



## โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

การจัดทำหน่วยการเรียนรู้บูรณาการหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์ การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ

ชื่อวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา รหัส พ 31102

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา 2 ชั่วโมง

### 1. มาตรฐานการเรียนรู้

ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

### 2. แนวทางบูรณาการ

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย
2. กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์
3. กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี
4. กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ

### 3. ตัวชี้วัด

- แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี (พ 5.1 ม. 4/7)

### 4. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การช่วยฟื้นคืนชีพ หมายถึง การช่วยชีวิตเบื้องต้นก่อนส่งต่อไปแพทย์ในกรณีที่มีผู้บาดเจ็บหยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้น โดยการช่วยหายใจและการกระตุ้นหัวใจภายนอก การช่วยฟื้นคืนชีพจึงมีความสำคัญต่อชีวิตของผู้บาดเจ็บ เพราะถ้าผู้ช่วยเหลือทำการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บได้ทันเวลาก็จะทำให้ผู้บาดเจ็บรอดชีวิต ไม่พิการหรือทุพพลภาพได้ และสิ่งที่สำคัญในการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บก็คือการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บด้วยวิธีการที่ถูกต้อง นักเรียนจึงต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพในประเด็นต่าง ๆ เพื่อการนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันให้เกิดความปลอดภัยและสามารถช่วยเหลือผู้บาดเจ็บได้

การหยุดหายใจเป็นภาวะที่อากาศไม่สามารถผ่านเข้าและออกจากร่างกายได้ ทำให้กลไกการหายใจหยุดชะงัก ผู้ช่วยเหลือจึงต้องทำการช่วยหายใจผู้บาดเจ็บที่มีภาวะของการหยุดหายใจโดยวิธีการเป่าลมเข้าทางปากหรือจมูก แต่การช่วยเหลือจะได้ผลนั้นจะต้องผ่านการฝึกทักษะการช่วยหายใจด้วยวิธีการที่ถูกต้องและมีความชำนาญแล้วเท่านั้น นักเรียนจึงควรได้เรียนรู้และฝึกทักษะดังกล่าวเพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อการช่วยชีวิตผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉินให้พ้นจากอันตรายได้

### 5. สาระการเรียนรู้

#### 5.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ
- การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ
- หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉิน การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ

## 5.2 สารการเรียนรู้ท้องถิ่น

-

### 6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

#### 6.1 ความสามารถในการคิด

- ทักษะการคิดวิเคราะห์
- ทักษะการคิดอย่างมีระบบ
- ทักษะการคิดอย่างสร้างสรรค์

#### 6.2 ความสามารถในการแก้ปัญหา

- การประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหา

#### 6.3 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

- กระบวนการปฏิบัติ

### 7. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

#### 7.1 มีวินัย

#### 7.2 ใฝ่เรียนรู้

#### 7.3 อยู่อย่างพอเพียง

### 8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

- แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน
- นักเรียนฝึกทักษะการสังเกตอาการผิดปกติในร่างกายในผู้ป่วยอุบัติเหตุหรือมีอาการผิดปกติฉุกเฉิน
- แผนที่ความคิด เรื่องความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพและการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ

### 9. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

#### 9.1 การประเมินก่อนเรียน

- แบบทดสอบก่อนเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 5

#### 9.2 การประเมินระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

##### 1. ประเมินการนำเสนอผลงาน

- แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน
- นักเรียนฝึกทักษะการสังเกตอาการผิดปกติในร่างกายในผู้ป่วยอุบัติเหตุหรือมีอาการผิดปกติฉุกเฉิน
- แผนที่ความคิด เรื่องความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพและการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ

##### 2. สังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

- แสดงบทบาทสมมติจำลองสถานการณ์การบาดเจ็บฉุกเฉิน

#### 9.3 การประเมินหลังเรียน

- แบบทดสอบหลังเรียนหน่วยการเรียนรู้ที่ 5
- ประเมินการแสดงผลบทบาทสมมุติการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ

#### 9.4 การประเมินชิ้นงาน/ ภาระงาน (รวบยอด)

1. ตรวจสอบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน
2. ตรวจสอบฝึกหัดเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ฉุกเฉิน
3. ตรวจสอบฝึกแผนที่ความคิด

วิธีวัดประเมินผล	เครื่องมือวัดประเมินผล	เกณฑ์การวัดประเมินผล
แบบทดสอบก่อนเรียน – หลังเรียน	แบบทดสอบ	นักเรียนทำแบบทดสอบเกินร้อยละ 80 %
ตรวจสอบแบบฝึกหัดเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ฉุกเฉิน	แบบฝึกหัด	นักเรียนส่งแบบฝึกหัดครบ
ตรวจสอบแบบฝึกแผนที่ความคิด	แบบฝึกแผนที่ความคิด	นักเรียนส่งแบบฝึกแผนที่ความคิดครบ

#### 10. กิจกรรมการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 1 (1 ชั่วโมง)

1. นำนักเรียนเข้าศึกษาที่ห้องพยาบาล
2. ทดสอบนักเรียนด้วยแบบทดสอบจำนวน 10 ข้อ เรื่องการปฐมพยาบาล
3. ครูเล่าเหตุการณ์นักเรียนโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ประสบอุบัติเหตุจากมอเตอร์ไซค์ล้ม มีเลือดคั่งในสมอง มีอาการช็อค จากการเสียเลือดและครูให้การช่วยเหลือโดยการช่วยหายใจแล้วนำนักเรียนส่งรักษาพยาบาลทันที
4. ให้นักเรียนบอกลักษณะของผู้ประสบอุบัติเหตุแล้วเสียเลือดมาก ( ตาซีด , หน้าซีด , ปากซีด , และมือซีด เมื่อจับชีพจรดูลักษณะของชีพจรเบาและเร็ว )
5. ให้นักเรียนดูตำแหน่งการจับชีพจร
6. ให้นักเรียนลองจับชีพจรเพื่อดูว่าชีพจรคนปกติเต้นเท่าไร ( 70 – 75 ครั้ง / นาที )
7. ให้นักเรียนศึกษาเอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ
8. ให้นักเรียนฝึกทักษะจากแผนที่ความคิด เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพและการหยุดหายใจ เรื่องการสังเกตอาการผิดปกติร่างกายในผู้ป่วยอุบัติเหตุ หรือมีอาการผิดปกติฉุกเฉิน
9. ให้นักเรียนมองนัยน์ตาเพื่อนมองเข้าไป นักเรียนจะเห็นอะไร
10. ให้นักเรียนลองใช้ไฟฉายส่องโดยผ่านตานักเรียนจะพบการเคลื่อนไหวของรูม่านตาอย่างไร (รูม่านตาหดตัว เมื่อแสงผ่านและขยายตัวออกเมื่อไม่มีแสง)
11. ถามนักเรียนว่า ถ้ารูม่านตาขยายกว้างและไม่หดกลับจะเป็นอาการที่บ่งชี้ว่ามีอาการทางสมองอย่างไร (สมองได้รับการกระทบกระเทือนหรือมีเลือดคั่งในสมอง)
12. ครูร่วมสรุปความรู้เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ การสังเกตอาการผิดปกติของร่างกาย ในผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ
13. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน (ฉบับเดียวกับแบบทดสอบก่อนเรียน)

## กิจกรรมที่ 2 (1 ชั่วโมง)

ทบทวนความรู้เดิมเรื่องการสังเกตอาการผิดปกติของร่างกายในผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ โดยให้นักเรียนตอบคำถามเพื่อทบทวนความรู้เรื่อง การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ

1. นักเรียนตอบคำถามเพื่อทบทวนความรู้เรื่อง การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ ดังนี้
  - นักเรียนคิดว่าการช่วยเหลือผู้บาดเจ็บมีความยากหรือง่ายอย่างไร
  - ถ้าไม่มีการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บจะเป็นอย่างไร
2. นักเรียนอ่านเรื่อง ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ
3. ครูให้ความรู้เรื่อง การประเมินสถานการณ์บาดเจ็บและสาธิตการตรวจจับชีพจรบริเวณข้อมือและการตรวจนับอัตราการหายใจ โดยเลือกตัวแทนนักเรียน 1 คน ออกมาร่วมการสาธิตด้วย ส่วนนักเรียนคนอื่น ๆ ในชั้นเรียนจับคู่กันและปฏิบัติตามการลิตของครู
4. นักเรียนอ่านเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉิน และปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ตรวจสอบข้อความ ทบทวนความเข้าใจ
5. ครูให้ความรู้เรื่อง การหยุดหายใจและการช่วยหายใจโดยใช้ภาพประกอบการอธิบายหรือการสาธิตด้วยหุ่นแอนนี่
6. ครูให้ข้อเสนอแนะและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม
7. นักเรียนจับคู่กับเพื่อนผลัดกันตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ และสรุปโดยสร้างเป็นแผนที่ความคิด
8. นักเรียนจับคู่กับเพื่อนผลัดกันตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับการช่วยหายใจ
9. นักเรียนสรุปเรื่อง ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพและการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ
10. นักเรียนสรุปเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉินหยุดหายใจและช่วยหายใจ โดยใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้ช่วยเหลือจะต้องควบคุมสติให้มั่นคงไม่ตื่นเต้นตกใจ มีจิตวิทยาในการพูดสร้างสรรค้ให้กำลังใจผู้บาดเจ็บให้รู้สึกว่าคุณมีความปลอดภัย
11. ให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดเป็นการบ้าน

## 11. กิจกรรมเสนอแนะ

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5-6 คน ปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ โดยแสดงบทบาทสมมุติจำลองสถานการณ์การบาดเจ็บฉุกเฉิน 1 สถานการณ์ และฝึกให้มีการช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ โดยใช้ความรู้เรื่อง การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บที่ได้เรียนรู้จากบทเรียนมาฝึกเพิ่มเติมหลังการเรียนในคาบเรียนปกติ
2. นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ แผนที่ความคิดเรื่อง การหยุดหายใจ โดยเขียนแผนที่ความคิดสรุปความเข้าใจเรื่อง การหยุดหายใจ และกิจกรรมการเรียนรู้ พิเคราะห์ อธิบายการช่วยหายใจ โดยเขียนอธิบายภาพการแสดงการช่วยหายใจให้ถูกต้อง

## 12. สื่อ อุปกรณ์และแหล่งการเรียนรู้

1. หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ม. 4
2. แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน
3. แบบฝึกหัดเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ฉุกเฉิน
4. แบบฝึกแผนที่ความคิด
5. ปรอทวัดอุณหภูมิ, อุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจ, เครื่องวัดความดันโลหิต

## 13. แหล่งการเรียนรู้

1. ห้องพยาบาล
2. แหล่งเรียนรู้ท้องถิ่น
3. แหล่งข้อมูลสารสนเทศ

## 13. บันทึกหลังการใช้แผน

การสอนเรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ฉุกเฉินได้มีการเรียนแบบบูรณาการ โดยนำเรื่องของหลักเศรษฐกิจพอเพียง มามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม ทำให้มีความน่าสนใจมากยิ่งขึ้นและนักเรียนได้รับความรู้เพิ่มเติม นักเรียนให้ความร่วมมือกับกิจกรรมดี แต่ต้องปรับปรุงในเรื่องของเวลาการจัดกิจกรรมมากกว่านี้เพื่อให้นักเรียนได้รับความรู้อย่างถูกต้องมากยิ่งขึ้น

( นางเสวิกา เอื้อพอพล )

ผู้จัดทำแผน

ลงชื่อ .....

( นาย สุรพล ศรีพลประพันธ์ )

หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ลงชื่อ .....

( ว่าที่พันตรีพีรเดช รัตนวิชัย )

รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ



การประเมินชิ้นงาน / ภาระงาน (รวมยอด)

เรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉินหยุดหายใจและช่วยหายใจ

	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1.ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ	บอกความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพได้ถูกต้อง ชัดเจน	บอกความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	บอกความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพได้ถูกต้องเป็นบางส่วน	บอกความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพได้ถูกต้องเพียงส่วนน้อย
2. การประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บ การสาธิต การตรวจชีพจรบริเวณข้อมือ	เรียงลำดับขั้นตอนการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บการสาธิตการตรวจชีพจรบริเวณข้อมือได้ถูกต้องเหมาะสมและถูกวิธี	เรียงลำดับขั้นตอนการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บการสาธิตการตรวจชีพจรบริเวณข้อมือได้ถูกต้องเหมาะสมเป็นส่วนใหญ่และถูกวิธี	เรียงลำดับขั้นตอนการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บการสาธิตการตรวจชีพจรบริเวณข้อมือได้ถูกต้องเหมาะสมเป็นบางส่วนและถูกวิธี	เรียงลำดับขั้นตอนการประเมินสถานการณ์การบาดเจ็บการสาธิตการตรวจชีพจรบริเวณข้อมือได้ถูกต้องเหมาะสมเพียงส่วนน้อยและถูกวิธี
3. หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉินการหยุดหายใจและการช่วยหายใจ	เสนอแนะวิธีปฏิบัติในการตัดสินใจเข้าช่วยเหลือแก้ไขสถานการณ์ประสบอุบัติเหตุได้ถูกต้องเหมาะสมทุกประเด็น	เสนอแนะวิธีปฏิบัติในการตัดสินใจเข้าช่วยเหลือแก้ไขสถานการณ์ประสบอุบัติเหตุได้ถูกต้องเหมาะสมเป็นส่วนใหญ่	เสนอแนะวิธีปฏิบัติในการตัดสินใจเข้าช่วยเหลือแก้ไขสถานการณ์ประสบอุบัติเหตุได้ถูกต้องเหมาะสมเป็นบางส่วน	ไม่เหมาะสม

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
14 - 16	ดีมาก
11 - 13	ดี
8 - 10	พอใช้
ต่ำกว่า 8	ปรับปรุง

แนวทางการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

1. ผู้สอนนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ประเด็น	หลักพอเพียง	พอประมาณ	มีเหตุผล	มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี
เนื้อหา		สอดคล้องกับสาระและมาตรฐานการเรียนรู้	สอนบรรลุตามมาตรฐานและตัวชี้วัดมีลักษณะพึงประสงค์ตามที่หลักสูตรกำหนด	วิเคราะห์หลักสูตร เนื้อหา ออกแบบและจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้ครบถ้วนตามสาระ
เวลา		ใช้เวลา 2 ชั่วโมงจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับระดับและกระบวนการเรียนรู้ของนักเรียน	เพื่อให้จัดกิจกรรมได้ครบตามสาระการเรียนรู้	วางแผนและกำกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้เวลาเรียนตรงตามเวลาที่กำหนด
วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้		ใช้กระบวนการกลุ่ม กระบวนการปฏิบัติที่สอดคล้องกับมาตรฐาน ตัวชี้วัดและวัยของผู้เรียน	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการทำงานกลุ่ม กระบวนการปฏิบัติส่งเสริมการวิเคราะห์ การคิดสร้างสรรค์และประยุกต์ใช้ความรู้	วางแผนอย่างรอบคอบในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนได้มีทักษะปฏิบัติในการนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน นักเรียนได้เรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตนเอง
แหล่งเรียนรู้		จัดให้นักเรียนสืบค้นข้อมูล สารสนเทศในโรงเรียนและใช้แหล่งเรียนรู้ในชุมชน และท้องถิ่น	เพื่อให้นักเรียนได้ใช้แหล่งเรียนรู้ที่อยู่ใกล้ตัว หาได้ง่าย ประหยัดและปลอดภัย	นักเรียนใช้แหล่งเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชน
สื่อ / อุปกรณ์		ใช้สื่อตัวอย่างของจริงและจากแหล่งเรียนรู้	เพิ่มคุณค่าของสื่อต่าง ๆ ที่มีอยู่ในบ้านและชุมชน เช่น ตัวอย่าง ปรอทวัดไข้ ตำแหน่งที่ใช้ในการจับชีพจร เครื่องวัดความดันโลหิต หน้ากากพร้อมอุปกรณ์ช่วยหายใจ	- จัดเตรียมและใช้สื่อ วัสดุ การสอนให้พร้อมก่อนเข้าสอน - จัดทำใบงานให้พร้อมก่อนการจัดการเรียนรู้

หลักพอเพียง ประเด็น	พอประมาณ	มีเหตุผล	มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี
การประเมินผล	ครูใช้เครื่องมือและวิธีการวัดผลที่ถูกต้อง เหมาะสม และสอดคล้องกับตัวชี้วัด	เพื่อตรวจสอบความรู้ความเข้าใจและการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนตามตัวชี้วัด	ใช้วิธีการวัดผลตามสภาพจริงและทุกคนมีส่วนร่วมในการวัดผล สะท้อนผลการเรียนรู้ที่กำหนดไว้และนำผลไปพัฒนาการเรียนรู้ครั้งต่อไปได้
ความรู้ที่ครูจำเป็นต้องมี	<p>รอบรู้เรื่องหลักสูตร เนื้อหาความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์ การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ โดยยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียง จะทำให้ชีวิตมีความสุขอย่างไร</p> <p>รอบคอบในการวางแผน จัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้เหมาะสมกับนักเรียน โดยใช้กระบวนการวัดและประเมินผลที่หลากหลายตรงตามสภาพจริง</p>		
คุณธรรมของครู	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใช้หลักความยุติธรรม ความรับผิดชอบ การมีวินัยในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้</li> <li>- มีความขยัน อดทน ใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอน</li> <li>- มีความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม</li> </ul>		



2. ผลที่เกิดกับผู้เรียนสอดคล้องกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

2.1 ผู้เรียนได้เรียนรู้หลักคิดและฝึกปฏิบัติตามหลัก 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังนี้

	พอประมาณ	มีเหตุผล	มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี
หลักพอเพียง	นักเรียนได้ปฏิบัติงานเหมาะสมกับวัยและศักยภาพของตนเอง มีความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะในการปฐมพยาบาลอย่างคุ้มค่ากับงบประมาณที่มีอยู่	นักเรียนรู้จักใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เกิดทักษะการทำงานกลุ่ม เกิดหลักคิดในการตัดสินใจให้การช่วยเหลือปฐมพยาบาลเบื้องต้นกับผู้ประสบอุบัติเหตุในสถานการณ์ฉุกเฉินได้อย่างถูกวิธี	- มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี - มีทักษะ ในการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาในสถานการณ์ฉุกเฉินได้อย่างรวดเร็วตามขั้นตอน - รอบคอบในการตัดสินใจ ประเมินสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม
ความรู้	ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์ การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ		
คุณธรรม	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความรับผิดชอบในการทำงาน</li> <li>- ความขยัน อดทน</li> <li>- ความสามัคคี</li> <li>- ความคิดสร้างสรรค์</li> <li>- การประหยัด</li> </ul>		

2.2 ผู้เรียนได้เรียนรู้การใช้ชีวิตที่สมดุลและพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงใน 4 มิติ ตามหลักปรัชญาของหลักเศรษฐกิจพอเพียงดังนี้

ด้าน องค์ประกอบ	สมดุลและพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ			
	วัสดุ	สังคม	สิ่งแวดล้อม	วัฒนธรรม
ความรู้	ความหมายและความสำคัญของการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์ การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ	เกิดการเรียนรู้การทำงานร่วมกับหมู่คณะอย่างเกื้อกูลซึ่งกันและกัน	เรียนรู้ความหมายและความสำคัญการช่วยฟื้นคืนชีพการบาดเจ็บ การหยุดหายใจและการช่วยหายใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงตามองค์ความรู้และทักษะที่ได้รับ	แลกเปลี่ยนแนวคิดในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ให้สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตและวัฒนธรรมท้องถิ่น
ทักษะ	สาธิตวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพได้อย่างถูกวิธี	ปฏิบัติงานร่วมกันตามบทบาทและหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย มีการแบ่งปันความรู้ต่าง ๆ ในการทำงาน	ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมต่อสุขภาพและอุบัติเหตุ	ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพตามขั้นตอนได้ สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิต
ค่านิยม	เห็นคุณค่าของการช่วยฟื้นคืนชีพ การปฐมพยาบาล จากการทำอุปกรณที่มีไว้ประจำห้องพยาบาล โรงเรียน นำมาสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	เห็นคุณค่า เกิดความรักความสามัคคี ความเอื้อเฟื้อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน กับสถานการณ์ฉุกเฉิน การบาดเจ็บการหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ	เกิดจิตสำนึกในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม	เกิดความตระหนักในการช่วยฟื้นคืนชีพ การประเมินสถานการณ์ การบาดเจ็บ การหยุดหายใจ และการช่วยหายใจ ได้อย่างเหมาะสม และภาคภูมิใจ



โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

คำสั่ง ให้นักเรียนวงกลมในข้อที่ถูกต้องที่สุด

<p>1. ข้อใดหมายถึงการฟื้นคืนชีพ</p> <p>ก. การปฐมพยาบาล</p> <p>ข. การส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาล</p> <p>ค. การช่วยหายใจด้วยวิธีการเป่าปาก</p> <p>ง. การช่วยชีวิตเบื้องต้นด้วยการช่วยหายใจและกระตุ้นหัวใจภายนอก</p>	<p>6. การสังเกตรูม่านตาขยายอาจเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าผู้ป่วยมีอาการอย่างไร</p> <p>ก. หหมดความรู้สึกหรือหัวใจหยุดทำงาน</p> <p>ข. ผู้ป่วยกำลังตกใจ</p> <p>ค. ผู้ป่วยกำลังได้รับสารพิษ</p> <p>ง. สมองกำลังสั่งงาน</p>
<p>2. ข้อใดเป็นอาการของการช็อก</p> <p>ก. หน้าซีด เหงื่อออก ตัวเย็น ชีพจรเบา กระสับกระส่าย</p> <p>ข. มีไข้ อ่อนเพลีย</p> <p>ค. ปวดศีรษะมาก ตาลาย</p> <p>ง. หายใจหายใจไปชั่วครา</p>	<p>7. ข้อใดคือลักษณะสำคัญที่สุดที่ผู้ช่วยเหลือพึงระลึกอยู่เสมอในการให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ</p> <p>ก. กำลังใจของผู้บาดเจ็บ</p> <p>ข. ความมีสติและรอบคอบ</p> <p>ค. ค่าใช้จ่ายในการช่วยเหลือ</p> <p>ง. ความสุขในการช่วยเหลือ</p>
<p>3. ถ้าผู้ป่วยหยุดหายใจไม่ได้รับการช่วยเหลือได้อย่างทันท่วงทีจะเกิดอะไรขึ้น</p> <p>ก. เสียชีวิต</p> <p>ข. สมองตาย</p> <p>ค. เลือดออกเพิ่มขึ้น</p> <p>ง. ข้อ ก และ ข้อ ข ถูก</p>	<p>8. ข้อใดคือสิ่งสำคัญอันดับแรกในการสังเกตความผิดปกติของผู้บาดเจ็บ</p> <p>ก. ภาวะการมีสติ</p> <p>ข. ลักษณะบาดแผล</p> <p>ค. อุณหภูมิของร่างกาย</p> <p>ง. ความผิดปกติของร่างกาย</p>
<p>4. ข้อใดเป็นอาการบ่งชี้ของหัวใจหยุดทำงาน</p> <p>ก. ชีพจรคลำไม่ได้</p> <p>ข. หายใจอ่อน</p> <p>ค. หัวใจเต้นช้าลง</p> <p>ง. สมองไม่สั่งทำงาน</p>	<p>9. นิ้วใดที่ควรใช้ตรวจชีพจรบริเวณข้อมือ</p> <p>ก. นิ้วโป้ง</p> <p>ข. นิ้วชี้และนิ้วกลาง</p> <p>ค. นิ้วนางและนิ้วก้อย</p> <p>ง. นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง</p>
<p>5. ข้อใดคือขั้นตอนแรกของการช่วยหายใจ</p> <p>ก. เปิดทางเดินหายใจให้โล่ง</p> <p>ข. เป่าลมเข้าปากผู้บาดเจ็บ 2 ครั้ง</p> <p>ค. ใช้ปากประกบปากผู้บาดเจ็บให้แนบสนิท</p> <p>ง. กระตุ้นหัวใจภายนอกผู้บาดเจ็บ 15 ครั้ง</p>	<p>10. ข้อใดคือหลักการสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ประสบอุบัติเหตุ</p> <p>ก. ผู้ประสบอุบัติเหตุต้องยังไม่หมดสติ</p> <p>ข. ใช้อุปกรณ์การเคลื่อนย้ายที่ติเลิศ</p> <p>ค. ไม่ทำให้ผู้ประสบอุบัติเหตุบาดเจ็บเพิ่มขึ้น</p> <p>ง. เคลื่อนย้ายผู้ประสบอุบัติเหตุให้ถึงโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด</p>



## โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

## แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

คำสั่ง ให้นักเรียนวงกลมในข้อที่ถูกข้อที่สุด

<p>1. ข้อใดหมายถึงการฟื้นคืนชีพ</p> <p>ก. การปฐมพยาบาล</p> <p>ข. การส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาล</p> <p>ค. การช่วยหายใจด้วยวิธีการเป่าปาก</p> <p><input checked="" type="radio"/> ง. การช่วยชีวิตเบื้องต้นด้วยการช่วยหายใจและกระตุ้นหัวใจภายนอก</p> <p>2. ข้อใดเป็นอาการของการช็อค</p> <p><input checked="" type="radio"/> ก. หน้าซีด เหงื่อออก ตัวเย็น ชีพจรเบา กระสับกระส่าย</p> <p>ข. มีไข้ อ่อนเพลีย</p> <p>ค. ปวดศีรษะมาก ตาลาย</p> <p>ง. หายใจไปชั่วครู่</p> <p>3. ถ้าผู้ป่วยหยุดหายใจไม่ได้รับการช่วยเหลือได้อย่างทัน่วงทีจะเกิดอะไรขึ้น</p> <p>ก. เสียชีวิต</p> <p>ข. สมองตาย</p> <p>ค. เลือดออกเพิ่มขึ้น</p> <p><input checked="" type="radio"/> ง. ข้อ ก และ ข้อ ข ถูก</p> <p>4. ข้อใดเป็นอาการบ่งชี้ของหัวใจหยุดทำงาน</p> <p><input checked="" type="radio"/> ก. ชีพจรคล้ำไม่ได้</p> <p>ข. หายใจอ่อน</p> <p>ค. หัวใจเต้นช้าลง</p> <p>ง. สมองไม่สั่งทำงาน</p> <p>5. ข้อใดคือขั้นตอนแรกของการช่วยหายใจ</p> <p><input checked="" type="radio"/> ก. เปิดทางเดินหายใจให้โล่ง</p> <p>ข. เป่าลมเข้าปากผู้บาดเจ็บ 2 ครั้ง</p> <p>ค. ใช้ปากประกบปากผู้บาดเจ็บให้แนบสนิท</p> <p>ง. กระตุ้นหัวใจภายนอกผู้บาดเจ็บ 15 ครั้ง</p>	<p>6. การสังเกตรูม่านตาขยายอาจเป็นเครื่องบ่งชี้ว่าผู้ป่วยมีอาการอย่างไร</p> <p><input checked="" type="radio"/> ก. หหมดความรู้สึกหรือหัวใจหยุดทำงาน</p> <p>ข. ผู้ป่วยกำลังตกใจ</p> <p>ค. ผู้ป่วยกำลังได้รับสารพิษ</p> <p>ง. สมองกำลังสั่งงาน</p> <p>7. ข้อใดคือลักษณะสำคัญที่สุดที่ผู้ช่วยเหลือพึงระลึกอยู่เสมอในการให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ</p> <p>ก. กำลังใจของผู้บาดเจ็บ</p> <p><input checked="" type="radio"/> ข. ความมีสติและรอบคอบ</p> <p>ค. ค่าใช้จ่ายในการช่วยเหลือ</p> <p>ง. ความสุขในการช่วยเหลือ</p> <p>8. ข้อใดคือสิ่งสำคัญอันดับแรกในการสังเกตความผิดปกติของผู้บาดเจ็บ</p> <p><input checked="" type="radio"/> ก. ภาวะการมีสติ</p> <p>ข. ลักษณะบาดแผล</p> <p>ค. อุณหภูมิของร่างกาย</p> <p>ง. ความผิดปกติของร่างกาย</p> <p>9. นิ้วใดที่ควรใช้ตรวจชีพจรบริเวณข้อมือ</p> <p>ก. นิ้วโป้ง</p> <p>ข. นิ้วชี้และนิ้วกลาง</p> <p>ค. นิ้วนางและนิ้วก้อย</p> <p><input checked="" type="radio"/> ง. นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง</p> <p>10. ข้อใดคือหลักการสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ประสบอุบัติเหตุ</p> <p>ก. ผู้ประสบอุบัติเหตุต้องยังไม่หมดสติ</p> <p>ข. ใช้อุปกรณ์การเคลื่อนย้ายที่ตีเลิศ</p> <p><input checked="" type="radio"/> ค. ไม่ทำให้ผู้ประสบอุบัติเหตุบาดเจ็บเพิ่มขึ้น</p> <p>ง. เคลื่อนย้ายผู้ประสบอุบัติเหตุให้ถึงโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด</p>
--	---



โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

วิชาสุขศึกษา 2

แบบฝึกหัด

เรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉิน

เขียนเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และเครื่องหมาย ✗ หน้าข้อความที่ผิด



- ..... 1. การตัดสินใจอย่างรวดเร็วของผู้ช่วยเหลือไม่มีผลต่อการช่วยชีวิตผู้บาดเจ็บ
- ..... 2. ควรรีบเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บอย่างรวดเร็วเป็นอันดับแรกของการช่วยเหลือ
- ..... 3. การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บถ้ากระทำโดยไม่ถูกวิธีอาจทำให้ผู้บาดเจ็บพิการหรือบาดเจ็บเพิ่มได้
- ..... 4. ใคร ๆ ก็สามารถทำการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บได้
- ..... 5. ผู้บาดเจ็บที่หัวใจหยุดเต้นต้องได้รับการช่วยเหลือก่อนผู้บาดเจ็บกระดูกหัก
- ..... 6. หลักสำคัญของการให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคือการมีสติของผู้ให้การช่วยเหลือ
- ..... 7. ขั้นตอนแรกของผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงในการเข้าไปช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคือความปลอดภัยของสถานที่
- ..... 8. จิตวิทยาในการพูดสร้างสรรค์ของผู้ช่วยเหลือสามารถช่วยให้กำลังใจผู้บาดเจ็บได้เป็นอย่างดี
- ..... 9. ควรให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บโดยห้ามเลือดก่อนทำการเข้าเฝือกกระดูกหัก
- ..... 10. ทักษะการสังเกตความผิดปกติเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ช่วยเหลือทุกคนพึงมี
- ..... 11. ควรทิ้งผู้บาดเจ็บไว้ ถ้าเราให้ความช่วยเหลือไม่ได้
- ..... 12. ทุกคนสามารถฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บได้ โดยฝึกให้เกิดความชำนาญจนเป็นผู้เชี่ยวชาญจากสถานบันที่ให้การฝึกอบรมเฉพาะทาง
- ..... 13. ผู้ช่วยเหลือไม่จำเป็นต้องช่วยผู้บาดเจ็บตามสภาพความรุนแรงของการบาดเจ็บเพียงแต่ทำอะไรก่อนก็ได้ เพื่อการมีชีวิตรอดของผู้บาดเจ็บ
- ..... 14. ผู้ช่วยเหลือต้องมีความมั่นใจและมีความละเอียดรอบคอบในการตัดสินใจเข้าช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ
- ..... 15. ควรให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บที่เสียเลือดจำนวนมากก่อนผู้บาดเจ็บหัวใจหยุดเต้น



เฉลย

## โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

## วิชาสุขศึกษา 2

## แบบฝึกหัด

## เรื่อง หลักการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บในสถานการณ์ฉุกเฉิน

เขียนเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และเครื่องหมาย ✗ หน้าข้อความที่ผิด



- .....✗..... 1. การตัดสินใจอย่างรวดเร็วของผู้ช่วยเหลือไม่มีผลต่อการช่วยชีวิตผู้บาดเจ็บ
- .....✗..... 2. ควรรีบเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บอย่างรวดเร็วเป็นอันดับแรกของการช่วยเหลือ
- .....✓..... 3. การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บถ้ากระทำโดยไม่ถูกวิธีอาจทำให้ผู้บาดเจ็บพิการหรือบาดเจ็บเพิ่มได้
- .....✗..... 4. ใคร ๆ ก็สามารรถทำการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บได้
- .....✓..... 5. ผู้บาดเจ็บที่หัวใจหยุดเต้นต้องได้รับการช่วยเหลือก่อนผู้บาดเจ็บกระดูกหัก
- .....✓..... 6. หลักสำคัญของการให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคือการมีสติของผู้ให้การช่วยเหลือ
- .....✓..... 7. ขั้นตอนแรกของผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงในการเข้าไปช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคือความปลอดภัยของสถานที่
- .....✓..... 8. จิตวิทยาในการพูดสร้างสรรคของผู้ช่วยเหลือสามารถช่วยให้กำลังใจผู้บาดเจ็บได้เป็นอย่างดี
- .....✓..... 9. ควรให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บโดยห้ามเลือดก่อนทำการเข้าเฝือกกระดูกหัก
- .....✓..... 10. ทักษะการสังเกตความผิดปกติเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ช่วยเหลือทุกคนพึงมี
- .....✗..... 11. ควรทิ้งผู้บาดเจ็บไว้ ถ้าเราให้ความช่วยเหลือไม่ได้
- .....✓..... 12. ทุกคนสามารถฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพผู้บาดเจ็บได้ โดยฝึกให้เกิดความชำนาญจนเป็นผู้เชี่ยวชาญจากสถานบันที่ให้การฝึกอบรมเฉพาะทาง
- .....✗..... 13. ผู้ช่วยเหลือไม่จำเป็นต้องช่วยผู้บาดเจ็บตามสภาพความรุนแรงของการบาดเจ็บเพียงแต่ทำอะไรก่อนก็ได้ เพื่อการมีชีวิตรอดของผู้บาดเจ็บ
- .....✓..... 14. ผู้ช่วยเหลือต้องมีความมั่นใจและมีความละเอียดรอบคอบในการตัดสินใจเข้าช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ
- .....✗..... 15. ควรให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บที่เสียชีวิตจำนวนมากก่อนผู้บาดเจ็บหัวใจหยุดเต้น

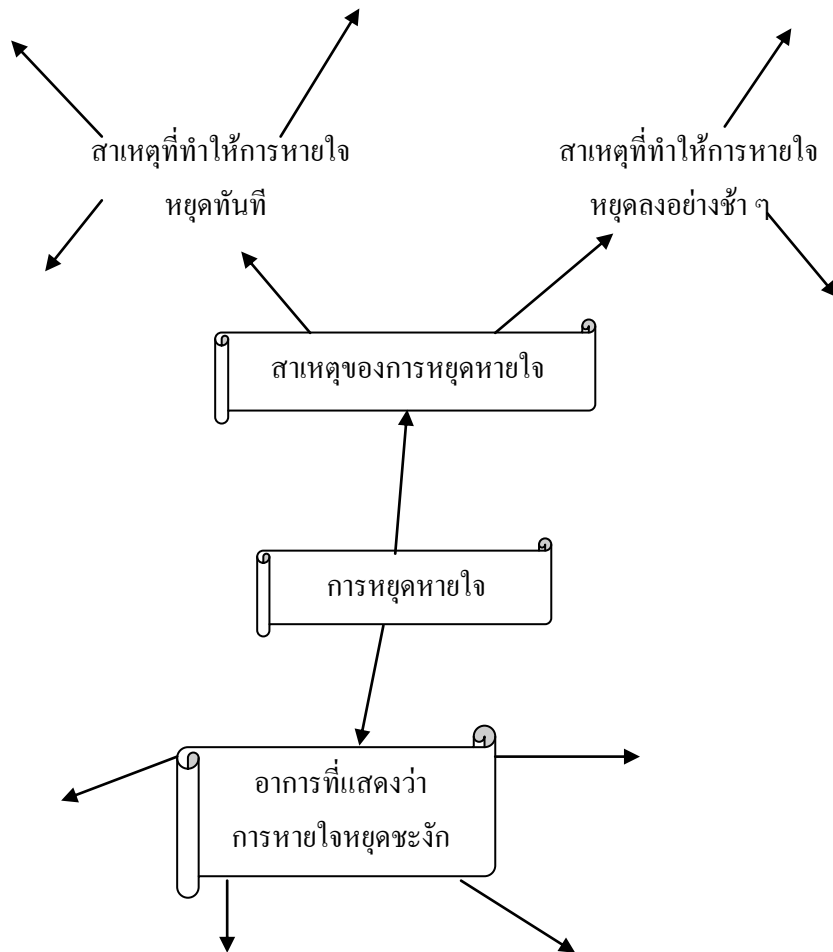


โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....



วิชาสุขศึกษา 2  
แผนที่ความคิด  
เรื่อง การหยุดหายใจ





โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....



วิชาสุขศึกษา 2  
แผนที่ความคิด  
เรื่อง การหยุดหายใจ

