

## แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง วัยใสเข้าใจเพศ ประพุดิตนติ ซิวีปลอดภัย

เวลา 18 ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

เวลา 1 ชั่วโมง

วันที่ 31 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2561 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

---

### สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

#### 1. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดชั้นปี

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด ป.5/1 อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม

#### 2. สาระสำคัญ

พัฒนาการของวัยรุ่นจะแบ่งเป็น 3 ช่วง คือ วัยแรกรุ่น ( 10-13ปี) วัยรุ่นตอนกลาง ( 14-16 ปี) และ วัยรุ่นตอนปลาย ( 17-19 ปี) ทั้งนี้เพื่อจะชี้ให้เห็นถึงลักษณะที่เด่นเป็นพิเศษของวัยรุ่นแต่ละช่วง ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนในด้านความรู้สึกนึกคิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดา เมื่อเข้าสู่วัยเด็กตอนปลายเป็น วัยที่เข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิงอย่าง ชัดเจนมากขึ้นนักเรียนซึ่งอยู่ในวัยเด็กตอนปลายจึงควรได้เรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้ ในวัยที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่นต่อไป

#### 3. จุดประสงค์การเรียนรู้

3.1 อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิง

3.2 บอกความแตกต่างของการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิงได้

#### 4. สาระการเรียนรู้

4.1 การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่น

4.1.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นเพศชาย

4.1.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นเพศหญิง

(รายละเอียดอยู่ในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ชุดที่ 1 เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ)

## 5. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 5.1 ความสามารถในการสื่อสาร
- 5.2 ความสามารถในการคิด
- 5.3 ความสามารถใช้เทคโนโลยี

## 6. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- 6.1 ความซื่อสัตย์
- 6.2 ความรับผิดชอบ
- 6.3 ความมุ่งมั่นในการทำงาน

## 7. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ชั้นนำ

1. นักเรียนชมวีดิทัศน์ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเด็กชาย/เด็กหญิงและการดูแล ร่างกายบนกระดานอัจฉริยะ (Interactive White Board) จากนั้นครูใช้คำถามเพื่อกระตุ้นความคิดของนักเรียน ดังนี้ (ที่มา : [https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT\\_6R1w](https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT_6R1w))

1.1 คำถาม วัยรุ่นเพศชายมีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กอย่างไรบ้าง  
แนวคำตอบ มีกลิ่นตัว ร่างกายแข็งแรงขึ้น อวัยวะเพศมีขนาดใหญ่ขึ้น

1.2 คำถาม วัยรุ่นเพศหญิงมีการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กอย่างไรบ้าง  
แนวคำตอบ มีประจำเดือนหน้าอกขยายใหญ่ขึ้น

2. หลังจากที่ได้คำตอบแล้วนักเรียนและครูร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นแล้วให้นักเรียนบอกว่าตนเองจะมีวิธีปฏิบัติตนต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างไรบ้าง

3. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศจำนวน 10 ข้อ ใช้เวลา 10 นาที เพื่อประเมินความรู้เดิมของนักเรียน

### ขั้นสอน

1. ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ชุดที่ 1 เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ให้นักเรียนทราบ

2. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 4 - 5 คน โดย คละความสามารถนักเรียนแต่ละกลุ่ม ให้มีทั้งนักเรียนเก่ง ปานกลาง และอ่อนตามหลักฐานการรายงานผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มสาระ การเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ปีการศึกษา 2560

3. นักเรียนนั่งเป็นกลุ่มตามที่จัดไว้ ให้แต่ละคนศึกษาชุดกิจกรรม เรื่อง ภัยไข้เจ็บเพศ  
ประพัตติ ตนต์ ซิวีปลอดภัย ชุดที่ 1 เรื่องวัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ จากใบความรู้ที่ 1  
เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และปฏิบัติตามใบคำสั่งในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามลำดับขั้นตอนโดย  
ศึกษาจากใบความรู้ ที่ 1 จากนั้นให้นักเรียนร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมในใบกิจกรรมที่ 1 ดังนี้

3.1 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็น เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่น  
เพศชาย โดยให้แต่ละคนแสดงความคิดเห็นและสมาชิกที่เหลือจดบันทึกจนครบทุกคนแล้วสรุปประเด็นสำคัญ

3.2 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็น เรื่อง การเปลี่ยนแปลง  
ทางเพศของวัยรุ่นเพศหญิง โดยแต่ละคนแสดงความคิดเห็นและสมาชิกที่เหลือจดบันทึกจนครบทุกคนแล้วสรุป  
ประเด็นสำคัญ

3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและ เปรียบเทียบ ความแตกต่างของ  
การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เพศชายและเพศหญิง โดยแต่ละคนแสดงความคิดเห็น และสมาชิกที่เหลือ  
จดบันทึกจนครบทุกคนแล้วสรุปประเด็นสำคัญ

4. นำประเด็นสำคัญของแต่ละคนมาเสนอต่อกลุ่ม และสรุปเป็นความคิดของกลุ่มเขียนลงในใบกิจกรรม  
ที่ 1

#### ขั้นสรุป

1. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงานประเด็นสำคัญของกลุ่ม
2. หลังจากที่ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่ม ออกมารายงานประเด็นสำคัญของกลุ่มตนเองเสร็จแล้ว  
นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้และประเด็นสำคัญ เรื่อง การ เปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ของวัยรุ่น  
เพศชายและเพศหญิงและจดบันทึกไว้ในสมุดของตนเอง

### 8. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

8.1 วิดีทัศน์เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเด็กชาย/เด็กหญิงและการดูแล  
ที่มา : [https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT\\_6R1w](https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT_6R1w)

8.2 ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง ภัยไข้เจ็บเพศ ประพัตติ ตนต์ ซิวีปลอดภัย ชุดที่ 1 เรื่อง วัยรุ่นกับ  
การเปลี่ยนแปลงทางเพศ

### 9. การวัดและประเมินผล

#### วิธีวัด

1. ทดสอบก่อนเรียน เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ
2. ตรวจใบกิจกรรมที่ 1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย
3. ประเมินกระบวนการจัดกิจกรรมกลุ่ม
4. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

### **เครื่องมือการวัดประเมินผล**

1. แบบทดสอบก่อนเรียน เรื่อง วัชรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ
2. ใบกิจกรรมที่ 1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย
3. แบบประเมินกระบวนการกิจกรรมกลุ่ม
4. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

### **เกณฑ์การประเมินผล**

1. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียนได้คะแนน 8 คะแนนถือว่า ผ่าน
2. นักเรียนทำใบกิจกรรมที่1การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายได้คะแนน 8 คะแนนถือว่า ผ่าน
3. นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการกลุ่มได้คะแนน 8 คะแนนถือว่า ผ่าน
4. นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ได้คะแนน 8 คะแนนถือว่า ผ่าน

\*\*หมายเหตุ การทดสอบก่อนเรียนประเมินเพื่อประเมินความรู้เดิมของผู้เรียน

\*\*หมายเหตุ คะแนนคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไม่นำไปคิดเป็นคะแนนเก็บแต่ประเมินเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ครบกระบวนการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนการสอน

### **10. กิจกรรมเสนอแนะ**

ให้นักเรียนค้นคว้าเพิ่มเติมจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง วัชรุ่นเข้าใจเพศ ประพฤติตนดี ชีวิตปลอดภัย ชุดที่ 1 เรื่อง วัชรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และสืบค้นจากอินเทอร์เน็ตนอกเวลาเรียน

ข้อเสนอแนะจากรองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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

(ลงชื่อ)

(นางสาวปวีณา ใจกระเสน)

ผู้อำนวยการสถานศึกษา

โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่เด่นชัยวิทยา

...../...../.....

รอง

ข้อเสนอแนะจากผู้อำนวยการสถานศึกษา

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

(ลงชื่อ)

(นายจันทรราส สุรินทร์เลิศ)

ผู้อำนวยการสถานศึกษา

โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่เด่นชัยวิทยา

...../...../.....

บันทึกหลังการสอน

ผลการสอน

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

ปัญหาและอุปสรรค

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

ข้อเสนอแนะ

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

(ลงชื่อ)

(นายนิพัทธ์พนธ์ สีนาคม)

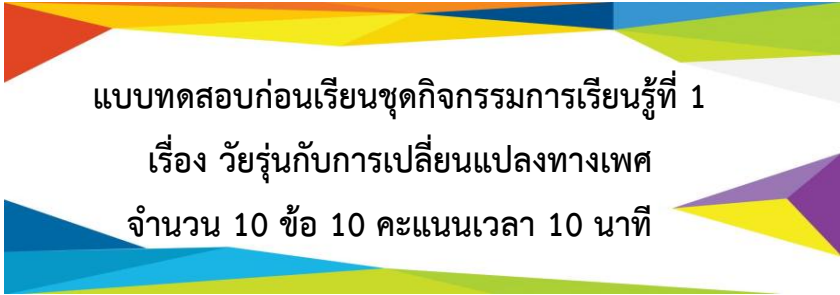
ครูผู้สอน

ตำแหน่งครู วิทยฐานะครูชำนาญการ

...../...../.....

## ภาคผนวก

1. แบบทดสอบก่อนเรียน
2. เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
3. ใบความรู้ที่ 1
4. ใบกิจกรรมที่ 1
5. เฉลยใบกิจกรรมที่ 1
6. แบบสรุปผลการเรียนรู้แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1
7. ภาพแสดงวีดิทัศน์ เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเด็กชาย/เด็กหญิงและการดูแล



แบบทดสอบก่อนเรียนชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ

จำนวน 10 ข้อ 10 คะแนนเวลา 10 นาที

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบที่กำหนดให้ โดยเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว (ข้อละ 1 คะแนน)

- สาเหตุใดที่ทำให้เด็กผู้หญิงมีการเจริญเติบโตรวดเร็วกว่าเด็กผู้ชาย
  - สิ่งแวดล้อม
  - ฮอร์โมนเพศ
  - การออกกำลังกาย
  - การรับประทานอาหาร
- การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายข้อใดที่เพศชายต่างจากเพศหญิง
  - รูปร่างสูงขึ้น
  - มีสิวจนบริเวณใบหน้า
  - เสียงแตกแหบห้าว
  - มีหน้าอกขยาย
- ข้อใดเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของเด็กวัย 10 – 12 ปี
  - ตามใจเพื่อน
  - ชอบอยู่คนเดียว
  - ไม่กล้าแสดงออก
  - รังเกียจเพศตรงข้าม



4. ช่วงวัยอายุระหว่าง 10 – 12 ปี เด็กเพศใดจะมีการเปลี่ยนแปลงชัดเจนมากกว่ากัน

ก. เพศชาย

ข. เพศหญิง

ค. เพศชายและเพศหญิงมีการเปลี่ยนแปลงเท่ากัน

ง. มีการเปลี่ยนไม่ชัดเจนแล้วแต่บุคคล

5. การเปลี่ยนแปลงใดที่วัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงมีเหมือนกัน

ก. ร่างกายแข็งแรง

ข. เสี่ยงแหบ

ค. มีสิวขึ้น

ง. มีประจำเดือน

6. ข้อใดเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

ก. ชอบเปรียบเทียบตนเองกับเพื่อนๆ

ข. ชอบทำอะไรตามใจตนเอง

ค. ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ

ง. กล้าแสดงออกทำตัวให้เป็นจุดสนใจ

7. ข้อใดเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมที่ดี

ก. ทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนได้ดี

ข. เดินกลับบ้านคนเดียวเป็นประจำ

ค. เข้าห้องสมุดคนเดียวทุกครั้ง

ง. รับประทานขนมโดยไม่แบ่งเพื่อน

8. เมื่อนักเรียนเป็นวัยรุ่นเกิดความกังวลจะส่งผลทางด้านใด

ก. ด้านร่างกาย

ข. ด้านจิตใจและอารมณ์

ค. ด้านสังคม

ง. ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านสังคม

9. การเปลี่ยนแปลงข้อใดเห็นได้ชัดเมื่ออย่างเข้าวัยรุ่น

ก. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

ข. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

ค. การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์

ง. การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

10. เมื่อนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะปฏิบัติตนอย่างไร

ก. ปรึกษาแพทย์

ข. รับประทานอาหารให้มากที่สุด

ค. ยอมรับและปรับตัวอย่างถูกวิธี

ง. พยายามทำให้มีรูปร่างเหมือนเพื่อน

ตั้งใจทำแบบทดสอบด้วยความซื่อสัตย์นะ



**เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียนชุดที่ 1**  
เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ

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



คะแนนเต็ม	10
คะแนนที่ได้	



# ใบความรู้ที่ 1

## เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

### พัฒนาการของวัยรุ่น

พัฒนาการของวัยรุ่นจะแบ่งเป็น 3 ช่วงคือวัยรุ่นแรก (10-13ปี) วัยรุ่นตอนกลาง (14-16 ปี) และวัยรุ่นตอนปลาย (17-19 ปี) ทั้งนี้เพื่อจะชี้ให้เห็นถึงลักษณะที่เด่นเป็นพิเศษของวัยรุ่นแต่ละช่วง ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนในด้านความรู้สึกนึกคิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดาโดยแบ่งดังนี้

1. วัยแรก (10-13ปี) เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทุกระบบโดยจะมีความคิดหมกมุ่นกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้อารมณ์หงุดหงิดและแปรปรวนง่าย



ภาพที่ 1 วัยแรก

ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)

2. วัยรุ่นตอนกลาง (14-16 ปี) เป็นช่วงที่วัยรุ่นจะยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มเป็นสาวมีความคิดที่ลึกซึ้ง (abstract) จึงหันมาใฝ่หาอุดมการณ์ และหาเอกลักษณ์ของตนเองเพื่อความเป็นตัวของตัวเอง และพยายามเอาชนะความรู้สึกแบบเด็กๆ ที่ผูกพันและอยากจะพึ่งพาพ่อแม่



ภาพที่ 2 วัยรุ่นตอนกลาง  
ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)

3. วัยรุ่นตอนปลาย(17-19 ปี) เป็นเวลาของการฝึกฝนอาชีพตัดสินใจที่จะเลือกอาชีพที่เหมาะสม และเป็นช่วงเวลาที่จะมีคามผูกพันแน่นแฟ้น ( intimacy) กับเพื่อนต่างเพศ สภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตโดยสมบูรณ์เต็มที่และบรรลุนิติภาวะในเชิงกฎหมาย



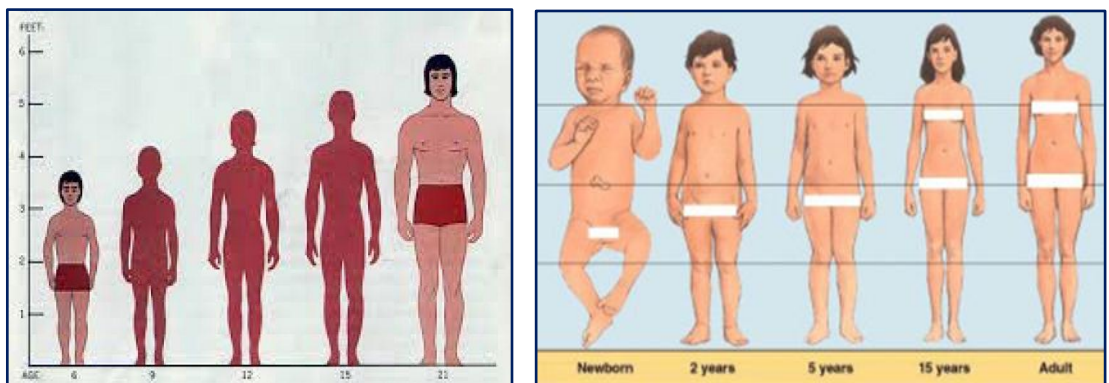
ภาพที่ 3 วัยรุ่นตอนปลาย  
ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)

การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น มี 3 ลักษณะคือ

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย
2. การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ สังคม
3. การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

### การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย

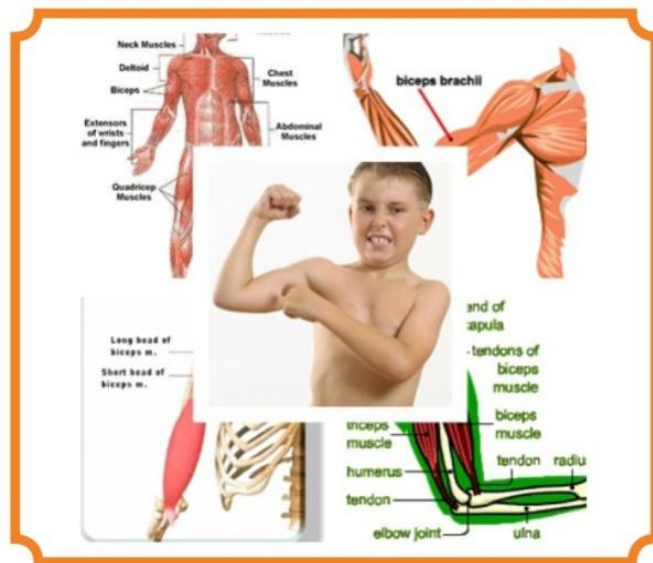
1. **ขนาดและความสูง** ในวัยเด็กทั้งเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายจะมีความกว้างของไหล่และสะโพกใกล้เคียงกัน แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นผู้ชายจะมีอัตราเร็วในการเจริญเติบโตของไหล่มากที่สุด ทำให้วัยรุ่นผู้ชายจะมีไหล่กว้างกว่า ในขณะที่วัยรุ่นผู้หญิงมีอัตราการเจริญเติบโตของสะโพกมากกว่าผู้ชายนอกจากนี้การที่วัยรุ่นมีการเจริญเติบโตสูงใหญ่ได้รวดเร็ว โดยเฉพาะที่ คอ แขน ขา มากกว่าที่ลำตัว จะทำให้วัยรุ่นรู้สึกที่ตัวเองมีรูปร่างเก้งก้างน่ารำคาญ และการเจริญเติบโตหรือการขยายขนาดของร่างกายในแต่ละส่วน อาจจะเกิดขึ้น ไม่พร้อมกัน หรือไม่เป็นไปตามขั้นตอน เช่น ร่างกายซีกซ้ายและซีกขวาเจริญเติบโตมีขนาดไม่เท่ากันในระยะแรกๆ ซึ่งเป็นเหตุทำให้เด็กตกอยู่ในความวิตกกังวลสูงได้ จึงควรให้ความมั่นใจกับวัยรุ่น



ภาพที่ 4 ขนาดและความสูงของมนุษย์ในแต่ละวัย

ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)

2. **ไขมันและกล้ามเนื้อ** เด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงมีความหนาของไขมันที่สะสมอยู่ใต้ผิวหนัง ที่ใกล้เคียงกัน จนกระทั่งอายุประมาณ 8 ปี จะเริ่มมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นชายจะมีกำลังของกล้ามเนื้อมากกว่าวัยรุ่นผู้หญิงพลังกำลังของกล้ามเนื้อ จะแข็งแรงขึ้นหลังจากนั้นวัยรุ่นชายจะมีไขมันใต้ผิวหนังบางลง พร้อมกับมีกล้ามเนื้อเพิ่มมากขึ้นและแข็งแรงขึ้นซึ่งจะทำให้วัยรุ่นชายดูผอมลงโดยเฉพาะที่ขา น่องและแขน สำหรับวัยรุ่นเพศหญิงถึงแม้ว่าจะมีการเพิ่มขึ้นของกล้ามเนื้อ แต่ขณะเดียวกันจะมีการสะสมของไขมันใต้ผิวหนังเพิ่มขึ้นอีกโดยที่น้ำหนักจะเพิ่มได้ถึงร้อยละ 25 ของน้ำหนัก โดยเฉพาะไขมันสะสมที่เต้านมและสะโพกประมาณร้อยละ 50 ของวัยรุ่นหญิงจะรู้สึกไม่พอใจในรูปลักษณ์ของตนและมักคิดว่าตัวเอง “อ้วน” เกินไปมีวัยรุ่นหลายคนที่ยพยายามลดน้ำหนักจนถึงขั้นที่มีรูปร่างผอมแห้ง



ภาพที่ 5 ไขมันและกล้ามเนื้อของร่างกายวัยรุ่น

ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)



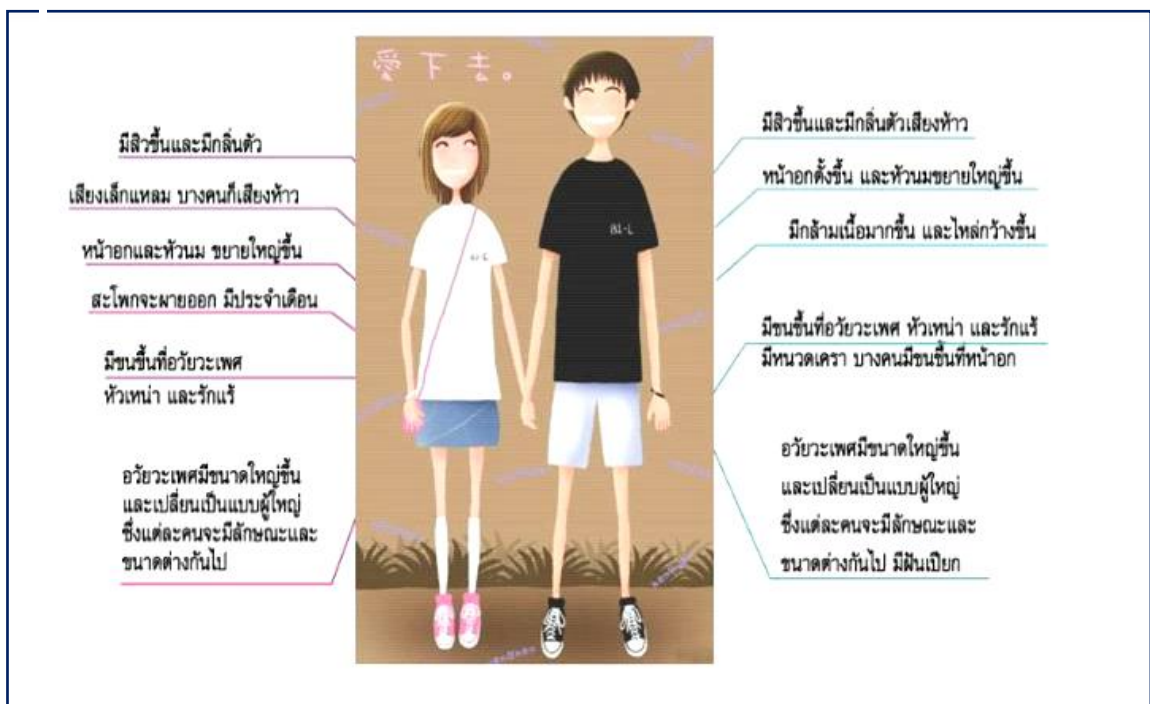


ภาพที่ 6 โครงสร้างและใบหน้าของวัยรุ่น

ที่มา : [www.cosmoneochayawut.wordpress.com](http://www.cosmoneochayawut.wordpress.com)

### 3. การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน ระดับฮอร์โมนจะมีผลโดยตรงต่อ

การเจริญเติบโตทางร่างกายและอวัยวะเพศและยังส่งผลถึงความรู้สึกทางอารมณ์และจิตใจ ปฏิกริยาการเรียนรู้และอื่นๆ ในวัยรุ่นอีกด้วย นอกจากนี้จะต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไปแล้วยังต้องเข้าใจและควบคุมอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น จากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนต่างๆ อีกด้วยโดยเฉพาะต่อมไขมันใต้ผิวหนังและต่อมเหงื่อ จะทำหน้าที่เพิ่มมากขึ้นจึงเป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาเรื่อง “สิว” และ “กลิ่นตัว”

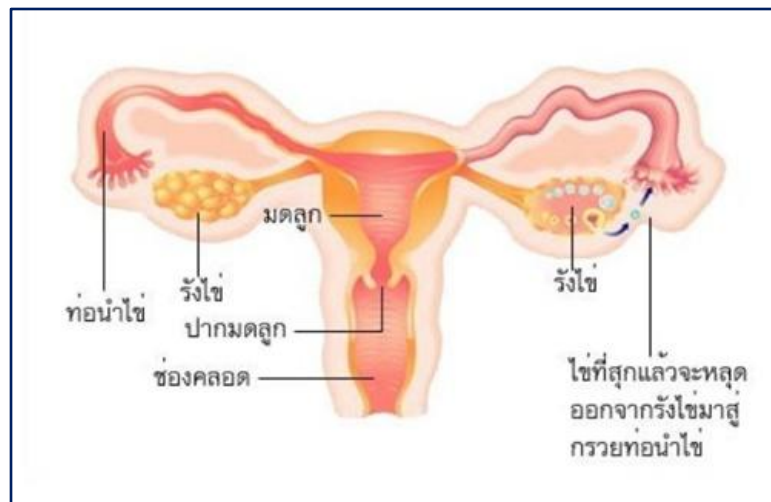




ต่อไปให้นักเรียนศึกษา  
เรื่อง การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ  
ก่อนนะครับ / นะคะ



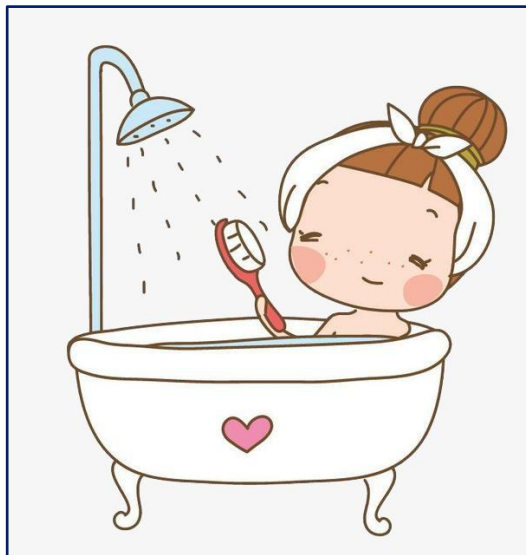
**4. การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ** วัยรุ่นหญิงมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงระยะ 1 ปีก่อนที่จะมีประจำเดือน โดยเฉพาะการเจริญเติบโตของเต้านมซึ่งเริ่มมีการขยายในขนาดเมื่ออายุประมาณ 8-13ปี และจะใช้เวลา 2-2 ปีครึ่งจึงจะเจริญเติบโตเต็มที่ในช่วงอายุ11-13ปี วัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่ (ร้อยละ 80) จะมีรูปร่างเป็นสาวเต็มตัวตั้งนั้นในชั้นประถม ศึกษา ตอนปลายหรือ ชั้นมัธยมต้นจะเห็นว่าวัยรุ่น หญิงจะมีรูปร่างสูงใหญ่ ในขณะที่ วัยรุ่น ชายยังคงดูเป็นเด็กชายตัวเล็ก ทั้งๆ ที่เด็กผู้หญิงเคยตัวเล็กกว่าเด็กผู้ชายมาตลอด จึงทำให้วัยรุ่นชายและหญิงสับสนและเป็นกังวลกับสภาพร่างกายได้



ภาพที่ 7 อวัยวะเพศหญิงและระบบสืบพันธุ์เพศหญิง  
ที่มา : [www.thaihealthlife.com](http://www.thaihealthlife.com)

ในวัยรุ่นเพศหญิง การมีประจำเดือนครั้งแรกจะมีเมื่ออายุประมาณ 12-13 ปี การที่มีประจำเดือนแสดงให้เห็นว่า มดลูกและช่องคลอดได้เจริญเติบโตเต็มที่แต่ในระยะ 1-2 ปีแรกของการมีประจำเดือนมักจะเป็นการมีประจำเดือนโดยไม่มีไข่ตกประจำเดือนในช่วงปีแรกจะมาไม่สม่ำเสมอ หรือขาดหายไปได้ และเมื่อมีประจำเดือนแล้วพบว่าเด็กผู้หญิงยังสูงต่อไปอีกเล็กน้อยไปได้อีกระยะหนึ่ง และจะเติบโตเต็มที่เมื่อประมาณอายุ 15-17 ปี

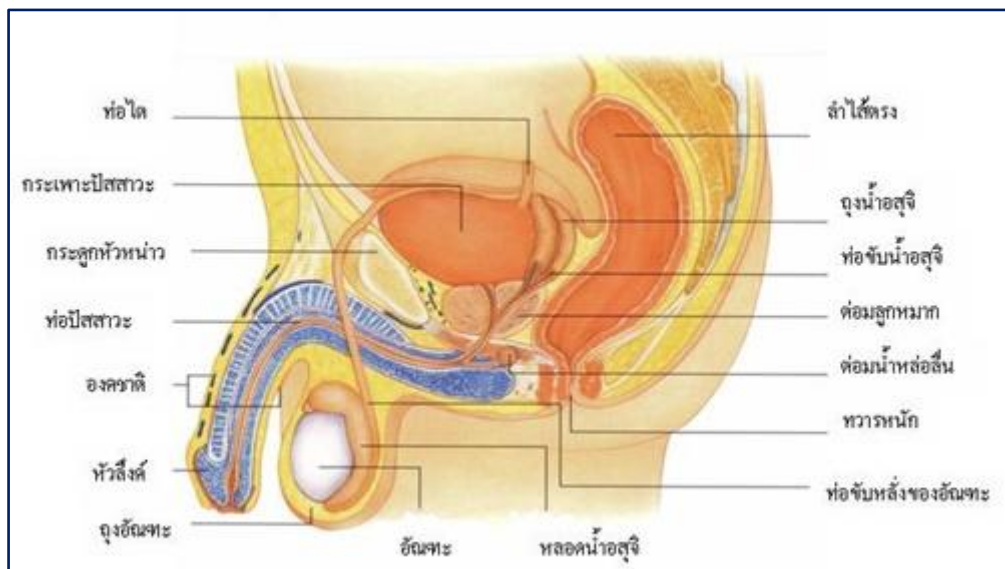
ซึ่งการมีประจำเดือนครั้งแรกอาจทำให้รู้สึกพอใจและภูมิใจที่เป็นผู้ใหญ่ เต็มตัวหรือ อาจจะรู้สึกในทางลบคือหวั่นไหว หวาดหวั่นหรือตกใจได้เช่นกัน โดยทั่วไป แล้ว การมี ประจำเดือนใน ครั้งแรกจะเพิ่มความใกล้ชิดระหว่างวัยรุ่นหญิงกับมารดาถ้าเคย ไว้วางใจกันมาก่อนแต่วัยรุ่นหญิงบางคนจะปกปิดไม่กล้าบอกใครเพราะเข้าใจไปว่า อวัยวะเพศผิดปกติหรือเป็นผลจากการสำรวจตัวของวัยรุ่นเองในช่วงนี้วัยรุ่นจะกังวล หมกมุ่นกับรูปร่างหน้าตาและมักจะใช้เวลาอยู่หน้ากระจกนานๆ เพื่อสำรวจรูปร่าง ส่วนว่า ส่วนโค้งหรือใช้กระจกส่อง อดดูบริเวณอวัยวะเพศด้วยความอยากรู้อยากเห็น ซึ่งก็ไม่ใช่ พฤติกรรมที่ผิดปกติแต่อย่างใด



ต่อไปเราจะศึกษาเรื่องของวัยรุ่น  
เพศชายกันนะคะ

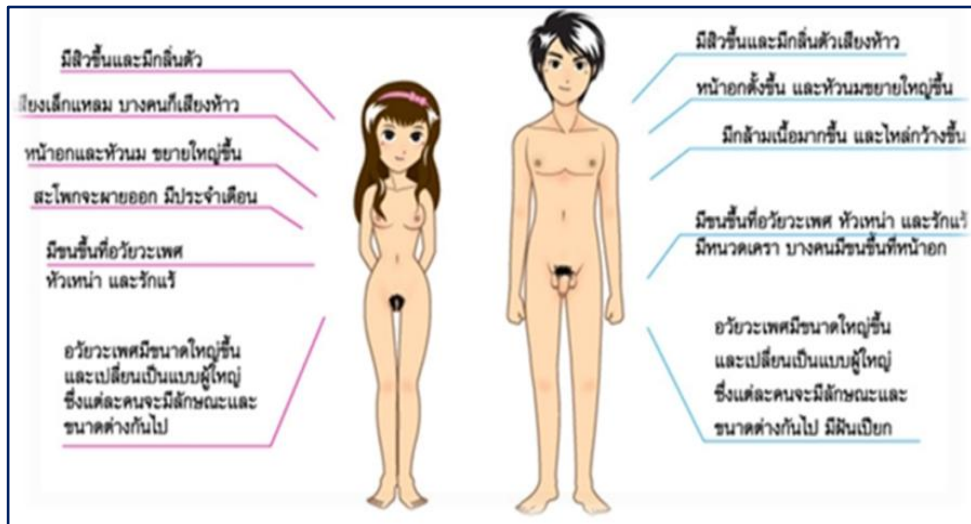


ใน วัยรุ่นเพศชาย ซึ่งจะเริ่มมีการเจริญเติบโตของลูกอัณฑะเมื่อเข้าสู่ช่วงอายุ 10-13 ปีครึ่ง และจะใช้เวลานาน 2-4 ปีกว่าที่จะเติบโตและทำงานได้อย่างสมบูรณ์ ในขณะที่รูปร่างภายนอกจะมีการเจริญเติบโตเปลี่ยนแปลงช้ากว่าวัยรุ่นหญิง ประมาณ 2 ปี คือประมาณอายุ 12-14 ปี ในขณะที่เพื่อนผู้หญิงที่เคยตัวเล็กกว่ากลับเจริญเติบโตแซงหน้าทำให้วัยรุ่นชายมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างความสูงได้มาก เมื่อเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางช่วงวัย 14-16 ปี ลูกอัณฑะเจริญเติบโตและทำงานได้เต็มที่จึงสามารถพบภาวะฝืนเปียกได้ บางคนเข้าใจผิดคิดว่าฝืนเปียกเกิดจากการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง หรือเป็นความผิดปกติอย่างแรงหรือทำให้สภาพจิตผิดปกติ หรือบางรายวิตกกังวลไปกับจินตนาการหรือความฝืน เพราะบางครั้งจะเป็นความคิดความฝืนเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศซึ่งก็ไม่ถือว่าเป็นเรื่องที่ผิดปกติอย่างไร



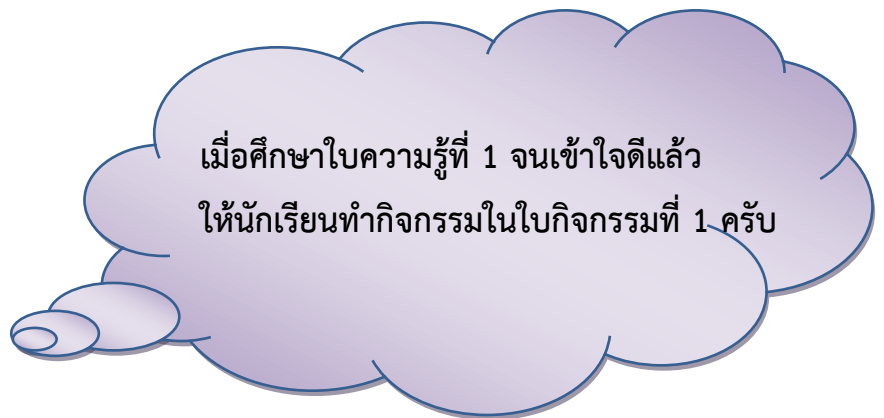
ภาพที่ 8 อวัยวะเพศชายและระบบสืบพันธุ์เพศชาย

ที่มา : [www.thaihealthlife.com](http://www.thaihealthlife.com)

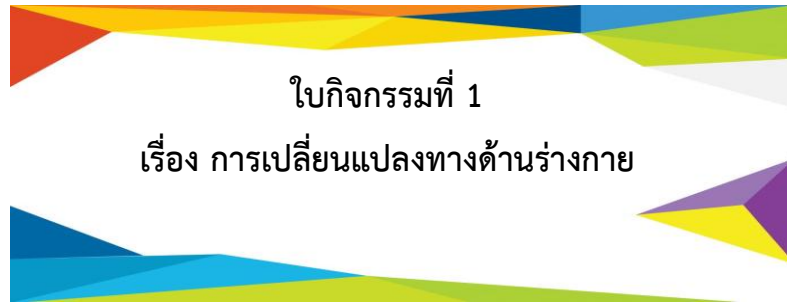


ภาพที่ 9 การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศชายและหญิง

ที่มา : [www.WordPress.com](http://www.WordPress.com)



เมื่อศึกษาใบความรู้ที่ 1 จนเข้าใจดีแล้ว  
ให้นักเรียนทำกิจกรรมในใบกิจกรรมที่ 1-ครับ



จุดประสงค์การเรียนรู้

- 1. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิง
- 2. บอกความแตกต่างของการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิงได้

คำชี้แจง

ให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นว่าวัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอะไรบ้างและเปรียบเทียบสิ่งที่แตกต่างกัน

การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นเพศชาย

.....

.....

.....

การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นเพศหญิง

.....

.....

.....

ความแตกต่างของเพศเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเพศชาย

ชาย	หญิง
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....



ตรวจสอบเฉลยคำตอบที่ถูกต้อง จากนั้น  
ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 2 ต่อไป



# เฉลยใบกิจกรรมที่ 1

## เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิง
2. บอกความแตกต่างของการเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นทั้งเพศชายและเพศหญิงได้

### คำชี้แจง

ให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นว่าวัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอะไรบ้างและเปรียบเทียบสิ่งที่แตกต่างกัน

#### การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นเพศชาย

มีรูปร่างใหญ่ขึ้นมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นมีสิ่วขึ้นและมีกลิ่นตัวมีเสียงแตกแหบห้าว  
มีกล้ามเนื้อมากขึ้นไหล่กว้างขึ้นมีหนวดเครามีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศรักแร้  
หน้าแข้งและบางคนขึ้นที่หน้าอกมีอวัยวะเพศใหญ่ขึ้นต่อมเพศจะหลังฮอร์โมน  
สร้างอสุจิ

#### การเปลี่ยนแปลงทางเพศของวัยรุ่นเพศหญิง

มีรูปร่างใหญ่ขึ้นมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นมีสิ่วขึ้นและมีกลิ่นตัว มีเสียงแหลมเล็ก  
บางรายเสียงห้าวมีอวัยวะเพศใหญ่ขึ้นมีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศและรักแร้  
มีหน้าอกและสะโพกขยายใหญ่ขึ้น ต่อมเพศจะหลังฮอร์โมนทำให้มีประจำเดือน

(เป็นแนวคำตอบ ทั้งนี้อยู่ในดุลยพินิจของครูผู้สอน)



ความแตกต่างของเพศเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเพศชาย

ชาย	หญิง
มีเสียงแตกแหบห้าวมีกล้ามเนื้อมากขึ้นไหล่กว้างขึ้นมีหนวดเครา ขึ้นที่หน้าอกต่อมเพศจะหลั่งฮอร์โมนสร้างอสุจิ	มีเสียงแหลมเล็กบางรายเสียงห้าวมีหน้าอกและสะโพกขยายใหญ่ขึ้นต่อมเพศหลั่งฮอร์โมนทำให้มีประจำเดือน

(เป็นแนวคำตอบ ทั้งนี้อยู่ในดุลยพินิจของครูผู้สอน)

สรุปผลการเรียนรู้แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง ภัยไข้เจ็บใจเพศ ประพฤติตนดี ชีวิตปลอดภัย

ชุดที่ 1 เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่เด่นชัยวิทยา

คนที่	แบบทดสอบ ก่อนเรียน (10)	ใบกิจกรรมที่ 1 (10)	รวม (20)	ร้อยละ	ผลการประเมิน	
					ผ่าน	ไม่ผ่าน
1	8	8	16	80	✓	
2	8	8	16	80	✓	
3	8	8	16	80	✓	
4	7	7	14	70		✓
5	8	8	16	80	✓	
6	7	8	15	75		✓
7	6	8	14	70		✓
8	8	8	16	80	✓	
9	7	8	15	75		✓
10	6	9	15	75		✓
11	8	8	16	80	✓	
12	8	9	17	85	✓	
13	7	8	15	75		✓
14	8	8	16	80	✓	
15	7	8	15	75		✓
16	8	8	16	80	✓	
17	8	7	15	75		✓
18	7	8	15	75		✓
19	8	8	16	80	✓	
20	6	7	13	65		✓
21	6	8	14	70		✓
22	8	9	17	85	✓	
23	8	9	17	85	✓	
24	8	8	16	80	✓	

(ต่อ)

คนที่	แบบทดสอบ ก่อนเรียน (10)	ใบกิจกรรมที่ 1 (10)	รวม (20)	ร้อยละ	ผลการประเมิน	
					ผ่าน	ไม่ผ่าน
25	8	7	15	75		✓
26	7	8	15	75		✓
27	7	7	14	70		✓
28	7	9	16	80	✓	
29	8	8	16	80	✓	
30	7	8	15	75		✓
31	8	8	16	80	✓	
32	7	9	16	80	✓	
33	7	9	16	80	✓	
34	8	8	16	80	✓	
35	8	9	17	85	✓	

แบบสังเกตการทำงาน แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องวัยใสเข้าใจเพศ ประพฤติตนดี ชีวิตปลอดภัย

ชุดที่ 1 เรื่อง วัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่เด่นชัยวิทยา

เลขที่	รายการประเมิน			รวมคะแนน	คิดเป็นร้อยละ
	การมีส่วนร่วม	ความรับผิดชอบ	ทักษะการทำงานเป็นกลุ่ม	9 คะแนน	
1	3	3	2	8	88.88
2	3	3	2	8	88.88
3	2	3	3	8	88.88
4	3	3	3	9	100
5	3	3	2	8	88.88
6	3	3	2	8	88.88
7	3	3	3	9	100
8	3	2	3	8	88.88
9	2	3	3	8	88.88
10	2	3	3	8	88.88
11	3	2	3	8	88.88
12	3	3	2	8	88.88
13	3	3	3	9	100
14	3	2	3	8	88.88
15	3	3	3	9	100
16	3	3	3	9	100
17	3	3	2	8	88.88
18	2	3	3	8	88.88
19	3	3	3	9	100
20	3	2	3	8	88.88

(ต่อ)

เลขที่	รายการประเมิน			รวมคะแนน	คิดเป็นร้อยละ
	การมีส่วนร่วม	ความรับผิดชอบ	ทักษะการทำงานเป็นกลุ่ม	9 คะแนน	
	3	3	3		
21	3	3	2	8	88.88
22	3	3	2	8	88.88
23	2	3	3	8	88.88
24	3	3	3	9	100
25	3	3	2	8	88.88
26	3	3	2	8	88.88
27	3	3	3	9	100
28	3	2	3	8	88.88
29	3	3	2	8	88.88
30	3	3	2	8	88.88
31	3	3	3	9	100
32	3	2	3	8	88.88
33	3	3	2	8	88.88
34	3	3	3	9	100
35	3	2	3	8	88.88

เกณฑ์ประเมินแบบสังเกตการทำงาน

รายการ	ระดับคุณภาพ		
	ระดับ 3	ระดับ 2	ระดับ 1
1. การมีส่วนร่วม	<ul style="list-style-type: none"> <li>-มีการวางแผนการทำงานร่วมกัน</li> <li>- ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและและสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเอง</li> <li>- ให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ในการทำงานและแก้ปัญหาได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ขาดการวางแผนการทำงานร่วมกัน</li> <li>- ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นแต่ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง</li> <li>- ให้ความร่วมมือในการทำงานและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้บ้าง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ขาดการวางแผนการทำงานร่วมกัน</li> <li>- รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นแต่ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง</li> <li>-ไม่ให้ความร่วมมือในการทำงานและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้บ้าง</li> </ul>
2. ความรับผิดชอบ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เข้าเรียนตรงเวลา</li> <li>- ส่งงานตามเวลานัด</li> <li>- ทำงานอย่างมีระเบียบและไม่ผิด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เข้าเรียนตรงเวลา</li> <li>- ส่งงานตามเวลาบางครั้ง</li> <li>- ทำงานอย่างมีระเบียบและผิดบ้าง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เข้าเรียนตรงเวลา</li> <li>- ส่งงานช้าประจำ</li> <li>- ทำงานอย่างมีระเบียบและผิดมาก</li> </ul>
3. ทักษะการทำงานเป็นกลุ่ม	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งงานรับผิดชอบให้กับสมาชิกทุกคนได้อย่างเหมาะสม</li> <li>- กำหนดรูปแบบการทำงานตามขั้นตอน</li> <li>- สรุปและบันทึกผลการทำงานได้ถูกต้องครบถ้วน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งงานรับผิดชอบให้กับสมาชิกทุกคน</li> <li>- กำหนดรูปแบบการทำงานได้</li> <li>- สรุปและบันทึกผลการทำงานได้ถูกต้องแต่ยังไม่ครบถ้วน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แบ่งงานรับผิดชอบให้กับสมาชิกไม่ครบทุกคน</li> <li>- กำหนดรูปแบบการทำงานได้แต่ไม่เหมาะสม</li> <li>- สรุปและบันทึกผลการทำงานได้ถูกต้องแต่ยังไม่ครบถ้วน</li> </ul>

**แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์**  
**ชุดกิจกรรมการเรียนรู้เรื่อง ภัยไข้ไข้ใจเพศ ประพฤติตนดี ชีวิตปลอดภัย**  
**ชุดที่ 1 เรื่อง ภัยรุ่มกับการเปลี่ยนแปลงทางเพศ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย**  
**ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่เด่นไชยวิทยา**

**คำชี้แจง :** ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนขณะปฏิบัติกิจกรรม โดยให้คะแนนลงในช่องรายการประเมินที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

เลขที่	รายการประเมิน			รวมคะแนน	คิดเป็นร้อยละ
	ความรับผิดชอบ	ความซื่อสัตย์สุจริต	ความมุ่งมั่นในการทำงาน	9 คะแนน	
1	2	3	3	8	88.88
2	3	3	2	8	88.88
3	2	3	3	8	88.88
4	3	3	3	9	100
5	3	3	2	8	88.88
6	3	3	2	8	88.88
7	3	3	3	9	100
8	3	2	3	8	88.88
9	2	3	3	8	88.88
10	2	3	3	8	88.88
11	3	3	3	9	100
12	3	3	2	8	88.88
13	3	3	3	9	100
14	3	3	3	9	100
15	3	3	3	9	100
16	3	3	3	9	100
17	3	3	2	8	88.88
18	3	3	2	8	88.88

(ต่อ)

เลขที่	รายการประเมิน			รวมคะแนน	คิดเป็นร้อยละ
	ความรับผิดชอบ	ความซื่อสัตย์สุจริต	ความมุ่งมั่นในการทำงาน	9 คะแนน	
	3	3	3		
19	3	3	3	9	100
20	3	3	3	9	100
21	2	3	3	8	88.88
22	3	3	2	8	88.88
23	2	3	3	8	88.88
24	3	3	3	9	100
25	3	3	2	8	88.88
26	3	3	2	8	88.88
27	3	3	3	9	100
28	3	2	3	8	88.88
29	2	3	3	8	88.88
30	2	3	3	8	88.88
31	2	3	3	8	88.88
32	2	3	3	8	88.88
33	2	3	3	8	88.88
34	3	3	3	9	100
35	2	3	3	8	88.88

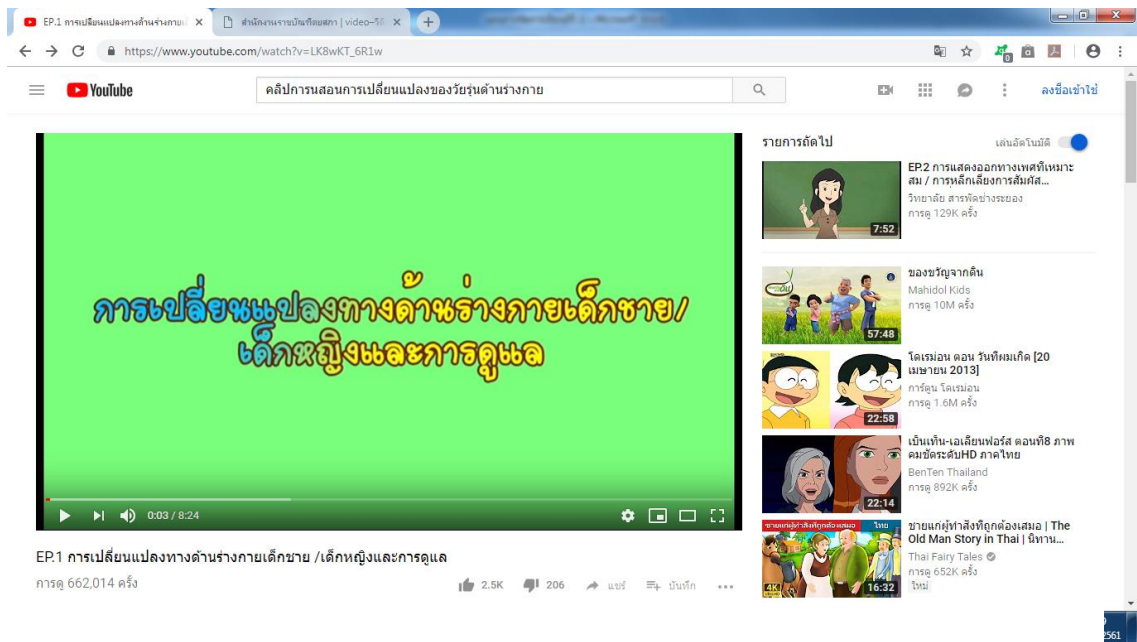
เกณฑ์การให้คะแนน ร้อยละ 80 ขึ้นไป ผ่านเกณฑ์



เกณฑ์การให้คะแนนสังเกตพฤติกรรมการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

รายการ	ระดับคุณภาพ		
	ระดับ 3	ระดับ 2	ระดับ 1
1. ความรับผิดชอบ	1. ทำงานที่รับมอบหมาย 2. มีการแบ่งงานตามบทบาทหน้าที่ 3. แสดงความคิดเห็นเสนอแนะตามบทบาทหน้าที่	1. ทำงานที่รับมอบหมาย 2. ไม่มีการแบ่งงานตามบทบาทหน้าที่ 3. แสดงความคิดเห็นเสนอแนะไม่เป็นไปตามบทบาทหน้าที่	1. ทำงานตามที่รับผิดชอบ 2. ไม่มีการแบ่งงานตามบทบาทหน้าที่ 3. ไม่แสดงความคิดเห็นตามบทบาทหน้าที่
2. ความซื่อสัตย์สุจริต	1. มีความซื่อสัตย์ 2. ตั้งใจปฏิบัติงานเต็มที่ 3. ทำงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริต	1. มีความซื่อสัตย์ 2. ตั้งใจปฏิบัติงานตามหน้าที่ 3. มีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ในการทำงานบางครั้ง	1. ไม่มีความซื่อสัตย์ 2. ไม่ปฏิบัติงานตามที่ได้รับมอบหมาย 3. มีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ในการทำงานน้อย
3. ความมุ่งมั่นในการทำงาน	1. ช่วยเหลืองานกลุ่ม 2. รับผิดชอบในงานกลุ่มสม่ำเสมอ 3. มีจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น	1. ช่วยเหลืองานกลุ่ม 2. รับผิดชอบในงานกลุ่มแต่ไม่สม่ำเสมอ 3. ไม่มีจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น	1. ช่วยเหลืองานกลุ่มบ้าง 2. รับผิดชอบในงานกลุ่มน้อย 3. ไม่มีจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น

## ภาพแสดงวีดิทัศน์ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเด็กชาย / เด็กหญิงและการดูแล



EP.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเด็กชาย / เด็กหญิงและการดูแล

การดู 662,014 ครั้ง

2.5K 206

รายการถัดไป

- EP2 การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสม / การหลีกเลี่ยงการสัมผัส...  
วิรัชชาลัย สารพัดช่างระยอง  
การดู 129K ครั้ง
- ของขวัญจากถิ่น Mahidol Kids  
Mahidol Kids  
การดู 10M ครั้ง
- โตเรียน ตอน: วันที่ยี่สิบ (20 เมษายน 2013)  
การ์ตูน โตเรียน  
การดู 1.6M ครั้ง
- เบ็นเท็น-เวเลี่ยนฟอสส์ ตอนที่8 ภาพคมชัดระดับHD ภาคไทย  
BenTen Thailand  
การดู 892K ครั้ง
- ชายแก่ผู้ทำสิ่งที่ถูกต้องเสมอ | The Old Man Story in Thai | นิทาน...  
Thai Fairy Tales  
การดู 652K ครั้ง

ที่มา : [https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT\\_6R1w](https://www.youtube.com/watch?v=LK8wKT_6R1w)