



ลูกสาวเพชร

เพื่อเป็นสื่อประสานสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน
ปีที่ 18 ฉบับที่ 3 ปีการศึกษา 2553

โรงเรียนได้รับการรับรองมาตรฐานคุณภาพการศึกษาจาก สมศ.
ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับดีมาก ด้านปฐมวัยและประถมศึกษา



สำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน

ขอเสนอเกียรติบัตรฉบับนี้ให้กับคุณผู้ว่า

โรงเรียนกลับเพชรศึกษา

มีผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาติด้านพื้นฐาน (O-NET) ปีการศึกษา 2552

ระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ระดับเหรียญทองแดง

ขอให้พัฒนาคุณภาพการศึกษาให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

ให้ไว้ ณ วันที่ ๓ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๓



(นายสุวิทย์ ธีรธรรม)

ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน
กระทรวงศึกษาธิการ กรุงเทพมหานคร

นางเพ็ญธนา ดำรงคดีราษฎร์
ผู้อำนวยการโรงเรียนกลับเพชรศึกษา

เข้ารับมอบเกียรติบัตร จากสำนักงาน
คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน
รางวัลผลการทดสอบ การศึกษาระดับชาติขั้นพื้นฐาน
(O-NET) ปีการศึกษา 2552

"ระดับเหรียญทองแดง"

วันที่ 3 กันยายน 2553

ณ โรงแรมแอมบาสซาเดอร์กรุงเทพมหานคร



โรงเรียนกลับเพชรศึกษา

www.klubpet.ac.th

พ่อบอกเสมอให้เราคิดดี ทำดี

พ่อบอกให้เรา....เป็นคนดี



พ่อบอกว่า

หนังสือเป็นอมสิน

เป็นคล้ายๆ ธนาคารความรู้...

เป็นสิ่งที่จะทำให้ มนุษย์ก้าวหน้าได้



พ่อบอกว่า....คนเราจะต้องรับและจะต้องให้

ช่วยที่ไหนหรือใครได้ก็ช่วย...

ด้วยจิตใจที่เผื่อแผ่โดยแท้



สารบัญ

ข่าวสารถึงผู้ปกครองน้องปฐมวัย	4
ข่าวสารถึงผู้ปกครองพี่ประถมศึกษา	5
ประมวลภาพกิจกรรม	6
สรรหาสารพัน (ของฝากจากห้องธุรการ)	10
กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย	11
มุมคนเก่ง	12
สาระนั้นรู้ (ข้อสังเกตว่าลูกคิดเกมส์แล้วหรือยัง?)	14

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา		
ธนาคาร	วราหะกิจ	ผู้รับใบอนุญาต
ธนพงศ์	วราหะกิจ	ผู้จัดการ
เพ็ญธนา	ดำรงคดีราษฎร์	ผู้อำนวยการ
เน่งน้อย	อัมพรพงศ์	ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานสำนักงานวิชาการ
คณะทำงาน		
สุริรัตน์	บันทรรัตน์	ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานหลักสูตรและการเรียนการสอนระดับการศึกษาปฐมวัย
ปิยะรัตน์	จิ๋วเจริญ	ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานหลักสูตรและการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา
อัญชลี	รินระวัฒน์	ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานคุณลักษณะผู้เรียน
เน่งน้อย	พินทอง	รองผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
จันจิรา	แสงแก้ว	เจ้าหน้าที่งานประชาสัมพันธ์

บทบรรณาธิการ

สวัสดิ์ค่ะ ท่านผู้ปกครองและนักเรียนทุกคน

จุลสารฉบับนี้เป็นฉบับที่ 3/2553 ซึ่งเป็นช่วงใกล้ปิดเทอมภาคเรียนที่ 1 แล้วโอกาสนี้เราชาวชมพูฟ้าขอแสดงความยินดีกับคณะผู้บริหาร ครูและนักเรียนที่โรงเรียนของเรา ได้รับรางวัลเหรียญทองแดง จากผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาติ (O-NET) ในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นปีที่ 2 แล้ว

นอกจากนี้เรามีนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ได้รับรางวัลชมเชยระดับภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก จากภาพวาดระบายสีด้านสิ่งแวดล้อมนานาชาติ สำหรับเด็ก ครั้งที่ 19 หัวข้อ "ความหลากหลายทางชีวภาพทางธรรมชาติ" จากองค์การสิ่งแวดล้อมโลก หรือUNEP ร่วมกับมูลนิธิ Global Peach and Environment (FGPE) แห่งประเทศญี่ปุ่น เบเบอร์ และนิคอน คอปอร์เรชั่น

สุดท้ายนี้ช่วงปิดภาคเรียนนี้คุณครูขอให้เด็กนักเรียนเที่ยวพักผ่อนกับครอบครัวอย่างมีความสุข เจอกันใหม่ภาคเรียนที่ 2 กับจุลสารเพชรฉบับต่อไป

ข่าวสารถึงผู้ปกครองน้องปฐมวัย



โดยนางสาวสุวิรัตน์ พันทรรัตน์
ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการระดับการศึกษาปฐมวัย

สวัสดีค่ะ ท่านผู้ปกครองทุกท่าน

ฉบับนี้ครูยุ้ยมีเรื่องราวดีๆ เกี่ยวกับการพัฒนาลูกๆ มาฝากท่านผู้ปกครอง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมอง ซึ่งทางโรงเรียนได้ฝึกทักษะด้านต่างๆ ตลอดจนกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาสมองของเด็กๆ อยู่ทุกวัน ดังนั้น ทางโรงเรียนหวังเป็นอย่างยิ่งที่จะได้รับความร่วมมือในการพัฒนาลูกๆ ของท่านที่บ้านด้วยเช่นกัน ท่านผู้ปกครองลองเรียนรู้ขั้นตอนของการเรียนรู้ของสมองของเด็กดูนะคะ จะเป็นได้ว่า ทำได้ไม่ยากเลย

ลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ของสมอง

1. **การเชื่อมโยงสิ่งที่จะเรียนรู้ใหม่** กับสิ่งที่รู้มาก่อนแล้ว หรือความรู้เบื้องต้นที่มีอยู่แล้วในสมองเป็นสิ่งสำคัญ เด็กจะนำสิ่งใหม่เชื่อมเข้ากับสิ่งที่อยู่ในสมองของเขาเอง ตามฐานและประสบการณ์เดิมของแต่ละคน เป็นพื้นฐานเพื่อจะให้ได้ความคิดรวบยอด ทักษะ และความรู้ใหม่ซึ่งจะประมวลกันขึ้นเป็นเรื่องใหม่ที่จะเรียนรู้
2. **การศึกษา ทดลอง ทำซ้ำ** ทำให้สมองรู้จัก ค้นเคยกับความคิดรวบยอด ทักษะ และความรู้ใหม่ที่รับเข้ามานั้น
3. **การศึกษา ทดลอง และทำซ้ำๆ ให้มากยิ่งขึ้น** ทำให้เข้าใจความคิดรวบยอด ทักษะและความรู้ใหม่ได้
4. **การทำซ้ำมากขึ้น หรือพัฒนาต่อเนื่อง** ด้วยการอ่าน การฟังบรรยาย หรือการศึกษาเพิ่มเติม ฯลฯ เป็นกระบวนการทำให้เกิดความเข้าใจมากขึ้น พัฒนาให้สามารถสะท้อน วิเคราะห์อธิบายเปรียบเทียบ ความคิดรวบยอด ทักษะ และความรู้ใหม่หรือเรื่องที่กำลังเรียนรู้นี้ กับเรื่องอื่นๆ ได้เป็นการเริ่มสู่ระดับการคิดสร้างสรรค์
5. **การใช้ความคิดรวบยอด ทักษะ และความรู้ใหม่** ไปในการประยุกต์ใช้ในเรื่องต่างๆ ในชีวิต เป็นการผสมผสานสิ่งที่รู้ เข้ากับเรื่องที่ได้เรียนรู้อื่น ๆ นำไปสู่การมีความคิดระดับสูงขึ้นและสร้างสรรค์
6. **การจัดเกลาและปรับปรุงผลงาน** (จากการประเมินตนเอง จากการวิจารณ์โดยผู้อื่นในเชิงสร้างสรรค์) ทำให้สามารถควบคุมและเข้าใจความคิดรวบยอด ทักษะ และความรู้ใหม่นั้นได้ดีเยี่ยมยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นพื้นฐานสำหรับการเรียนรู้ระดับสูงขึ้นไป

ที่มา: เดิมเต็มครูปฐมวัย... ด้วยหัวใจ BB2 มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้

จากข้อมูลที่ท่านผู้ปกครองได้อ่านมาข้างต้น ครูยุ้ยคิดว่าเมื่อโรงเรียนทำกิจกรรมต่างๆ และทางบ้านให้ความร่วมมือในการทบทวนลูก ลูกๆ ของเราจะมีพัฒนาสมองไปในทางที่ดียิ่งขึ้นต่อไปในอนาคตค่ะ พบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ

ข่าวสารถึงผู้ปกครองผู้ประถมศึกษา

โดยนางปิยะรัตน์ จิวเจริญ
ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานหลักสูตร
และการเรียนการสอนระดับประถมศึกษา



ครูก็มีโอกาสได้มาทักทายกับผู้ปกครองและนักเรียนอีกแล้วนะคะ ด้วยรักและห่วงใยในเรื่องการเรียนรู้ของนักเรียนในระดับประถมศึกษาทุกคน ฉบับนี้ครูก็มีเทคนิคการเรียนรู้ที่ดีขึ้นได้ง่ายนิดเดียว สามารถฝ่าอุปสรรคการเรียนรู้สู่ความสำเร็จอ่านดูนะคะและฝึกปฏิบัติ

1. ตั้งใจเรียน เมื่อไม่เข้าใจต้องถาม ถามใครหรือคะ? ก็ถามครูประจำวิชา นั่นละดีที่สุด คุณครูยินดีช่วยเหลืออยู่แล้ว อย่าเก็บความสงสัยเอาไว้ในใจ มีแต่ผลเสียไม่มีผลดีแน่นอน
 2. วางแผนแบ่งเวลา จะช่วยให้เด็กกำหนดแนวทางได้ว่าต้องทำอะไรบ้างในแต่ละวันและพยายามทำให้ได้ตามเป้าหมาย เช่น เมื่อถึงบ้านอาจช่วยคุณพ่อคุณแม่ทำงานบ้านก่อนจากนั้นอาบน้ำ รับประทานอาหารเย็นให้เสร็จ ลงมือทำการบ้านแล้วจึงอ่านหนังสือ เป็นต้น
 3. ทำการบ้าน ลงแบบฝึกหัดด้วยตนเองจะช่วยให้เข้าใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น
 4. อ่านหนังสือล่วงหน้า ทบทวนสิ่งที่เรียนมาโดยเฉพาะหัวข้อที่นักเรียนคิดว่ายากหรือยังไม่ค่อยเข้าใจ การอ่านหนังสือ ควรหาสถานที่เงียบสงบ เพื่อจะได้มีสมาธิในการอ่านและไม่ควรทำอย่างอื่นขณะอ่านหนังสือ ไม่ว่าจะเป็นโทรศัพท์ หรือแม้แต่คุุยโทรศัพท์ เพราะจะทำให้เสียสมาธิ
 5. จดโน้ตทบทวนความจำ การจดโน้ตย่อ เป็นวิธีที่จะช่วยทำให้จำได้ง่ายขึ้นแต่ไม่ควรลอกตามหนังสือทั้งหมด เพราะจะได้ประโยชน์อะไรเลย นักเรียนควรสรุปเนื้อหาหรือประเด็นสำคัญต่างๆ ตามความเข้าใจ เพื่อเอาไว้ทบทวนความจำก่อนเข้าห้องสอบ
- จากข้อมูลที่อ่านมาข้างต้นนี้ ครูก็ขอทิ้งท้ายไว้กับบทกลอนบทนี้นะคะ

การเรียนแม้เหนื่อยยาก ขอมลำบากอย่าท้อถอย
สุดทางที่รอคอย คืออนาคตอันงดงาม

ประมวลภาพกิจกรรม

การเรียนรู้อาชีพของน้องๆ ปฐมวัยปีที่ 1 วันที่ 26 สิงหาคม 2553 ณ โรงเรียนกลีบเพชรศึกษา



(อาชีพการทำสวนยางพารา)



(อาชีพรับราชการตำรวจ)



(อาชีพพยาบาล)

โครงการครอบครัวสัมพันธ์ ของน้องๆ ปฐมวัยปีที่ 3 วันที่ 27 สิงหาคม 2553 ณ ค่ายกรมหลวงสงขลานครินทร์





กิจกรรมแข่งขันทักษะปฐมวัยปีที่ 3 วันที่ 6 สิงหาคม 2553 ณ สนามโรงเรียนกลับเพชรศึกษา



กิจกรรมแข่งขันทักษะปฐมวัยปีที่ 2 วันที่ 31 สิงหาคม 2553 ณ สนามโรงเรียนกลับเพชรศึกษา

การเรียนรู้วิชาเรียนระดับประถมศึกษา



การเรียนรู้สถานศึกษา (ตลาดสด และสิวิวัฒน์ซูเปอร์มาร์เก็ต)
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5 วันที่ 15 กรกฎาคม 2553



การเรียนรู้การประดิษฐ์จรวดขวดน้ำ ณ โรงเรียนกลับเพชรศึกษา
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 วันที่ 12-16 กรกฎาคม 2553

**กิจกรรมบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้ (เกี่ยวกับประวัติบุคคลสำคัญ)
สวนประวัติศาสตร์พลเอกเปรม ติณสูลานนท์ วันที่ 31 สิงหาคม 2553
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-5**



**การเยี่ยมชมห้องประวัติ
ของพลเอกเปรม ติณสูลานนท์**



**การเรียนรู้พันธุ์ไม้
ในเขตป่าชายเลน**



**คุณครูและนักเรียนถ่ายภาพร่วมกัน
ณ สวนประวัติศาสตร์พลเอกเปรม ติณสูลานนท์**

**ผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษาเอกชนจังหวัดสงขลา
นายทรงพล ขวัญชื่น เป็นประธานในพิธีเปิด
กิจกรรมการแข่งขันกีฬาพื้นบ้าน
วันที่ 20 สิงหาคม 2553 ณ สนามโรงเรียนกลับเพชรศึกษา**



ผู้อำนวยการโรงเรียนกลับเพชรกล่าวรายงาน



นายทรงพล ขวัญชื่น เป็นประธานในพิธี



ครู นักเรียน ผู้ปกครอง
ร่วมกันออกทําลึงกายด้วยซูลาฮูป



คุณครูร่วมสนุกกับเก้าอี้ดนตรี



สรุปรหัสสารพัน (ของฝากจากห้องผู้รกร) **หลัก ๘ ประการของการดูแลสุขภาพ**

๑. รับประทานอาหาร อย่างถูกต้องเหมาะสม

อาหารเช้า สำคัญมากเพราะช่วงเช้าร่างกายขาดน้ำตาล ถ้าไม่รับประทานอาหารเช้าจะเกิดภาวะขาดน้ำตาลซึ่งจะมีผลทำให้ความคิดตื้อตันไม่ปลอดโปร่ง วิตกกังวล ใจสั้น อ่อนเพลีย หงุดหงิด ไม่โหง่่าย มือเช้ารับประทานได้เช้าที่สุดยิ่งดี (ระหว่างเวลา ๐๖.๐๐-๐๗.๐๐ น.) เพราะท้องว่างมานาน หากยังไม่มีอาหารให้ดื่ม น้ำอุ่นหรือน้ำข้าวอุ่นๆ ก่อน ควรทานข้าวต้มร้อนๆ จะช่วยให้ย่อยต่อการขับถ่ายอุจจาระ ถ้าจำเป็นต้องรับประทาน (สาย) ใกล้เคียงอาหารมื้อกลางวันอย่ารับประทานมาก

อาหารเพล (อาหารมื้อกลางวัน) ควรเป็นอาหารหนัก เช่น ข้าวสวย พร้อมกับข้าวครบ ๕ หมู่ เพราะร่างกายต้องใช้พลังงานมาก และควรรับประทานให้เพียงพอแก่ความต้องการของร่างกาย

๒. ขับถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะ สม่าเสมอทุกวัน

๓. ใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสม กับฤดูกาล เช่น หน้าหนาวก็ใส่เสื้อผ้าหนาๆ สวมหมวก ถุงมือ ถุงเท้า ขณะนอนตอนกลางคืนควรห่มผ้าปิดถึงอก

๔. ออกกำลังกาย ควรออกกำลังกายกลางแจ้งทุกวัน

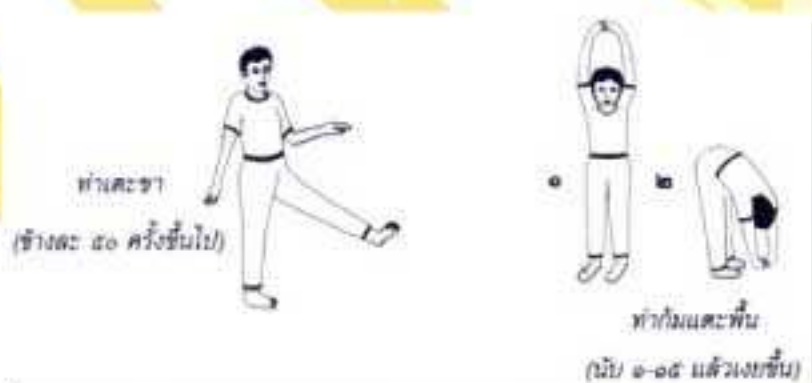
๕. รักษาความสะอาดของสถานที่พักอาศัย เพื่อช่วยให้สิ่งแวดล้อมดี อากาศดี

๖. รักษาอารมณ์ให้ปลอดโปร่ง แจ่มใสตลอดทั้งวัน และอย่าลืมนั่งสมาธิทุกวัน

๗. พักผ่อนให้เพียงพอ เหมาะสมกับเพศและวัยไม่ควรนอนดึกเกิน ๒๒.๐๐ น. ติดต่อกันหลายวัน

๘. มีท่าทาง และอิริยาบถที่ถูกต้องเหมาะสม ในการทำงานในชีวิตประจำวัน

การออกกำลังกายทำพื้นฐาน

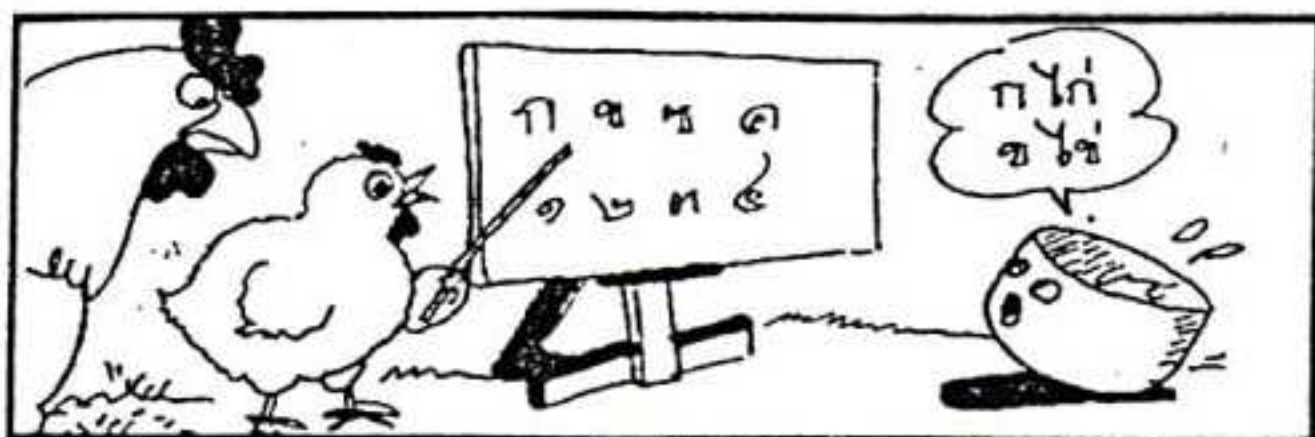


กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย

จำนวนไทย

นางสาวกนกมล คงประดิษฐ์
(ครูแก้ว)

ภาพปริศนาคำทายเหล่านี้ บอกใบ้จำนวนคำฟังเพียวว่าอย่างไรเอ่ย
เขียนคำที่แก้ปริศนาได้ ลงในช่องตารางใต้ภาพให้ถูกต้องนะคะ



ก		ข						ค
ด		๒			๓			๔

นำสิ่งที่ตนเองยังไม่ชำนาญไปแนะนำผู้อื่น



เ	ล				ก		ข
			ป		๒		
					๓		๔

ไม่ชอบแต่ก็ยังไปยุ่งเพื่อหวังผล

ปล. แล้วรอฟังคำตอบกับครูแก้วนะคะ งานนี้มีรางวัล

บุคคลเก่ง



- เด็กชายอภิสิทธิ์ กลิ่นจันทร์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/2 ได้รับรางวัลชมเชย ระดับภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิกจากภาพวาดระบายสีด้านสิ่งแวดล้อมนานาชาติ สำหรับเด็ก ครั้งที่ 19 หัวข้อ "ความหลากหลายทางชีวภาพทางธรรมชาติ" จาก องค์การสิ่งแวดล้อมโลก หรือ UNEP ร่วมกับมูลนิธิ Global Peace and Environment (FGPE) แห่งประเทศญี่ปุ่น เบเยอร์และนิคอน คอปอร์เรชั่น วันที่ 30 เมษายน 2553

- เด็กชายธนบดีนทร์ จันทร์ประดิษฐ์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5/1 ได้รับรางวัลรองชนะเลิศ อันดับ 2 จากการแข่งขันวาดภาพด้วย คอมพิวเตอร์ (โปรแกรม Paint) ระดับประถมศึกษา ณ มหาวิทยาลัยทักษิณ จังหวัดสงขลา วันที่ 17 สิงหาคม 2553



- เด็กชายสราวุธ อ่อนมนินทร์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 ได้รับรางวัลชนะเลิศ จากการแข่งขันกอล์ฟ สิงห์สตูล บริษัท สิงห์คอร์ปอเรชั่น จำกัด และ รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 จากการแข่งขันกอล์ฟ การกุศลทัพเรือภาคที่ 2 วันที่ 8 สิงหาคม 2553 และ วันที่ 29 สิงหาคม 2553 ณ สนามกอล์ฟ หาดใหญ่ รีสอร์ท แอนด์ กอล์ฟคลับ

- เด็กชายอณากร สีดำ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2
ได้รับรางวัลชนะเลิศ
- เด็กชายสัญลักษณ์ ยีหวังเจริญ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4/2
ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1
- เด็กหญิงนฤดา สนธิยานนท์
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1
ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2
- เด็กชายนฤเบศร์ ว่องบุญเลิศ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2
ได้รับรางวัลชมเชย



จากการเขียนเรียงความ "Super Mom... สุดยอดแม่" เนื่องในโอกาสวันแม่แห่งชาติ ประจำปี 2553
โครงการ "3BB Love Super Mom" บริษัท ทริปเบิ้ลที บรอดแบนด์ จำกัด (มหาชน) วันที่ 25 สิงหาคม 2553

นักกีฬาเทควันโด



- เด็กหญิงปิยะฉัตร โต๊ะขุนน้ย
ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2
ยุวชนหญิง อายุ 9-10 ปี รุ่น A (-24) มือเก่า

- เด็กหญิงปิยะธิดา โต๊ะขุนน้ย
ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 3
ยุวชนหญิง อายุ 9-10 ปี รุ่น D (30-33) มือเก่า



การแข่งขัน "กระบี่อันดามัน แชมเปียนชิพ" ครั้งที่ 4 ประจำปี 2553
ซึ่งถ้วยพระราชทานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ วันที่ 27-28 สิงหาคม 2553



นางอัญชลี รื่นระวัฒน์ (แม่เอี้ยด)

ผู้ช่วยผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการงานคุณลักษณะผู้เรียน

ข้อสังเกตว่าลูกติดเกมส์แล้วหรือยัง?

ข้อสังเกตสำหรับพ่อแม่ว่าลูกติดเกมส์เข้าขั้นต้องแก้ไขแล้วหรือยัง ให้อ่านว่าลูกอยู่ในขอบข่ายต่อไปนี้หรือไม่

- o ใช้เวลาในการเล่นเกมส์ครั้งละไม่ต่ำกว่า 3 ชั่วโมง หรือเล่นอย่างหามรุ่งหามค่ำ
- o ความรับผิดชอบลดลง ทั้งเรื่องการเรียนรู้การใช้ชีวิตประจำวัน เช่น เล่นจนไม่ยอมนอน ไม่ยอมเรียน ไม่ยอมทำการบ้านหรือดูหนังสือ ไม่ยอมรับประทานอาหารร่วมกับสมาชิก ในครอบครัว ฯลฯ
- o แอบลุกขึ้นมาเล่นเกมส์ตอนดึก ๆ
- o ผลการเรียนตกลงเพราะหมกมุ่นแต่เรื่องเกมส์
- o มีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเกมส์ เช่น ใช้เงินไปกับการซื้อเกมส์หรือเล่นเกมส์มากขึ้น
- o พฤติกรรมก้าวร้าวแสดงอารมณ์ หรือแสดงความไม่พอใจ หงุดหงิด วิตกกังวลเมื่อบอกให้หยุดเล่นเกมส์
- o ไม่สนใจกิจกรรมที่เคยชอบหรือเคยทำเป็นกิจวัตร เช่น เลิกเล่นกีฬา เลิกดูทีวี เลิกดูหนัง ปฏิเสธการไปเที่ยวกับเพื่อนๆ หรือกับสมาชิกในบ้าน
- o มีผลกระทบต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนๆ และสมาชิกในครอบครัว คือจะเอาเวลาส่วนใหญ่ไปเล่นเกมส์มากกว่าจะพูดคุยกัน
- o ควบคุมตัวเองไม่ได้ที่จะเข้าไปเล่นเกมส์ เช่น ตื่นนอนขึ้นมาก็เล่นเกมส์ พอกลับถึงบ้านก็ตรงไปที่เครื่องเล่นเกมส์ หรือ เครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกมส์เป็นอันดับแรก หรือต้องออกไปเล่นเกมส์ที่อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เป็นต้น และไม่สามารถควบคุมตนเองให้เล่นในเวลาที่กำหนด ทำให้เล่นติดต่อกันหลาย ชั่วโมง หรือเล่นนานขึ้นเรื่อยๆ
- o ลูกครุ่นคิดถึงแต่เรื่องเล่นเกมส์ ปิดบังหรือโกหกเกี่ยวกับการใช้เวลาในการเล่นเกมส์ที่แท้จริง

แนวทางการช่วยเหลือ



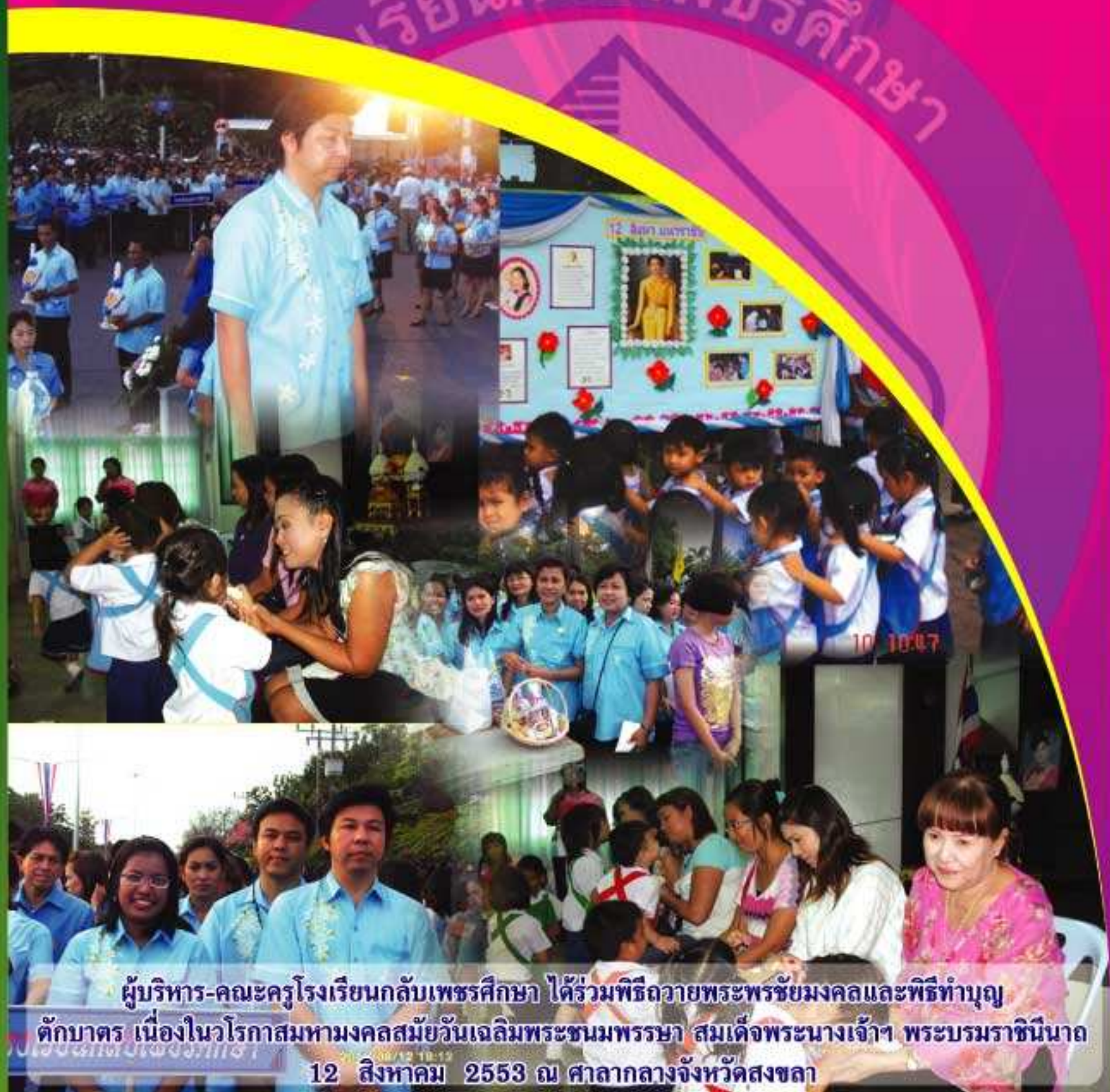
เคยมีนักวิชาการหลายๆ ท่านกล่าวว่า การที่เด็กติดเกมส์เป็นเพราะพ่อแม่ ผู้ปกครองไม่ได้ตัดไฟแต่ต้นลม ไม่ได้กำหนดกติกาหรือฝึกให้ลูกมีวินัย เมื่อปล่อยเวลาเนิ่นนานไปทำให้ลูกเคยชินกลายเป็นติดเกมส์จริงๆ แล้วการที่เด็กติดเกมส์ เป็นเพราะขาดการยับยั้งชั่งใจ ขาดการควบคุมตนเองนั่นเอง

การช่วยเหลือลูกติดเกมส์ มีหลักเกณฑ์ว่าต้องค่อยเป็นค่อยไป ใช้เวลาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวได้ ที่สำคัญพ่อแม่ต้องเป็นกำลังสำคัญให้กับลูกไม่ว่าจะเป็นกำลังกายและกำลังใจ ซึ่งสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต ได้รวบรวมแนวทางการช่วยเหลือได้ ดังนี้

- o มีการพูดคุยตกลงกำหนดกติการ่วมกับระหว่างพ่อแม่ลูก ว่าเล่นเกมได้เวลาใดบ้าง มีการกำหนดรางวัลเมื่อทำได้และกำหนดการลงโทษเมื่อทำไม่ได้ กติกาต่างๆ ที่กำหนดขึ้นสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม
- o จัดให้มีกิจกรรมสร้างสรรค์ทดแทน เพื่อสนับสนุนให้ลูกได้กล้าแสดงออก และแสดงความสามารถพิเศษ เช่น ดนตรี กีฬา ทำอาหาร งานฝีมือ
- o มอบหมายงาน หรือกิจกรรมให้รับผิดชอบ เช่น ทำความสะอาดบ้าน ล้างจาน กรอกน้ำ รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น
- o พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ควรมีเวลาอยู่ร่วมกับลูกๆ พร้อมทั้งเป็นแบบอย่างในการสอนวิธีการหยุดเล่นเกมให้กับลูก
- o พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง ควรสังเกตพฤติกรรมของลูก หากพบว่าลูกสนใจเกมส์มาก พ่อแม่ต้องเข้าถึงลูกตามเข้าไปในโลกของลูก เข้าร่วมกิจกรรมเกมส์ แสดงความสนใจในสิ่งที่ลูกกำลังเล่นโดยไม่ตำหนิ
- o ซักถาม พูดคุย ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดกับลูก เกี่ยวกับเกมส์ การเรียน การเล่นกับเพื่อน ภาวะสังคมในปัจจุบัน ร่วมแบ่งปันความรู้สึกกับลูกว่าขณะเล่นเกม เราตกอยู่ใต้อิทธิพลของเกมส์ หากเราเล่นมากๆ เราอาจเสี่ยงพลาให้กับเกมส์ได้ ถ้ามองถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการใช้เวลาบางส่วนกับเกมส์
- o ร่วมกำหนดวางแผนเป้าหมายชีวิตของลูก เสนอแนะว่าเรายังมีสิ่งอื่นในชีวิตที่จำเป็นต้องทำ เช่น การเรียน
- o ร่วมกันจัดลำดับภารกิจในกิจวัตรประจำวัน ชวนลูกเข้าสู่กิจกรรมอื่นๆ ในบ้าน ปฏิบัติให้เสร็จก่อนแล้วจึงเล่นเกม
- o ให้คำชมเชยลูกเมื่อทำตามกติกา และให้กำลังใจเมื่อลูกเริ่มทำกิจกรรมอื่นทดแทน
- o พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเล่นเกมเป็น ขอเพียงมีเวลาอยู่ใกล้ลูก ดูเขาเล่นเกมและศึกษาหา ข้อมูลเนื้อหาเกมส์แต่ละเกมส์เป็นอย่างไร รู้จักเกมส์ยอดฮิตเพื่อจะได้พูดคุยกับลูกได้
- o สอนลูกให้มีวินัย รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมส์แต่แรก และร่วมกันกำหนดเงื่อนไขในการเล่นเกมส์
- o ควรมีกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับทำร่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูก อย่าให้เกมส์เป็นกิจกรรมเดียวที่ลูกทุ่มเทเวลาให้

ขอให้ทุกคนรอบคร้วมีความสงบสุข ด้วยรักและปรารถนาดี

.....สตรีใด.....ไหนเล่า.....เท่าเชอนี้
 เป็นผู้ทีลูกทุกคน.....บ่นรู้จัก
 เป็นผู้ทีมีพระคุณ.....การุณนั้ก
 เป็นผู้ทีสร้างความรัก.....สอนความดี
 เป็นผู้ที.....คอยสั่งสอน.....เอาใจใส่
 คอยห่วงใย.....เราทุกคน.....จนวันนี้
 เปรียบแสงทอง.....สว่างล้ำ.....นำชีวิ
 เธอคนนี.....คือ " แม่ ".....ของเราเอง



ผู้บริหาร-คณะครูโรงเรียนกลับเพชรศึกษา ได้ร่วมพิธีถวายพระพรชัยมงคลและพิธีทำบุญ
 ตักบาตร เนื่องในวโรกาสมหามงคลสมัยวันเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ
 12 สิงหาคม 2553 ณ ศาลากลางจังหวัดสงขลา