



ที่ ศธ ๐๔๐๐๘/๑๖๗๗

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต ๑
๕๕๘ ถนนสนามกีฬา ตำบลบ้านต๋อม
อำเภอเมืองพะเยา พย ๕๖๐๐๐

๑๕ มิถุนายน ๒๕๕๙

เรื่อง ขอความร่วมมือในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนโรงเรียนเข้าร่วมโครงการโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่
ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และถวายเป็นพระราชกุศล
ปีการศึกษา ๒๕๕๙

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนในสังกัดทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด่วนที่สุด ที่ ศธ ๐๔๐๐๘/ว ๔๕๐
ลงวันที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ จำนวน ๑ ฉบับ

พร้อมหนังสือนี้ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต ๑ ขอส่งสำเนาหนังสือ
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด่วนที่สุด ที่ ศธ ๐๔๐๐๘/ว ๔๕๐ ลงวันที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๕๙
เรื่องขอความร่วมมือในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนโรงเรียนเข้าร่วมโครงการโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่
ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และถวายเป็นพระราชกุศล ปีการศึกษา ๒๕๕๙

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต ๑ จึงขอเชิญชวนสถานศึกษาในสังกัด
ได้เข้าร่วมโครงการโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระ
เจ้าอยู่หัว และถวายเป็นพระราชกุศล ปีการศึกษา ๒๕๕๙ โดยดาวน์โหลดใบสมัครได้ที่ในเว็บไซต์
alcoholsmokefreeschool.com และส่งผลการดำเนินงานผ่านเว็บไซต์ ดังกล่าวในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๙
เพื่อคัดเลือกและนำเสนอในงานมหกรรมการศึกษา เพื่อป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติด บุหรี่ ระดับชาติ ครั้งที่ ๒
ในปีการศึกษา ๒๕๖๐

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายพนิต โหมประสิทธิ์กุล)

เลขาธิการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต ๑ ปฏิบัติราชการ
ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต ๑

กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

กลุ่มงานส่งเสริมกิจการพิเศษ

โทร. ๐-๕๕๘๘-๗๑๘๕

โทรสาร ๐-๕๕๘๘-๗๑๘๔

กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา
รับที่ 21.2
วันที่ 17 ส.ย. 2559
E-OFFICE
เวลา

ด่วนที่สุด

ที่ ศธ ๐๔๐๐๘/๐๕๕๐



สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพะเยา เขต 1
ฉบับที่ 862
วันที่ 16 ส.ย. 2559
เวลา
อก กง
นพ สก
สข นพ น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ กทม. ๑๐๓๐๐๐

๖ มิถุนายน ๒๕๕๙

เรื่อง ขอความร่วมมือในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนโรงเรียนเข้าร่วมโครงการโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และถวายเป็นพระราชกุศล
ปีการศึกษา ๒๕๕๙

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาทุกเขต

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ตัวอย่างกิจกรรมในคู่มือโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำพ่อสอน จำนวน ๑ ชุด
๒. โครงการและที่มาของการจัดงาน จำนวน ๑ ชุด
๓. รายชื่อโรงเรียนต้นแบบที่สามารถศึกษาดูงาน จำนวน ๑ ชุด
๔. กำหนดการแถลงข่าวเครือข่ายโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำพ่อสอน จำนวน ๑ ฉบับ
๕. ใบสมัครเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และเครือข่ายครู สพฐ. ๔ ภาค จะจัดงานแถลงข่าวเครือข่ายและคู่มือโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติ ครบ ๗๐ ปี ๙ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๙ โดยมีวัตถุประสงค์น้อมนำพระบรมราโชวาทและกระแสพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว แปลงสู่ภาคปฏิบัติในการสร้างคุณธรรมให้เยาวชน และลดปัจจัยการเกิดนักสูบ นักดื่มแอลกอฮอล์หน้าใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการในปัจจุบัน และแผนยุทธศาสตร์นโยบายแอลกอฮอล์ระดับชาติ พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๖๓ ซึ่งได้พัฒนากระบวนการเรียนรู้และกิจกรรมตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๔ โดยร่วมมือกับสำนักพัฒนานวัตกรรมการจัดการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน นั้น

ในการดำเนินงานร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่ผ่านมานั้น มีโครงการครูดีไม่มีอบายมุขในการยกย่องครูผู้สอนและผู้บริหารต่อเนื่องเป็นปีที่ ๕ ในปีการศึกษา ๒๕๕๙ โครงการโพธิสัตว์น้อย ลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า ที่ดำเนินการช่วงเข้าพรรษาของทุกปี โครงการคุณธรรมโพธิสัตว์น้อย ลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า (ระดับประถมศึกษา) โครงการเปิดเทอมสร้างสุขให้ความรักก่อนให้ความรู้ และโครงการพัฒนาศักยภาพครูแกนนำในหลักสูตรการสร้างพลังและความสำเร็จด้วยจิตวิทยานีโอฮิวแมนนิส หลักสูตรงานพลังกลุ่มและความสุข หลักสูตรการจัดกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หลักสูตรภาวะผู้นำที่เน้นพลังกลุ่ม และหลักสูตรสุขภาพทั้งคนแพทยวิถีธรรมตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ในปีการศึกษา ๒๕๕๙ สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) ได้นำบทเรียนจากโรงเรียนต้นแบบในโครงการดังกล่าว พัฒนาเป็น “คู่มือโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำพ่อสอน” ทั้งนี้โดยถวายเป็นพระราชกุศลเนื่องในโอกาสครองราชย์ครบ ๗๐ ปี โดยมีโรงเรียนต้นแบบที่สามารถขยายผลและเกิดการทำงานเป็นเครือข่ายเพิ่มขึ้น เพื่อศึกษาดูงาน จำนวน ๑๑ แห่ง” นอกจากนี้ โรงเรียนที่สนใจ สามารถดาวน์โหลดคู่มือเพื่อนำไปศึกษาและปฏิบัติได้ในเว็บไซต์ alcoholsmokefreeschool.com

ในการนี้ สำนักงานคณะกรรมการการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน ขอให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ให้ความร่วมมือกับสำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า (สคล.) และภาคีเครือข่าย ในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนโรงเรียนเข้าร่วมโครงการโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำพ่อสอน เพื่อเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และถวายเป็นพระราชกุศล ปีการศึกษา ๒๕๕๙ โดยดาวน์โหลดใบสมัครได้ที่ในเว็บไซต์ alcoholsmokefreeschool.com และส่งผลการดำเนินงาน ผ่านเว็บไซต์ ดังกล่าวภายในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๙ เพื่อคัดเลือกและนำเสนอในงานมหกรรมการศึกษา เพื่อป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติด บุหรี่ ระดับชาติ ครั้งที่ ๒ ในปีการศึกษา ๒๕๖๐

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายอำนาจ วิชยานุวัติ)

ผู้อำนวยการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน รักษาการแทน
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

สำนักพัฒนานวัตกรรมการจัดการศึกษา

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๘๘ ๕๘๙๐

โทรสาร ๐ ๒๒๘๘ ๕๘๗๙



(ตัวอย่าง) บางกิจกรรมการเรียนรู้

โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำพ่อสอน

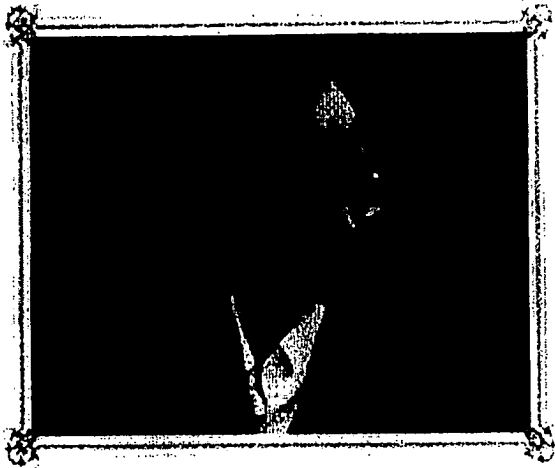
สร้างพลเมืองดีมีคุณธรรม

โดยน้อมนำและพระบรมราโชวาทและกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระ

เจ้าอยู่หัว ได้แก่

- 1.ให้ครูรักเด็ก และเด็กรักครู
- 2.ให้ครูสอนเด็กให้มีน้ำใจ ต่อเพื่อน ไม่ให้แข่งขันกัน แคให้แข่งขัน กับตัวเอง และ
- 3.ให้เด็กที่เรียนเก่งกว่าช่วยสอนเพื่อนที่เรียนช้ากว่า ให้ครูจัดกิจกรรมให้เด็กทำร่วมกัน
เพื่อให้เห็นคุณค่าของความสามัคคี





คำพ่อสอน

การใช้จ่ายอย่างประหยัดนั้น จะเป็นหลักประกัน
ความสมบูรณ์พูนสุขของผู้ประหยัดเอง และครอบครัว
ช่วยป้องกันความขาดแคลนในวันข้างหน้า การ
ประหยัดดังกล่าวนี้จะมีผลดีไม่เฉพาะแก่ผู้ที่ประหยัด
เท่านั้น ยังเป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติด้วย

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวันขึ้นปีใหม่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๐๒

กิจกรรม ปอดสาริตพิชิตบุหรี สุขภาพดีมีเงินออม

เวลา 1 ชั่วโมง

ขั้นที่ 1 ให้ความรักก่อนการเรียนรู้ (ให้ครูรักเด็กและเด็กรักครู)

1. คุณครูยิ้มและใช้คำพูดด้านบวกพูดชื่นชมนักเรียนด้วยความจริงใจ เช่น “สวัสดีเด็กๆ ทุกคน วันนี้ทุกคนน่ารักมากที่มีความพยายามรักษาความสะอาดในห้องเรียนได้ยอดเยี่ยม ครูขอบคุณเด็กๆ ทุกคนนะ”(หรือคำชื่นชมอื่นๆ ที่เป็นความดีของนักเรียนสลับกันไปและทำต่อเนื่องเป็นปกติ)
2. คุณครูให้นักเรียนทุกคนหลับตาลงเบาๆ นั่งทำสบายๆ หายใจเข้าออกยาวๆ อย่างผ่อนคลายเป็นสัก 10 ครั้ง
3. จากนั้นให้นักเรียนพูดพร้อมกันว่า “เราทุกคนเป็นคนดี เรารักคุณครู รักคุณพ่อ คุณแม่ รักเพื่อนๆ ทุกคน เราจะตั้งใจเรียนและทำตามคำในหลวงสอนคือจะฝึกฝนความประหยัด เพื่อป้องกันความขาดแคลนในวันหน้าของตนเอง ครอบครัว ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติด้วย
4. ให้นักเรียนกล่าวสวัสดิ์เพื่อนที่อยู่ด้านซ้าย ขวาพร้อมยกมือไหว้ซึ่งกันและกัน พูดชื่นชมเพื่อนด้าน ซ้าย และขวา คนละ ๑ ประโยค พร้อมรอยยิ้ม และครูนำเข้าสู่การเรียนรู้ “ปอดสาริตพิชิตบุหรี สุขภาพดีมีเงินออม”

ขั้นที่ 2 การเรียนรู้ปอดสาธิตพิชิตบุหรี สุขภาพดีมีเงินออม

สื่อ/อุปกรณ์

๑. ขวดน้ำอัดลม ขนาด ๑.๒๕ ลิตร
๒. กาวแท่ง
๓. สายยาง
๔. ปืนกาว
๕. สว่าน

1. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. นำสว่านเจาะรูที่ฝาขวดของน้ำอัดลม โดยให้มีขนาดเท่ากับวนบุหรี
2. นำสว่านเจาะรูที่ก้นขวดของน้ำอัดลมโดยให้มีขนาด เท่าสายยางที่เตรียมไว้
3. นำสายยางที่เตรียมไว้มาใส่ในรูที่เจาะไว้ ตามข้อ 2
4. ใช้กาวแท่งปิดรอยต่อระหว่างรูขวดน้ำอัดลมกับสายยางให้สนิท

วิธีการสาธิต

๑. เติมน้ำลงไปให้ถึงระดับปากขวด
๒. นำบุหรีใส่เข้าไปในรูที่เจาะไว้ที่ฝาขวด
๓. จุดบุหรี พร้อมกับปล่อยน้ำออกทางสายยางที่ละน้อย
๔. ปล่อยน้ำไปเรื่อยๆจนกว่าน้ำจะอยู่ในปริมาณที่สูงกว่าที่ เจาะรูก้นขวด
๕. หยุดการปล่อยน้ำ เปิดฝาขวดแล้วเอากะดาษชำระปิดไว้
๖. เอาที่สูบลมยางใส่เข้าไปที่ปลายสายยางแล้วเป่าลมออกมา
๗. หลังจากเป่าลมจนควันบุหรีที่อยู่ในขวดออกหมดแล้วก็เอา กระดาษชำระออกจากปากขวด

อุปกรณ์ในการสาธิต

1. ปอดสาธิต พิชิตบุหรี
2. บุหรี
3. ไฟแชค
4. กระดาษชำระแบบหนา
5. ถังน้ำ
6. ผ้าปิดจมูก
7. ที่สูบลมยาง

ขั้นที่ 3 คำถามต่อยอดการเรียนรู้

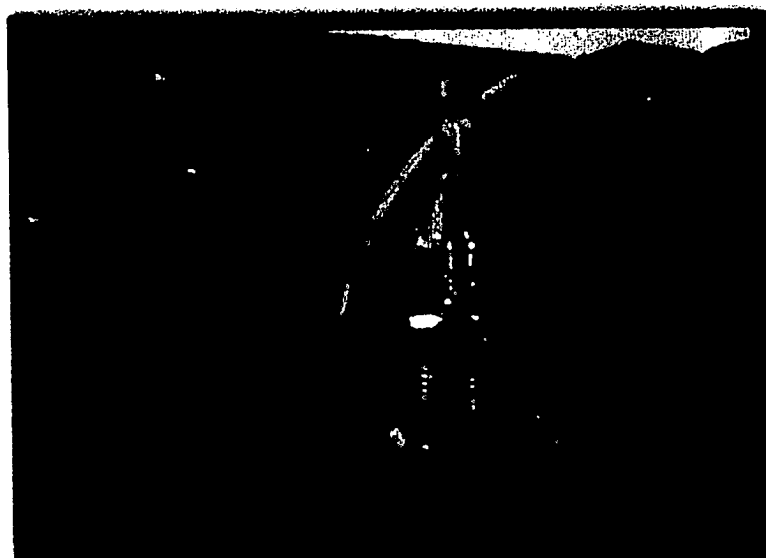
- 1.นักเรียนเห็นอะไรในขวด สิ่งที่เห็นนั่นคืออะไร มาจากไหน
- 2.นักเรียนรู้สึกอย่างไรที่ทำการทดลองนี้ และเห็นผลที่เกิดขึ้น
- 3.บุหรีมีพิษภัยต่อร่างกายอย่างไร
- 4.ในครอบครัวของนักเรียนมีคนสูบบุหรีหรือไม่ ถ้ามี /ไม่มีรู้สึกอย่างไร และมีผลกระทบมาถึงนักเรียน ครอบครัว ชุมชน ประเทศชาติอย่างไรบ้าง
- 5.นักเรียนมีวิธีการอย่างไรให้ตัวเองห่างไกลบุหรี

ขั้นที่ 4 ขยายผลความรู้สู่ความดี

1. นักเรียนรวมกลุ่มกันกลุ่มละ ๔ คน สรุปการเรียนรู้และนำไปสอนน้องชั้นอื่นอย่างน้อย ๕ คน หรือทั้งห้องเรียนก็ได้ หรืออื่นๆ ตามความเหมาะสม
2. นักเรียนเขียนบันทึกเล่าเรื่องการทำกิจกรรมในข้อ 1 (ขั้นที่4)ส่งให้คุณครูที่ปรึกษา หรืออื่นๆอ่าน เพื่อสะท้อนมุมมอง ชื่นชม ให้กำลังใจนักเรียน และประเมินผล

ภาคผนวก

ขั้นตอนการทำปอดสาธิต



ขั้นตอนการสาธิต





คำพ่อสอน

การทำดีนั้นทำยากและเห็นผลช้า แต่ก็จำเป็นต้องทำเพราะหาไม่ความชั่วซึ่งทำได้ง่าย จะเข้ามาแทนที่และจะพอกพูนขึ้นอย่างรวดเร็วโดยไม่ทันรู้สึกตัวแต่ละคนจึงต้องตั้งใจและเพียรพยายามให้สุดกำลังในการสร้างเสริม และสะสมความดี

กิจกรรม 10 วิธีเลิกเหล้าเราทำได้

ระยะเวลาตลอดปีการศึกษา

ขั้นที่ 1 ให้ความรักก่อนการเรียนรู้ (ให้ครูรักเด็กและเด็กรักครู)

1. คุณครูยิ้มและใช้คำพูดด้านบวกพูดชื่นชมนักเรียนด้วยความจริงใจ เช่น “สวัสดีเด็กๆ ทุกคน วันนี้ทุกคนน่ารักมากที่มีความพยายามรักษาความสะอาดในห้องเรียนได้ยอดเยี่ยม ครูขอบคุณเด็กๆ ทุกคนนะ”
2. คุณครูให้นักเรียนทุกคนหลับตาลงเบาๆ นั่งท่าสบายๆ หายใจเข้าออกยาวๆ อย่างผ่อนคลายเป็น 10 ครั้ง

3. จากนั้นให้นักเรียนพูดพร้อมกันว่า “เราทุกคนเป็นคนดี เรารักคุณครู รักคุณพ่อคุณแม่ รักเพื่อนๆ ทุกคน เราจะตั้งใจเรียนและทำตามคำสอนของในหลวงคือ “การทำดีนั้นทำยากและเห็นผลช้า แต่ก็จำเป็นต้องทำเพราะหาไม่ความชั่วซึ่งทำได้ง่าย จะเข้ามาแทนที่และจะพอกพูนขึ้นอย่างรวดเร็วโดยไม่ทันรู้สึกตัวแต่ละคนจึงต้องตั้งใจและเพียรพยายามให้สุดกำลังในการสร้างเสริมและสะสมความดี”

4. ให้นักเรียนกล่าวสวัสดิ์เพื่อนที่อยู่ด้านซ้าย ขวาพร้อมยกมือไหว้ซึ่งกันและกัน พูดชื่นชมเพื่อนด้าน ซ้าย และขวา คนละ ๑ ประโยค พร้อมรอยยิ้ม และครูนำเข้าสู่การทำน่ายาเอนกประสงค์

ขั้นที่ 2 การเรียนรู้ 10 วิธีเลิกเหล้าเราทำได้

วัตถุประสงค์

- 1 ทำให้ทราบวิธีเลิกเหล้าอย่างง่ายทุกพื้นที่สามารถนำไปทดลองใช้ได้เลย
- 2 เพื่อสร้างแรงจูงใจให้พ่อ-แม่เลิกเหล้า
- 3 เพื่อให้ ลด ละ เลิก การดื่มสุร่าอย่างยั่งยืน
- 4 เพื่อให้เข้าใจถึงโทษของสุรา และสามารถถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้อื่นได้

สื่อ/อุปกรณ์

- 1 กระดาษ
- 2 สี
- 3 ดินสอ
- 4 ยางลบ

วิธีการ

- 1 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มละ ๔-๕ คน สนทนากลุ่มร่วมกันทุกคนในประเด็นคำถาม
 - ที่บ้านของเรามีสมาชิกดื่มเหล้า เบียร์ไหม ถ้ามี /ไม่มีรู้สึกอย่างไร
 - การดื่มของคนในบ้านก่อให้เกิดผลตามมาอย่างไร
 - สาเหตุที่ทำให้เขาดื่ม ทั้งปัจจัยภายนอก(สภาพแวดล้อม และภายใน(จิตใจ)
 - นักเรียนคิดหาวิธีที่ทำให้คนในครอบครัว ลด ละ เลิกเหล้า เขียนเป็นภาษาพูด พร้อมวาดภาพประกอบ โดยเน้นวิธีที่เราทำได้จริง

- นักเรียนระดมความคิด จะทำอะไรไม่ให้เราดื่มเหล้าถ้ามีเพื่อนหรือคนอื่นมาชวน (วาดภาพประกอบ)
- นำภาพและข้อความไปติดเพื่อดำเนินการที่บ้าน แล้วสรุปผลส่งครูประจำชั้น

ขั้นที่ 3 คำถามต่อยอดการเรียนรู้

- 1 คำพ่อสอนข้างต้น มีบทบาทอย่างไรในการทำกิจกรรมนี้
- 2 เหล้า ก่อให้เกิดผลอะไรบ้างต่อคนดื่มและคนในครอบครัว

ขั้นที่ 4 ขยายผลความรู้สู่ความดี

- 2 สมาชิกในกลุ่ม นำความรู้ที่ได้ไปสอนน้อง อย่างน้อย ๕ คน
- 2 เขียนสรุปความรู้สึก และความรู้ที่ได้ไปสอนน้อง ส่งครูประจำชั้นหรือประจำวิชา
- 3

ตัวอย่าง 10 วิธีเลิกเหล้าแบบง่ายๆ

1. กราบขอพ่อ แม่ทุกวันขอให้ลด ละ เลิก เหล้า (พ่อจ๋า แม่จ๋า)
The children prostrate themselves by their parents' feet while saying, "Dad and Mom, I ask you to"
2. กำลังใจจากลูก(พ่อแม่สู้ ๆ)
Give the support and encouragement by saying, "Dad and Mom, I know you can make it."
3. สัญญาชนะใจ (จดเหล้า เบียร์ บุหรี่ ทุกวันพระ)
Keeping the promise can conquer anything. (Starting by refraining from smoking and drinking every Buddhist Sabbath)
4. เก็บแก้ว-ขวดในบ้าน (เลิกคิดถึง)
Putting away every glass and alcohol bottle that reminds their parents of drinking
5. จดหมายถึงพ่อแม่ (ความทุกข์ของลูก)
Writing a letter stating the feeling when seeing parents drink and smoke
6. คำขวัญเลิกเหล้า(โดนใจ)
Creating the catchword that helps remind quitting alcohol and cigarettes
7. ร่วมกันทำความดี (ออมบุญ)
Doing good things together

8. ดื่มน้ำสมุนไพรแทนเหล้า(น้ำย่านาง)

Drinking herbal tea regularly (Ya Nang leaves)

9. ชวนพ่อแม่คุย(เปิดใจ รู้ทุกข์ รู้สุข)

Spending more time on sharing everything, discussing everything from good time and tough time

10. กอดกันอุ่นใจ (ทุกวัน)

Hugging and holding the family members every day help strengthen the immune system for drugs and alcohol



คำพ่อสอน

คนทุกคนมีหน้าที่ต้องทำ แม้เป็นเด็กก็มีหน้าที่อย่างเด็ก คือศึกษาเล่าเรียน หมายความว่า จะต้องเรียนให้รู้วิชา ฝึกหัดทำการงานต่างๆ ให้เป็น อบรมขัดเกลาความประพฤติและความคิดจิตใจให้ประณีต ให้สุจริต แจ่มใส และเฉลียวฉลาดมีเหตุผล เพื่อจักได้เติบโตขึ้นเป็นคนดีมีความรู้ความสามารถและมีประโยชน์ต่อชาติบ้านเมือง

พระบรมราโชวาทพระราชทานเพื่อเชิญลงพิมพ์ในหนังสือวันเด็กประจำปี ๒๕๓๕

ชื่อ กิจกรรมเปิดเทอมสร้างสุข ให้ความรักก่อนให้ความรู้
(ด้านกิจกรรมปกติของโรงเรียน)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อมอบความรักความอบอุ่นให้กับนักเรียนและคณะครูในวันเปิดเทอม
2. เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่นักเรียนที่เข้าเรียนใหม่ในโรงเรียน
3. เพื่อสร้างความตระหนักและให้ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยของเหล้า บุหรี่แก่นักเรียนทั้งโรงเรียน
4. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและนักเรียนให้ครูรักเด็กและเด็กรักครู

วิธีการ/ขั้นตอนดำเนินงาน

ขั้นวางแผน

1. ประชุมคณะครูและนักเรียนแกนนำร่วมกันวางแผนกำหนดกิจกรรมเปิดเทอมสร้างสุข
ให้ความรักก่อนให้ความรู้
2. จัดทำหนังสือเชิญตัวแทนผู้ปกครองเครือข่ายและผู้นำชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมชี้แจง
วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม
3. จัดเตรียมสถานที่และมอบหมายกิจกรรมให้กลุ่มแกนนำร่วมจัดกิจกรรม

ขั้นดำเนินการ

4. ดำเนินกิจกรรมกิจกรรมเปิดเทอมสร้างสุข ให้ความรักก่อนให้ความรู้
 - 4.1 คณะครูและนักเรียนร่วมกันทำบุญตักบาตรในตอนเช้าบริเวณโรงเรียน
 - 4.1 นักเรียนเข้าแถวตามลำดับชั้นเดินลอดผ่านซุ้มไปยังห้องประชุมของโรงเรียนโดยมี
ผู้อำนวยการโรงเรียนและคณะครู ผู้ปกครองเครือข่าย ผู้นำชุมชน ต้อนรับนักเรียนโดยการโอบ
กอดนักเรียนพร้อมพูดให้กำลังใจและอวยพรให้เป็นเด็กดี ไม่ยุ่งเกี้ยวอวยมุข หลังจากนั้นคณะครู
โอบกอดซึ่งกันและกันบริเวณหน้าซุ้ม
 - 4.2 เชิญผู้อำนวยการกล่าวเปิดงานและชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม
 - 4.3 ผู้อำนวยการและคณะครูผูกข้อมือรับขวัญนักเรียนพร้อมเปิดเพลงโบไม้มัน
เดียวกัน หรือเพลงอื่นๆที่สร้างความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกัน
 - 4.4 ผู้อำนวยการ คณะครู และนักเรียนจับมือกันเป็นวงกลมร่วมกันร้องเพลงโบไม้มัน
เดียวกัน (หรือเพลงอื่นๆที่สร้างความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียว)
พร้อมกัน
 - 4.5 กลุ่มนักเรียนแกนนำ นำนันทนาการร้องเพลงสีล 5 เปิดวิดิทัศน์เกี่ยวกับพิษภัย
เหล้า บุหรี่ ให้นักเรียนชมแล้วตั้งคำถามเกี่ยวกับพิษภัยเหล้าบุหรืจากวิดิทัศน์ นักเรียนแต่ละชั้นทำ
แผนที่ความคิดสรุปองค์ความรู้เกี่ยวกับพิษภัยเหล้า บุหรี่

- 4.6 นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม เข้าฐานการเรียนรู้แลนรีเหล้าบุหรื 6 ได้แก่ฐานคำฟอสอน (ตาม
คำฟอสอนข้างต้น) ฐานพิษภัยเหล้าบุหรื ฐานมะขามแก้วมหัศจรรย์ ฐานอะไรอยู่ในขวด
ฐานนันทนาการ และฐานคณิตคิดเศร้า(คิดคำนวณเกี่ยวกับการสูญเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อ
เหล้าบุหรื)
- 4.7 นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยสรุปการเรียนรู้จากการเข้าฐานในหัวข้อ “

ขั้นสรุป

4.7 นักเรียนเข้าห้องประชุมเขี้ยวคำสัตย์ปฏิญาณไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขต่างๆและจะเชิญชวนให้ผู้ปกครองและคนรอบกายไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขด้วย

4.8 ประเมินความพอใจของครู นักเรียน ผู้ปกครองที่มีต่อกิจกรรม

บทเรียนที่ได้รับ

ด้านโรงเรียนและคณะครู

1. บรรยากาศภายในโรงเรียนมีแต่ความอบอุ่นทำให้ครูรักเด็กและเด็กรักครูเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน
2. โรงเรียนเป็นพื้นที่สีขาวปลอดอบายมุข
3. ชุมชนให้ความศรัทธาต่อโรงเรียนเนื่องจากเป็นต้นแบบที่ดี

ด้านนักเรียน

1. นักเรียนรักครู
2. นักเรียน ตระหนักและมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือทั้งเพื่อนและคนรอบกายให้ห่างไกลจากการดื่มเหล้า สูบบุหรี่
3. นักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ คือ มีระเบียบวินัย ห่างไกลสิ่งเสพติด มีความรับผิดชอบ อยู่อย่างพอเพียง รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และร่วมกันทำงานจิตอาสาต่อส่วนรวม สร้างจิตสำนึกการมีส่วนร่วมให้กับทุกฝ่ายในการช่วยเหลือผู้อื่น
4. คณะครู นักเรียนมีพื้นฐานในการอยู่ร่วมกันกับสังคมอย่างเป็นสุขตามหลักธรรมพุทธศาสนาและตามแนวพระราชดำริ มีความรักต่อกัน
5. นักเรียนมีครอบครัวที่อบอุ่นมากขึ้น

ด้านผู้ปกครอง

1. ภาควุมิใจที่ลูกหลานได้ทำความดีถวายในหลวง
2. ภาควุมิใจที่ลูกเป็นคนดี มีคุณธรรม มีวินัย มีความรับผิดชอบ อยู่อย่างพอเพียงไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข
3. ภาควุมิใจที่ลูกเป็นเด็กดีที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รู้จักการให้ มีจิตสาธารณะ
4. ชื่นชมที่ครอบครัวกลับมาเป็นครอบครัวที่ความอบอุ่น

ด้านชุมชน

1. ชื่นชมที่นักเรียนได้ปฏิบัติตนเองเป็นคนดี มีคุณธรรม
2. ชื่นชมที่นักเรียนได้เป็นต้นแบบในการร้องขอพ่อแม่ คนรอบกายตนเองเลิกดื่มเหล้า สูบบุหรี่
3. ชื่นชมที่ครอบครัวของนักเรียนที่ทำโครงการกลับมาเป็นครอบครัวที่อบอุ่น
4. มีสถาบันครอบครัวเข้มแข็งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

โรงเรียนควรทำกิจกรรมร่วมกับผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอทุกปี

รายชื่อโรงเรียนปลอดเหล้า ปอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน (๑๑ โรงเรียนต้นแบบที่สามารถลดศึกษาฐานได้) ณ ม.ย. ๕๕

ที่	ชื่อโรงเรียน	ที่อยู่	ครูแกนนำ	โครงการ / กิจกรรมเด่น
๑	ป่าแดงวิทยา เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	๑๒๐ ม.๒ ต.หัวไร่ อ.พาน จ.เชียงราย ๕๗๑๒๐	รอง ผอ.อัญชลี ไก่งาม โทร. ๐๘๙-๘๕๕๕๖๖๑	๑. โพลีสตาร์ทน้อยชวนพ่อแม่และผู้ปกครองในชุมชนลดเหล้าครบพรรษา ๒. เปิดเทอมสร้างสุข ๓. มะขากวแก้ว/หญ้าหน่อหนู
๒	เวียงหัววัววิทยา เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ม.๗ ต.เวียงหัว อ.พาน จ.เชียงราย ๕๗๑๒๐	ครูสมพรพรณ ตาสาย โทร. ๐๘๗-๗๖๖๗๑๕	๑. ศูนย์การเรียนรู้โพลีสตาร์ทน้อยลูกของพ่อแม่ ลด ละเลิกเหล้า ๒. ครอบครัวคุณธรรม ๓. ปอดสาธิต
๓	นาริรัตน์จังหวัดแพร่ เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	๑ ถ.คุ้มเดิม อ.เมืองแพร่ จ.แพร่ ๕๔๐๐๐	ครูเสาวลักษณ์ ขาติรังสรรค์ โทร. ๐๘๑-๖๐๒๖๗๗๘๗	๑. น้อมนำคำฟอสอนลงสู่วิชาภาษาไทย ม.๔ ให้ไปทำความดีขอพ่อแม่เลิกเหล้า และทำความดีทดแทนคุณ เช่นดูแลพ่อแม่ทำงานบ้าน กราบก่อนนอน ทำให้สัมพันธ์ภาพในครอบครัวดีขึ้นพ่อแม่เลิกเหล้าได้ ลูกมีความสุขลดความเสี่ยง
๔	เชียงคำวิทยาคม เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ต.หย่วน อ.เชียงคำ จ.พะเยา	ครูอัมพิกา ไกรอำ โทร. ๐๘๙-๕๕๕๑๑๒๑	๑. กระบวนการเจ๊งเลิก เล้าเรื่องเหล้า และ นางฟ้าที่น่ากลัว ๒. กระบวนการ IS (การค้นคว้าอิสระ)
๕	วัดข่วงสิงห์ เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ถ.โชตนา ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๐๐๐	ครูบุญณดา บารวณิกภัทรโทร โทร. ๐๘๑-๗๖๖๕๐๓	นวัตกรรมบริหารนอกวัด ๑๐ กิจกรรมเด่น
๖	ป่าไม้แดง เปิดสอนชั้น.....คน ครู.....คน จำนวน นร.....คน ครู.....คน	๑๙๕ หมู่ ๒ ต.ป่าป้อง อ.ดอย สะเก็ด จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๒๐	ครูจันทร์เที่ยง กัยพิสัย โทร. ๐๘๙-๕๕๐๙๕๒๒๑	กิจกรรมภูมิปัญญาเล่าคำ นำทำกิจกรรม พาโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ ด้วยคำฟอสอน

ที่	ชื่อโรงเรียน	ที่อยู่	ครูแกนนำ	โครงการ / กิจกรรมเด่น
๗	พริ้งวงษ์วิทยาคม สพ.๓๔ เปิดสอนชั้น..... จำนวน นร.....คน ครู.....คน	๑๕๖ หมู่ ๑ ต.เจ็ดยอด อ.พริ้งวงษ์ จ.เชียงใหม่	ครูพจมาน เตชะ โทร. ๐๘๕-๔๓๓๑๑๓๓	๑. กลุ่มนักเรียนแกนนำพี่เลี้ยง ๒. กิจกรรมโพธิ์สัตว์น้อย
๘	วัดกระบังมิ่งคลาราม เปิดสอนชั้น..... จำนวน นร.....คน ครู.....คน	หมู่ ๒ ต.หอกลอง อ.พรหมพิราม จ.พิษณุโลก	ครูวรรณทิพร พรหม โทร. ๐๘๑-๔๗๕๕๗๗๗	สองมือน้อยๆช่วยชีวิตเหล่าและของหนู
๙	โนนอุดมบัณฑิตอุปถัมภ์ เปิดสอนชั้น..... จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ต.โนนอุดม อ.เมือง จ.นครราชสีมา	ครูสำอาด เหล็กประสุข โทร. ๐๘๔-๕๕๕๕๕๕๕	๑. เปิดเทอมสร้างสุข ๒. ร้านค้าปลอดเหล้า ๓. งานบุญปลอดเหล้า ๔. โพธิ์สัตว์น้อยลูกขอพ่อแม่ลด ละ เลิก เหล้า
๑๐	ท่าเลื้อนสามัคคี (คส.๕ อุปถัมภ์) เปิดสอนชั้น..... จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ต.ปากช่อง อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา	ครูมะลิษา บรรณาภิ โทร. ๐๘๕-๐๒๔๐๐๔๓	๑. โครงการคุณธรรมเฉลิม พระเกียรติ รางวัล ได้ประกาศิตคุณประโยชน์สู่แห่งมหาชน รางวัลยอดเยี่ยม ระดับประเทศ โล่พระราชทานสมเด็จพระเทพฯ รางวัลดีเยี่ยม ระดับประเทศ โล่ เลขฯ กพฐ. ๒. โรงเรียนดีเด่นด้านคุณธรรมระดับประเทศ ปี ๒๕๕๗ ๓. โรงเรียนวิถีพุทธชั้นนำ รุ่นที่ ๑
๑๑	มาบอำมฤตวิทยา เปิดสอนชั้น..... จำนวน นร.....คน ครู.....คน	ตำบลอนง อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร	ครูจนา กลิ่นหอม โทร. ๐๙๑-๘๒๕๕๗๗๒	๑. กิจกรรมเปิดเทอมสร้างสุข ให้ความรัก ก่อนให้ความรู้ ๒. กิจกรรมปิดเทอม เติมรักเพื่อบ้านเกิด

กำหนดการแถลงข่าว
เปิดตัวเครือข่ายและคู่มือโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน
 เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติ ครบ ๗๐ ปี ๙ มิถุนายน ๒๕๕๙

วันจันทร์ที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ ณ ห้องประชุมหม่อมหลวงปิ่น มาลากุล กระทรวงศึกษาธิการ

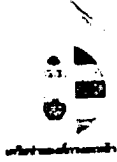
๐๗.๐๐-๐๘.๐๐ น.	จัดนิทรรศการมีชีวิต "โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน"
๐๘.๐๐-๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน/รับอาหารว่าง
๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	ชมวีดิทัศน์ "เดินตามรอยเท้าพ่อ" กิจกรรมทำไมเราถึงรักในหลวง
๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	ชมมินิคอนเสิร์ตเปิดอัลบั้มโพธิ์สัตว์น้อย "ลูกขอพ่อแม่เลิกเหล้า" (สื่อ เรียนรู้ ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ ด้านคุณธรรม ถวายในหลวง)
๑๐.๐๐-๑๐.๓๐ น.	เข้าฐานเรียนรู้นิทรรศการมีชีวิต "โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน"
๑๐.๓๐-๑๐.๔๐ น.	เล่าประสบการณ์นักเรียนโรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน "ให้ครูรักเด็ก ให้เด็กรักครู สู่ชีวิตใหม่ของเยาวชนไทย"
๑๐.๔๐-๑๑.๒๐ น.	- กล่าวรายงาน โครงการ โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน (๕ นาที) โดย..ตัวแทนเครือข่ายครูฯ ภาค (สังกัดสพฐ.) โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำ ฟอสอน เปิดประเด็น "สถานการณ์ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสังคมไทยในปัจจุบัน" (๗ นาที) - เกษตรกรสงกรานต์ ภาคโชคดี (ผอ.สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า) เปิดประเด็น " สถานการณ์ความรุนแรงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของเยาวชน เราต้อง จับมือกันช่วยเด็กๆ "(๑๐ นาที) - อาจารย์กนิษฐา ไทยกล้า (ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา) - ปาฐกถาพิเศษ "สร้างชาติด้วยคำฟอสอน สร้างคนดีปลอดอบายมุข" โดย.. "รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ " (๑๕ นาที) และกล่าวให้กำลังใจพร้อมสนับสนุนทุกภาคส่วนที่ช่วยกันลดปัญหาเหล้า บุหรี่ อบายมุขในเยาวชน
๑๑.๒๐-๑๑.๓๐ น.	ขับร้องเพลงเทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ร่วมกัน
๑๑.๓๐-๑๒.๓๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๒.๓๐-๑๔.๐๐ น	สรุปบทเรียน เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ ๑. ผู้เข้าร่วมแถลงข่าว ได้แก่คณะครู นักเรียน ประมาณ ๘๐ คน

๒ * อยู่ระหว่างการประสานงาน

๓.กำหนดการอาจปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม

โปรดสอบถามเพิ่มเติมที่ คุณอภิชา มหะมาน ๐๘๙-๒๕๔-๘๘๒๔ / คุณจันทนา ภิมพร ๐๙๒-๕๐๙-๙๘๘๖



ใบสมัครเข้าร่วมโครงการ โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอนเพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติ ครบ ๗๐ ปี ๙ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๙

พระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติ

ครบ ๗๐ ปี ๙ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๙

๑. ชื่อ-สกุล.....ผู้อำนวยการโรงเรียน.....
สังกัด.....เปิดสอนในระดับ.....จำนวนนักเรียน.....คน จำนวนครู.....คน
ที่อยู่โรงเรียน.....รหัสไปรษณีย์.....

เบอร์โทร.....แฟกซ์.....อีเมล.....

๒. มีคุณครูแกนนำ ๒ ท่าน คือ

(๑) ชื่อ-สกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปี
สอนระดับชั้น.....วิชา.....สาเหตุที่ท่านเลือกให้เป็นครูแกนนำเพราะ.....

(๒) ชื่อ-สกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปี
สอนระดับชั้น.....วิชา.....สาเหตุที่ท่านเลือกให้เป็นครูแกนนำเพราะ.....

๓. เหตุผลที่สมัครเข้าร่วมโครงการ โรงเรียนปลอดเหล้า ปลอดบุหรี่ด้วยคำฟอสอน ๔ เพราะ.....

๔. ข้อมูลพื้นฐานประกอบการสมัคร

๔.๑ สภาพปัญหาเหล้า บุหรี่ ที่พบ ในนักเรียน /ครอบครัว /ชุมชน.....

๔.๒ ปัญหาดังกล่าวส่งผลต่อคุณภาพการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างไรบ้าง.....

๔.๓ ท่านคิดว่าสภาพปัญหาเหล้า บุหรี่ มีผลกระทบต่อการปฏิรูปการศึกษาปัจจุบันหรือไม่ อย่างไร.....

๔.๔ ระบุกิจกรรมที่โดยทำในการป้องกันแก้ไขปัญหาละเหล้า บุหรี่.....

ลงชื่อ.....
(.....)

ผู้อำนวยการโรงเรียน.....

วันที่.....

หมายเหตุ : (๑) ส่งใบสมัครไปที่ คุณอภิศา มะหะมาน สำนักงานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า ๓.โพธิ์แก้ว แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240

หรือ ทาง E-mail : apisa_mh@hotmai.com สอบถามเพิ่มเติม ๐๘๔ ๒๐๙๔ ๘๘๐๔ (คุณอภิศา)

(๒) หมดเขตส่งใบสมัคร วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๙