเท่ากับ 2,000 เหรียญ) พอที่จะซื้อตั๋วเครื่องบินไปกลับโรม หรือถ้าคุณไม่สูบ 2 ปี คุณจะมีเงินพอที่จะพาเมียไปโรมได้ด้วย”

คนขับแท็กซี่หันมามองสตีฟและว่า “เอ๊ะ น่าสนใจ ผมไม่เคยคิดเรื่องนี้มาก่อน ความคิดของคุณเข้าท่า เมียก็พยายามที่จะให้ผมเลิกสูบบุหรี่อยู่แล้ว”

หลายปีต่อมา มีคนขับรถแท็กซี่คนหนึ่งวิ่งมาหาสตีฟถามว่า “จำผมได้ไหม ที่คุณเคยแนะนำให้ผมเลิกสูบบุหรี่เพื่อจะได้ไปโรม ผมเลิกสูบบุหรี่ได้แล้ว”

สตีฟถามว่า “แล้วคุณได้กลับอิตาลีหรือเปล่า”

คนขับแท็กซี่ตอบว่า “ไม่ได้ไปอิตาลี แต่เอาเงินค่าบุหรี่ไปผ่อนรถ ตอนนี้ผมมีรถยนต์เป็นของตนเองแล้ว ลูกเมียดีใจด้วย ขอบคุณสตีฟ”

คนขับแท็กซี่ในกรุงเทพฯ ถ้าสูบบุหรี่วันละซองหากเลิกสูบบุหรี่หนึ่งปีจะประหยัดเงินได้ 21,900 บาท อาจจะเท่ากับรายได้หนึ่งถึงสองเดือนของการขับแท็กซี่ ซึ่งพอที่จะไปเที่ยวสิงคโปร์หรือฮ่องกงได้ทีเดียว

สำหรับผมแล้วถ้ามีอารมณ์ก็จะทำแบบสตีฟ แต่ส่วนใหญ่ผมเพียงแต่พูดว่า “รถคุณดีจังไม่เหมือนกลิ่นบุหรี่เลย”

“สตีฟ” ยอดนักธุรกิจ

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

- 1.1
.....
.....
- 1.2
.....
.....
- 1.3
.....
.....

2. กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในประเทศออสเตรเลียน่าสนใจอย่างไร มีจุดประสงค์สำคัญในเรื่องใด

.....
.....
.....
.....

3. นักเรียนคิดว่า ถ้าคนขับรถแท็กซี่ในกรุงเทพฯ แต่ละคนเลิกสูบบุหรี่ จะสามารถประหยัดเงินค่าสูบบุหรี่แล้วนำไปใช้ประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัวได้อย่างไร

.....
.....
.....
.....

“สตீฟ” ยอดนักกรรงค์

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์ผลกระทบทางเศรษฐกิจที่เกิดจากการสูบบุหรี่ได้
2. บอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีผลต่อเศรษฐกิจได้

1. สรุปประเด็นสาระสำคัญ จำนวน 3 ข้อ

แนวคำตอบ

- 1.1 เมืองเมลเบิร์น รัฐวิกตอเรีย ประเทศออสเตรเลีย มีกฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในรถแท็กซี่ ทั้งคนขับรถและผู้โดยสาร หากฝ่าฝืนจะมีโทษปรับประมาณ 6,000 บาท
- 1.2 สตீฟ วัตต์เวิร์ด เป็นชาวออสเตรเลีย เป็นยอดนักกรรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่กับคนขับรถแท็กซี่ โดยใช้วิธีพูดคุยให้แนวคิดถึงประโยชน์ของการเลิกสูบบุหรี่ที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจและความมั่นคงของชีวิต
- 1.3 คนขับรถแท็กซี่ในกรุงเทพฯ ที่สูบบุหรี่วันละ 1 ซอง สามารถเก็บเงินไปเที่ยวสิงคโปร์หรือฮ่องกงได้ปีละ 1 ครั้ง หากในปีนั้นเขาเลิกสูบบุหรี่มาตั้งแต่ต้นปี

2. กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในประเทศออสเตรเลียน่าสนใจอย่างไร มีจุดประสงค์สำคัญในเรื่องใด

แนวคำตอบ

กฎหมายห้ามสูบบุหรี่ในประเทศออสเตรเลีย ประกาศใช้ที่เมืองเมลเบิร์น รัฐวิกตอเรีย ห้ามสูบบุหรี่ในรถแท็กซี่ทั้งคนขับรถและผู้โดยสาร หากฝ่าฝืนจะมีโทษปรับ 6,000 บาท กฎหมายนี้ผลักดันโดย ส.ส. คนหนึ่ง มีจุดประสงค์เพื่อดึงดูดให้นักท่องเที่ยวมาเที่ยวรัฐของเขา ด้วยบริการรถแท็กซี่ ในสภาพที่ดี สะอาด ปลอดภัย คนขับสุขภาพ แต่งกายเรียบร้อยและไม่สูบบุหรี่ในรถ

3. นักเรียนคิดว่า ถ้าคนขับรถแท็กซี่ในกรุงเทพฯ แต่ละคนเลิกสูบบุหรี่ จะสามารถประหยัดเงินค่าสูบบุหรี่แล้วนำไปใช้ประโยชน์แก่ตนเองและครอบครัวได้อย่างไร

แนวคำตอบ

คนขับรถแท็กซี่จะมีเงินเหลือปีละ 16,425 บาท ซึ่งสามารถนำไปซื้อสินค้าจำเป็นต่อการดำรงชีวิตได้

ประโยชน์/คุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ต่อเศรษฐกิจ

คำชี้แจง

นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมสมองบอกประโยชน์และคุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ที่มีต่อเศรษฐกิจ แล้วบันทึกลงในแผนภาพความคิด ข้างล่างนี้



ประโยชน์ / คุณค่าของการเลิกสูบบุหรี่ต่อเศรษฐกิจ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์ผลกระทบทางเศรษฐกิจที่เกิดจากการสูบบุหรี่ได้
2. บอกประโยชน์และคุณค่าทางเศรษฐกิจเมื่อเลิกสูบบุหรี่ได้

นำเงินที่ประหยัดจาก
ค่ารักษาพยาบาลไปใช้
พัฒนาประเทศด้านอื่น ๆ ได้

ลดความเสียหายที่
เกิดจากการสูบบุหรี่

ประโยชน์และคุณค่า
ทางเศรษฐกิจ เมื่อ
เลิกสูบบุหรี่ได้

ประหยัดค่ารักษา
พยาบาลผู้ป่วย

ลดความสูญเสีย
ทรัพยากรบุคคลที่เจ็บป่วย

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคมได้
- 1.2 บอกแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ที่มีผลกระทบต่อสังคมได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม
- 2.2 แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ที่มีผลกระทบต่อสังคม

3. สาระสำคัญ

การสูบบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของผู้สูบและผู้ใกล้ชิด เป็นจุดเริ่มต้นของสิ่งเสพติด แห่ลงมั่วสุม ปัญหาอบายมุขและอาชญากรรมในสังคม ซึ่งเป็นปัญหาที่จะส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ ความเจริญและสันติสุขของคนในสังคม ดังนั้น การสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนักในปัญหาผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม จึงเป็นแนวทางที่จะช่วยบรรเทาปัญหาของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคมให้คลี่คลายไปในทางที่ดีขึ้นได้

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 ครูให้นักเรียนดูภาพเด็กผู้ชายสูบบุหรี่ แล้วร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับอนาคตที่อาจเป็นไปได้ของเด็กผู้ชายคนนี้

ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมถึงปัญหาการสูบบุหรี่ ซึ่งจะเป็นจุดเริ่มต้นของการก่อให้เกิดปัญหาสังคมได้แก่ ปัญหาสิ่งเสพติด แห่ลงมั่วสุม อบายมุขและอาชญากรรม เราจึงต้องรู้เท่าทันปัญหาและหาวิธีการป้องกันแก้ไขร่วมกัน

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 1 เรื่อง “เหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพิ่มสุข”
- 4.3 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม”
- 4.4 ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงาน ครูเพิ่มเติมสาระสำคัญที่ยังขาดอยู่ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขั้นสรุป

4.5 นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ในการมีส่วนร่วมป้องกันและแก้ไขปัญหาการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม

4.6 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “บุหรี่ยำแย่สังคม”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการกลุ่ม

5.2 การเรียนรู้จากภาพเหตุการณ์

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 ภาพเด็กสูบบุหรี่

6.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง “เหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพิ่มสุข”

6.3 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม”

6.4 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “บุหรี่ยำแย่สังคม”

6.5 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

6.6 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ

<http://www.smokfreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบตรวจใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

ทุกกิจกรรม ถือเกณฑ์การผ่านร้อยละ 50

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และตระหนักในผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม

9. กิจกรรมเสนอแนะ

สนับสนุนให้นักเรียนร่วมกันจัดตั้งศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียนและมีเว็บไซต์เป็นของตนเอง โดยมีครูเป็นที่ปรึกษาและอำนวยความสะดวก

ภาพเด็กสูบบุหรี่



ผลกระทบของบุหรี่

เหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพิ่มสุข

คำชี้แจง

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันศึกษาภาพเหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านและตอบคำถามประเด็นต่อไปนี้



- 1) เพราะเหตุใดหมู่บ้าน “เพิ่มสุข” จึงมีวัยรุ่นสูบบุหรี่กันมาก

ตอบ.....

.....

- 2) สภาพสังคมในหมู่บ้าน “เพิ่มสุข” จะเป็นอย่างไร เมื่อมีวัยรุ่นสูบบุหรี่กันมาก

ตอบ.....

.....

- 3) หากชุมชนใกล้บ้านของนักเรียนมีวัยรุ่นมั่วสุมสูบบุหรี่จะเกิดผลกระทบอย่างไรต่อชุมชน

ตอบ.....

.....

2. ร่วมกันหาแนวทางป้องกันและแก้ปัญหาการสูบบุหรี่ในชุมชนและส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน

.....

.....

.....

เหตุการณ์ในสวนสาธารณะของหมู่บ้านเพิ่มสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคมได้
2. บอกแนวทางป้องกันและแก้ปัญหาการสูบบุหรี่ที่มีผลกระทบต่อสังคมได้

แนวคำตอบ

1. ประเด็นคำถาม

- 1) เพราะเหตุใดหมู่บ้าน “เพิ่มสุข” จึงมีวัยรุ่นสูบบุหรี่กันมาก

ตอบ เพราะวัยรุ่นอยากลองสูบบุหรี่และมีการขายบุหรี่ให้กับเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี และไม่มีใครสนใจที่จะแก้ปัญหานี้อย่างจริงจัง

- 2) สภาพสังคมในหมู่บ้าน “เพิ่มสุข” จะเป็นอย่างไร เมื่อมีวัยรุ่นสูบบุหรี่กันมาก

ตอบ เป็นสภาพสังคมที่ไร้ระเบียบไม่ปฏิบัติตามกฎหมาย วัยรุ่นมีการมั่วสุมมากขึ้น จนอาจกลายเป็นแหล่งอบายมุขและมั่วสุมยาเสพติดชนิดอื่นๆ ตามมา

- 3) หากชุมชนใกล้บ้านของนักเรียนมีวัยรุ่นมั่วสุมสูบบุหรี่จะเกิดผลกระทบอย่างไรต่อชุมชน

ตอบ

- 1) วัยรุ่นสูบบุหรี่มากขึ้นเพราะเกิดพฤติกรรมเลียนแบบ
- 2) เกิดมลพิษทางอากาศจากควันบุหรี่
- 3) มีการมั่วสุมของกลุ่มวัยรุ่นซึ่งนำไปสู่การมีพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ได้ง่ายขึ้น
- 4) เด็ก ๆ เห็นภาพการสูบบุหรี่เป็นเรื่องปกติในชีวิตประจำวัน นำไปสู่การมีค่านิยมสูบบุหรี่ในอนาคต

2. แนวทางการป้องกันและแก้ปัญหา

- 1) ผู้ใหญ่เป็นต้นแบบที่ดีของการไม่สูบบุหรี่
- 2) ช่วยกันเฝ้าระวังการขายบุหรี่ให้แก่เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี
- 3) จัดกิจกรรมรณรงค์เผยแพร่ความรู้เรื่องผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม

ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนจับคู่คิดวิเคราะห์ “ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม” โดยเขียนเป็นแผนผังความคิด (Mind Mapping) ให้ได้จำนวนมากที่สุด เสร็จแล้ววาดภาพตกแต่งให้สวยงาม
2. นักเรียนทุกคนร่วมกันเสนอความคิดเห็น เพื่อสรุปเป็นความคิดรวบยอดของนักเรียนทั้งห้องและทุกคนจดบันทึกลงในสมุด

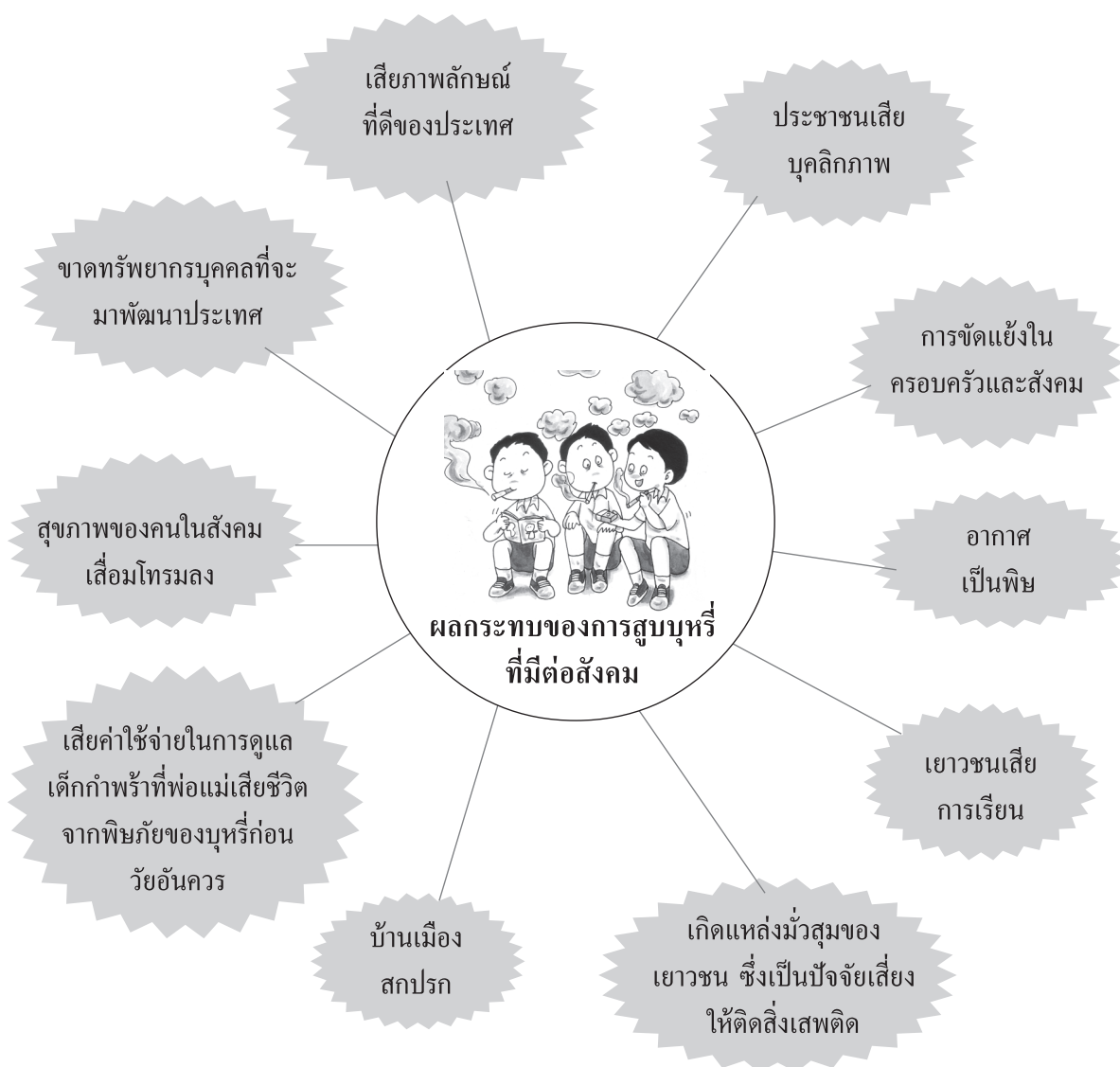


ผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคม

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่มีต่อสังคมได้

แนวคำตอบ



ผลกระทบของบุหรี่

รักกฎหมาย
เท่าที่
กลยุทธ
จำเป็น
บุกรุก

คุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกสาระสำคัญของพระราชบัญญัติ (พ.ร.บ.) คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535
- 1.2 บอกสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ได้
- 1.3 บอกวิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพของตนเองและผู้อื่นให้ปลอดจากควันบุหรี่อย่างสร้างสรรค์ได้
- 1.4 บอกประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจ พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 สาระสำคัญของ พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535
- 2.2 ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 19) พ.ศ. 2553
- 2.3 วิธีปกป้องคุ้มครองตนเองและผู้อื่นให้ปลอดจากควันบุหรี่
- 2.4 ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจ พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535

3. สาระสำคัญ

พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 เป็นกฎหมายที่มีเจตนารมณ์ที่จะปกป้องคุ้มครองบุคคลให้ปลอดภัยจากควันบุหรี่ที่ตนเองไม่ได้เป็นผู้สูบ ซึ่งเป็นสิทธิที่บุคคลพึงได้รับการคุ้มครองจากรัฐ เพราะควันบุหรี่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพและสุขภาพของบุคคล พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 จึงกำหนดให้สถานที่สาธารณะเป็นเขตปลอดบุหรี่ กำหนดบทบาทหน้าที่และบทลงโทษแก่ผู้ฝ่าฝืนไว้อย่างชัดเจน โดยให้รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้มีอำนาจออกประกาศเพื่อกำหนดสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ ดังนั้นการเรียนรู้ว่าสถานที่สาธารณะใดบ้างเป็นเขตปลอดบุหรี่และการแสดงวิธีการปกป้องสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่จะทำให้นักเรียนสามารถดูแลตนเองและผู้อื่นไม่ต้องรับควันพิษจากบุหรี่ได้

4. กระบวนการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนดูสื่อแผ่นภาพหรือวีดิทัศน์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เรื่อง “คุณมาทำร้ายฉันทำไม” แล้วร่วมกันวิเคราะห์ ในประเด็นต่อไปนี้
 - ดูภาพหรือวีดิทัศน์เรื่องนี้แล้ว มีความคิดเห็นอย่างไร
 - ตัวละครในเรื่องนี้ใครเป็นเหยื่อของควันบุหรี่มือสอง เพราะเหตุใด

- มีวิธีการป้องกันผู้ที่ไม่สูบบุหรี่จากการตกเป็นเหยื่อของควันบุหรี่มือสองได้อย่างไร

ครูให้ข้อเสนอแนะและอธิบายเพิ่มเติมว่ารัฐบาลได้ตราพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 และประกาศกระทรวงสาธารณสุขหลายฉบับ โดยได้ปรับปรุงให้เหมาะสมและทันสมัยอยู่เสมอ

สาระสำคัญของกฎหมายคือการกำหนดสถานที่สาธารณะให้เป็นเขตปลอดบุหรี่ซึ่งเราจะได้เรียนรู้กันในวันนี้

ขั้นสอน

4.2 ครูอธิบายและนำเสนอสื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ.2535”

4.3 ครูอธิบายและนำเสนอสื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ดังนี้

- สถานบริการสาธารณสุขและส่งเสริมสุขภาพ
- สถานศึกษา
- สถานที่สาธารณะที่ใช้ประโยชน์ร่วมกัน
- ยานพาหนะและสถานียขนส่งสาธารณะ
- ศาสนสถาน สถานปฏิบัติธรรม
- เขตปลอดบุหรี่ที่สามารถจัดเขตสูบบุหรี่เป็นการเฉพาะได้

4.4 นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ 1 เรื่อง “สาระสำคัญของ พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535” และใบงานที่ 2 เรื่อง “สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย” ครูและนักเรียนร่วมกันเฉลยเรื่องใบงานที่ 1 และใบงานที่ 2

4.5 มอบหมายให้นักเรียนแต่ละคนปฏิบัติ ใบงานที่ 3 เรื่อง “การสำรวจสถานการณ์จริง ในเขตปลอดบุหรี่” โดยใช้เวลาสำรวจประมาณ 1 สัปดาห์

ชั่วโมงที่ 2

4.6 นักเรียนนำเสนอผลการสำรวจ “สถานการณ์จริงในเขตปลอดบุหรี่” จากใบงานที่ 3 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายและสรุปผลการสำรวจในภาพรวม ดังนี้

- นักเรียนพบเห็นผู้สูบบุหรี่ในสถานที่ที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ที่ใดบ้าง
- พฤติกรรมการแสดงออกของผู้สูบบุหรี่และปฏิกิริยาของคนรอบข้างเป็นอย่างไร
- มีอะไรเกิดขึ้นกับนักเรียนบ้าง เมื่อได้รับควันบุหรี่

4.7 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละประมาณ 3-5 คน แต่ละกลุ่มปฏิบัติ ใบงานที่ 4 เรื่อง “วิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์” แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่จับสลากได้

4.8 นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์และครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ในประเด็นต่อไปนี้

- วิธีการในแต่ละสถานการณ์มีผลต่อการหยุดยั้งควันบุหรี่ยังน้อยเพียงใด
- วิเคราะห์และพัฒนาวิธีการที่มีประสิทธิภาพและสร้างสรรค์
- วิธีปกป้องคุ้มครองผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์ก่อให้เกิดผลดีอย่างไร

4.9 นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย พ.ร.บ. คัญครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535” ครูกระตุ้นให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับนักเรียนจะมีส่วนร่วมในการส่งเสริมการบังคับใช้กฎหมายคัญครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 อย่างไร

ขั้นสรุป

4.10 นักเรียนทุกคนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 กระบวนการคิดวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking)

5.2 การเรียนรู้แบบประสบการณ์ (Experiential Learning)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 สื่อแผ่นภาพและวีดิทัศน์ เรื่อง “คุณมาทำร้ายฉันทำไม”

6.2 ใบความรู้ที่ 1 สำหรับครู เรื่อง “พระราชบัญญัติคัญครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535”

6.3 ใบความรู้ที่ 2 สำหรับครู เรื่อง “ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 19) พ.ศ. 2535”

6.4 ใบงานที่ 1 เรื่อง “สาระสำคัญของ พ.ร.บ.คัญครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535”

6.5 ใบงานที่ 2 เรื่อง “สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย”

6.6 ใบงานที่ 3 เรื่อง “การสำรวจสถานการณ์จริงในเขตปลอดบุหรี่”

6.7 ใบงานที่ 4 เรื่อง “วิธีปกป้องคัญครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์”

6.8 ใบงานที่ 5 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมายคัญครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535”

6.9 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ พระราชบัญญัติคัญครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่”

6.10 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย”

6.11 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “คัญครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่”

6.12 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

6.13 เว็บไซต์ [http:// www.ashthailand.or.th](http://www.ashthailand.or.th), <http:// www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบตรวจใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้จักสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่และวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นให้ปลอดจากควันบุหรี่อย่างสร้างสรรค์

9. กิจกรรมเสนอแนะ

9.1 ครูควรส่งเสริมให้นักเรียนจัดทำป้ายนิเทศแนะนำสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ เพื่อเผยแพร่ความรู้แก่นักเรียนทั่วไป

9.2 ส่งเสริมให้นักเรียนนำวิธีปกป้องสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์ไปใช้ในการดำรงชีวิตที่อยู่ใกล้ตัว

คุณมาทำร้ายฉันทำไม



ขอโทษนะค่ะ...เราเคยรู้จักกันมาก่อนหรือเปล่าค่ะ



ไม่...นี่ครับ



อืมม...ฉันเคยทำความเดือดร้อนอะไรให้คุณหรือเปล่าค่ะ



เปล่า...นี่ครับ



แล้วคุณมาทำร้ายฉันทำไม



หยุดทำร้ายผู้อื่น หยุดสูบบุหรี่ในที่สาธารณะ

พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

พระราชบัญญัติ
คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

พ.ศ. ๒๕๓๕

ภูมิพลอดุลยเดช ป.ร.

ให้ไว้ ณ วันที่ ๓๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๕
เป็นปีที่ ๔๗ ในรัชกาลปัจจุบัน

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ประกาศว่า โดยที่เป็นการสมควรมีกฎหมายว่าด้วยการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตราพระราชบัญญัติขึ้นไว้โดยคำแนะนำและยินยอมของสภานิติบัญญัติแห่งชาติ ทำหน้าที่รัฐสภา ดังต่อไปนี้

มาตรา ๑ พระราชบัญญัตินี้เรียกว่า “พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๓๕”

มาตรา ๒ พระราชบัญญัตินี้ให้ใช้บังคับตั้งแต่วันถัดจากวันประกาศในราชกิจจานุเบกษาเป็นต้นไป

มาตรา ๓ ในพระราชบัญญัตินี้

“บุหรี่ย” หมายความว่า บุหรี่ ชิกาเรต บุหรี่ซิการ์ บุหรี่อื่น ยาเส้น หรือยาเส้นปรุงตามกฎหมายว่าด้วยยาสูบ

“สูบบุหรี่” หมายความว่า รวบรวมถึงการกระทำใด ๆ ซึ่งมีผลทำให้เกิดควันจากการเผาไหม้ของบุหรี่ย

“สถานที่สาธารณะ” หมายความว่า สถานที่หรือยานพาหนะใด ๆ ซึ่งประชาชนมีความชอบธรรมที่จะเข้าไปได้

“ผู้ดำเนินการ” หมายความว่า เจ้าของ ผู้จัดการ ผู้ควบคุม หรือผู้ที่รับผิดชอบดำเนินงานของสถานที่สาธารณะ

“เขตปลอดบุหรี่” หมายความว่า บริเวณที่ห้ามมิให้มีการสูบบุหรี่ย

“เขตสูบบุหรี่” หมายความว่า บริเวณที่ให้มีการสูบบุหรี่ได้

“พนักงานเจ้าหน้าที่” หมายความว่า ผู้ซึ่งรัฐมนตรีแต่งตั้งให้ปฏิบัติการตามพระราชบัญญัตินี้

“รัฐมนตรี” หมายความว่า รัฐมนตรีผู้รักษาการตามพระราชบัญญัตินี้

มาตรา ๔ ให้รัฐมนตรีมีอำนาจประกาศในราชกิจจานุเบกษา

(๑) กำหนดชื่อหรือประเภทของสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ย

- (๒) กำหนดส่วนหนึ่งส่วนใด หรือทั้งหมดของสถานที่สาธารณะตาม (๑) เป็นเขตสุบบุหรืหรือเขตปลอดคบุหรื
- (๓) กำหนดสภาพลักษณะและมาตรฐานของเขตปลอดคบุหรืและเขตสุบบุหรืเกี่ยวกับการระบายควันหรืออากาศ
- (๔) กำหนดหลักเกณฑ์และวิธีการในการแสดงเครื่องหมายในเขตสุบบุหรืหรือเขตปลอดคบุหรืประกาศตาม (๓) หรือ (๔) ให้กำหนดวัน เวลา หรือระยะเวลาที่ผู้ดำเนินการจะต้องดำเนินการให้แล้วเสร็จในประกาศด้วย

มาตรา ๕ เมื่อรัฐมนตรีประกาศตามมาตรา ๔ แล้ว ให้ผู้ดำเนินการมีหน้าที่

- (๑) จัดให้ส่วนหนึ่งส่วนใดหรือทั้งหมดของสถานที่สาธารณะเป็นเขตสุบบุหรืและเขตปลอดคบุหรื
- (๒) จัดให้เขตสุบบุหรืมีสภาพ ลักษณะและมาตรฐานตามที่รัฐมนตรีกำหนด
- (๓) จัดให้มีเครื่องหมายในเขตสุบบุหรืหรือเขตปลอดคบุหรืตามหลักเกณฑ์และวิธีการที่รัฐมนตรีกำหนด

มาตรา ๖ ห้ามมิให้ผู้ใดสุบบุหรืในเขตปลอดคบุหรื

มาตรา ๗ ให้พนักงานเจ้าหน้าที่ที่มีอำนาจเข้าไปในสถานที่สาธารณะตามที่รัฐมนตรีประกาศตามมาตรา ๔ (๑) และ (๒) ในระหว่างเวลาพระอาทิตย์ขึ้นถึงพระอาทิตย์ตก หรือเวลาทำการของสถานที่นั้น เพื่อตรวจสอบหรือควบคุมให้เป็นไปตามพระราชบัญญัตินี้

มาตรา ๘ ในการปฏิบัติหน้าที่ให้พนักงานเจ้าหน้าที่แสดงบัตรประจำตัวพนักงานเจ้าหน้าที่ต่อบุคคลที่เกี่ยวข้องบัตรประจำตัวพนักงานเจ้าหน้าที่ให้เป็นไปตามแบบที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา

มาตรา ๙ ให้ผู้ดำเนินการและบรรดาผู้ที่เกี่ยวข้องกับสถานที่สาธารณะอำนวยความสะดวกตามสมควรแก่พนักงานเจ้าหน้าที่ซึ่งปฏิบัติหน้าที่ตามมาตรา ๗

มาตรา ๑๐ ในการปฏิบัติตามพระราชบัญญัตินี้ ให้พนักงานเจ้าหน้าที่เป็นพนักงานตามประมวลกฎหมายอาญา

มาตรา ๑๑ ผู้ดำเนินการผู้ใดไม่ปฏิบัติตามมาตรา ๕(๑) ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท
ผู้ดำเนินการผู้ใดไม่ปฏิบัติตามมาตรา ๕(๒) ต้องระวางโทษปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาท
ผู้ดำเนินการผู้ใดไม่ปฏิบัติตามมาตรา ๕ (๓) ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองพันบาท

มาตรา ๑๒ ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๖ ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองพันบาท

มาตรา ๑๓ ผู้ใดขัดขวางหรือไม่อำนวยความสะดวกแก่พนักงานเจ้าหน้าที่ ซึ่งปฏิบัติการตามมาตรา ๗ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งเดือนหรือปรับไม่เกินสองพันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

หมายเหตุ ข้อความที่ขีดเส้นใต้ เป็นสาระสำคัญที่ต้องการเน้นให้ผู้อ่านสนใจ - คณะผู้จัดทำคู่มือ

มาตรา ๑๔ บรรดาความผิดตามพระราชบัญญัตินี้ ให้พนักงานสอบสวน ผู้มีอำนาจทำการสอบสวนคดีนั้น
มีอำนาจเปรียบเทียบได้ตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา

มาตรา ๑๕ ให้รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขรักษาการตามพระราชบัญญัตินี้ และให้มีอำนาจแต่งตั้ง
พนักงานเจ้าหน้าที่ กับออกประกาศเพื่อปฏิบัติการตามพระราชบัญญัตินี้
ประกาศนั้น เมื่อได้ประกาศในราชกิจจานุเบกษาแล้วให้ใช้บังคับได้

ผู้รับสนองพระบรมราชโองการ

อานันท์ ปันยารชุน

(นายอานันท์ ปันยารชุน)

นายกรัฐมนตรี

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข

(ฉบับที่ ๑๙) พ.ศ. ๒๕๕๓

เรื่อง กำหนดชื่อหรือประเภทของสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ และกำหนดส่วนหนึ่งส่วนใดหรือทั้งหมดของสถานที่สาธารณะดังกล่าวเป็นเขตสูบบุหรี่ หรือเขตปลอดบุหรี่ ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๓๕

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๔ (๑) (๒) และมาตรา ๑๕ แห่งพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๓๕ อันเป็นกฎหมายที่มีบทบัญญัติบางประการเกี่ยวกับการจำกัดสิทธิและเสรีภาพของบุคคล ซึ่งมาตรา ๒๙ ประกอบกับมาตรา ๓๒ มาตรา ๓๓ มาตรา ๔๑ และมาตรา ๔๓ ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย บัญญัติให้กระทำได้ โดยอาศัยอำนาจตามบทบัญญัติแห่งกฎหมาย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขจึงออกประกาศไว้ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ให้ยกเลิก

- (๑) ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๑๓) พ.ศ. ๒๕๔๙ เรื่อง กำหนดชื่อหรือประเภทของสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ และกำหนดส่วนหนึ่งส่วนใดหรือทั้งหมดของสถานที่สาธารณะดังกล่าวเป็นเขตสูบบุหรี่หรือเขตปลอดบุหรี่ รวมทั้งกำหนดสภาพลักษณะ และมาตรฐานของเขตสูบบุหรี่หรือเขตปลอดบุหรี่ ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๓๕ ลงวันที่ ๒๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๙
- (๒) ประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ ๑๘) พ.ศ. ๒๕๕๐ เรื่องกำหนดชื่อหรือประเภทของสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่และกำหนดส่วนหนึ่งส่วนใดหรือทั้งหมดของสถานที่สาธารณะดังกล่าวเป็นเขตสูบบุหรี่หรือเขตปลอดบุหรี่ รวมทั้งกำหนดสภาพลักษณะ และมาตรฐานของเขตสูบบุหรี่หรือเขตปลอดบุหรี่ ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. ๒๕๓๕ ลงวันที่ ๒๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๐

ข้อ ๒ ให้สถานที่ดังต่อไปนี้ เป็นสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่โดยกำหนดให้เป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมด

(๑) สถานบริการสาธารณสุขและส่งเสริมสุขภาพ

- (๑.๑) คลินิก สหคลินิก โรงพยาบาล รวมถึงสถานพยาบาลตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาล
- (๑.๒) คลินิก โรงพยาบาลสัตว์ รวมถึงสถานพยาบาลสัตว์ตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาลสัตว์

- (๑.๓) สถานีอนามัย สถานบริการสุขภาพทุกประเภท
- (๑.๔) ร้านขายยา
- (๑.๕) สถานประกอบกิจการนวดแผนไทย หรือแผนโบราณ
- (๑.๖) สถานที่ให้บริการอบความร้อน อบไอน้ำ อบสมุนไพร
- (๑.๗) สถานประกอบกิจการสปาเพื่อสุขภาพ กิจการนวดเพื่อสุขภาพหรือกิจการนวดเพื่อความงาม
- (๒) สถานศึกษา
 - (๒.๑) สถานรับเลี้ยงเด็กก่อนวัยเรียน
 - (๒.๒) โรงเรียนหรือสถานศึกษาหรือสถาบันการศึกษาระดับที่ต่ำกว่าอุดมศึกษา
 - (๒.๓) สถานศึกษาระดับอุดมศึกษา เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
 - (๒.๔) สถานกวดวิชา สถานที่สอนกีฬา ดนตรี ขี่ม้า การแสดง ศิลปะป้องกันตัว ศิลปะ ภาษา และอื่นๆ
 - (๒.๕) สถานฝึกอบรมอาชีพ
 - (๒.๖) อุทยานการเรียนรู้ ศูนย์การเรียนรู้ หรือศูนย์การเรียนรู้ชุมชน
 - (๒.๗) หอศิลป์ พิพิธภัณฑ์สถาน หรือสถานที่จัดแสดงศิลปวัฒนธรรม
- (๓) สถานที่สาธารณะที่ใช้ประโยชน์ร่วมกัน
 - (๓.๑) สถานที่ออกกำลังกาย สนามและสถานการกีฬา
 - (๓.๑.๑) อัฒจันทร์หรือสถานที่ดูกีฬาทุกประเภท
 - (๓.๑.๒) สถานที่ออกกำลังกาย ซ้อมกีฬา เล่นกีฬา หรือสนามแข่งขันกีฬาทุกประเภท ทั้งในร่มและกลางแจ้ง
 - (๓.๑.๓) สระว่ายน้ำ
 - (๓.๑.๔) สนามกอล์ฟหรือสนามฝึกซ้อมโคจรฟกอล์ฟ เฉพาะบริเวณพื้นที่อาคารและบริเวณที่มีหลังคา
 - (๓.๒) ร้านค้า สถานบริการและสถานบันเทิง
 - (๓.๒.๑) โรงแรมสพ โรงละคร โรงภาพยนตร์
 - (๓.๒.๒) สถานที่จัดเลี้ยงทั้งหมด
 - (๓.๒.๓) สถานบริการตามพระราชบัญญัติสถานบริการ พ.ศ. ๒๕๐๙ สถานที่ให้บริการคาราโอเกะ หรือสถานบันเทิงอื่นๆ
 - (๓.๒.๔) สถานที่บริการคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต หรือเกม

- (๓.๒.๕) สถานที่จำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม หรืออาหารและเครื่องดื่มที่มีระบบปรับอากาศ
- (๓.๒.๖) สถานที่จำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม หรืออาหารและเครื่องดื่ม ที่ไม่มีระบบปรับอากาศ เฉพาะบริเวณที่ให้บริการอาหาร เครื่องดื่ม หรืออาหารและเครื่องดื่ม
- (๓.๒.๗) อาคารร้านค้าประเภท ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า
- (๓.๒.๘) สถานที่จำหน่าย แสดง จัดนิทรรศการสินค้าหรือบริการ
- (๓.๓) บริเวณโรงพักคอย และบริเวณทางเดินทั้งหมดภายในอาคาร
 - (๓.๓.๑) โรงแรม รีสอร์ท หรือสถานที่พักตากอากาศ
 - (๓.๓.๒) ห้องเช่า หอพัก อพาร์ทเมนต์ คอร์ต หรือสถานที่ที่ให้บริการในลักษณะเดียวกัน
 - (๓.๓.๓) อาคารชุดหรือคอนโดมิเนียม
- (๓.๔) สถานบริการทั่วไป
 - (๓.๔.๑) สถานที่ให้บริการน้ำมันเชื้อเพลิง หรือแก๊สเชื้อเพลิง เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
 - (๓.๔.๒) อาคารหรือสถานที่ที่ใช้ในการจัดประชุม อบรม สัมมนา หรือสนทนากา
 - (๓.๔.๓) ร้านตัดผม สถานเสริมความงาม ร้านตัดเสื้อผ้า
- (๓.๕) สถานที่ทำงาน
 - (๓.๕.๑) สถานที่ราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยงานอื่นของรัฐ เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
 - (๓.๕.๒) สถานที่ทำงานเอกชน เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารและสิ่งปลูกสร้าง
 - (๓.๕.๓) ธนาคารหรือสถาบันการเงิน
 - (๓.๕.๔) โรงงานอุตสาหกรรม หรือสถานประกอบการที่มีการผลิตสินค้า เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารและสิ่งปลูกสร้าง
- (๓.๖) สถานที่สาธารณะทั่วไป
 - (๓.๖.๑) ห้องสมุด
 - (๓.๖.๒) สุขา
 - (๓.๖.๓) ตู้โทรศัพท์สาธารณะ หรือบริเวณที่ให้บริการโทรศัพท์สาธารณะ
 - (๓.๖.๔) ลิฟต์โดยสาร
 - (๓.๖.๕) สวนสาธารณะ สวนสัตว์ สวนสนุก

- (๓.๖.๖) สนามเด็กเล่น
- (๓.๖.๗) อุทยานประวัติศาสตร์ โบราณสถาน สวนพฤกษศาสตร์ อุทยานหรือวนอุทยานแห่งชาติ เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
- (๓.๖.๘) ตลาด ซึ่งหมายความรวมถึง สถานที่ที่จัดไว้ให้ผู้ค้าเป็นที่ชุมนุมเพื่อจัดแสดงจำหน่ายหรือแลกเปลี่ยนสินค้า หรือบริการ ซึ่งจัดเป็นประจำหรือชั่วคราว หรือตามวันที่กำหนด
- (๔) ยานพาหนะและสถานี่ขนส่งสาธารณะ
 - (๔.๑) ยานพาหนะสาธารณะ ในขณะที่ให้บริการไม่ว่าจะมีผู้โดยสารหรือไม่ก็ตาม
 - (๔.๑.๑) รถโดยสารประจำทาง
 - (๔.๑.๒) รถแท็กซี่
 - (๔.๑.๓) รถไฟ รถราง
 - (๔.๑.๔) รถตู้โดยสาร
 - (๔.๑.๕) รถรับส่งนักเรียนหรือนิสิตนักศึกษาทุกประเภท
 - (๔.๑.๖) ยานพาหนะโดยสารที่ใช้ในการกิจที่เป็นลักษณะส่วนกลางของส่วนราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยงานอื่นของรัฐ รวมทั้งของเอกชน
 - (๔.๑.๗) กระเช้าโดยสาร
 - (๔.๑.๘) เรือโดยสาร
 - (๔.๑.๙) เครื่องบิน
 - (๔.๑.๑๐) ยานพาหนะโดยสารอื่นๆ ทั้งประเภทประจำทางและไม่ประจำทาง
 - (๔.๒) สถานี่ขนส่งสาธารณะ
 - (๔.๒.๑) ที่พักผู้โดยสาร ป้ายรถโดยสารประจำทาง รวมถึงบริเวณที่ใช้รอก่อนหรือหลังการใช้บริการยานพาหนะโดยสารทุกประเภท
 - (๔.๒.๒) สถานี่ขนส่งผู้โดยสารทางบกทุกประเภท เฉพาะบริเวณอาคาร ชานชาลา และพื้นที่ภายใต้หลังคา
 - (๔.๒.๓) สถานีรถไฟ เฉพาะบริเวณอาคาร ชานชาลา และพื้นที่ภายใต้หลังคา
 - (๔.๒.๔) ท่าเรือโดยสารทุกประเภท บริเวณอาคาร พื้นที่ภายใต้หลังคา และที่พักรอโดยสารเรือ
 - (๔.๒.๕) ท่าอากาศยานภายในประเทศ เฉพาะบริเวณอาคาร และพื้นที่ภายใต้หลังคา
- (๕) ศาสนสถาน สถานปฏิบัติธรรมในศาสนาและนิกายต่างๆ เช่น วัด มัสยิด โบสถ์ เป็นต้น

ข้อ ๓ ให้สถานที่ดังต่อไปนี้ เป็นสถานที่สาธารณะที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ โดยกำหนดให้เป็นเขตปลอดบุหรี่ ทั้งนี้สามารถจัด “เขตสูบบุหรี่” เป็นการเฉพาะได้

- (๑) สถานศึกษาระดับอุดมศึกษา นอกเหนือจากพื้นที่ส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
- (๒) สถานที่ให้บริการน้ำมันเชื้อเพลิง หรือแก๊สเชื้อเพลิง นอกเหนือจากพื้นที่ส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
- (๓) สถานที่ราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยงานอื่นของรัฐ นอกเหนือจากพื้นที่ส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง
- (๔) ท่าอากาศยานนานาชาติ

ข้อ ๔ สถานที่สาธารณะใดที่ไม่ได้ระบุคำว่า “อาคาร” ให้หมายความรวมถึงบริเวณซึ่งใช้ประกอบการกิจการนั้นด้วย จะมีรั้วล้อมหรือไม่ก็ตาม

สถานที่สาธารณะใดที่ไม่มีหรือมิได้กำหนดขอบเขตไว้เป็นการแจ้งชัด ให้ถือเอาพฤติการณ์การสูบบุหรี่นั้นว่าจะเป็นการรบกวนผู้อื่นหรือไม่เป็นหลัก

ข้อ ๕ ประกาศฉบับนี้ให้ใช้บังคับเมื่อพ้นกำหนดเก้าสิบวันนับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษาเป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓

จรินทร์ ลักษณวิศิษฎ์
รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข

หมายเหตุ :

การจัด “เขตสูบบุหรี่” ต้องมีสภาพและลักษณะดังต่อไปนี้

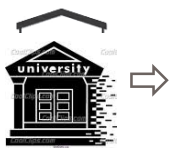
- (๑) ไม่อยู่ในบริเวณที่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนรำคาญแก่ประชาชนที่อยู่บริเวณข้างเคียง
- (๒) ไม่อยู่ในบริเวณทางเข้า - ออก ของสถานที่ที่ให้มีการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่
- (๓) ไม่อยู่ในบริเวณที่เปิดเผยอันเป็นที่เห็นได้ชัดแก่ผู้มาใช้สถานที่นั้น

พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ มาตรา ๑๑ และ ๑๒

- เจ้าของสถานที่ที่ไม่จัดเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน ๒๐,๐๐๐ บาท
- เจ้าของสถานที่ที่จัดเขตสูบบุหรี่ไม่ถูกต้อง ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน ๑๐,๐๐๐ บาท
- เจ้าของสถานที่ที่ติดป้ายเขตปลอดบุหรี่หรือเขตสูบบุหรี่ไม่ถูกต้อง ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน ๒,๐๐๐ บาท
- ผู้ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ ต้องระวางโทษปรับไม่เกิน ๒,๐๐๐ บาท

ที่ไหนด่านปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

				
คลินิก สหคลินิก โรงพยาบาล สถานพยาบาล	คลินิก โรงพยาบาล/ สถานพยาบาลสัตว์	สถานอนามัย สถานบริการสุขภาพ	ร้านขายยา	สถานนวดแผนไทยหรือ แผนโบราณ
				
สถานอบความร้อน อบไอน้ำ อบสมุนไพร	กิจการสปา/นวด เพื่อสุขภาพหรือความงาม	สถานรับเลี้ยงเด็ก ก่อนวัยเรียน	สถาบันการศึกษาระดับ ที่ต่ำกว่าอุดมศึกษา	สถานศึกษาระดับ อุดมศึกษา
				
สถานกวดวิชา สถานที่สอนกีฬา ดนตรี ศิลปะ ภาษา และอื่น ๆ	สถานฝึกอบรม อาชีพ	อุทยานการเรียนรู้ ศูนย์การเรียนรู้ หรือ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชน	หอศิลป์ พิพิธภัณฑ์สถาน ที่แสดงศิลปวัฒนธรรม	อินเทอร์เน็ตหรือสถานที่ ดูกีฬาทุกประเภท
				
สถานที่ออกกำลังกาย สนามเล่น/แข่งกีฬา ในร่มและกลางแจ้ง	สระว่ายน้ำ	สนามกอล์ฟหรือสนามฝึก ซ้อมโคจรฟ็อกอล์ฟ	โรงมหรสพ โรงละคร โรงภาพยนตร์	สถานที่จัดเลี้ยง ทั้งหมด
				
สถานที่ให้บริการ คาราโอเกะ หรือสถาน บันเทิงอื่น ๆ	สถานที่บริการ คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต หรือเกมส์	สถานที่จำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ที่มีระบบปรับ อากาศ	สถานที่จำหน่ายอาหาร เครื่องดื่ม ที่ไม่มีระบบปรับ อากาศ เฉพาะบริเวณ ที่ให้บริการ	ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า
				
สถานจำหน่าย แสดงสินค้า/ บริการ จัดนิทรรศการ	โรงแรม รีสอร์ท หรือ สถานที่พักตากอากาศ	ห้องเช่า หอพัก อพาร์ทเมนต์ คอร์ต	อาคารชุดหรือ คอนโดมิเนียม	สถานที่ให้บริการน้ำมัน หรือแก๊สเชื้อเพลิง
				
อาคารหรือสถานที่ ที่ใช้ใน การจัดประชุม	ร้านตัดผม สถานเสริม ความงาม ร้านตัดเสื้อผ้า	สถานที่ราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือ หน่วยงานอื่นของรัฐ	สถานที่ทำงาน เอกชน	ธนาคารหรือ สถาบันการเงิน

 โรงงานอุตสาหกรรม สถานผลิตสินค้า	 ห้องสมุด	 สุขา	 ตู้โทรศัพท์สาธารณะ หรือบริเวณให้บริการ	 ลิฟต์โดยสาร
 สวนสาธารณะ สวนสัตว์ สวนสนุก	 สนามเด็กเล่น	 อุทยานประวัติศาสตร์ โบราณสถาน สวนพฤกษศาสตร์ อุทยานแห่งชาติ	 ตลาด/สถานที่ จำหน่ายแลกเปลี่ยนสินค้า/ บริการ ประจำหรือชั่วคราว	 รถโดยสาร ประจำทาง
 รถแท็กซี่	 รถไฟ รถราง	 รถตู้โดยสาร	 รถรับส่งนักเรียนหรือนิสิต นักศึกษาทุกประเภท	 ยานพาหนะใช้ส่วนกลาง งานราชการและเอกชน
 กระเช้าโดยสาร	 เรือโดยสาร	 เครื่องบิน	 ยานพาหนะโดยสาร อื่นๆ ประเภทประจำและ ไม่ประจำทาง	 ที่พักผู้โดยสาร ป้ายรถโดยสารประจำทาง
 สถานีขนส่งผู้โดยสาร ทางบกทุกประเภท	 สถานีรถไฟ	 ท่าเรือโดยสาร ทุกประเภท	 ท่าอากาศยาน ภายในประเทศ	 ศาสนสถาน สถานปฏิบัติธรรมใน ศาสนาและนิกายต่าง ๆ
 สถานศึกษาระดับ อุดมศึกษา	 สถานที่ให้บริการน้ำมัน หรือแก๊สเชื้อเพลิง	 สถานราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือหน่วยงานอื่นของรัฐ	 ท่าอากาศยาน นานาชาติ	

หมายเหตุ :



หมายถึง เฉพาะส่วนที่เป็นอาคารและสิ่งปลูกสร้าง หรือบริเวณอาคารชานชาลา หรือพื้นที่ภายใต้หลังคา



หมายถึง บริเวณโค้งพักคอยและบริเวณทางเดินทั้งหมดภายในอาคาร



หมายถึง ในขณะที่บริการไม่ว่าจะมีผู้โดยสารหรือไม่ก็ตาม



หมายถึง จัด “เขตปลอดบุหรี่” ให้อยู่นอกเหนือจากพื้นที่ส่วนที่เป็นอาคารหรือสิ่งปลูกสร้าง

สาระสำคัญของพ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

คำชี้แจง

ให้นักเรียนบอกสาระสำคัญของ พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535

ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ถูกต้องตามสาระสำคัญของ พ.ร.บ. คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. มีการกำหนดสถานที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย		
2. สถานที่สาธารณะส่วนใหญ่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย		
3. โรงเรียน/สถานศึกษาที่ต่ำกว่าระดับอุดมศึกษาเป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมด ผู้ใดฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในโรงเรียนต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท		
4. สถานศึกษาระดับอุดมศึกษาสามารถจัดเขตสูบบุหรี่ภายในตัวอาคารได้		
5. โรงเรียน/สถานศึกษาที่ต่ำกว่าระดับอุดมศึกษาใดไม่จัดให้สถานที่ทั้งหมด เป็นเขตปลอดบุหรี่ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท		
6. ผู้ใดสูบบุหรี่ในสถานที่บริการอินเทอร์เน็ตหรือร้านเกมต้องระวางโทษปรับ ไม่เกินสองหมื่นบาท		

สาระสำคัญของ พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสาระสำคัญของ พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 ได้

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. มีการกำหนดสถานที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย	✓	
2. สถานที่สาธารณะส่วนใหญ่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย	✓	
3. โรงเรียน/สถานศึกษาที่ต่ำกว่าระดับอุดมศึกษาเป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมด ผู้ใดฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในโรงเรียนต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท		✓
4. สถานศึกษาระดับอุดมศึกษาสามารถจัดเขตสูบบุหรี่ภายในตัวอาคารได้		✓
5. โรงเรียน/สถานศึกษาที่ต่ำกว่าระดับอุดมศึกษาใดไม่จัดให้สถานที่ทั้งหมด เป็นเขตปลอดบุหรี่ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท	✓	
6. ผู้ใดสูบบุหรี่ในสถานที่บริการอินเตอร์เน็ตหรือร้านเกมต้องระวางโทษปรับ ไม่เกินสองหมื่นบาท	✓	

สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

คำชี้แจง

ให้นักเรียนพิจารณาว่าสถานที่สาธารณะต่อไปนี้ สถานที่ใดเป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมดตามกฎหมาย

ข้อความ	เป็น	ไม่เป็น
1. โรงเรียนหรือสถานศึกษาหรือสถาบันการศึกษาระดับที่ต่ำกว่าอุดมศึกษา		
2. สถานศึกษาระดับอุดมศึกษา		
3. สถานที่สาธารณะที่ใช้ประโยชน์ร่วมกัน เช่น ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า โรงภาพยนตร์		
4. ยานพาหนะและสถานที่ขนส่งสาธารณะ เช่น รถไฟ รถตู้โดยสาร ที่พักรถโดยสาร		
5. ศาสนสถานและสถานปฏิบัติธรรม เช่น วัด มัสยิด โบสถ์		
6. สถานที่บริการคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ตหรือเกม		
7. สนามฟุตบอล		
8. สถานีอนามัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สถานบริการสุขภาพทุกประเภท		
9. ตู้โทรศัพท์สาธารณะหรือบริเวณที่ให้บริการโทรศัพท์สาธารณะ		
10. ท่าอากาศยานนานาชาติ		

สถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ทั้งหมดตามกฎหมายได้

ข้อความ	เป็น	ไม่เป็น
1. โรงเรียนหรือสถานศึกษาหรือสถาบันการศึกษาระดับที่ต่ำกว่าอุดมศึกษา	✓	
2. สถานศึกษาระดับอุดมศึกษา		✓
3. สถานที่สาธารณะที่ใช้ประโยชน์ร่วมกัน เช่น ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า โรงภาพยนตร์	✓	
4. ยานพาหนะและสถานที่ขนส่งสาธารณะ เช่น รถไฟ รถคู่โดยสาร ที่พักผู้โดยสาร	✓	
5. ศาสนสถานและสถานปฏิบัติธรรม เช่น วัด มัสยิด โบสถ์	✓	
6. สถานที่บริการคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ตหรือเกม	✓	
7. สนามฟุตบอล	✓	
8. สถานเอนมัย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สถานบริการสุขภาพทุกประเภท	✓	
9. ตู้โทรศัพท์สาธารณะหรือบริเวณที่ให้บริการโทรศัพท์สาธารณะ	✓	
10. ท่าอากาศยานนานาชาติ		✓

การสำรวจสถานการณ์จริงในเขตปลอดภัย

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนสังเกตสถานการณ์ที่มีผู้สูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดภัย แล้วบันทึกข้อมูลดังนี้

สถานที่ปลอดภัย	การทำท่าทางแสดงออกของผู้ที่สูบบุหรี่	ปฏิกิริยาของคนรอบข้าง
1.		
2.		
3.		

- ระบุสถานการณ์ใน 1 สัปดาห์ ที่นักเรียนได้รับควันบุหรี่

สถานที่ที่ได้รับควันบุหรี่	ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับนักเรียนเมื่อได้รับควันบุหรี่	ปฏิกิริยาของนักเรียน
1.		
2.		
3.		

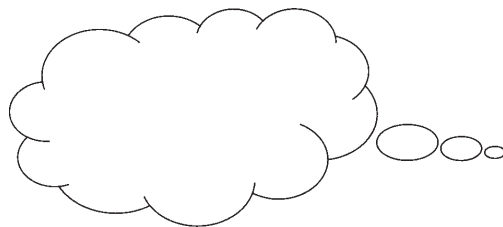
วิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์

คำชี้แจง

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มพิจารณาสถานการณ์ตัวอย่างที่มีผู้สูบบุหรี่ในเขตปลอดบุหรี่ แล้วปฏิบัติดังนี้
 - วิเคราะห์สถานการณ์นั้นว่าละเมิด พ.ร.บ.คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535 หรือไม่ อย่างไร
 - ช่วยกันระดมสมองคิดวิธีปกป้องสุขภาพตนเองอย่างสร้างสรรค์
2. เขียนตอบลงในใบงาน
3. ส่งตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน โดยแสดงบทบาทสมมติประกอบการนำเสนอตามสถานการณ์ที่จับฉลากได้

สถานการณ์ที่ 1 : ในโรงเรียน

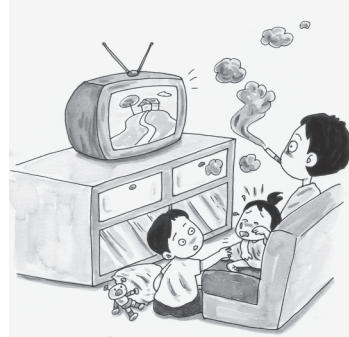
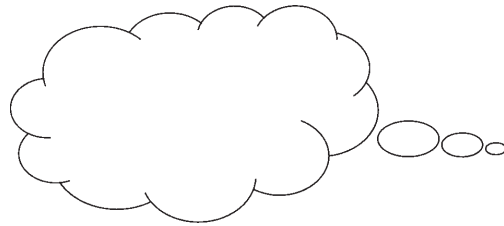
นักเรียนนำสมุดแบบฝึกหัดไปส่งครูและต้องการสอบถามข้อสงสัยบางประการเกี่ยวกับแบบฝึกหัดนั้น แต่พบว่ามีครูคนหนึ่งนั่งสูบบุหรี่อยู่ที่โต๊ะทำงานใกล้ๆ กัน นักเรียน همینควันบุหรี่ นักเรียนจะอย่างไร เพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ o ฝ่าฝืนกฎหมาย o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 2 : ในบ้าน

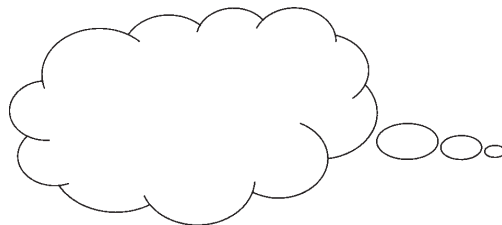
นักเรียนและน้อง นิ่งดูทีวีในบ้านหลังรับประทานอาหารเย็น ต่อมาคุณพ่อมาร่วมดูทีวีและสูบบุหรี่ด้วย น้อง มักขี้ตาและไอ นักเรียนจะอย่างไรเพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและน้องอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ ☐ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 3 : ในสวนสาธารณะ

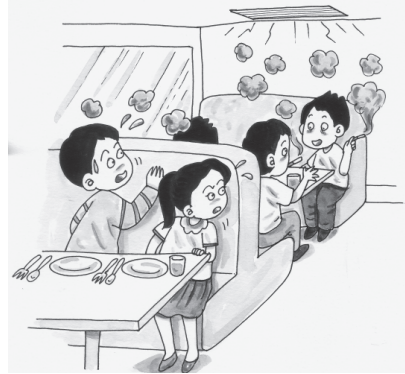
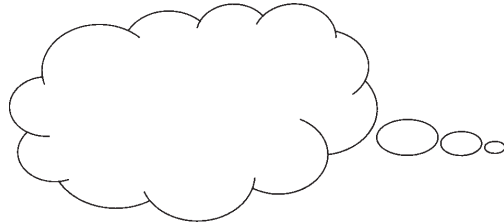
นักเรียนและเพื่อนกำลังเดินเล่นอยู่ในสวนสาธารณะปรากฏว่ามีคนสูบบุหรี่เดินเล่นอยู่ข้างหน้า นักเรียน ต้องการอากาศบริสุทธิ์ในบริเวณนั้น นักเรียนจะอย่างไร เพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ ☐ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 4 : ในร้านอาหาร

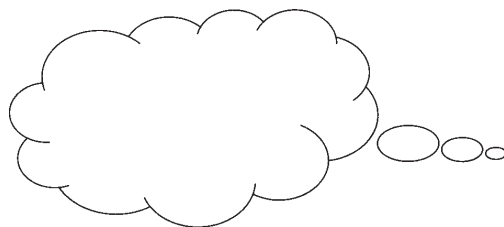
นักเรียนร่วมงานเลี้ยงฉลองการรับปริญญาของญาติ ในร้านอาหารที่มีเครื่องปรับอากาศแล้วพบว่าโต๊ะข้างเคียงมีผู้สูบบุหรี่ นักเรียนรู้สึกอึดอัดเมื่อได้รับควันบุหรี่ นักเรียนจะอย่างไร เพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ ☐ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 5 : บนรถโดยสารสาธารณะ

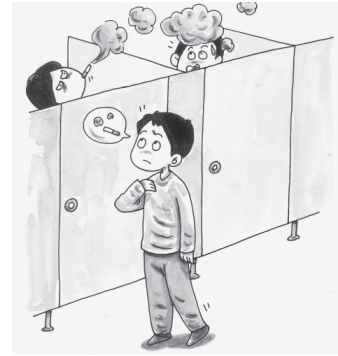
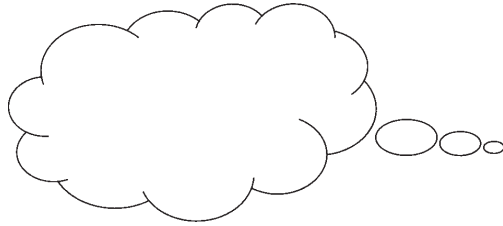
นักเรียนและเพื่อนเดินทางกลับเข้ากรุงเทพฯ โดยรถโดยสารสาธารณะที่มีผู้สูบบุหรี่ในรถ ทำให้เพื่อนของนักเรียนรู้สึกปวดศีรษะและอยากอาเจียน นักเรียนจะอย่างไรเพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ ☐ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 6 : ในห้างสรรพสินค้า (ห้องสุขา)

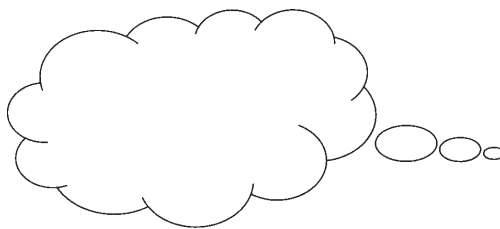
นักเรียนกับเพื่อนไปซื้อของที่ห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งและเข้าห้องสุขาพบว่า มีบุคคลหนึ่งกำลังสูบบุหรี่อยู่ในห้องสุขา นักเรียนจะอย่างไรเพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ o ฝ่าฝืนกฎหมาย o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 7 : ในสถานีตำรวจ

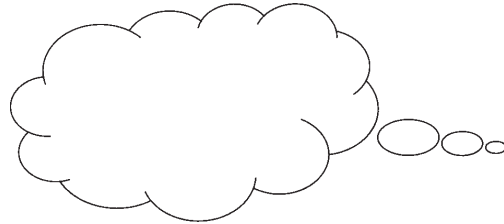
นักเรียนไปติดต่อที่สถานีตำรวจ เพื่อแจ้งทะเบียนบ้านหาย ขณะนั่งรอเจ้าหน้าที่ มีบุคคลคนหนึ่งหยิบบุหรี่มาสูบ นักเรียนจะอย่างไรเพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



1. สถานการณ์นี้ o ฝ่าฝืนกฎหมาย o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

สถานการณ์ที่ 8 : บริเวณป้ายรถเมล์

นักเรียนและเพื่อนๆ เดินทางกลับบ้านด้วยกัน ขณะมาขึ้นรถที่ป้ายรถเมล์ มีผู้ใหญ่คนหนึ่งเดินมาที่ป้ายรถเมล์และหยิบบุหรี่ขึ้นสูบ นักเรียนจะอย่างไรเพื่อปกป้องสุขภาพของตนเองและผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์



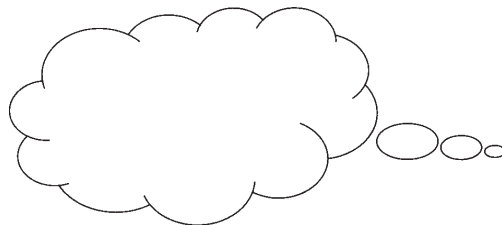
1. สถานการณ์นี้ o ฝ่าฝืนกฎหมาย o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ถ้าฝ่าฝืนมีบทลงโทษอย่างไร.....
.....
3. นักเรียนจะมีวิธีในการปกป้องสุขภาพของตนเองอย่างสร้างสรรค์อย่างไร
.....
.....

วิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่อย่างสร้างสรรค์

จุดประสงค์การเรียนรู้

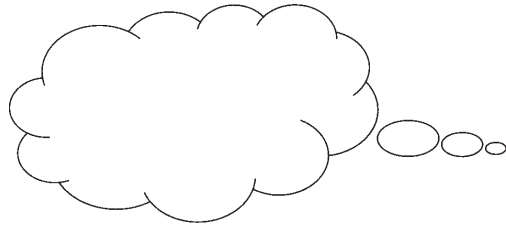
1. บอกสถานที่สาธารณะที่เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายได้
2. แสดงกระบวนการและวิธีปกป้องคุ้มครองสุขภาพของตนเองและผู้อื่นให้ปลอดจากควันบุหรี่อย่างสร้างสรรค์ได้

สถานการณ์ที่ 1 : ในโรงเรียน



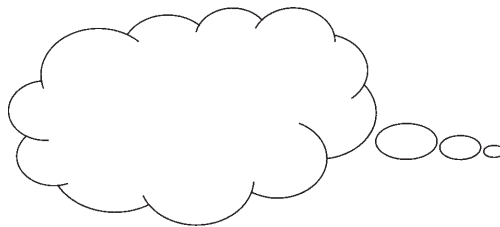
1. สถานการณ์นี้
 - ✓ ฝ่าฝืนกฎหมาย
 - o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ
 - ครู ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
 - ผู้อำนวยการ จะได้รับบทลงโทษคือ ถูกปรับไม่เกิน 20,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - เดินเข้าไปหาครู พร้อมบอกครูว่า “คุณครูครับ ผมเป็นห่วงสุขภาพของคุณครู อยากให้คุณครูเลิกสูบบุหรี่เถอะครับ เพราะการสูบบุหรี่ไม่ดีต่อสุขภาพของคุณครูและคนรอบข้างนะครับ”
 - บอกครูหรือเขียนเป็นจดหมายให้ครูที่สูบบุหรี่ว่า “ครูครับ โรงเรียนเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย ผมอยากให้โรงเรียนของเราปลอดบุหรี่จริงๆ ครับ”

สถานการณ์ที่ 2 : ในบ้าน



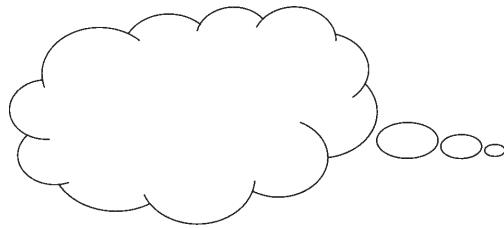
1. สถานการณ์นี้
 - o ฝ่าฝืนกฎหมาย
 - ✓ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ
 - ไม่มี
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - วาดรูปการ์ตูนเป็นรูปตนเองและน้องร้องไห้ เพราะได้รับควันบุหรี่ที่พ่อสูบในบ้านลงบนกระดาษการ์ด เขียนข้อความว่า “พ่อครับ ผมรักพ่อ พ่อรักผมและน้องใช่ไหมครับ เลิกสูบบุหรี่เพื่อผมและน้องเถอะครับ”
 - ร้องให้พร้อมบอกพ่อว่า “ผมกลัวพ่อจะตายเพราะสูบบุหรี่ อย่าสูบบุหรี่เลยครับ”

สถานการณ์ที่ 3 : ในสวนสาธารณะ



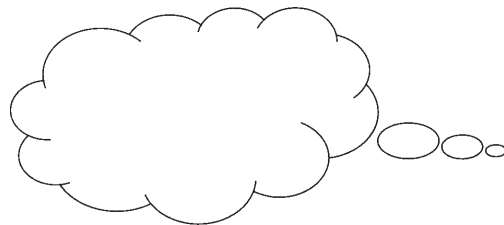
1. สถานการณ์นี้
 - ✓ ฝ่าฝืนกฎหมาย
 - o ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ
 - ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - เดินหนีไปที่อื่น แล้วไปบอกเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยว่า “มีคนสูบบุหรี่ในสวนสาธารณะ”
 - บอกเขาว่า “การสูบบุหรี่ในสวนสาธารณะเป็นการผิดกฎหมายคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ ขอความร่วมมือไม่สูบบุหรี่ด้วยค่ะ”

สถานการณ์ที่ 4 : ในร้านอาหาร



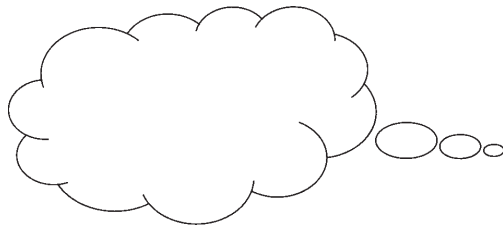
1. สถานการณ์นี้ ☒ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
เจ้าของร้านอาหารจะได้รับบทลงโทษคือ ถูกปรับไม่เกิน 20,000 บาท
และไม่ติดป้ายห้ามสูบบุหรี่ ถูกปรับไม่เกิน 10,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - บอกบริกรว่า มีคนสูบบุหรี่ในร้านอาหาร ช่วยดูแลด้วย เพราะเหม็นควันบุหรี่
 - ขอบพบเจ้าของร้านอาหารและบอกเขาว่า “มีคนสูบบุหรี่ในร้านอาหาร ร้านอาหารเป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย กรุณาช่วยดูแลด้วย”

สถานการณ์ที่ 5 : บนรถโดยสารสาธารณะ



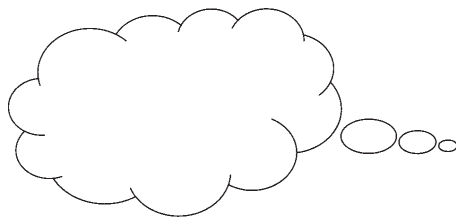
1. สถานการณ์นี้ ☒ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
เจ้าของรถโดยสาร จะได้รับบทลงโทษคือ ถูกปรับไม่เกิน 20,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - บอกพนักงานประจำรถโดยสารว่า “เพื่อนป่วยเพราะควันบุหรี่ ขอให้ช่วยดูแลไม่ให้มีควันบุหรี่บนรถโดยสารด้วยครับ”
 - บอกพนักงานประจำรถโดยสารว่า “ขอความร่วมมือปฏิบัติตามกฎหมายคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ด้วยครับ”

สถานการณ์ที่ 6 : ในห้างสรรพสินค้า (ห้องสุขา)



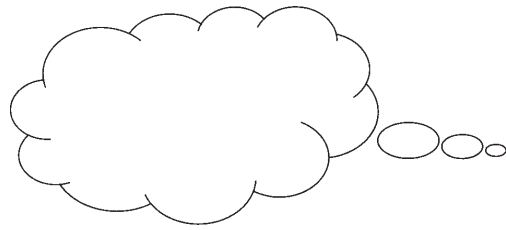
1. สถานการณ์นี้ ☒ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
เจ้าของห้างสรรพสินค้าจะได้รับบทลงโทษคือ ถูกปรับไม่เกิน 20,000 บาท
และไม่ติดป้ายห้ามสูบบุหรี่ ถูกปรับไม่เกิน 10,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - เดินเข้าไปบอกพนักงานดูแลความสะอาดห้องสุขาว่า “มีผู้สูบบุหรี่ในห้องสุขาและเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย”
 - ไปแจ้งพนักงานฝ่ายประชาสัมพันธ์เพื่อขอพบผู้จัดการห้างสรรพสินค้าและแจ้งเรื่องร้องเรียนว่า มีผู้สูบบุหรี่ในห้องสุขาของห้างสรรพสินค้า ขอให้ผู้จัดการช่วยดำเนินการให้ห้างนี้เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมายด้วย เพราะชอบมาซื้อของที่นี่ แต่เมื่อได้รับควันบุหรี่ ทำให้ไม่อยากจะมา

สถานการณ์ที่ 7 : ในสถานีตำรวจ



1. สถานการณ์นี้ ☒ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
หัวหน้าสถานีตำรวจจะได้รับบทลงโทษคือ ถูกปรับไม่เกิน 20,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - บอกเจ้าหน้าที่ตำรวจว่า “มีผู้สูบบุหรี่ในสถานีตำรวจ เป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย ช่วยแจ้งให้เขาทราบเพื่อให้ปฏิบัติตามกฎหมาย”
 - บอกผู้สูบบุหรี่ว่า “การสูบบุหรี่ในสถานีตำรวจ เป็นการฝ่าฝืนกฎหมาย มีโทษปรับนะครับ”

สถานการณ์ที่ 8 : บริเวณป้ายรถเมล์

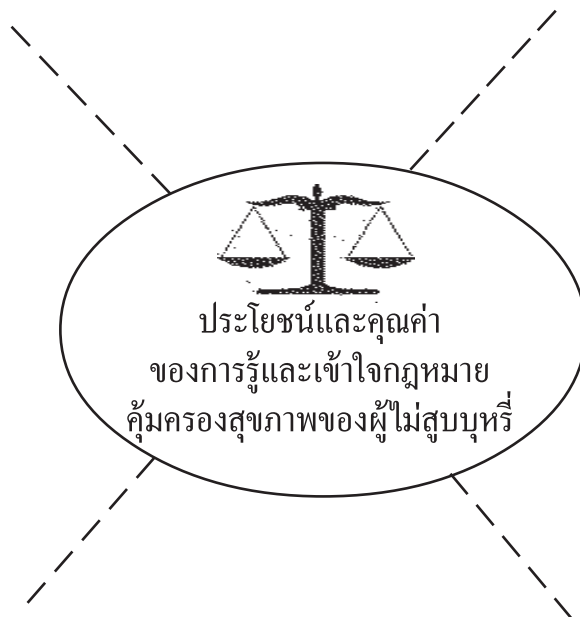


1. สถานการณ์นี้ ☒ ฝ่าฝืนกฎหมาย ☐ ไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย
2. ฝ่าฝืนมีบทลงโทษ ผู้สูบบุหรี่จะได้รับบทลงโทษ คือ ถูกปรับไม่เกิน 2,000 บาท
3. นักเรียนจะมีวิธีปกป้องสุขภาพของตนเองดังนี้
 - นักเรียนเดินหนีไปอยู่ต้นลมและบอกคนสูบบุหรี่ว่า “สวัสดีครับ คุณลุงครับ ป้ายรถเมล์เป็นเขตปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย ขอความร่วมมือไม่สูบบุหรี่นะคะครับ ขอขอบคุณครับ”
 - คุยกับเพื่อนเสียงดังๆ ว่า “กฎหมายเพิ่งประกาศให้ป้ายรถเมล์เป็นเขตปลอดบุหรี่”

ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย

คำชี้แจง

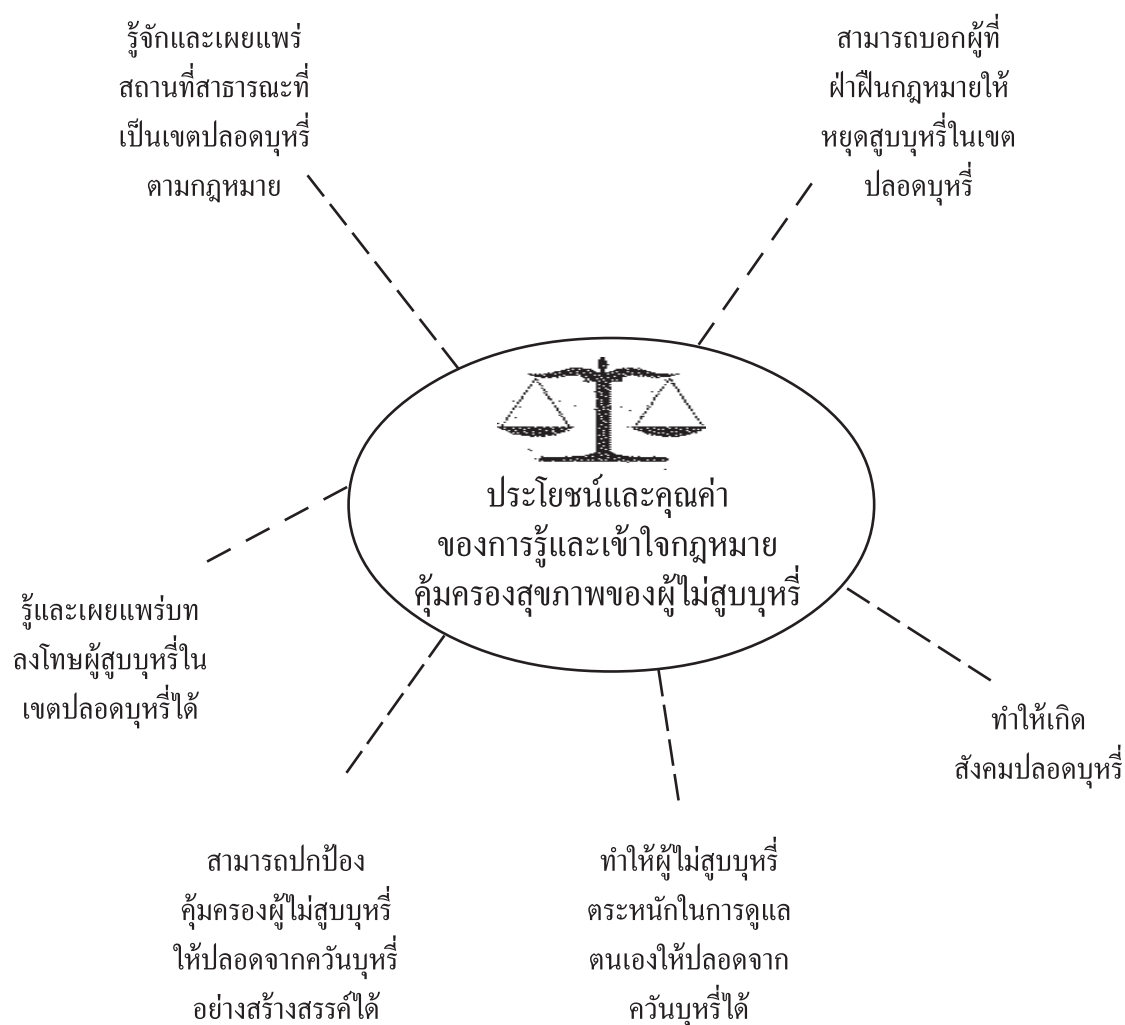
ให้นักเรียนระดมสมองและเขียนแผนผังโน้ตถึงประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย
คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535



ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมายคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535



มารู้กฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกสาระสำคัญของพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 และประกาศกระทรวงสาธารณสุขได้
- 1.2 บอกประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจใน พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 สาระสำคัญของพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535
- 2.2 ประกาศกระทรวงสาธารณสุขตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535
- 2.3 นโยบายแห่งชาติและแนวทางการควบคุมการบริโภคยาสูบ
- 2.4 ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจ พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535

3. สาระสำคัญ

พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 เป็นกฎหมายสำคัญที่ตราขึ้นเพื่อควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบหรือบุหรี่ ด้านการผลิต การนำเข้า การจำหน่าย การแจกจ่าย การแจกแถม การแลกเปลี่ยน การโฆษณาให้เป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด โดยมีพนักงานเจ้าหน้าที่เป็นผู้มีอำนาจตรวจสอบ และดำเนินการตามกฎหมายทั้งนี้เพื่อควบคุมมิให้มีการจำหน่าย โฆษณาและส่งเสริมการขายผลิตภัณฑ์ยาสูบกันอย่างแพร่หลาย ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กและเยาวชนที่มีอายุไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ แต่อย่างไรก็ตามการบังคับใช้ พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบยังไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ทั้งนี้เกิดจากการไม่รู้กฎหมาย ขาดความตระหนัก และขาดจิตสำนึกในการปฏิบัติตามกฎหมายของผู้ที่เกี่ยวข้อง จึงสมควรเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจใน พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 ให้แก่เยาวชน

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 นักเรียนดูสื่อภาพที่ 1 “การประท้วงร้านค้ายาสูบที่กระทำผิดกฎหมาย” และภาพที่ 2 “ป้ายขอคุณร้านค้าที่ไม่จำหน่ายบุหรี่ของกลุ่มเยาวชนนักเรียนรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่” แล้วร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้
 - ในภาพนี้ มีใครกำลังทำอะไร
 - นักเรียนดูภาพแล้วมีความเห็นอย่างไร เพราะอะไร
 - เหตุใดร้านค้าบางแห่งที่จำหน่ายบุหรี่จึงไม่ปฏิบัติตามกฎหมายอย่างเคร่งครัด

ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีการราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 และประกาศกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นกฎหมายสำคัญที่เราจะได้เรียนรู้กันไป

ขั้นสอน

4.2 ครูอธิบายและนำเสนอสื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “มารู้กฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535”

4.3 นักเรียนแต่ละคนปฏิบัติ ใบงานที่ 1 เรื่อง “คุณรู้กฎหมายบุหรี่แค่ไหน”

4.4 ครูและนักเรียนร่วมกันเฉลย ใบงานที่ 1 และอภิปรายซักถามเพิ่มเติม

ขั้นสรุป

4.5 นักเรียนร่วมกันเขียนแผนผังมโนทัศน์ในใบงานที่ 2 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535”

4.6 แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน มอบหมายให้แต่ละกลุ่มสำรวจการจำหน่ายบุหรี่ในชุมชนใกล้บ้านหรือโรงเรียน โดยปฏิบัติใบงานที่ 3 เรื่อง “ข้อมูลการจำหน่ายบุหรี่ในชุมชน”

5. การจัดกระบวนการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะการคิด

5.2 การเรียนรู้แบบฟังคิดตามเขียน (สัจปฐิ)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 สื่อภาพที่ 1 “การประท้วงร้านค้าบุหรี่ที่กระทำผิดกฎหมาย”

6.2 สื่อภาพที่ 2 “ป้ายขอขอบคุณร้านค้าที่ไม่จำหน่ายหรือของกลุ่มเยาวชนนักเรียนรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่”

6.3 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535”

6.4 ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “ประกาศกระทรวงสาธารณสุข”

6.5 ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง “นโยบายแห่งชาติและแนวทางการควบคุมการบริโภคยาสูบ”

6.6 ใบงานที่ 1 เรื่อง “คุณรู้กฎหมายบุหรี่แค่ไหน”

6.7 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย”

6.8 ใบงานที่ 3 เรื่อง “ข้อมูลการจำหน่ายบุหรี่ในชุมชน”

6.9 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “มารู้กฎหมาย ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ”

6.10 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์รณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน

6.11 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ

<http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้

7.2 เครื่องมือวัด

- 1) แบบตรวจใบงาน
- 2) แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ สาระสำคัญของพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535

9. กิจกรรมเสนอแนะ

สนับสนุนให้นักเรียนจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่นอกเวลาเรียน โดยนำสาระสำคัญของพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบเป็นประเด็นสำคัญในการจัดกิจกรรม

ภาพที่ 1 การประท้วงร้านค้าบุหรีที่กระทำผิดกฎหมาย



ภาพที่ 2 ป้าย “ขอบคุณร้านค้าที่ไม่ไร้บุหรี” ของกลุ่มเยาวชนนักรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี



พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. ๒๕๓๕

พระราชบัญญัติ
ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ

พ.ศ. ๒๕๓๕

ภูมิพลอดุลยเดช ป.ร.

ให้ไว้ ณ วันที่ ๒๙ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๕

เป็นปีที่ ๔๗ ในรัชกาลปัจจุบัน

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ประกาศว่า โดยที่เป็นการสมควรมีกฎหมายว่าด้วยการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ

จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตราพระราชบัญญัติขึ้นไว้โดยคำแนะนำและยินยอมของสภานิติบัญญัติแห่งชาติทำหน้าที่รัฐสภา ดังต่อไปนี้

มาตรา ๑ พระราชบัญญัตินี้เรียกว่า “พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. ๒๕๓๕”

มาตรา ๒ พระราชบัญญัตินี้ให้ใช้บังคับเมื่อพ้นกำหนดหนึ่งร้อยยี่สิบวันนับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษาเป็นต้นไป

มาตรา ๓ ในพระราชบัญญัตินี้

“ผลิตภัณฑ์ยาสูบ” หมายความว่า ยาสูบตามกฎหมายว่าด้วยยาสูบและผลิตภัณฑ์อื่นใดที่มีส่วนประกอบของใบยาสูบหรือพืชนิโคติเยนาทาแบกัม (NICOTIANATABACUM) ไม่ว่าจะใช้เสพโดยวิธีสูบ ดูด ดม อม เคี้ยว กิน เป่าหรือพ่นเข้าไปในปากหรือจมูก หรือโดยวิธีอื่นใดเพื่อให้ได้ผลเป็นเช่นเดียวกัน

“หีบห่อ” หมายความว่า ซอง ห่อ หรือสิ่งบรรจุอื่น ซึ่งใช้ในการหุ้มห่อบรรจุผลิตภัณฑ์ยาสูบ

“โฆษณา” หมายความว่า การกระทำไม่ว่าโดยวิธีใดๆ ให้ประชาชนเห็น ได้ยิน หรือทราบข้อความเพื่อประโยชน์ในทางการค้า

“พนักงานเจ้าหน้าที่” หมายความว่า ผู้ซึ่งรัฐมนตรีแต่งตั้งให้ปฏิบัติการตามพระราชบัญญัตินี้

“รัฐมนตรี” หมายความว่า รัฐมนตรีผู้รักษาการตามพระราชบัญญัตินี้

มาตรา ๔ ห้ามมิให้ผู้ใดจำหน่าย ขาย แลกเปลี่ยนหรือให้ผลิตภัณฑ์ยาสูบแก่บุคคลซึ่งตนรู้หรือผู้ซื้อหรือผู้รับเป็นผู้มีอายุไม่ครบสิบแปดปีบริบูรณ์

มาตรา ๕ ห้ามมิให้ผู้ใดขายผลิตภัณฑ์ยาสูบโดยใช้เครื่องหมาย

มาตรา ๖ ห้ามมิให้ผู้ใดกระทำการอย่างหนึ่งอย่างใดดังต่อไปนี้

- (๑) ขายสินค้าหรือให้บริการโดยมีการแจกแถมให้ผลิตภัณฑ์ยาสูบหรือแลกเปลี่ยนกับผลิตภัณฑ์ยาสูบ แล้วแต่กรณี
- (๒) ขายผลิตภัณฑ์ยาสูบโดยแจกแถมให้หรือแลกเปลี่ยนกับสินค้าอื่นหรือการให้บริการอย่างอื่นประกอบ
- (๓) ให้หรือเสนอให้สิทธิในการเข้าชมการแข่งขัน การแสดง การให้บริการหรือสิทธิประโยชน์อื่นใดเป็นการตอบแทนแก่ผู้ซื้อผลิตภัณฑ์ยาสูบหรือแก่ผู้นำหีบห่อผลิตภัณฑ์ยาสูบมาแลกเปลี่ยนหรือแลกซื้อ

มาตรา ๗ ห้ามมิให้ผู้ใดแจกจ่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบในลักษณะเป็นตัวอย่างของผลิตภัณฑ์ยาสูบ หรือเพื่อให้ผลิตภัณฑ์ยาสูบแพร่หลาย หรือเป็นการจูงใจสาธารณชนให้เสพผลิตภัณฑ์ยาสูบนั้น ทั้งนี้ เว้นแต่เป็นการให้ตามประเพณีนิยม

มาตรา ๘ ห้ามมิให้ผู้ใดโฆษณาผลิตภัณฑ์ยาสูบหรือแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของผลิตภัณฑ์ยาสูบในสิ่งพิมพ์ทางวิทยุกระจายเสียงวิทยุโทรทัศน์หรือสิ่งอื่นใดที่ใช้เป็นการโฆษณาได้ หรือใช้ชื่อหรือเครื่องหมายของผลิตภัณฑ์ยาสูบในการแสดง การแข่งขัน การให้บริการหรือการประกอบกิจกรรมอื่นใดที่มีวัตถุประสงค์ให้สาธารณชนเข้าใจว่าเป็นชื่อ หรือเครื่องหมายของผลิตภัณฑ์ยาสูบ

บทบัญญัติในวรรคหนึ่ง มิให้ใช้บังคับกับการถ่ายทอดสดรายการจากต่างประเทศทางวิทยุโทรทัศน์ และการโฆษณาผลิตภัณฑ์ยาสูบในสิ่งพิมพ์ ซึ่งจัดพิมพ์นอกราชอาณาจักรโดยมิได้มีวัตถุประสงค์ให้นำเข้ามาจำหน่ายแจกในราชอาณาจักรโดยเฉพาะ

มาตรา ๙ ห้ามมิให้ผู้ใดโฆษณาสินค้าที่ใช้ชื่อหรือเครื่องหมายของผลิตภัณฑ์ยาสูบเป็นเครื่องหมายของสินค้านั้นในลักษณะที่อาจทำให้เข้าใจได้ว่าหมายถึงผลิตภัณฑ์ยาสูบ

มาตรา ๑๐ ห้ามมิให้ผู้ใดผลิต นำเข้าเพื่อขาย หรือเพื่อแจกเป็นการทั่วไป หรือโฆษณาสินค้าอื่นใดที่มีรูปลักษณะทำให้เข้าใจได้ว่าเป็นสิ่งเลียนแบบผลิตภัณฑ์ยาสูบ ประเภทบุหรี่ยิกาแรตหรือบุหรี่ยิการ์ตามกฎหมายว่าด้วยยาสูบ หรือหีบห่อผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

มาตรา ๑๑ ผลิตภัณฑ์ยาสูบที่จะขายได้จะต้องมีส่วนประกอบตามมาตรฐานที่กำหนดในกฎกระทรวง

ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าผลิตภัณฑ์ยาสูบมีหน้าที่ต้องแจ้งรายการส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์ยาสูบให้กระทรวงสาธารณสุขทราบตามหลักเกณฑ์ วิธีการและเงื่อนไขที่กำหนดในกฎกระทรวง

ในกรณีที่ผลิตภัณฑ์ยาสูบใดมีส่วนประกอบไม่เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดตามวรรคหนึ่ง ให้รัฐมนตรีมีอำนาจออกคำสั่งห้ามมิให้มีการขายหรือนำเข้าผลิตภัณฑ์ยาสูบนั้น

มาตรา ๑๒ ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าผลิตภัณฑ์ยาสูบต้องแสดงฉลากที่หีบห่อผลิตภัณฑ์ยาสูบก่อนที่จะนำออกจากแหล่งผลิตหรือก่อนที่จะนำเข้ามาในราชอาณาจักร แล้วแต่กรณีหลักเกณฑ์ วิธีการและเงื่อนไขการแสดงฉลากและข้อความในฉลากให้เป็นไปตามที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา

มาตรา ๑๓ ห้ามมิให้ผู้ใดขายผลิตภัณฑ์ยาสูบที่มีได้แสดงฉลากตามที่กำหนดในมาตรา ๑๒ บนหีบห่อผลิตภัณฑ์ยาสูบ

มาตรา ๑๔ ในการปฏิบัติหน้าที่ตามพระราชบัญญัตินี้ ให้พนักงานเจ้าหน้าที่มีอำนาจ

- (๑) เข้าไปในสถานที่ใดๆ ในเวลาระหว่างพระอาทิตย์ขึ้นถึงพระอาทิตย์ตก หรือในระหว่างเวลาทำการของสถานที่นั้น หรือเข้าไปในยานพาหนะใดๆ เพื่อตรวจค้นในกรณีที่มีเหตุอันควรสงสัยว่ามีการกระทำความผิดตามพระราชบัญญัตินี้
- (๒) นำผลิตภัณฑ์ยาสูบในปริมาณพอสมควรไปเป็นตัวอย่างเพื่อตรวจสอบ
- (๓) ออกหนังสือสอบถามหรือเรียกบุคคลใดมาให้ถ้อยคำ หรือให้ส่งบัญชี เอกสาร หลักฐานหรือสิ่งอื่นที่จำเป็นมาประกอบการพิจารณาได้

ในการปฏิบัติหน้าที่ตามวรรคหนึ่ง ให้ผู้ที่เกี่ยวข้องอำนวยความสะดวกตามสมควร

มาตรา ๑๕ ในการปฏิบัติหน้าที่ตามพระราชบัญญัตินี้ พนักงานเจ้าหน้าที่ต้องแสดงบัตรประจำตัวต่อบุคคลซึ่งเกี่ยวข้อง

บัตรประจำตัวพนักงานเจ้าหน้าที่ให้เป็นไปตามแบบที่กำหนดในกฎกระทรวง

มาตรา ๑๖ ในการปฏิบัติหน้าที่ตามพระราชบัญญัตินี้ ให้พนักงานเจ้าหน้าที่เป็นเจ้าพนักงานตามประมวลกฎหมายอาญา

มาตรา ๑๗ ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๔ หรือมาตรา ๕ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งเดือน หรือปรับไม่เกินสองพันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มาตรา ๑๘ ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๖ มาตรา ๗ มาตรา ๘ หรือมาตรา ๑๐ ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท

มาตรา ๑๙ ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๘ วรรคหนึ่ง ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองแสนบาท

มาตรา ๒๐ ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าผู้ใดไม่แจ้งรายการหรือแจ้งรายการไม่ครบถ้วน หรือแจ้งรายการอันเป็นเท็จ หรือขายหรือนำเข้าผลิตภัณฑ์ยาสูบโดยฝ่าฝืนมาตรา ๑๑ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินหกเดือน หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มาตรา ๒๑ ผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๑๒ ต้องระวางโทษปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท

มาตรา ๒๒ ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๑๓ ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท

มาตรา ๒๓ ผู้ใดขัดขวางหรือไม่อำนวยความสะดวกแก่พนักงานเจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติหน้าที่ตามมาตรา ๑๔ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งเดือน หรือปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

มาตรา ๒๔ ในกรณีที่ผู้ใดฝ่าฝืนมาตรา ๔ มาตรา ๕ มาตรา ๖ มาตรา ๗ มาตรา ๘ วรรคหนึ่ง มาตรา ๘ มาตรา ๑๐ หรือมาตรา ๑๓ เป็นผู้ผลิตหรือผู้นำเข้า ผู้ฝ่าฝืนต้องระวางโทษเป็นสองเท่าของโทษที่บัญญัติไว้สำหรับความผิดนั้น

มาตรา ๒๕ ในกรณีที่ผู้กระทำความผิดซึ่งต้องรับโทษตามพระราชบัญญัตินี้เป็นนิติบุคคล กรรมการผู้จัดการ หรือผู้รับผิดชอบในการดำเนินการของนิติบุคคลนั้น ต้องรับโทษตามที่กฎหมายกำหนดไว้ สำหรับ ความผิดนั้นด้วย เว้นแต่จะพิสูจน์ได้ว่าการกระทำของนิติบุคคลนั้นได้กระทำโดยตนมิได้รู้เห็น เห็นหรือยินยอมด้วย

มาตรา ๒๖ ให้รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขรักษาการตามพระราชบัญญัตินี้ และให้มีอำนาจแต่งตั้ง พนักงานเจ้าหน้าที่ กับออกกฎกระทรวงเพื่อปฏิบัติการตามพระราชบัญญัตินี้ กฎกระทรวงนั้น เมื่อได้ประกาศในราชกิจจานุเบกษาแล้วให้ใช้บังคับได้

ผู้รับสนองพระบรมราชโองการ

อานันท์ ปันยารชุน

นายกรัฐมนตรี

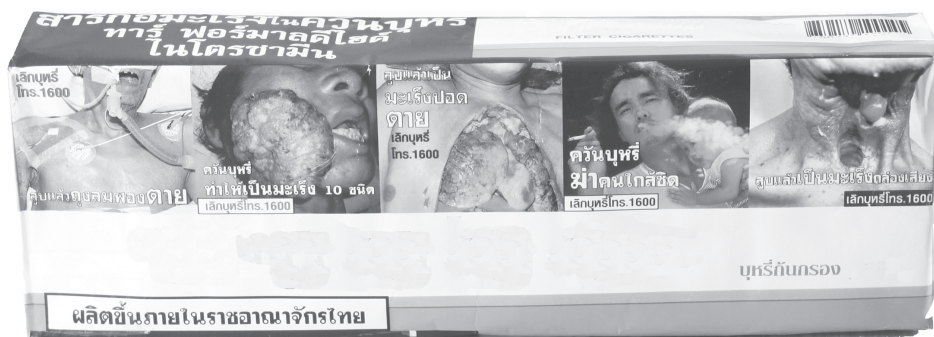
ประกาศกระทรวงสาธารณสุข

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขได้ออกประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขการแสดงฉลากของบุหรี่เพิ่มเติมเป็นระยะๆ เพื่อควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบนับตั้งแต่ พ.ศ. 2549 เป็นต้นมา ตัวอย่าง เช่น

1. การกำหนดให้มีข้อความคำเตือนบนซองบุหรี่



หรือกระดาษหุ้มห่อซองหรือภาชนะบรรจุของบุหรี่ (carton)



2. การกำหนดให้มีฉลากรูปภาพและข้อความคำเตือนพิษภัยของบุหรี่บนซองบุหรี่



สูบล้างลมพองตาย



ควันบุหรี่ฆ่าคนใกล้ชิด



สูบล้างเป็นมะเร็งปอดตาย



สูบล้างเป็นมะเร็งช่องปาก



ควันบุหรี่ทำให้เป็นมะเร็ง 10 ชนิด



สูบล้างปากเหม็นบุหรี



สูบล้างเส้นเลือดสมองตีบตาย



สูบล้างเป็นมะเร็งกล่องเสียง



สูบล้างเท้าเน่า



สูบล้างหัวใจวายตาย

นโยบายแห่งชาติ และ แนวทางการควบคุมการบริโภคยาสูบ

นโยบายแห่งชาติในการควบคุมการบริโภคยาสูบ (National Policies for Tobacco Control)

1. ลดการริเริ่มการสูบบุหรี่ในเด็กและเยาวชน
2. ลดการบริโภคยาสูบ อัตราผู้สูบบุหรี่และปริมาณการบริโภคยาสูบต่อหัวต่อปี
3. ปกป้องสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่จากอันตรายของควันบุหรี่

แนวทางการควบคุมการบริโภคยาสูบ

1. การขึ้นภาษีบุหรี่ รวมถึงการปรับเพดานภาษีและค่าธรรมเนียมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. การควบคุมการเข้าถึง เช่น
 - 2.1 การห้ามแบ่งขายยาสูบเป็นมวน
 - 2.2 การห้ามจำหน่ายบุหรี่ซองเล็กที่มีน้อยกว่า 20 มวน
 - 2.3 การห้ามจำหน่ายบุหรี่ในระยะ 500 เมตรจากสถานศึกษาและศาสนสถาน (zoning)
 - 2.4 การห้ามนำเข้าบุหรี่ที่มีรสชาติผลไม้ ช็อกโกแลต ฯลฯ
 - 2.5 การเพิ่มราคาใบอนุญาตผู้จำหน่ายบุหรี่
 - 2.6 การกำหนดให้ปั๊บบาร์ ปลอดบุหรี่
3. การควบคุมพฤติกรรมของผู้เสพและการคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่เสพ เช่น
 - 3.1 การแจ้งข้อมูลของยาเส้นปรุงแต่งและซิการ์
 - 3.2 การแจ้งข้อมูลส่วนประกอบของบุหรี่ ยาเส้นปรุงแต่ง และซิการ์ต่อสาธารณชน
 - 3.3 การจัดทำภาพคำเตือนบนผลิตภัณฑ์ยาเส้นและซิการ์
 - 3.4 การห้ามใช้คำที่อาจก่อให้เกิดความเข้าใจผิด เช่น Mild, Medium, Light, Ultralight, Low Tar, เป็นต้น
 - 3.5 การจัดทำป้ายแจ้งแหล่งผลิตและให้จำหน่ายได้ภายในประเทศไทย
 - 3.6 การเพิ่มสถานที่สาธารณะให้เป็นเขตปลอดบุหรี่เพิ่มเติม
 - 3.7 การบังคับใช้จริงจึงให้สถานที่สาธารณะเป็นเขตปลอดบุหรี่
 - 3.8 ผลักดันให้เกิดการฟ้องร้องบริษัทผลิตบุหรี่ที่ทำให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพ

4. การควบคุมการโฆษณา เช่น

- 4.1 การควบคุมการโฆษณาที่จุดขาย
- 4.2 การห้ามหน่วยราชการรับการสนับสนุนจากบริษัทบุหรี่ทุกกรณี
- 4.3 การห้ามบริษัทหรือผู้ปลั้ภัยการต่าง ๆ หรือห้ามเผยแพร่ภาพข่าวการสนับสนุนจากบริษัทบุหรี่
- 4.4 เพิ่มมาตรการจำกัดการโฆษณาทางสื่อทุกชนิด
- 4.5 เพิ่มข้อความคำเตือนในฉลากคำเตือนหรือภาพคำเตือน

คุณรู้กฎหมายบุหรีแค่ไหน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง : พิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่าฝ่าฝืน พ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบหรือไม่ โดยขีดเครื่องหมาย ☒ ลงในช่องคำว่า “ใช่” กรณีฝ่าฝืนกฎหมาย หรือ ☒ “ไม่ใช่” กรณีไม่ฝ่าฝืนกฎหมาย

ข้อที่	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	ห้ามขายบุหรีให้แก่ผู้ที่มีอายุเกิน 18 ปีบริบูรณ์	☐	☐
2	การแจกบุหรีให้นักเรียนหรือผู้ใดเพื่อนำไปทดลองสูบลือว่าผิดกฎหมาย	☐	☐
3	บริษัทบุหรีสามารถให้รางวัลลูกค้าด้วยการพาไปชมการแข่งขันฟุตบอลโลก เพราะเป็นการส่งเสริมกีฬา	☐	☐
4	ห้ามโฆษณาสินค้าอื่นที่ใช้ชื่อและเครื่องหมายเหมือนกับยี่ห้อบุหรี	☐	☐
5	ในโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หรือวารสาร สามารถทำการโฆษณาบุหรีได้อย่างเสรี	☐	☐
6	ร้านค้าไม่สามารถตั้งซองบุหรี ณ จุดขายอย่างเปิดเผยให้เห็นได้ แต่สามารถเขียนป้ายข้อความ “ที่นี่มีบุหรีขาย” ติดหน้าร้านได้	☐	☐
7	ห้ามผู้ใดขายบุหรีโดยใช้เครื่องขายอัตโนมัติ	☐	☐
8	ผู้ที่นำบุหรีเข้ามาขายในประเทศไทยสามารถนำเข้ามาได้อย่างเสรี โดยไม่ต้องแจ้งหน่วยราชการ	☐	☐
9	ข้อความคำเตือนที่เขียนบนซองบุหรีสามารถเขียนได้ตามความต้องการของบริษัทผู้ผลิตบุหรี	☐	☐
10	ผู้ที่ฝ่าฝืนกฎหมายในการจำหน่ายขาย แลกเปลี่ยนและให้บุหรี ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองพันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ	☐	☐
11	ผู้ที่ผลิตบุหรีถ้าไม่แสดงข้อความบนฉลากต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองแสนบาท	☐	☐
12	เจ้าหน้าที่ตำรวจสามารถจับกุมผู้ที่ฝ่าฝืนกฎหมายควบคุมบุหรีได้ทันทีที่พบว่าผู้กระทำความผิด	☐	☐
13	ผู้นำบุหรีเข้ามาในประเทศไทยต้องแจ้งที่สำนักงานตรวจคนเข้าเมือง	☐	☐
14	พนักงานเจ้าหน้าที่ไม่สามารถยึดบุหรีที่ต้องสงสัยไปตรวจสอบได้ เพราะเป็นทรัพย์สินของผู้ขาย	☐	☐
15	ผู้มีอำนาจแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535 คือรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข	☐	☐

คุ ณ ร ู ก ฎ ห ม า ย บุ ห ร ี แ ก้ ไ ห น

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกสาระสำคัญของ พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 และประกาศกระทรวงสาธารณสุขได้

ข้อที่	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	ห้ามขายบุหรี่ให้แก่ผู้ที่มีอายุเกิน 18 ปีบริบูรณ์	☐	☒
2	การแจกบุหรี่ให้นักเรียนหรือผู้ใดเพื่อนำไปทดลองสูบลือว่าผิดกฎหมาย	☒	☐
3	บริษัทบุหรี่สามารถให้รางวัลลูกค้าด้วยการพาไปชมการแข่งขันฟุตบอลโลก เพราะเป็นการส่งเสริมกีฬา	☐	☒
4	ห้ามโฆษณาสินค้าอื่นที่ใช้ชื่อและเครื่องหมายเหมือนกับยี่ห้อบุหรี่	☒	☐
5	ในโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ หรือวารสาร สามารถทำการโฆษณาบุหรี่ได้อย่างเสรี	☐	☒
6	ร้านค้าไม่สามารถตั้งซองบุหรี่ ณ จุดขายอย่างเปิดเผยให้เห็นได้ แต่สามารถเขียนป้ายข้อความ “ที่นี่มีบุหรี่ขาย” ติดหน้าร้านได้	☒	☐
7	ห้ามผู้ใดขายบุหรี่โดยใช้เครื่องขายอัตโนมัติ	☒	☐
8	ผู้ที่นำบุหรี่เข้ามาขายในประเทศไทยสามารถนำเข้าได้อย่างเสรี โดยไม่ต้องแจ้งหน่วยราชการ	☐	☒
9	ข้อความคำเตือนที่เขียนบนซองบุหรี่สามารถเขียนได้ตามความต้องการของบริษัทผู้ผลิตบุหรี่	☐	☒
10	ผู้ที่ฝ่าฝืนกฎหมายในการจำหน่ายขาย แลกเปลี่ยนและให้บุหรี่ ต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองพันบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ	☒	☐
11	ผู้ที่ผลิตบุหรี่ถ้าไม่แสดงข้อความบนฉลากต้องระวางโทษปรับไม่เกินสองแสนบาท	☒	☐
12	เจ้าหน้าที่ตำรวจสามารถจับกุมผู้ที่ฝ่าฝืนกฎหมายควบคุมบุหรี่ได้ทันทีที่พบว่าผู้กระทำความผิดกฎหมาย	☒	☐
13	ผู้นำบุหรี่ยาสูบเข้ามาในประเทศไทยต้องแจ้งที่สำนักงานตรวจคนเข้าเมือง	☐	☒
14	พนักงานเจ้าหน้าที่ไม่สามารถยึดบุหรี่ที่ต้องสงสัยไปตรวจสอบได้ เพราะเป็นทรัพย์สินของผู้ขาย	☐	☒
15	ผู้มีอำนาจแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535 คือ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข	☐	☒

ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย

คำชี้แจง

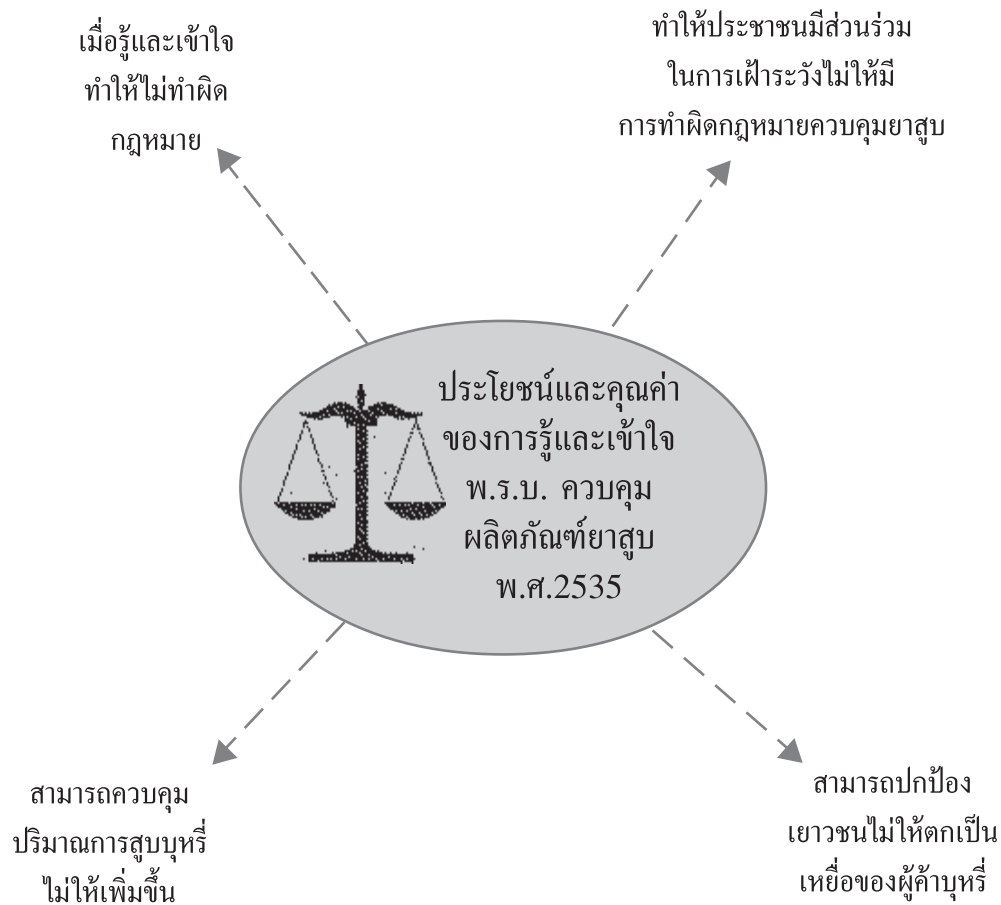
ให้นักเรียนระดมสมองและเขียนแผนผังโน้ตค้นบอประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจ พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535



ประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจกฎหมาย

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกประโยชน์และคุณค่าของการรู้และเข้าใจ พ.ร.บ. ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2535 ได้



ข้อมูลการจำหน่ายบุหรี่ปนชุมชน

คำชี้แจง

ให้นักเรียนบันทึกพฤติกรรมบริษัทบุหรี่ปนและผู้ค้าปลีกย่อยดังนี้

ชื่อร้าน/แหล่ง

วันที่บันทึก/...../.....ช่วงเวลา.....ครั้งที่..... ชื่อผู้เก็บข้อมูล

รูปแบบโฆษณา ณ จุดขาย (สังเกตพฤติกรรมผู้ประกอบการว่านำเสนอผลิตภัณฑ์บุหรี่ปนอย่างไร)

1. ลักษณะการตั้งโช้บบุหรี่ปนเป็นแบบใด?

- ☐ บุหรี่ปนอยู่ในตู้กับและตู้ปิดตลอดเวลา ☐ มีซอง/โลโก้ ชี้อบุหรี่ปนตั้งอยู่นอกตู้เห็นชัดเจน
- ☐ บุหรี่ปนอยู่ในตู้กับ แต่เปิดตู้ให้เห็นบุหรี่ปนตลอดเวลา ☐ อื่น ๆ (ระบุ)

2. ลักษณะของตู้โช้บบุหรี่ปนเป็นอย่างไร

- ☐ ลักษณะของตู้บุหรี่ปนมีสีส่นและโฆษณาที่ดึงดูดหรือมีสีส่น คล้ายชี้อบุหรี่ปนชี้อโดยชี้อหนึ่ง
- ☐ ตู้กับปิดสนิท มองดูไม่ทราบว่ามีบุหรี่ปน ☐ อื่น ๆ (ระบุ)

3. มีการโฆษณาชี้อบุหรี่ปน ร่วมกับสินค้าอื่น ๆ หรือมีของแถมที่มีชี้อบุหรี่ปนหรือไม่ อย่างไร

- ☐ ไม่มี ☐ มีการโฆษณา (ระบุ)

รูปแบบโฆษณา ณ จุดขาย (สังเกตพฤติกรรมผู้ประกอบการว่ากระทำการต่อไปหรือไม่ แล้วบันทึกข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพิ่มเติม)

4. แบ่งขายบุหรี่ปน ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
5. ติดป้ายลดราคาบุหรี่ปน ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
6. แลกบุหรี่ปนทดลองฟรี ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
7. แลกบุหรี่ปนไปกับสินค้าอื่น ๆ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
8. บริการ ใช้ซองบุหรี่ปนแลกของ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
9. แลกของที่เป็นสื่อโฆษณามุหรี่ปน ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
10. มีกิจกรรมการแสดง ที่มีบุหรี่ปน/ชี้อบุหรี่ปนร่วมอยู่ด้วย ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
11. มีเด็กรับจ้างขายบุหรี่ปนเข้ามาในร้านหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
12. มีโฆษณามุหรี่ปนในโทรทัศน์หรือวีดิทัศน์ภายในร้าน ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
13. พบสื่อโฆษณามุหรี่ปนหรือชี้อบริษัท ----- ☐ ไม่มี ☐ มี เช่น ☐ ปกติน ☐ ไฟแช็ก ☐ กระเป๋า ☐ เสื้อ
- ☐ ร่ม ☐ กล่องใส่ของ ☐ อื่น ๆ

ผลิตภัณฑ์บุหรี่ปน (สังเกตผลิตภัณฑ์บุหรี่ปนว่ามีลักษณะต่อไปหรือไม่ แล้วบันทึกข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพิ่มเติม)

ประเด็นเก็บข้อมูล ผลการเก็บข้อมูล บันทึกข้อมูล ที่เป็นประโยชน์เพิ่มเติม

14. มีบุหรี่ปน ชูรส จำหน่ายหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
15. มีบุหรี่ปนซองรูปร่างแปลกจำหน่ายหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
16. มีบุหรี่ปนซองเล็ก (<20 มวน) จำหน่ายหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
17. มีบุหรี่ปนไฟฟ้าจำหน่ายหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
18. มีเครื่องมวนบุหรี่ปนจำหน่ายหรือไม่ ----- ☐ ไม่มี ☐ มี
19. มีภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ปนหรือไม่ ----- ☐ มี ☐ ไม่มี
20. ความถูกต้องของภาพคำเตือนบนซองบุหรี่ปน ----- ☐ ถูกต้อง ☐ ไม่ถูกต้อง

รู้เท่าทันกลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกกลยุทธ์โฆษณาและส่งเสริมการขายของบริษัทบุหรี่ได้

2. สาระการเรียนรู้

กลยุทธ์โฆษณาและการส่งเสริมการขายของบริษัทบุหรี่ มีหลายรูปแบบ ได้แก่

- การออกแบบผลิตภัณฑ์ให้จูงใจวัยรุ่น
- การให้มีจุดขายมากที่สุด เพื่อให้เยาวชนเข้าถึงบุหรี่ได้ง่าย
- การทำให้บุหรี่ราคาถูก เพื่อเยาวชนซื้อบุหรี่ได้ง่ายขึ้น
- การโฆษณาบุหรี่ทางตรงและทางอ้อม
- อิทธิพลของภาพยนตร์ต่อการติดบุหรี่ของวัยรุ่น
- การสร้างภาพลักษณ์ทางสังคมของบริษัทบุหรี่

3. สาระสำคัญ

บริษัทบุหรี่วิจัยพบว่า ยาสูบมีอันตรายต่อสุขภาพและทำให้เกิดมะเร็งมานานกว่า 50 ปีแล้ว แต่บริษัทบุหรีพยายามปกปิดและบิดเบือนความจริงเหล่านี้ ทั้งนี้เพราะธุรกิจบุหรีทำกำไรมหาศาล มีต้นทุนเพียงไม่กี่ร้อยบาท แต่สร้างผลกำไรเป็นล้านบาท ด้วยเหตุที่บุหรีเป็นสารเสพติด จึงทำให้ผู้สูบบุหรีสูบบุหรีต่อเนื่องเป็นเวลายาวนาน จะเลิกสูบกก็ต่อเมื่อป่วยหรือตาย

กลุ่มเยาวชนทั่วโลกจึงเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญของบริษัทบุหรี เพื่อมาทดแทนกลุ่มลูกค้าที่เลิกสูบบุหรี เพราะป่วยหรือตาย บริษัทบุหรีจึงศึกษาความต้องการของตลาด สร้างผลิตภัณฑ์บุหรีให้เป็นที่พอใจของลูกค้า โดยไม่คำนึงถึงสารพิษต่างๆ ที่ปรุงแต่งในบุหรี และพยายามหาช่องว่างทางกฎหมายเพื่อขยายตลาดบุหรีอยู่เสมอ

4. กระบวนการเรียนรู้

ขั้นนำ

- 4.1 ครูทบทวนว่า ในท้ายชั่วโมงที่แล้ว ได้แบ่งนักเรียนเป็น 5 กลุ่ม และมอบหมายให้นักเรียนแต่ละกลุ่มสำรวจข้อมูลการจำหน่ายบุหรีในชุมชนใกล้บ้านหรือโรงเรียน
- 4.2 นักเรียนตัวแทนของแต่ละกลุ่มนำเสนอผลสำรวจข้อมูลการจำหน่ายบุหรีในชุมชนใกล้บ้านหรือโรงเรียน

ขั้นสอน

4.3 ครูชี้แจงว่า ประเทศไทยมีกฎหมายห้ามโฆษณาบุหรี่ทุกรูปแบบ ดังนั้นบริษัทบุหรี่จึงพยายามเพิ่มยอดขายบุหรี่ด้วยการคิดกลยุทธ์ต่างๆ ในการส่งเสริมการขายเพื่อหลีกเลี่ยงกฎหมายห้ามโฆษณาบุหรี่

4.4 ครูอธิบายกลยุทธ์ต่างๆ ของบริษัทบุหรี่ โดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่”

4.5 นักเรียนซักถามข้อมูลเพิ่มเติม แล้วทำใบงานที่ 1 เรื่อง “กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่”

ขั้นสรุป

4.6 นักเรียนช่วยกันสรุปบทเรียน

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

1. กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง
2. กระบวนการเรียนรู้แบบฟังคำถามเขียน (สุจิตฺติ)

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 ใบความรู้ที่ 1 สำหรับครู เรื่อง “กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่”
- 6.2 ใบงานที่ 1 เรื่อง “กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่”
- 6.3 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรี่”
- 6.4 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ของโรงเรียน
- 6.5 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - ตรวจใบงาน
- 7.2 เครื่องมือวัด
 - แบบตรวจใบงาน
- 7.3 เกณฑ์การวัด
เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้เท่าทันกลยุทธ์ของบริษัทบุหรี่และสามารถดูแลป้องกันตนเองและผู้อื่นมิให้ตกเป็นเหยื่อของบริษัทบุหรี่

9. กิจกรรมเสนอแนะ

ครูสามารถนำเสนอรูปภาพของจริงที่เป็นกลยุทธ์ต่างๆ ของบริษัทบุหรี่เพิ่มเติม เพื่อช่วยให้นักเรียนเข้าใจได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

กลยุทธ์บริษัทบุหรี่

บริษัทบุหรี่ยวางแผนอย่างดีในการชักจูงเยาวชนให้สูบบุหรี่ โดยให้ความสนใจเป็นพิเศษในการเพิ่มจำนวนผู้สูบบุหรี่ การออกแบบซองบุหรี่ให้ดึงดูดความสนใจ การโฆษณา ณ จุดขาย การสื่อสารทางอินเทอร์เน็ตและวิธีการเข้าถึงกลุ่มลูกค้าวัยรุ่น ใหัวัยรุ่นพอใจและทำให้ลูกค้าวัยรุ่นสูบบุหรี่ต่อไปอย่างต่อเนื่อง

รู้ทันกลยุทธ์บริษัทบุหรี่

บริษัทบุหรี่ปุ่งเป้าหมายการตลาดมาที่วัยรุ่น โดยการท้าวักยวิถีชีวิต ค่านิยม แรงจูงใจ และความใฝ่ฝันของวัยรุ่นทุกแง่มุม เพื่อนำมาเป็นกลยุทธ์ในการดึงดูดวัยรุ่นไว้เป็นลูกค้า โดยใช้เงินเป็นพันล้านเหรียญในการทำตลาดบุหรี่ทั่วโลกในแต่ละปี

นายเบนเนทท์ ลีโบว ประธานบริษัทเคเตอร์โฮลคิงกรุ๊ป เจ้าของบุหรี่ยี่ห้อหลายยี่ห้อ กล่าวว่า “ถ้าหากบริษัทบุหรี่ยต้องหยุดทำการตลาดที่พุ่งเป้าไปที่เด็ก ๆ บริษัทบุหรี่ยก็จะล้มละลายภายใน 25-30 ปี เพราะจะไม่มีลูกค้าเพียงพอที่ธุรกิจจะอยู่ได้”

กลยุทธ์บริษัทบุหรี่ยมีดังนี้

1. การออกแบบผลิตภัณฑ์ให้จูงใจวัยรุ่น

บริษัทบุหรี่ยจะทำทุกวิถีทาง ในการออกแบบผลิตภัณฑ์ยาสูบ เพื่่อจูงใจวัยรุ่นให้เริ่มสูบบุหรี่ย โดยการออกแบบผลิตภัณฑ์ยาสูบที่หลากหลาย ทั้งกลิ่น รสแบบซองบุหรี่ยและช่องทางการกระจายสินค้า

- ตัวผลิตภัณฑ์ยาสูบ มีการเพิ่มสารปรุงแต่ง กลิ่น รส ชนิดต่างๆ
- ซองบุหรี่ย มีการออกแบบให้ดึงดูดความสนใจของวัยรุ่น
- ยี่ห้อสินค้า ตราสินค้า หรือโลโก้ทำอย่างพิถีพิถันเพื่่อเข้าถึงเป้าหมายและมุ่งหวังให้ผู้สูบบุหรี่ยที่หนึ่งสื่อถึงคนอื่นๆ ให้นิยมตาม
- มีลักษณะซองที่เฉพาะ สีฉ้นสวยงาม และใส่ใบแทรกเอกสารไว้ภายในซองบุหรี่ย เพื่อโฆษณาสรรพคุณของบุหรี่ย



2. การให้มีจุดขายมากที่สุด เพื่่อให้เยาวชนเข้าถึงบุหรี่ยได้ง่าย

- บริษัทบุหรี่ยใช้เทคนิคที่ทำให้มีจุดขายมากที่สุดทุกแห่งหน โดยอาศัยจุดขายทำการโฆษณาและส่งเสริมการขาย วางสินค้าในตำแหน่งเด่น และสามารถหยิบได้ง่าย หรืออาศัยช่องทางขายที่ผิดปกติหมาย เช่น ขายตามถนน แบ่งขายบุหรี่ยเป็นมวน



- เพิ่มช่องทางขายที่ผิดกฎหมายในที่ที่มีเยาวชนอยู่เป็นจำนวนมากเช่น
ขายในโรงเรียน มหาวิทยาลัย เครื่องขายอัตโนมัติและสนามกีฬา
เป็นต้น
- การขายบุหรี่ด้วยเครื่องอัตโนมัติ ทำให้เด็ก ๆ เข้าถึงบุหรี่ได้ง่าย
- การขายทางอินเทอร์เน็ต บริษัทบุหรี่ใช้ช่องทางนี้มากขึ้น ๆ เพราะ
สามารถเข้าถึงวัยรุ่นได้ง่ายสามารถใช้เว็บไซต์เผยแพร่คำนิยามสูบบุหรี่
แนะนำวิธีการสูบบุหรี่แก่วัยรุ่น และเผยแพร่ภาพผู้มีชื่อเสียงหรือ
ดาราดังสูบบุหรี่ ซึ่งการขายบุหรี่ทางอินเทอร์เน็ตก่อให้เกิดปัญหาต่อ
การควบคุมการสูบบุหรี่ที่สำคัญ 3 ข้อ คือ
 1. เป็นแหล่งขายบุหรี่ที่สำคัญให้แก่วัยรุ่นที่ควบคุมได้ยาก
 2. เป็นแหล่งของบุหรี่ราคาถูกจากการหลบเลี่ยงภาษี
 3. เป็นช่องทางให้เข้าถึงสินค้าบุหรี่ได้ง่าย
- จุดขายปลีกมีความสำคัญมากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อประเทศต่างๆ ห้าม
โฆษณาบุหรี่อย่างเข้มงวดยิ่งขึ้น บริษัทบุหรี่จึงให้เงินและให้
ผลประโยชน์ต่างๆ แก่ผู้ค้าปลีก เพื่อให้ผู้ค้าปลีกร่วมมือในการ
ส่งเสริมการขายเป็นแนวร่วมและโซ่สินค้า
- สถานบันเทิงกลางคืน (night club) และสถานบันเทิงอื่นที่
เยาวชนนิยมใช้บริการ เป็นจุดหนึ่งที่บริษัทบุหรี่ใช้ในการส่งเสริม
การขาย



3. บริษัทบุหรี่พยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้ราคาบุหรี่ถูกเพื่อเยาวชนจะ ซื้อบุหรี่ได้ง่ายขึ้น

ราคาบุหรี่เป็นส่วนสำคัญของมาตรการทางการตลาด หากราคาบุหรี่สูงขึ้น
จะทำให้คนสูบบุหรี่น้อยลง

กลยุทธ์บริษัทบุหรี่ในการทำให้บุหรี่ราคาถูก มีดังนี้

- 3.1 การคัดค้านการขึ้นภาษีทุกวิถีทาง
- 3.2 นำกลยุทธ์ลดแลกแจกแถมมาใช้ เช่น ซื้อบุหรี่หนึ่งซองแถมหนึ่งซอง
- 3.3 ผลิตบุหรี่ซองเล็กที่มีจำนวนน้อยกว่า 20 มวนหรือสนับสนุนให้แบ่ง
ขายบุหรี่เป็นมวน
- 3.4 การแจกบุหรี่ให้แก่วัยรุ่น งานวิจัยล่าสุดขององค์การอนามัยโลกพบว่า
หนึ่งในสิบของวัยรุ่นทั่วโลกตอบว่าเคยได้รับการแจกบุหรี่จากผู้แทน
บริษัทบุหรี่



รู้เท่าทันกลยุทธ์จำหน่ายบุหรี่

4. การโฆษณาบุหรี่ทางตรง

การโฆษณาทำให้เยาวชนสูบบุหรี่มากขึ้น การวิจัยขององค์การอนามัยโลกพบว่าร้อยละ 56.5 ของวัยรุ่นทั่วโลก เห็นการโฆษณาบุหรี่บนป้ายโฆษณาขนาดใหญ่หรือบิลบอร์ด และร้อยละ 50 เห็นการโฆษณาบุหรี่ในหนังสือพิมพ์และนิตยสาร งานวิจัยพบว่าเด็กที่จำการโฆษณาบุหรี่ได้ มีอัตราการติดบุหรี่สูงเป็นสองเท่าของเด็กที่จำโฆษณาบุหรี่ไม่ได้



5. การโฆษณาบุหรี่ทางอ้อม

บริษัทบุหรี่ใช้กลยุทธ์โฆษณาบุหรี่ทางอ้อมหรือโฆษณาแฝง ในประเทศที่มีกฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบเข้มแข็ง โดยอาศัยช่องว่างทางกฎหมายในการแทรกแซงประชาสัมพันธ์สินค้าบุหรี่ ได้แก่

การแสดงสินค้าบุหรี่ ณ จุดขาย

การแสดงสินค้าบุหรี่ ณ จุดขาย ได้แก่ การจัดวางสื่อต่างๆ ให้อยู่ ณ จุดขาย เช่น ป้าย ธงราว สติกเกอร์ ตู้หรือชั้นวางสินค้าที่ผลิตขึ้นมาเฉพาะสินค้านั้น เป็นการสร้างภาพสินค้าบุหรี่เปรียบเสมือนสินค้าอุปโภคบริโภคทั่วไปในท้องตลาด โดยเฉพาะจุดรับชำระเงิน ซึ่งผู้บริโภคมองเห็นได้ชัดเจน รวมทั้งการออกแบบชั้น/ตู้วางบุหรี่ หรือหาที่ร้านค้าโดยใช้สีหรือสัญลักษณ์ใกล้เคียงสีของซองบุหรี่



การแสดงสินค้าบุหรี่ ณ จุดขายมีผลกระทบทำให้ผู้ซื้อโดยเฉพาะเยาวชนตัดสินใจซื้อบุหรี่ยี่ห้อใดยี่ห้อหนึ่ง ณ จุดขายได้



มีการศึกษาวิจัยในต่างประเทศ พบว่า การแสดงสินค้าบุหรี่ ณ จุดขายทำให้วัยรุ่นอยากซื้อบุหรี่เพิ่มขึ้นร้อยละ 80

การสร้างสินค้าอื่นโดยใช้ชื่อเดียวกับบุหรี่

บริษัทบุหรี่ต่างๆ ได้พยายามโฆษณาแฝง เพื่อให้ลูกค้ารู้จักและจดจำยี่ห้อหรือนั้นได้ เช่น

- การขายสินค้าอื่นที่มีชื่อและโลโก้เดียวกันกับยี่ห้อบุหรี่ เช่น เสื้อผ้า ยี่ห้อคาเมล (Camel Trophy) จะแสดงถึงบุคคล ที่รักธรรมชาติ ชอบท่องเที่ยวผจญภัย ดังนั้นบุคคลที่ได้เสื้อผ้าคาเมลก็จะเป็นการประชาสัมพันธ์ให้บุคคลทั่วไปให้รู้สึกคุ้นเคยกับยี่ห้อบุหรี่ด้วย
- สนับสนุนให้มีการเผยแพร่โลโก้ยี่ห้อบุหรี่ด้วยการปล่อยให้มีการจำหน่ายสินค้าอื่นๆ ที่นำโลโก้บุหรี่มาใช้ เช่น พวงกุญแจ หน้ากากมือถือ ฯลฯ ทั้งที่เป็นการละเมิดลิขสิทธิ์
- การแจกของชำร่วยที่มีโลโก้ยี่ห้อบุหรี่ให้แก่ร้านขายสินค้าในรูปแบบต่างๆ กัน เช่น นาฬิกา ไฟแช็ก ปฏิทิน เป็นต้น



กลยุทธ์ : การสร้างสินค้าโดยใช้ชื่อเดียวกับบุหรี่และจัดกิจกรรมส่งเสริมการขายด้วยการแจกแถมเป็นที่นิยมอย่างมาก และมีผลในการทำตลาดค่อนข้างสูงในกลุ่มวัยรุ่น เพราะสิ่งของที่มียี่ห้อบุหรี่เหล่านี้ทำให้ผู้สวมใส่กลายเป็นแฟชั่นป้ายโฆษณาเคลื่อนที่โดยไม่ผิดกฎหมาย



6. อิทธิพลของภาพยนตร์ต่อการสูบบุหรี่ของเด็ก

รายงานของศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค สหรัฐอเมริกา ระบุว่า การสูบบุหรี่ในภาพยนตร์เป็นสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่ง ที่ทำให้วัยรุ่นเสพติดบุหรี่ เพราะเท่าที่สอนให้วัยรุ่นรู้จักวิธีสูบบุหรี่ สอนให้วัยรุ่นเลียนแบบดารา ทำให้วัยรุ่นเข้าใจผิดว่าคนส่วนใหญ่ยอมรับการสูบบุหรี่ และข้อพิสูจน์ว่าบริษัทบุหรี่ใช้ภาพยนตร์เพื่อให้วัยรุ่นสูบบุหรี่มากขึ้น จากการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับการโฆษณาบุหรี่ในภาพยนตร์ พบว่า



- บริษัท ฟิลลิป มอร์ริส จ่ายเงินจำนวน 42,500 ดอลลาร์ให้แก่ภาพยนตร์เรื่อง “ซูเปอร์แมน ภาค 2” เพื่อให้มีบุหรี่ปาร์ลาโรปรากฏในเรื่อง และจ่ายเงิน 350,000 ดอลลาร์ เพื่อให้มีบุหรี่ปาร์ลาโรในเรื่องเจมส์ บอนด์ 007 ตอน “License to Kill”
- บริษัท ลิกเก็ต ผู้ผลิตบุหรี่ยี่ห้อ อีฟ จ่ายเงินจำนวน 30,000 ดอลลาร์ให้หนังเรื่อง “ซูเปอร์เกิร์ล” บริษัท อาร์ เจ เรย์โนลด์ ผู้ผลิตบุหรี่ยี่ห้อ คิกส์ไตรค์ จ่ายเงินจำนวน 5,000 ดอลลาร์ ให้หนังเรื่อง “เบเวอร์ลี่ ฮิล คอปส์”



ทั้งนี้ องค์การอนามัยโลกได้ออกมาเสนอมาตรการเพื่อภาพยนตร์ปลอดบุหรี่ ดังนี้

1. สนับสนุนให้สมาคมภาพยนตร์แห่งอเมริกากำหนด เรตติ้งของภาพยนตร์ที่มีฉากสูบบุหรี่ เป็นเรตติ้ง R (อาร์) ยกเว้นการเสนอภาพที่เป็นไปเพื่อแสดงถึงอันตราย หรือแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่มีจริงในประวัติศาสตร์
2. ไม่แสดงภาพของผลิตภัณฑ์ที่มีเครื่องหมายยี่ห้อบุหรี่ในภาพยนตร์อย่างเด็ดขาด
3. ให้โรงภาพยนตร์มีการฉายภาพยนตร์รณรงค์ไม่สูบบุหรี่ก่อนเริ่มฉายภาพยนตร์ที่ในเรื่องมีภาพของผลิตภัณฑ์ยาสูบ ไม่ว่าภาพยนตร์เรื่องนั้นจะได้รับการจัดให้อยู่ในเรตติ้งประเภทใดก็ตาม
4. ให้ผู้สร้างภาพยนตร์แสดงจุดยืนที่ชัดเจนที่จะไม่รับการสนับสนุนจากบริษัทบุหรี่ โดยขึ้นเป็นข้อความในช่วงไตเติ้ลท้ายเรื่อง

7. การประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อ

กิจกรรมสร้างภาพลักษณ์ทางสังคมของบริษัทบุญหรี เป็นการโฆษณาองค์กรโดยใช้ชื่อบริษัทแทนชื่อยี่ห้อบุญหรี มีจุดประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธ์กับคนในสังคม การสร้างภาพ ได้แก่ การบริจาคเงินให้องค์กรต่างๆ ในสังคม การให้ทุนการศึกษาแก่นักเรียน นักศึกษา การให้ทุนสนับสนุนกิจกรรมทางสังคม การให้ความร่วมมือกับองค์กรอื่นในการจัดกิจกรรมทางสังคม ประชาชนจึงคิดว่าเป็นการคืนกำไรให้สังคม ทำให้คนทั่วไปเข้าใจผิดว่าบริษัทบุญหรีมีนโยบายช่วยเหลือสังคม ตัวอย่างเช่น

- โรงงานยาสูบ กระทรวงการคลัง บริจาคเงินสนับสนุนการก่อสร้างโรงเรียนแห่งหนึ่งเป็นเงินสามล้านสามแสนบาท
- บริษัทบุญหรีบริติชอเมริกัน โทแบคโค มอบเงินให้กรุงเทพมหานคร ในการพัฒนาคลองแสนแสบ
- บริษัทฟิลลิป มอร์ริส ให้ทุนสนับสนุนกิจกรรมประกวดศิลปกรรมยอดเยี่ยมแห่งอาเซียน
- โรงงานยาสูบให้ทุนการศึกษา/ทุนวิจัยแก่นักศึกษา/อาจารย์
- โรงงานยาสูบให้ทุนสนับสนุนกิจกรรมประกวดแผ่นพับ “เสริมสร้างนิยมไทยร่วมใจประหยัด”
- บริษัทฟิลลิป มอร์ริส จัดทำแผ่นพับบรรณรักษ์ไม้ขายบุญหรีให้แก่ผู้มีอายุไม่ถึง 18 ปี



ผลิตภัณฑ์ยาสูบในรูปแบบอื่นๆ

ผลิตภัณฑ์ยาสูบรูปแบบต่างๆ ได้เข้าสู่ประเทศไทยหลากหลายรูปแบบ ซึ่งก่ออันตรายต่อสุขภาพมากมาย ครูผู้สอนควรรู้เท่าทันผลิตภัณฑ์ยาสูบรูปแบบใหม่ๆ เพื่อให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่เยาวชน เมื่อเยาวชนซักถาม ดังนี้

บุหรี่ไฟฟ้า หรือ อี ซิกาเร็ต (E-Cigarette)

บุหรี่ไฟฟ้า หรืออี ซิกาเร็ต (E-Cigarette) หรือบุหรี่อิเล็กทรอนิกส์ เป็นสินค้าเลียนแบบบุหรี่ เป็นบุหรี่ที่ไม่มีใบยาสูบเป็นส่วนผสม มีแต่สารนิโคตินและสารเคมีโพสโพลีโกลคอลที่มีลักษณะคล้ายควันบุหรี่ เวลาสูบจะมีไฟคล้ายการจุดบุหรี่จริงๆ ปลายบุหรี่มีสีทั้งแดง ส้ม น้ำเงิน แต่ไม่มีความร้อน เมื่อสูบจะมีควันออกมาจากก้นกรองจริงๆ มีกลิ่นหอม

ในระยะหลังนี้ผู้ผลิตได้นำสารซอร์บเข้ามาผสมด้วย โดยมีสารสังเคราะห์จากผลไม้ สมุนไพรและอื่นๆ เพื่อล่อเยาวชนให้ตกเป็นเหยื่อ ล่าสุดองค์การอนามัยโลกได้จัดให้สารนิโคตินที่มีอยู่ในผลิตภัณฑ์บุหรี่ไฟฟ้าเป็นสารที่มีฤทธิ์เสพติดเทียบเท่าเฮโรอินหรือโคเคนแล้ว

อันตรายของบุหรี่ไฟฟ้า บุหรี่ไฟฟ้า นับเป็นภัยตัวใหม่ มักโฆษณาว่าเป็นผลิตภัณฑ์ที่ช่วยเลิกสูบบุหรี่ แต่พบว่าปริมาณนิโคติน (Nicotine) สูงกว่าบุหรี่ทั่วไปหลายเท่า กล่าวคือ บุหรี่ดังกล่าวจะบรรจุนิโคตินแต่ละ 18 มิลลิกรัม ขณะที่บุหรี่ทั่วไป 1 มวนจะมีนิโคติน 1.2 มิลลิกรัม หากสูบบุหรี่ไฟฟ้า 1 มวน จะเท่ากับสูบบุหรี่ทั่วไปถึง 15 มวน

การควบคุมบุหรี่ไฟฟ้า หลายประเทศได้สั่งห้ามการใช้บุหรี่ไฟฟ้า เช่น รัฐวิกตอเรียของออสเตรเลีย บราซิล อิสราเอล จอร์แดน ตุรกี และอื่นๆ สำหรับประเทศไทย กระทรวงสาธารณสุขได้มีมาตรการห้ามนำบุหรี่ไฟฟ้าเข้ามาจำหน่ายในประเทศโดยใช้กฎหมาย 3 ฉบับ ได้แก่

1.พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ.2535 มาตรา 10 , 2. พระราชบัญญัติยา พ.ศ. 2510 มาตรา 12 และฉบับที่ 3 ได้แก่พระราชบัญญัติศุลกากร พ.ศ.2469 มาตรา 27

ทั้ง 3 ฉบับ ห้ามผลิต นำเข้า เพื่อขายหรือเพื่อแจกเป็นการทั่วไป หรือโฆษณาสินค้าอื่นใดที่มีรูปลักษณะที่ทำให้เข้าใจได้ว่าเป็นสิ่งเลียนแบบผลิตภัณฑ์ยาสูบ มีโทษปรับและทั้งจำทั้งปรับ



บาราเก๋

บาราเก๋ หมายถึง ยาสูบที่นำมาใช้กับอุปกรณ์ที่ใช้เสฟที่มีชื่อเรียกว่า ฮุกคา (hookah) อุปกรณ์นี้มีชื่อเรียกที่ต่างกันหลายภาษา เช่น water pipe , narghile, shisha, hubble-bubble เป็นต้น

การสูบบาราเก๋เป็นวัฒนธรรมแถบตะวันออกกลางมานานแล้ว สารที่นำมาใช้กับอุปกรณ์ฮุกคาไม่จำเป็นต้องแห้งสนิท ที่มักใช้กันก็มีชื่อว่า โทบาเมล หรือมาแอสเชล ซึ่งประเทศไทยรู้จักในนามชื่อว่า บาราเก๋ เป็นส่วนผสมของใบยาสูบ (tobacco) กับสารที่มีความหวาน เช่น น้ำผึ้ง หรือกากน้ำตาล (molasses) หรือผลไม้ตากแห้ง

ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับบาราเก๋

ผู้หญิงจะมีทัศนคติด้านบวกและไม่กลัวที่จะลองสูบ เนื่องจากมีรสผลไม้ กลิ่นหอม รสหวาน และเชื่อว่าอันตรายน้อยกว่าบุหรี่ รวมทั้งผู้หญิงเชื่อว่าการสูบบาราเก๋ จะทำให้ผู้หญิงมีภาพลักษณ์ดีกว่าผู้หญิงสูบบุหรี่ ซึ่งถือเป็นความเข้าใจผิด เพราะยาสูบบาราเก๋มีพิษภัยมากกว่าบุหรี่ถึง 6 เท่า หากสูบทุกวันจะเท่ากับสูบบุหรี่วันละ 10 มวน หากสูบเป็นครั้งคราวจะเท่ากับสูบครั้งละ 2 มวน ดังนั้นบาราเก๋ คืวยาสูบชนิดหนึ่งซึ่งทำให้เสพติดได้

ความจริงเกี่ยวกับอันตรายของบาราเก๋

ควันจากการสูบบาราเก๋ มีระดับสารพิษสูงกว่าควันบุหรี่หลายเท่า ทั้งระดับนิโคติน ระดับคาร์บอนมอนอกไซด์ และสารก่อมะเร็งอื่น ๆ

มีงานศึกษาพบว่า ถ้าใช้เวลาสูบนาน 45 นาที จะได้รับสารทาร์เป็น 36 เท่า คาร์บอนมอนอกไซด์เป็น 15 เท่า และนิโคตินเป็น 70 เท่าเมื่อเปรียบเทียบกับการใช้บุหรี่ 9 มวน (ซึ่งคำนวณว่า 1 มวนใช้เวลา 5 นาที) และอีกการศึกษาหนึ่งพบว่า ผู้สูบบาราเก๋มีโอกาสเป็นโรคเหงือกมากกว่าผู้ที่ไม่สูบลึงถึง 5 เท่า (ข้อมูลจากกองควบคุมวัตถุเสพติด พ.ย. 2549)

สมุนไพรต่างๆ จะปลอดภัยถ้าหากเรานำมากิน แต่หากเกิดการเผาไหม้จะเปลี่ยนเป็นสารพิษ และสารก่อมะเร็งมากมายหลายชนิดได้ แม้จะมีหรือไม่มียาเส้นผสมอยู่ด้วย

นอกจากนี้การใช้อุปกรณ์การสูบบาราเก๋ชิ้นเดียวกัน ร่วมกันหลายๆ คน จะทำให้เกิดการแพร่เชื้อโรคติดต่ออย่างวัณโรค ไข้หวัดใหญ่ ฯลฯ ได้อีกด้วย



กลยุทธ์การส่งเสริมการขายบุหรื

คำชี้แจง

เลือกคำตอบข้อที่ถูก โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ทับบนตัวอักษร ก. ข. ค. หรือ ง.

1. ใครเป็นกลุ่มเป้าหมายทางการค้าที่สำคัญที่สุดของบริษัทบุหรื

- ก. เยาวชน
- ข. ผู้หญิง
- ค. ผู้ชาย
- ง. ผู้ใหญ่

2. ข้อใด มิใช่ การโฆษณาบุหรื ณ จุดขาย

- ก. การแจกแผ่นพับ อายุไม่ถึง 18 ปี ไม่ขายบุหรื ณ ร้านสะดวกซื้อ
- ข. การติดธงราวที่มีเครื่องหมายเดียวกับบุหรืไว้หน้าร้านค้า
- ค. การตั้งชั้นวางของบุหรืในห้างสรรพสินค้า
- ง. การออกแบบตู้จำหน่ายให้มีรูปแบบและสีส้มเช่นเดียวกับซองบุหรื

3. ข้อใดแสดงว่าผู้บริโภคู้เท่าทันกลยุทธ์บริษัทบุหรื

- ก. การไม่ใช้สินค้ายี่ห้อเดียวกับบุหรื
- ข. การผลิตสินค้าที่นำโลโก้บุหรืไปสร้างแรงจูงใจผู้ซื้อ
- ค. การแจกซองชำร่วยที่มีโลโก้เดียวกับบุหรื
- ง. การเข้าร่วมกิจกรรมที่บริษัทบุหรืเป็นผู้อุปถัมภ์รายการ

4. ข้อใดกล่าวถูกต้อง

- ก. บุหรืที่ใส่สารปรุงแต่ง เช่น เมนทอล ทำให้ร่างกายได้รับควันบุหรืน้อยลง
- ข. บุหรืหลากรสเป็นบุหรืที่ลดปริมาณสารนิโคตินเพื่อให้อันตรายลดน้อยลง
- ค. บุหรืรสช็อกโกแลตเป็นบุหรืที่ผลิตในประเทศไทย
- ง. ในประเทศไทยไม่สามารถเขียนคำว่า light หรือ mild ไว้ที่ข้างซองบุหรืได้

5. ข้อใดเป็นกลยุทธ์สร้างภาพลักษณ์ทางสังคมของบริษัทบุหรื

- ก. บริษัทผลิตบุหรืหลากรส
- ข. บริษัทสนับสนุนกิจกรรมประกวดดนตรีของเยาวชน
- ค. บริษัทพิมพ์ซองบุหรืให้มีสีสันสดใส
- ง. บริษัทแจกซองที่ระลึกอื่นๆ ที่มีเครื่องหมายยี่ห้อบุหรื

6. การกระทำในข้อใดเป็นการโฆษณาแฝง

- ก. เสริมแบ่งขายบุหรี่ให้กับลูกค้า
- ข. เพื่อดึงดูดใจผู้บริโภค
- ค. นายสมรติดสติ๊กเกอร์ “เขตสูบบุหรี่” ไว้ที่หน้าร้าน
- ง. นายเพชรทำสติกเกอร์ติดบนซองบุหรี่

7. ข้อใดไม่ใช่มาตรการเพื่อภาพยนตร์ปลอดบุหรี่ขององค์การอนามัยโลก

- ก. การกำหนดเรตติ้งภาพยนตร์ที่มีฉากสูบบุหรี่
- ข. การไม่แสดงชื่อผู้ผลิตในภาพยนตร์
- ค. การห้ามฉายภาพยนตร์ที่มีฉากสูบบุหรี่
- ง. การแสดงจุดยืนไม่รับการสนับสนุนจากบริษัทบุหรี่ของผู้สร้างภาพยนตร์

8. ข้อใดเป็นกลยุทธ์บริษัทบุหรี่ที่ทำให้วัยรุ่นเข้าถึงบุหรี่ได้ง่ายที่สุด

- ก. เพิ่มสารปรุงแต่งให้บุหรี่
- ข. การฉายภาพยนตร์ที่มีผลิตภัณฑ์บุหรี่
- ค. การขายบุหรี่ด้วยเครื่องขายอัตโนมัติ
- ง. การผลิตสินค้าอื่นที่เชื่อมโยงกับบุหรี่

9. ข้อใดกล่าวผิด

- ก. บุหรี่มวนเล็ก ผอม ยาวเรียวและมีรสอ่อน เป็นกลยุทธ์ในการส่งเสริมการขายบุหรี่
- ข. การสูบบุหรี่ไฟฟ้ามีอันตรายต่อหัวใจ
- ค. การขึ้นภาษีบุหรี่ ทำให้บุหรี่ราคาถูกลง
- ง. บุหรี่ไฟฟ้า ทำให้เสพติดนิโคติน

10. ข้อใดไม่ผิดกฎหมาย

- ก. การแจกแถมสินค้าอื่นที่มีโลโก้เดียวกับบุหรี่
- ข. การติดสติ๊กเกอร์สัญลักษณ์เดียวกับบุหรี่ไว้หน้าร้านค้า
- ค. การแบ่งขายบุหรี่เป็นมวน
- ง. การขายบุหรี่ให้กับร้านสะดวกซื้อ

เฉลย

- | | | | | |
|----------|----------|----------|----------|-----------|
| ข้อ 1 ก. | ข้อ 2 ก. | ข้อ 3 ก. | ข้อ 4 ง. | ข้อ 5 ข. |
| ข้อ 6 ง. | ข้อ 7 ค. | ข้อ 8 ค. | ข้อ 9 ค. | ข้อ 10 ง. |

กลยุทธ์ โรงเรียน ปลอดบุหรี่

วิธีการเลิกสูบบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 บอกประโยชน์ของการเลิกสูบบุหรี่ได้
- 1.2 บอกกลไกและองค์ประกอบของการติดยา
- 1.3 วิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่ได้
- 1.4 บอกเทคนิคและวิธีการเลิกสูบบุหรี่ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 ประโยชน์ของการเลิกสูบบุหรี่
- 2.2 กลไกและองค์ประกอบของการติดยา
- 2.3 ปัญหาและอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่
- 2.4 เทคนิคและวิธีการเลิกสูบบุหรี่

3. สาระสำคัญ

การติดยาเป็นกลไกที่ซับซ้อนของจิตใจ พฤติกรรมและความเคยชิน โดยมีนิโคตินเป็นตัวกระตุ้นสารสื่อประสาทในสมอง ทำให้ผู้สูบบุหรี่รู้สึกเป็นสุข คลายเครียด นำไปสู่การเสพติดและต้องสูบบุหรี่เพื่อให้ได้นิโคตินอยู่เรื่อยๆ สิ่งสำคัญที่สุดในการเลิกสูบบุหรี่คือ จะต้องมีความตั้งใจจริงที่จะเลิก แก้ไขพฤติกรรม ความเคยชินที่ทำให้อยากสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงตัวกระตุ้น เอาชนะอุปสรรคต่างๆ ด้วยกำลังใจที่เข้มแข็งโดยอาศัยความเข้าใจและแรงสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อนและบุคคลที่ใกล้ชิด

4. กระบวนการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นนำ

- 4.1 ครูตั้งคำถามชวนคิดว่า “ถ้ามีคนหนึ่งสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ เขาจะได้อะไรจากการเลิกสูบบุหรี่” นักเรียนแข่งขันกันคิดถึงประโยชน์จากการเลิกสูบบุหรี่ บันทึกลงในกระดาษให้มากที่สุดเป็นเวลา 2 นาที ให้นักเรียนที่คิดได้มากที่สุดออกมาอ่านคำตอบ ครูกล่าวคำชมเชย มอบรางวัล และให้นักเรียนคนอื่นบอกคำตอบเพิ่มเติมที่ไม่ซ้ำกับที่เพื่อนอ่าน

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5-7 คน นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “องค์ประกอบของการติดยา”

4.3 ครูอธิบายว่า การที่จะเลิกสูบบุหรี่สิ่งสำคัญที่สุดคือ การหยุดกระบวนการที่ทำให้เกิดการอยากสูบบุหรี่มีวิธีง่าย ๆ ที่จะต้องทำ คือ

- 1) รู้จัก/ค้นหาตัวกระตุ้นที่ทำให้อยากสูบบุหรี่
- 2) หลีกเลี่ยงการเผชิญกับตัวกระตุ้นนั้น
- 3) รู้จักวิธีการจัดการกับตัวกระตุ้น

4.4 ครูชวนสนทนาเรื่องการสูบบุหรี่เป็นสิ่งที่ทำลาย มีคนจำนวนมากพยายามเลิกสูบบุหรี่แต่ไม่สำเร็จ ต้องกลับมาสูบบุหรี่อีก ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายถึงปัญหาอุปสรรคที่ทำให้คนต้องการเลิกสูบบุหรี่ไม่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จ นักเรียนคิดวิเคราะห์โดยใช้ใบความรู้ที่ 1 บันทึกลงในใบงานที่ 1 เรื่อง “ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่” แล้วส่งตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้น

4.5 นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “ตัวกระตุ้น”

4.6 มอบหมายงานให้นักเรียนแต่ละคนไปสัมภาษณ์คนสูบบุหรี่ ซึ่งมีอายุระหว่าง 12-19 ปี จำนวน 10 คน โดยใช้ใบงานที่ 2 เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายนอกหลอกให้หลวมตัว” และใบงานที่ 3 เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายในอยู่ที่ใจของเรา” เป็นการบ้าน แล้วนำมาประมวลเป็นผลงานกลุ่มในการเรียนครั้งต่อไป

ชั่วโมงที่ 2

4.7 นักเรียนแต่ละกลุ่ม นำผลการสัมภาษณ์ผู้สูบบุหรี่มาประมวลผลเรื่อง ตัวกระตุ้นภายนอก และตัวกระตุ้นภายในที่มีอิทธิพลทำให้คนที่พยายามเลิกสูบบุหรี่ต้องหันกลับมาสูบบุหรี่อีก ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้น นักเรียนร่วมกันอภิปรายเรื่อง อิทธิพลของตัวกระตุ้นภายนอกและตัวกระตุ้นภายใน ทำอย่างไรเราจึงจะหลีกเลี่ยงและเอาชนะตัวกระตุ้นเหล่านี้ได้ โดยครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

4.8 นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง” และปฏิบัติตามใบงานที่ 4 เรื่อง “ทำอย่างไรจึงจะเลิกสูบบุหรี่ได้” โดยร่วมกันคิดวิเคราะห์ ตอบปัญหาในประเด็นต่อไปนี้

- วิธีจัดการเอาชนะตัวกระตุ้น
- เลือกวิธีการหยุดความคิดเสียดคิดเพื่อพิชิตบุหรี่
- บอกวิธีการปฏิเสธเมื่อมีผู้ยื่นบุหรี่มาให้สูบ

4.9 ตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้น นักเรียนร่วมกันอภิปรายซักถาม โดยครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขั้นสรุป

4.10 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียนในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

- ประโยชน์ของการเลิกสูบบุหรี่
- ปัญหาและอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่
- ตัวกระตุ้นที่มีอิทธิพลทำให้คนอยากสูบบุหรี่
- เทคนิคและวิธีการเลิกสูบบุหรี่
- อะไรเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เลิกสูบบุหรี่ได้
- เราจะมีส่วนในการช่วยให้คนใกล้ชิดเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างไร

4.11 ครูทบทวนและสรุปผลการเรียนรู้ของนักเรียนโดยใช้สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “วิธีการเลิกบุหรี่”

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

- 5.1 การเรียนรู้ที่เน้นทักษะกระบวนการคิด
- 5.2 การเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่ม
- 5.3 การเรียนรู้โดยการสำรวจข้อมูลภาคสนาม

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- 6.1 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “องค์ประกอบของการติดบุหรี่”
- 6.2 ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “ตัวกระตุ้น”
- 6.3 ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง “วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง”
- 6.4 ใบงานที่ 1 เรื่อง “ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่”
- 6.5 ใบงานที่ 2 เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายนอก หลอกให้หลวมตัว”
- 6.6 ใบงานที่ 3 เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายใน อยู่ที่ใจของเรา”
- 6.7 ใบงานที่ 4 เรื่อง “ทำอะไรจึงเลิกสูบบุหรี่ได้”
- 6.8 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “วิธีการเลิกสูบบุหรี่”
- 6.9 แหล่งสำรวจข้อมูลภาคสนามในชุมชน
- 6.10 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>.

7. การวัดและประเมินผล

- 7.1 วิธีการวัด
 - 1) ตรวจใบงาน
 - 2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 7.2 เครื่องมือวัด
 - 1) แบบตรวจใบงาน
 - 2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม
- 7.3 เกณฑ์การวัด
เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

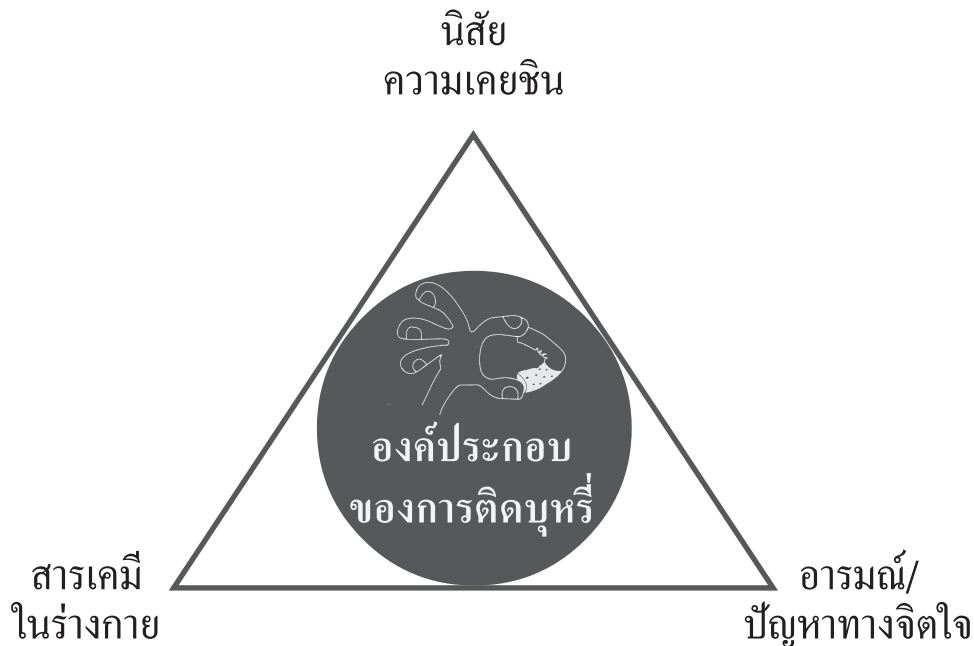
8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้และเข้าใจวิธีการเลิกสูบบุหรี่ สามารถนำไปใช้กับตนเองและช่วยเหลือผู้อื่นให้เลิกสูบบุหรี่ได้

9. กิจกรรมเสนอแนะ

จัดกิจกรรมบ่มเพาะ (Matrix) กลุ่มย่อยสำหรับนักเรียนที่สมัครใจเลิกสูบบุหรี่สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง เพื่อฝึกเทคนิคการควบคุมตนเอง ให้กำลังใจและติดตามพฤติกรรมในการเลิกสูบบุหรี่โดยให้ครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือนักเรียน

องค์ประกอบของการติดยา



การติดยาเกิดจากองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. สารเคมีในร่างกาย

พบว่า สารนิโคตินในบุหรี่จะออกฤทธิ์ต่อเซลล์สมอง ทำให้สมองหลั่งสารโดปามีน (dopamine) ที่ทำให้รู้สึกสบาย ปลอดโปร่ง หากหยุดสูบบุหรี่ สมองหลั่งสารโดปามีนน้อยลง ทำให้รู้สึกไม่ปลอดโปร่ง อึดอัดหรือเกิดความเครียด ผู้สูบบุหรี่จึงเกิดความต้องการสูบบุหรี่อีกเพื่อให้ร่างกายสดชื่นขึ้นและจะต้องเพิ่มปริมาณการสูบบุหรี่มากขึ้นเรื่อยๆ เพื่อให้ได้ความรู้สึกสดชื่นเหมือนกับที่เคยรู้สึก

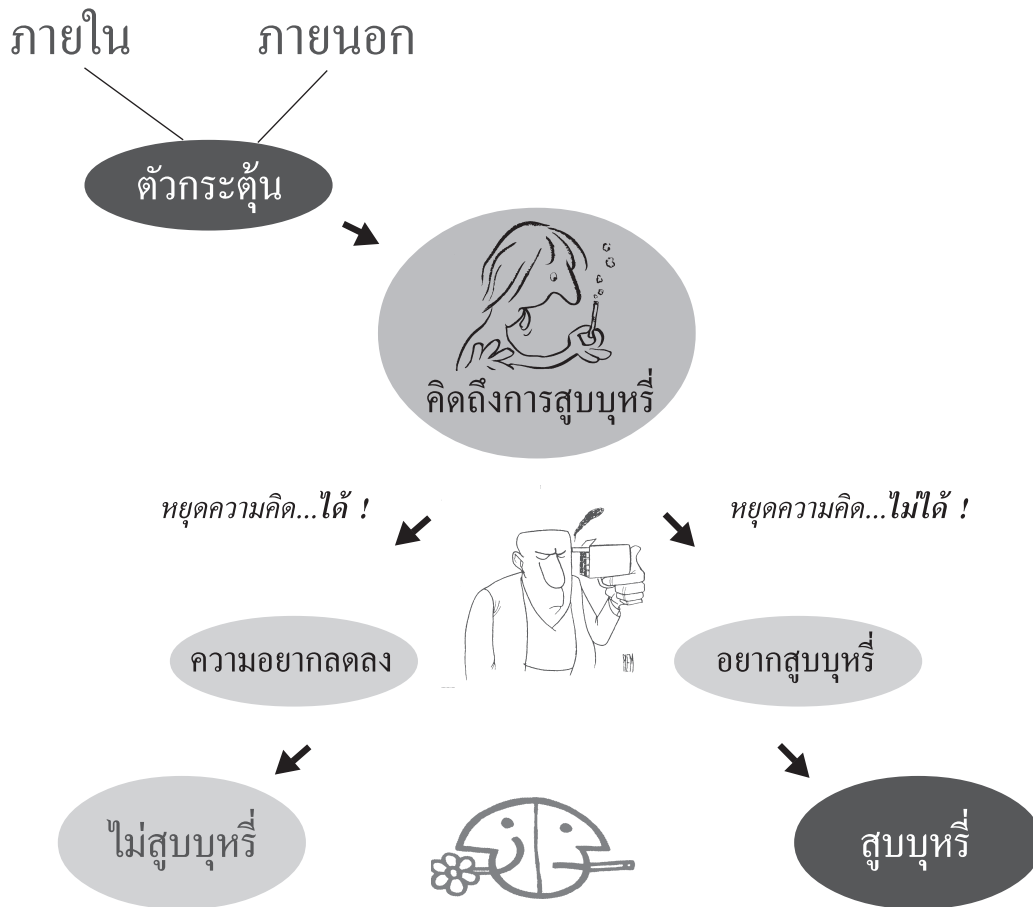
2. นิสัยความเคยชิน

พบว่า คนส่วนใหญ่เคยชินกับสิ่งที่เคยทำ เช่น คนติดยาหมักจะหยิบยาสูบในเวลาเดิมๆ ที่เคยสูบบุหรี่ หรือเมื่อพบเพื่อนที่สูบบุหรี่ก็ต้องหยิบยาสูบขึ้นมาสูบ

3. อารมณ์/ปัญหาทางจิตใจ

พบว่า ปัญหาอารมณ์และจิตใจ มีส่วนสำคัญทำให้คนอยากสูบบุหรี่

ตัวกระตุ้น



ตัวกระตุ้น หมายถึง สิ่งใดๆ ก็ตามที่ทำให้คนเกิดความรู้สึกอยากสูบบุหรี่ เนื่องจากตัวกระตุ้นจะไปทำให้สมองของผู้สูบบุหรี่นี้ถึงและเกิดความอยากสูบบุหรี่ ซึ่งนำไปสู่การกลับไปสูบบุหรี่อีกครั้ง

ตัวกระตุ้น แบ่งเป็น 2 ประเภท

1. ตัวกระตุ้นภายใน เป็นเรื่องเกี่ยวกับสภาวะอารมณ์ เช่น ความกลัว โกรธ กระวนกระวายใจ หงุดหงิด กัดดัน เบื่อหน่าย เมื่อยล้า ซึมเศร้า เครียด ผิดหวัง
2. ตัวกระตุ้นภายนอก เป็นเรื่องเกี่ยวกับ สถานการณ์ กิจกรรม บุคคล สถานที่ เวลา รวมถึงการสูบบุหรี่ของบุคคลอื่น ห้องน้ำ เพื่อน ซองบุหรี่ กลิ่นบุหรี่ เวลาว่าง หลังอาหาร เป็นต้น

ดังนั้น ถ้าผู้สูบบุหรี่สามารถระบุตัวกระตุ้น แล้วหาทางหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นได้ จะช่วยทำให้ไม่กลับไปสูบบุหรี่อีก

วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง

วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง

1. ปรับเปลี่ยนกิจวัตรประจำวันใหม่ งดดื่มกาแฟหรือสุราชั่วคราว งดอาหารรสจัด หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่ทำให้คุณอยากสูบบุหรี่
2. รู้จักตัวกระตุ้นที่ทำให้อยากสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับตัวกระตุ้นเหล่านั้น
3. หาบุคคลเป็นคู่สัญญาที่จะให้กำลังใจคุณในการเลิกสูบบุหรี่
4. ให้รางวัลตนเองในช่วงเวลาที่เลิกสูบบุหรี่ได้ 1 สัปดาห์ 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน 1 ปี
5. เทคนิคการหยุดความคิดเสียดสี เพื่อพิชิตบุหรี่ เมื่อคุณรู้สึกอยากสูบบุหรี่ ต้องรีบหยุดความคิดภายใน 60 วินาที โดยเลือกวิธีการต่อไปนี้

- 1) ฝึกการรู้ตัวให้อยู่ที่ลมหายใจเข้าออก
- 2) สร้างจินตนาการเพื่อหาสิ่งยึดเหนี่ยว เช่น นึกถึงหน้าคนที่รู้สึกผูกพัน
- 3) หาหนังสือหรือบัตรบริเวณข้อมือ ติดหนังสือหรือบัตรเมื่อรู้สึกอยากสูบบุหรี่
- 4) ล้างหน้า/อาบน้ำ/นอนแช่น้ำอุ่นหรือน้ำเย็น
- 5) ออกไปเดินเล่นข้างนอก/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา/ทำกิจกรรมที่ชอบทำ
- 6) โทรศัพท์หาคนที่รู้ใจ/หาเพื่อนคุย/ระบายความรู้สึกกับคนที่ไว้ใจ
- 7) ดื่มน้ำมากๆ
- 8) หาของขบเคี้ยว/ผลไม้รสเปรี้ยว
- 9) คุย/แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับคนที่เลิกสูบบุหรี่ได้

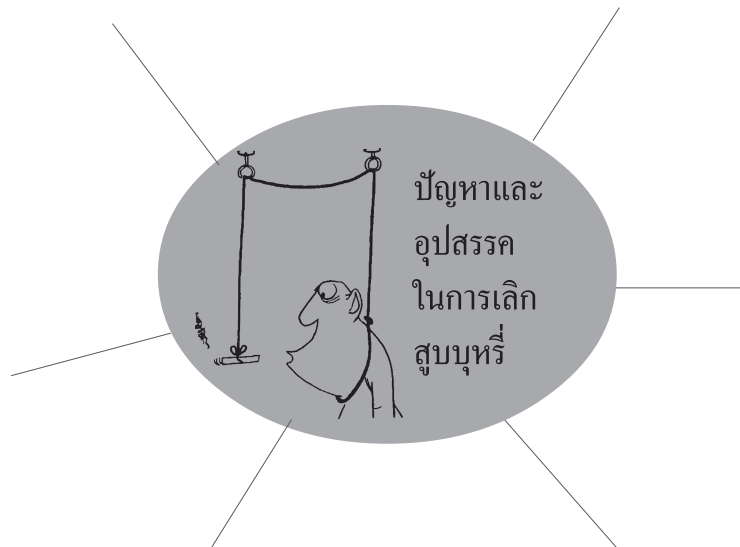
6. วิธีปฏิเสธการสูบบุหรี่ การปฏิเสธเป็นสิทธิส่วนบุคคล เมื่อคุณตระหนักว่าถูกชวนให้กระทำในสิ่งที่คุณคิดว่า จะเกิดผลเสียหรือผลกระทบในด้านลบตามมา

- 1) ถ้ามีใครยื่นบุหรี่ให้สูบ คุณมีสิทธิปฏิเสธโดยไม่ต้องเกรงใจ
- 2) ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งทำทาง คำพูดและน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจนที่จะปฏิเสธ ถ้ามีการคะยั้นคะยอให้ยืนยันความตั้งใจจริง ด้วยคำพูดที่ว่า “ผมเลิกสูบบุหรี่แล้วครับ”
- 3) ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้าง เช่น “ผมไม่ชอบ” เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียว มักถูกโต้แย้งด้วย เหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น แสดงความขอบคุณเมื่อผู้ชวนยอมรับการ ปฏิเสธเพื่อเป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน เช่น “ขอบคุณนะที่คุณเข้าใจ คุณคงไม่ว่าอะไรนะที่ผม ไม่สูบบุหรี่”
- 4) เมื่อถูกเข้้าหรือสบประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดความตั้งใจ ควรปฏิเสธซ้ำ บอกลา หาทางเลี่ยงออกไป ก่อนที่จะใจอ่อนกลับมาสูบบุหรี่อีก

ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่

คำชี้แจง

นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่พบเห็นถึงปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่ แล้วบันทึกผลลงในแผนภาพความคิดข้างล่างนี้



ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่

จุดประสงค์การเรียนรู้

วิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคในการเลิกสูบบุหรี่ได้

ไม่สามารถเอาชนะตัวกระตุ้น
ภายนอก (สิ่งแวดล้อม) ที่ทำให้
อยากสูบบุหรี่ได้

ไม่สามารถเอาชนะตัวกระตุ้น
ภายใน (อารมณ์ ภาวะทางจิตใจ)
ที่ทำให้อยากสูบบุหรี่ได้



ติดความรู้สึกสบาย ปลอดภัย
เมื่อได้รับควันบุหรี่

เคยชินกับพฤติกรรมเดิม ๆ
ที่เคยทำในชีวิตประจำวัน
เวลาหยิบบุหรี่มาสูบ

ตัวกระตุ้นภายนอกให้หลวมตัว

คำชี้แจง

ให้นักเรียนไปสัมภาษณ์ผู้สูบบุหรี่หรือเคยสูบบุหรี่ อายุระหว่าง 12-19 ปี จำนวน 10 คน เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายนอก” ได้ มีผลต่อผู้สูบบุหรี่มากที่สุด โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่เลือก แล้วสรุปผลในแบบสรุป

ตัวกระตุ้นภายนอกต่อไปนี้นี้มีผลต่อความรู้สึกอยากสูบบุหรี่ของคุณเพียงใด

ตัวกระตุ้นภายนอก	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มีผล
1. อยู่บ้านคนเดียว					
2. อยู่กับเพื่อน					
3. ที่บ้านเพื่อน					
4. อยู่ที่พัก / เหยก					
5. ชมคอนเสิร์ต					
6. อยู่ที่สวนสาธารณะ					
7. มีนัดกับเพื่อนต่างประเทศ					
8. งานเลี้ยงสังสรรค์					
9. เห็นป้ายข้อความ “ขายบุหรี่”					
10. เซียร์กีฬา					
11. ได้กลิ่นบุหรี่					
12. เห็นคนสูบบุหรี่					
13. ห้องน้ำโรงเรียน					
14. เห็นภาพบุหรี่ ในสื่อต่างๆ					
15. ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์					
16. เห็นอุปกรณ์ที่ใช้ในการสูบบุหรี่					
17. การได้รวมกลุ่มกับเพื่อนที่สูบบุหรี่					
18. ดูภาพยนตร์					
19. เห็นภาพคนสูบบุหรี่ในภาพยนตร์ ละคร					
20. หลังเลิกเรียน					
21. ก่อนไปโรงเรียน					
22. ก่อนหรือหลังอาหาร					
23. อื่นๆ ระบุ					

ผลการสำรวจตัวกระตุ้นภายนอก

กลุ่มผู้สำรวจ..... ชั้น.....
วันที่.....

ชื่อ - สกุล ผู้รับการสัมภาษณ์	อายุ	ตัวกระตุ้นภายนอก อันดับ 1 (3 คะแนน)	ตัวกระตุ้นภายนอก อันดับ 2 (2 คะแนน)	ตัวกระตุ้นภายนอก อันดับ 3 (1 คะแนน)	หมายเหตุ
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

จากการสัมภาษณ์ของสมาชิกกลุ่ม
สรุปตัวกระตุ้นภายนอกที่ได้คะแนนสูงสุด 3 อันดับคือ

- 1.....
- 2.....
- 3.....

ตัวกระตุ้นภายในอยู่ที่ใจของเรา

คำชี้แจง

ให้นักเรียนไปสัมภาษณ์ผู้สูบบุหรี่ หรือเคยสูบบุหรี่ อายุระหว่าง 12-19 ปี จำนวน 10 คน เรื่อง “ตัวกระตุ้นภายใน” ไດ มีผลต่อผู้สูบบุหรี่มากที่สุด โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่เลือก แล้วสรุปผลในรูปแบบสรุป

ตัวกระตุ้นภายใน ต่อไปนี้มีผลต่อความรู้สึกอยากสูบบุหรี่ของคุณเพียงใด

ตัวกระตุ้นภายใน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มีผล
1. ความสุข/ความสนุก					
2. อารมณ์รักใคร่					
3. ถูกทอดทิ้ง/ถูกโดดเดี่ยว					
4. เครียด					
5. โกรธ					
6. คับข้องใจ/รู้สึกถูกกีดกัน/ถูกบีบบังคับ					
7. อหหัก					
8. ว้าเหว่/เหงา					
9. อยากสูบบุหรี่/เคยชินกับการสูบบุหรี่					
10. เสรั้า/ซึมเสรั้า					
11. อยากลอง					
12. อยากผ่อนคลาย					
13. อยากเอาชนะ/อยากประชดประชัน					
14. อยากเด่น/อยากให้คนสนใจ					
15. ตื่นเต้น/ประหม่า					
16. ขาดความเชื่อมั่น/อารมณ์ไม่มั่นคง					
17. เบื่อหน่าย/เหนื่อยล้า					
18. ความกลัว					
19. ถูกวิจารณ์/ถูกจับผิด					
20. อับอายขายหน้า					
21. กระวนกระวายใจ					
22. น้อยใจ/เสียใจ					
23. อื่น ๆ ระบุ					

ผลการสำรวจตัวกระตุ้นภายใน

กลุ่มผู้สำรวจ..... ชั้น.....
วันที่.....

ชื่อ - สกุล ผู้รับการสำรวจ	อายุ	ตัวกระตุ้นภายใน อันดับ 1 (3 คะแนน)	ตัวกระตุ้นภายใน อันดับ 2 (2 คะแนน)	ตัวกระตุ้นภายใน อันดับ 3 (1 คะแนน)	หมายเหตุ
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

จากการสัมภาษณ์ของสมาชิกกลุ่ม

สรุปตัวกระตุ้นภายในที่ได้คะแนนสูงสุด 3 อันดับคือ

- 1.....
- 2.....
- 3.....

ทำอย่างไรจึงเลิกสูบบุหรี่ได้

คำชี้แจง

นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “วิธีการเลิกสูบบุหรี่ด้วยตนเอง” แล้วร่วมกันอภิปรายระดมความคิด เพื่อตอบคำถามต่อไปนี้

1. วิธีการจัดการกับตนเองเมื่ออยากสูบบุหรี่

.....

.....

.....

.....

2. เทคนิคการหยุดความคิดเสียดสี เพื่อพิชิตบุหรี่

.....

.....

.....

.....

3. วิธีปฏิบัติเมื่อมีผู้ยื่นบุหรี่ให้สูบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ทำอย่างไรจึงเลิกสูบบุหรี่ได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

บอกเทคนิคและวิธีการเลิกสูบบุหรี่ได้

1. วิธีการจัดการกับตนเองเมื่ออยากสูบบุหรี่

- 1) ปรับเปลี่ยนกิจวัตรประจำวันวันใหม่ งดดื่มกาแฟ/สุราชั่วคราว งดอาหารรสจัด หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่ทำให้คุณอยากสูบบุหรี่
- 2) รู้จักตัวกระตุ้นที่ทำให้/อยากสูบบุหรี่ หลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับตัวกระตุ้นเหล่านั้น
- 3) หาบุคคลที่เป็นคู่สัญญาที่จะให้กำลังใจคุณในการเลิกสูบบุหรี่
- 4) ให้รางวัลตนเองในช่วงเวลาที่เลิกสูบบุหรี่ได้ 1 สัปดาห์ 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน 1 ปี

2. เทคนิคการหยุดความคิดเสียดสี เพื่อพิชิตบุหรี่

- 1) ฝึกการรู้ตัวให้อยู่ที่ลมหายใจเข้าออก
- 2) สร้างจินตนาการเพื่อหาสิ่งยึดเหนี่ยว เช่น นึกถึงหน้าคนที่รู้สึกผูกพัน
- 3) หาหนังสือหรือบัตรบริเวณข้อมือ ติดหนังสือหรือบัตรเมื่อรู้สึกอยากสูบบุหรี่
- 4) ล้างหน้า/อาบน้ำ/นอนแช่น้ำอุ่นหรือน้ำเย็น
- 5) ออกไปเดินเล่นข้างนอก/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา/หากิจกรรมที่ชอบทำ
- 6) โทรศัพท์หาคนที่รู้ใจ/หาเพื่อนคุย/ระบายความรู้สึกกับคนที่ไว้ใจ
- 7) ดื่มน้ำมากๆ
- 8) หาของขบเคี้ยว/ผลไม้รสเปรี้ยว
- 9) คุย/แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับคนที่เลิกสูบบุหรี่ได้

3. วิธีการปฏิเสธเมื่อมีผู้ยื่นบุหรี่ให้

- 1) ถ้ามีใครยื่นบุหรี่ให้สูบ คุณมีสิทธิปฏิเสธโดยไม่ต้องเกรงใจ
- 2) ปฏิเสธอย่างจริงจังทั้งท่าทาง คำพูด และน้ำเสียง เพื่อแสดงความตั้งใจอย่างชัดเจน ที่จะปฏิเสธ ถ้ามีการคะยั้นคะยอให้ยืนยันความตั้งใจจริง ด้วยคำพูดที่ว่า “ผมเลิกสูบบุหรี่แล้วครับ”
- 3) ใช้ความรู้สึกเป็นข้ออ้าง เช่น “ผมไม่ชอบ” เพราะการใช้เหตุผลอย่างเดียวมักถูกโต้แย้งด้วยเหตุผลอื่น การอ้างความรู้สึกทำให้โต้แย้งได้ยากขึ้น
- 4) แสดงความขอบคุณ เมื่อผู้ชวนยอมรับการปฏิเสธ เป็นการรักษาน้ำใจของผู้ชวน เช่น “ขอบคุณที่คุณเข้าใจ”
- 5) เมื่อถูกเข้าซื้อหรือสับประมาทไม่ควรหวั่นไหวไปกับคำพูดเหล่านั้น เพราะจะทำให้ขาดความตั้งใจ ควรปฏิเสธซ้ำ บอกลา หาทางเลี่ยงออกไปก่อนที่จะใจอ่อนกลับมาสูบบุหรี่อีก

ประสานพลังพาโรงเรียนปลอดบุหรี่

1. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1.1 สามารถใช้กระบวนการ P-D-C-A (Plan-Do-Check-Action/แผน-ทำ-ตรวจ-ปรับ) ในการจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ได้
- 1.2 สามารถเขียนโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ได้

2. สาระการเรียนรู้

- 2.1 กระบวนการ P-D-C-A
- 2.2 หลักการเขียนโครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่
- 2.3 การดำเนินกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

3. สาระสำคัญ

หลังจากเยาวชนนักเรียนรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ได้เรียนรู้เนื้อหาเกี่ยวกับบุหรี่ที่ถูกต้องชัดเจนแล้ว ควรได้เรียนรู้ทักษะกระบวนการในการจัดกิจกรรมโดยใช้กระบวนการ P-D-C-A เพื่อให้สามารถนำองค์ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่มาจัดทำโครงการรณรงค์เพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. กระบวนการเรียนรู้

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นนำ

- 4.1 ครูตั้งคำถามชวนคิดว่านักเรียนเคยเห็นการรณรงค์อะไรบ้าง นักเรียนคิดว่าการรณรงค์เหล่านั้นมีวัตถุประสงค์เพื่ออะไร เพื่อใคร ทำอย่างไร มีผลดีต่อสังคมโดยรวมอย่างไร

ครูให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมและสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนเป็นเยาวชนรุ่นใหม่ที่มีคุณค่าต่อโรงเรียนและสังคม ซึ่งมีเป้าหมายสำคัญคือ การพัฒนาโรงเรียนให้เป็น “โรงเรียนปลอดบุหรี่” ตามกฎหมาย 100% อย่างแท้จริง

ขั้นสอน

- 4.2 นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 3-5 คน แต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “กระบวนการ P-D-C-A กับ การดำเนินโครงการ” และใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “การเขียนโครงการ”
- 4.3 ครูนำเสนอสื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ประสานพลังพาโรงเรียนปลอดบุหรี่”

4.4 แต่ละกลุ่มปฏิบัติใบงานที่ 1 เรื่อง “แบบนำเสนอโครงการ” โดยระบุนบทบาทหน้าที่ของทุกคนในกลุ่ม ให้อำนาจมอบหมายตามความถนัดของสมาชิกแต่ละคนและส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอโครงการในชั่วโมงถัดไป ครูชี้แจงระยะเวลาในการดำเนินโครงการว่า จะใช้เวลาดำเนินงานนอกเวลาเรียน กำหนดเวลาประมาณ 1 เดือน

ชั่วโมงที่ 2

4.5 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอโครงการ ครูและเพื่อนร่วมกันเสนอแนะให้เกิดความสมบูรณ์และความเป็นไปได้ของการดำเนินงาน

4.6 ครูสังเกตและติดตามประเมินผลกระบวนการการดำเนินงานทุกระยะ พร้อมให้คำปรึกษาและเสริมแรงให้กำลังใจ

4.7 นักเรียนปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง “แบบประเมินตนเองในการดำเนินโครงการ”

ขั้นสรุป

4.8 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการดำเนินโครงการณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

5. วิธีการจัดการเรียนรู้

5.1 การเรียนรู้แบบโครงงาน

5.2 การเรียนรู้แบบ CIPPA MODEL

6. สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

6.1 ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง “กระบวนการ P-D-C-A กับการดำเนินโครงการ”

6.2 ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง “การเขียนโครงการ”

6.3 ใบงานที่ 1 เรื่อง “แบบนำเสนอโครงการ”

6.4 ใบงานที่ 2 เรื่อง “แบบประเมินตนเองในการดำเนินโครงการ”

6.5 สื่อ (เพาเวอร์พอยต์) เรื่อง “ประสานพลังพาโรงเรียนปลอดบุหรี่”

6.6 ศูนย์การเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา/ศูนย์ณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

6.7 เว็บไซต์ <http://www.ashthailand.or.th>, <http://www.smokefreezone.or.th> และ <http://www.smokefreeschool.net>

7. การวัดและประเมินผล

7.1 วิธีการวัด

1) ตรวจใบงาน

2) สังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.2 เครื่องมือวัด

1) แบบตรวจใบงาน

2) แบบสังเกตกระบวนการปฏิบัติงานกลุ่ม

7.3 เกณฑ์การวัด

เกณฑ์การผ่านร้อยละ 50 ของคะแนนเต็ม

8. ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

รู้ เข้าใจ และมีทักษะกระบวนการในการจัดกิจกรรมรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ในโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยความมุ่งมั่นและความภาคภูมิใจ

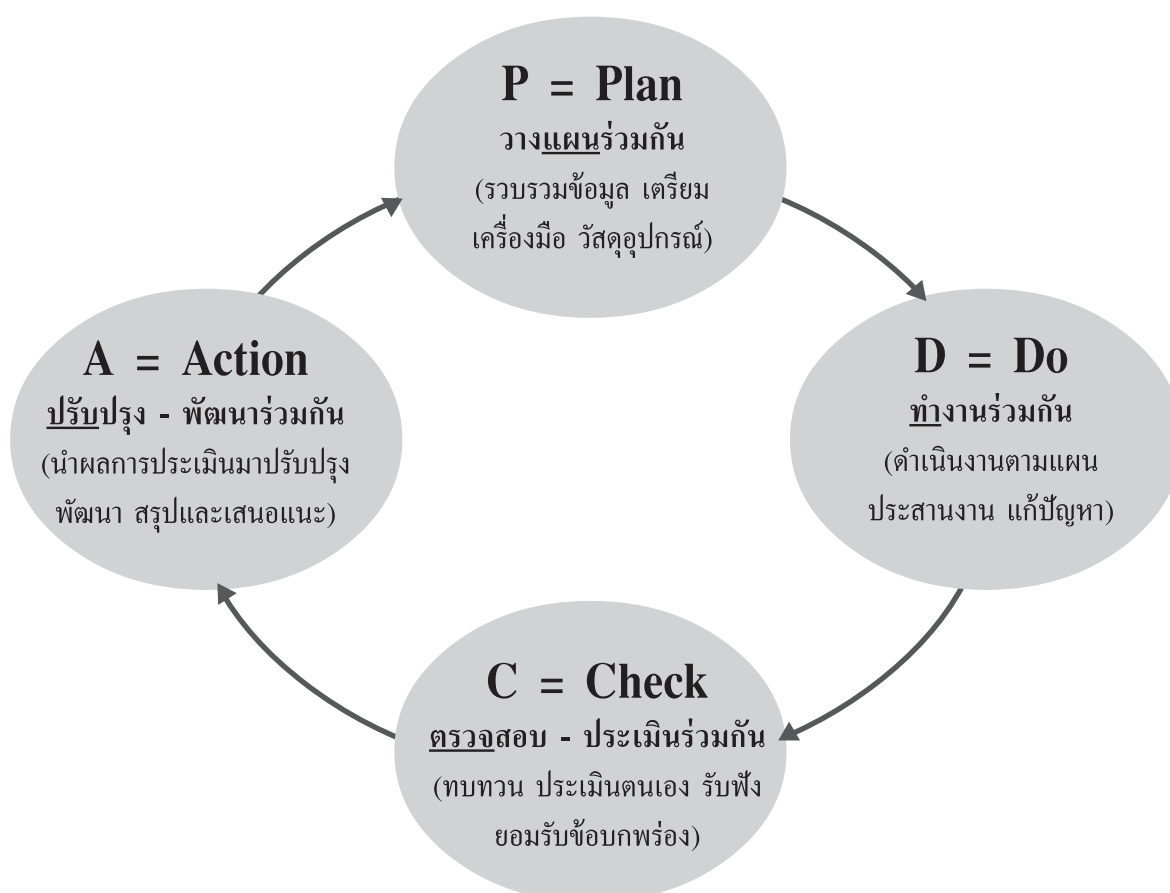
9. กิจกรรมเสนอแนะ

- 9.1 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14 เรื่อง “ประสานพลัง พาโรงเรียนปลอดบุหรี่” มีความยืดหยุ่นทั้งรูปแบบกิจกรรม กระบวนการเรียนรู้และระยะเวลา โดยให้อิสระแก่นักเรียนในการคิดค้นและดำเนินงานด้วยตนเองภายใต้คำปรึกษาของครู ดังนั้นครูผู้สอนจึงควรช่วยประสานงานกับทางโรงเรียน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรมรณรงค์นอกเวลาร่วมกับนักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ โดยมีแผนการดำเนินงานที่ชัดเจน
- 9.2 การนำเสนอกิจกรรมโครงการอาจจัดในรูปแบบนิทรรศการของแต่ละห้อง
- 9.3 โรงเรียนควรสนับสนุนให้ครูในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ และครูผู้สอนกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมีโอกาสนำแผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาโรงเรียนปลอดบุหรี่ ไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนได้ตามความเหมาะสม
- 9.4 จัดประชุมสัมมนา “เยาวชนนักรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่” เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้และให้ข้อเสนอแนะต่อทางโรงเรียน
- 9.5 ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนเขียนความรู้สึกและความภาคภูมิใจในการเป็นเยาวชนนักรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

กระบวนการ P-D-C-A กับการดำเนินโครงการ

กระบวนการ P-D-C-A กับการดำเนินโครงการ

กระบวนการ P-D-C-A (แผน-ทำ-ตรวจ-ปรับ) หมายถึง ขั้นตอนการปฏิบัติงานอย่างครบวงจรหรือที่เรียกว่า วงจรเดมมิง (Demming) ซึ่งเป็นการทำงานเป็นทีมที่ครอบคลุมตั้งแต่การวางแผนงานร่วมกัน ทำงานร่วมกัน ตรวจสอบประเมินร่วมกันและปรับปรุงพัฒนาาร่วมกัน สามารถนำมาใช้ในการดำเนินโครงการให้บรรลุตามเป้าหมาย ได้ดังนี้



ข้อคิดสำคัญ : การทำงานที่ดีจะต้องมีกระบวนการหรือขั้นตอนที่เป็นระบบครบวงจร โดยสมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมและปฏิบัติต่อกันในเชิงบวกเสมอ เช่น การคิดดี พูดดี ทำดี และประสานงานที่ดี เป็นต้น

การเขียนโครงการ

เทคนิคการเขียนโครงการ

เทคนิคสำคัญที่ต้องคำนึงถึง คือ การเขียนวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนว่า ต้องการทำอะไรเพื่ออะไร ทำไมต้องทำ ทำอย่างไร ทำที่ไหน ทำเมื่อใด ใครเป็นผู้รับผิดชอบและโครงการมีผลกระทบต่อใครอย่างไรบ้าง

โครงการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ มักจะมีลักษณะเป็นกิจกรรม แบ่งเป็นประเภทต่างๆ ดังนี้

1. กิจกรรมเผยแพร่ความรู้ เช่น เสียงตามสาย แผ่นพับประชาสัมพันธ์ การจัดนิทรรศการ ฯลฯ
2. กิจกรรมรณรงค์สร้างกระแสสังคม เช่น เดินรณรงค์ การแสดงละคร บทบาทสมมติ ฯลฯ
3. กิจกรรมผลิตสื่อนวัตกรรม เช่น หุ่นจำลอง การ์ตูน คอสเพลย์ โปสเตอร์ ป้ายผ้า เพลง ฯลฯ
4. กิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วม เช่น การอบรมนักเรียนแกนนำ ประกวดคำขวัญ สติ๊กเกอร์ ละครสั้น แสดงละคร กีฬา ดนตรี ฯลฯ

1. ชื่อโครงการ

การตั้งชื่อควรน่าสนใจ กระชับ สอดคล้องกับกิจกรรมที่จะทำ เช่น โครงการเรื่องบุหรี่ ก็ควรมีคำว่าบุหรี่ อยู่ด้วย

2. ความสำคัญ/เหตุผลและความจำเป็นของโครงการ

การบอกประเด็น ความสำคัญ ความเป็นมา หรือมูลเหตุ ปัญหา ที่ต้องการจะทำโครงการ ควรมีข้อมูล สถานการณ์จริง

3. วัตถุประสงค์

เป็นประเด็นสำคัญที่สุดของการเขียนโครงการ เพราะจะเป็นตัวกำหนดทิศทางของการดำเนินงานว่า ทำเพื่ออะไร ทำอย่างไร เพื่ออะไร ไม่ควรมีหลายข้อ แต่เขียนให้ชัดเจน สามารถวัดประเมินผลได้อย่างเป็นรูปธรรม

4. เป้าหมาย

ผลที่ต้องการให้เกิดขึ้นในแง่คุณภาพและปริมาณ เป้าหมายเชิงปริมาณ จะกำหนดเป็นจำนวนตัวเลข ส่วนเชิงคุณภาพมักจะเป็นพัฒนาการที่เกิดขึ้นภายหลังจากการดำเนินโครงการนั้นแล้ว

5. วิธีดำเนินการ

การระบุขั้นตอนการดำเนินการ หรือกระบวนการทำงานที่นำไปสู่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ซึ่งควรจัดกลุ่มประเภทของกิจกรรมที่จะดำเนินการ เช่น กิจกรรมเผยแพร่ความรู้ กิจกรรมสร้างกระแสและควรระบุปฏิทินการดำเนินงานทุกกิจกรรมว่าอยู่ในช่วงเวลาใดบ้าง เพื่อความสะดวกในการปฏิบัติและติดตามงาน

6. ระยะเวลาดำเนินการ

กำหนดเวลาดำเนินงานตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโครงการ ควรระบุเป็นวัน เดือน ปี ที่ชัดเจน

7. พื้นที่ดำเนินการ

การระบุสถานที่ที่จะดำเนินโครงการเพื่อให้รู้ว่าจะทำที่ไหน

8. การประเมินผล

การระบุวิธีเพื่อตรวจสอบว่า การดำเนินโครงการบรรลุวัตถุประสงค์เพียงใด

ข้อควรคำนึง วิธีประเมินผลต้องตอบวัตถุประสงค์ของโครงการได้ทุกข้อ

9. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

การระบุประโยชน์และคุณค่าที่คาดหวังว่าจะเกิดขึ้นภายหลังจากที่ได้ดำเนินการแล้ว ควรระบุให้เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่ดำเนินการ

10. ผู้เสนอโครงการ

หมายถึงหัวหน้ากลุ่มที่รับผิดชอบโครงการ

แบบนำเสนอโครงการ

คำชี้แจง

ให้นักเรียนร่วมกันระดมความคิด เขียนโครงการณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ตามรายละเอียดต่อไปนี้

1. ชื่อโครงการ

.....

2. ความสำคัญ/เหตุผลและความจำเป็นของโครงการ

.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. วัตถุประสงค์

.....
.....
.....

4. เป้าหมาย

4.1 เป้าหมายเชิงปริมาณ.....

4.2 เป้าหมายเชิงคุณภาพ.....

.....

5. วิธีดำเนินการ

.....
.....
.....

6. ระยะเวลาดำเนินการ

.....

.....

.....

7. พื้นที่ดำเนินการ

.....

.....

8. วิธีประเมินผล

.....

.....

.....

9. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

.....

.....

.....

10. ผู้เสนอโครงการ

.....

.....

.....

แบบประเมินตนเองในการดำเนินโครงการ

คำชี้แจง

เมื่อนักเรียนดำเนินโครงการจนเสร็จเพื่อการไม่สับสนหรือเรียบร้อยแล้ว ให้ประเมินตนเองในการปฏิบัติงานดังนี้

ชื่อโครงการ

กลุ่มที่ ชื่อกลุ่ม ชั้น

วัตถุประสงค์

ลำดับที่	รายการปฏิบัติ	ผลการปฏิบัติของกลุ่ม
1	กระบวนการ P-D-C-A 1.1 การวางแผน (P = Plan)	การวางแผนและเตรียมการอะไรบ้าง
	1.2 ทำตามแผน (D = Do)	เราได้ทำตามแผนอย่างไรบ้าง ทำอะไร ใครรับผิดชอบ 1. 2. 3. 4. 5.

ลำดับที่	รายการปฏิบัติ	ผลการปฏิบัติของกลุ่ม
1	1.3 ตรวจสอบ/ประเมินผล (C = Check)	ตรวจสอบการทำงานด้วยวิธีใด ผลเป็นอย่างไร
	1.4 ปรับปรุงพัฒนา (A = Action)	มีการปรับปรุงพัฒนางานอะไรบ้าง 1. 2. 3.
2	การทำงานเป็นทีม	2.1 ทุกคนมีหน้าที่ตามความถนัดหรือไม่อย่างไร..... 2.2 มีการประสานงานในทีมเป็นอย่างไร..... 2.3 มีความเป็นประชาธิปไตยอย่างไรบ้าง.....

ลำดับที่	รายการปฏิบัติ	ผลการปฏิบัติของกลุ่ม
3	คุณภาพของผลงาน	3.1 เนื้อหาสาระสมบูรณ์ ถูกต้องตรงประเด็นและบรรลุวัตถุประสงค์อย่างไร 3.2 มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ที่แปลกใหม่อย่างไร..... 3.3 การใช้ภาษา ถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร.....
4	ประโยชน์และการนำไปใช้	4.1 ผลงานมีประโยชน์ต่อบุคคลในกลุ่มอย่างไร..... มีประโยชน์ต่อส่วนรวมอย่างไร 4.2 ได้เผยแพร่ผลงานในห้องเรียนอย่างไร 4.3 ได้เผยแพร่ผลงานนอกห้องเรียนอย่างไร

ลงชื่อ (.....)

ผู้รายงาน