

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน

การงานอาชีพ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔-๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ม.๔-๖



ผู้เรียบเรียง

ผศ.ดร.สฤตย์พงษ์ มั่นหล้า
ผศ.เพ็ญพร ประมวลสุข
นายมนตรี สมไร่ชิง
นายปัญญา สังข์ภิรมย์
นางวรรณิ วงศ์พานิชย์
ผศ.ดร.ศุทธวดี เววา
นางศิริรัตน์ ฉัตรศิรินทร

ผู้ตรวจ

ผศ.ดร.เบญญา มะโนชัย
ผศ.จุฬารัตน์ ศรีเมืองใหม่
นางสาวพรศิริ ไกรดิษฐ์

บรรณาธิการ

นายสมเกียรติ ภูระหงษ์

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ

ปีที่พิมพ์ ๒๕๖๗

พิมพ์ครั้งที่ ๑

จำนวนพิมพ์ ๒๐,๐๐๐ เล่ม

ISBN : 978-616-606-028-7

รหัสสินค้า ๓๐๑๗๐๑๔

อักษร

www.aksorn.com

จัดพิมพ์และจำหน่ายทั่วประเทศโดย

บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจก. จำกัด

142 ถนนตะนาว เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร 10200

โทร. 0 2622 2999 (อัตโนมัติ 20 คู่สาย)

แฟกซ์: บริษัท ไทยรับเกล้า จำกัด โทร. 0 2903 9101-6

การงานอาชีพ ม.๕-๖

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕-๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

คำเตือน

หนังสือเล่มนี้ได้รับการคุ้มครองตาม พ.ร.บ. ลิขสิทธิ์ ห้ามมิให้ผู้ใด ทำซ้ำ คัดลอก เลียนแบบ ทำสำเนา ดัดแปลง จำลองงานจากต้นฉบับหรือแปลงเป็นรูปแบบอื่นในวิธีต่าง ๆ ทุกวิธีไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน โดยมิได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์ ถือเป็นการละเมิด ผู้กระทำต้องรับผิดชอบทั้งทางแพ่งและทางอาญา



คำนำ

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ เป็นกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่ช่วยพัฒนาให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง สามารถนำความรู้เกี่ยวกับการดำรงชีวิตและการอาชีพมาประยุกต์ใช้ในการทำงานอย่างมีความคิดสร้างสรรค์และแข่งขันในสังคม ไทยและสากล เห็นแนวทางในการประกอบอาชีพ รักการทำงาน และมีเจตคติที่ดีต่อการทำงาน สามารถ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างพอเพียงและมีความสุข

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน การงานอาชีพ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕-๖ เป็นสาระเกี่ยวกับ กระบวนการทำงานในชีวิตประจำวัน เพื่อช่วยเหลือตนเอง ครอบครัว และสังคมได้ในสภาพเศรษฐกิจ ที่พอเพียง ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม เน้นการปฏิบัติจริง จนเกิดความมั่นใจและภูมิใจในผลสำเร็จของงาน เพื่อให้ค้นพบความสามารถ ความถนัด ความสนใจของตนเอง และการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่ โลกอาชีพ

ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ จะมีตัวชี้วัดระหว่างทางและ**ตัวชี้วัดปลายทาง** ให้นักเรียนทราบถึง สิ่งที่ต้องบรรลุ มีสาระสำคัญเพื่อให้ทราบถึงแนวคิดหลักที่จะได้จากการเรียนรู้ในหน่วยการเรียนรู้ นั้น ๆ กรอบเคล็ดลับที่จะทำให้เทคนิควิธีการทำงานได้ง่ายขึ้น กรอบเสริมสาระที่จะให้ความรู้เสริมเพิ่มเติมจาก หนังสือเรียน และทุกท้ายหน่วยการเรียนรู้ยังมีกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) เพื่อให้ นักเรียนได้นำความรู้ไปลงมือปฏิบัติจริงจนเกิดผลงาน รวมถึงบรรลุสมรรถนะสำคัญตามที่กำหนดไว้

คณะผู้เรียบเรียงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียนเล่มนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการนำไปใช้ ประกอบการจัดการเรียนการสอนของสถานศึกษาทุกแห่ง ช่วยให้ผู้เรียนได้รับความรู้ มีทักษะ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตลอดจนบรรลุตัวชี้วัดตามที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ได้กำหนดไว้ทุกประการ

คณะผู้เรียบเรียง



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑



การดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้าน

๔-๒๓

๑. ทักษะในการดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้าน
๒. การดูแลรักษาและทำความสะอาดบ้าน
๓. การจัดตกแต่งบ้าน
๔. การดูแลรักษาและจัดตกแต่งโรงเรียน

๕
๘
๑๔
๒๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒



อาหารและโภชนาการ

๒๔-๔๕

๑. ทักษะกระบวนการแก้ปัญหาในการประกอบอาหาร
๒. การเลือกซื้อและการเก็บอาหาร
๓. การประกอบอาหาร
๔. การถนอมอาหารและการแปรรูปอาหาร

๒๕
๒๖
๒๘
๓๖

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓



งานประดิษฐ์เอกลักษณ์ไทย

๔๖-๖๑

๑. ปัจจัยในการสร้างสรรค์งานประดิษฐ์
๒. คุณค่าของงานประดิษฐ์ที่เป็นเอกลักษณ์ไทย
๓. ประเภทของงานประดิษฐ์ที่เป็นเอกลักษณ์ไทย

๔๗
๔๙
๕๐

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔



เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

๖๒-๘๑

๑. ทักษะในการเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
๒. หลักการเลือกใช้เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย
๓. การเลือกซื้อเสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย และเครื่องประดับ
๔. การซ่อมแซม ตกแต่ง และดัดแปลงเสื้อผ้า

๖๓
๖๖
๗๐
๗๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕



งานช่างในบ้าน

๘๒-๙๙

๑. งานช่างในชีวิตประจำวัน
๒. ทักษะกระบวนการในการปฏิบัติงานช่าง
๓. เครื่องมือและอุปกรณ์ที่ใช้ในงานช่าง
๔. การปฏิบัติงานช่างในชีวิตประจำวัน

๘๓
๘๕
๘๖
๘๘

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖



การเพาะปลูกพืช

๑๐๐-๑๑๕

๑. ทักษะการจัดการในการเพาะปลูกพืช
๒. การเตรียมพันธุ์พืชและปัจจัยที่เกี่ยวกับการเพาะปลูก
๓. เครื่องมือ อุปกรณ์ และดินสำหรับการเพาะปลูกพืช
๔. การปลูกพืชแบบไร้ดิน

๑๐๑
๑๐๒
๑๐๗
๑๑๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗



การเลี้ยงสัตว์

๑๑๖-๑๒๙

๑. ทักษะที่ใช้ในการเลี้ยงสัตว์
๒. ประเภทของสัตว์เลี้ยง
๓. ปัจจัยที่มีผลต่อการเลี้ยงสัตว์
๔. การคัดเลือกพันธุ์ การขยายพันธุ์ และปัญหาในการเลี้ยงสัตว์

๑๑๗
๑๑๙
๑๒๐
๑๒๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘



งานธุรกิจ

๑๓๐-๑๔๓

๑. ทักษะในการดำเนินงานธุรกิจ
๒. คุณลักษณะที่ดีในการทำงาน
๓. การดำเนินการทางธุรกิจ
๔. การประกอบธุรกิจ

๑๓๑
๑๓๓
๑๓๓
๑๓๙

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙



งานอาชีพ

๑๔๔-๑๕๕

๑. โลกของอาชีพ
๒. แนวทางการเข้าสู่อาชีพ
๓. การเลือกใช้เทคโนโลยีในการประกอบอาชีพ
๔. การจัดประสบการณ์ในอาชีพ
๕. คุณลักษณะที่ดีต่ออาชีพ

๑๔๕
๑๔๖
๑๕๒
๑๕๓
๑๕๔

บรรณานุกรม

๑๕๖



ทักษะกระบวนการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต

การทำงานเป็นกิจวัตรที่ทุกคนต้องปฏิบัติ เพื่อประกอบอาชีพและสร้างรายได้แก่ตนเอง ทำให้คุณภาพชีวิตของตนดีขึ้น สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ทั้งยังทำให้มีกำลังและศักยภาพที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้ เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร องค์กรที่สังกัด สังคม ประเทศชาติ เพราะผลลัพธ์จากการทำงานก่อให้เกิดทักษะความชำนาญไปจนถึงสินค้าที่ตอบสนองต่อความต้องการของคนในสังคมได้

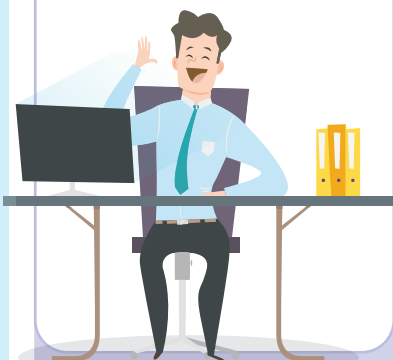
๑. ประโยชน์ของการทำงาน

ประโยชน์ของการทำงานมีหลายลักษณะ ทั้งที่เป็นประโยชน์โดยตรงต่อผู้ที่ทำงานนั้น ๆ และประโยชน์โดยอ้อมต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสามารถจำแนกได้ ดังนี้

ประโยชน์ของการทำงาน

ประโยชน์ต่อตนเอง

- ฝึกทักษะการทำงานต่าง ๆ และสร้างเสริมประสบการณ์แก่ผู้ทำงาน
- ค้นพบความถนัดที่สามารถพัฒนาไปเป็นอาชีพได้
- มีรายได้เลี้ยงตนเอง ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจ



ประโยชน์ต่อครอบครัว

- เป็นเครื่องมือหล่อหลอมทักษะการทำงาน ความร่วมมือร่วมใจ และวินัยแก่ครอบครัว
- ช่วยให้ครอบครัวมีความพร้อมในด้านต่าง ๆ เพื่อสร้างบุคลากรที่มีคุณภาพสู่สังคม



ประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ

- ประชากรในประเทศมีอาชีพสุจริต เลี้ยงตนเองได้ ลดปัญหาทางเศรษฐกิจที่กระทบต่อสังคม
- ขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศให้ทัดเทียมกับต่างชาติ
- สร้างบุคลากรที่มีทักษะความสามารถแก่ประชาคมโลก



๒. ทักษะ คุณสมบัติ และลักษณะอันพึงประสงค์ในการทำงาน

การทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นผู้ที่มีทักษะ คุณสมบัติ และลักษณะอันพึงประสงค์ในการทำงาน จำเป็นจะต้องรู้จักค้นคว้าหาความรู้และหมั่นฝึกฝนพัฒนาตนเองอยู่เสมอ โดยคำนึงถึงหลักการ ดังนี้

๑ หลักการทำงาน 6P

การมีทัศนคติเป็นบวก (Positive Thinking)

ยอมรับว่าปัญหาเป็นเรื่องธรรมดาและมีวิธีการแก้ไขได้

การมีจิตใจที่สงบ (Peaceful Mind)

เมื่อประสบปัญหา จะทำให้มีสติสัมปชัญญะคิดหาวิธีแก้ไข

การมีความอดทน (Patient)

รู้จักระงับอารมณ์ ควบคุมความรู้สึกเพื่อให้งานประสบความสำเร็จ

การตรงต่อเวลา (Punctual)

มีวินัยต่อตนเอง รักษาเวลา ส่งผลให้เกิดความน่าเชื่อถือ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ง่าย

การเป็นคนสุภาพ (Polite)

เคารพและให้เกียรติผู้อื่น มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

ความเป็นมืออาชีพในการทำงาน (Professional)

หมั่นแสวงหาความรู้ ฝึกฝนทักษะ และพัฒนาศักยภาพ จะทำให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่

๒ คุณธรรม จริยธรรม และลักษณะนิสัยที่ดีในการทำงาน

คุณธรรม จริยธรรม

ปฏิบัติตนถูกต้อง อยู่ใต้กรอบศีลธรรมและจริยธรรม เช่น ขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต มีน้ำใจ สุภาพเรียบร้อย มีวินัย มีความสามัคคี

เจตคติที่ดี

มีใจรักในงานของตน มองโลกในแง่ดี เมื่อประสบปัญหาหรืออุปสรรค มีความเชื่อมั่นว่าตนเองจะฝ่าฟันให้บรรลุเป้าหมายได้ อันจะก่อให้เกิดความภาคภูมิใจ

ลักษณะนิสัยที่ดีในการทำงาน

รู้จักวางแผนงาน มีหลักการและเหตุผล ทำงานอย่างรอบคอบ และมีความรับผิดชอบ ต่อหน้าที่

๓ การใช้พลังงานและทรัพยากรอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน

ลดปริมาณขยะ (Reduce)

ลดการใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีบรรจุภัณฑ์สิ้นเปลือง

นำมาใช้ซ้ำ (Reuse)

รู้จักหมุนเวียนนำของที่ใช้แล้วมาใช้ซ้ำ

ซ่อมแซม (Repair)

ปรับปรุง แก้ไข สิ่งของชำรุดให้กลับมาใช้ต่อได้

หลีกเลี่ยงสารเคมีต่าง ๆ (Reject)

ลดหรือเลิกใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีสารเคมีตกค้าง

แปรรูปนำกลับมาใช้ใหม่ (Recycle)

ใช้ผลิตภัณฑ์ที่ผลิตโดยกระบวนการรีไซเคิล

๔ ทักษะในการทำงาน

ทักษะการทำงานร่วมกัน

รับผิดชอบต่อหน้าที่ตนและให้ความเคารพต่อผู้อื่น

ทักษะการจัดการ

วางแผนและบริหารปัจจัยต่าง ๆ เพื่อให้งานมีคุณภาพ

ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา

วิเคราะห์เหตุของปัญหาและแก้ไขได้อย่างเหมาะสม

ทักษะการแสวงหาความรู้

ค้นคว้าข้อมูลและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ



การดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้าน

แนวคิดหลัก

บ้าน เป็นที่อยู่อาศัยและเป็นศูนย์รวมของสมาชิกในครอบครัวที่ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข สมาชิกทุกคนจะต้องช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดส่วนต่างๆ ของบ้าน โดยรู้จักเลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องใช้ในการทำความสะอาดให้เหมาะสมกับงาน จึงจะทำให้บ้านสะอาด สวยงาม เป็นระเบียบ และอยู่ในสภาพดี



ตัวชี้วัด

- สร้างผลงานอย่างมีความคิดสร้างสรรค์ และมีทักษะการทำงานร่วมกัน (มฐ. ง ๑.๑ ม.๔-๖/๒)
- มีทักษะการจัดการในการทำงาน (มฐ. ง ๑.๑ ม.๔-๖/๓)
- มีทักษะในการแสวงหาความรู้เพื่อการดำรงชีวิต (มฐ. ง ๑.๑ ม.๔-๖/๔)
- ใช้พลังงาน ทรัพยากร ในการทำงานอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน เพื่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (มฐ. ง ๑.๑ ม.๔-๖/๗)

สาระการเรียนรู้แกนกลาง

- ความคิดสร้างสรรค์มี ๔ ลักษณะ ประกอบด้วยความคิดริเริ่ม ความคล่องในการคิด ความยืดหยุ่นในการคิด และความคิดละเอียดลออ
- ทักษะการจัดการ เป็นการจัดระบบงานและระบบคน เพื่อให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การดูแลรักษา ทำความสะอาด จัดตกแต่งบ้าน และโรงเรียน
- ทักษะการแสวงหาความรู้เพื่อดำรงชีวิต ประกอบด้วย การศึกษาค้นคว้า รวบรวม สังเกต สืบค้น และบันทึก เช่น การดูแลรักษาบ้าน
- การใช้พลังงาน ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน เป็นคุณธรรมในการทำงาน

๑ ทักษะในการดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้าน



สิ่งใดสำคัญที่สุด
ในการจัดการ
งานในบ้าน

การดูแลรักษา จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียน เป็นการคิดและปฏิบัติงาน เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี เหมาะสมแก่การพักผ่อนหรือเรียนรู้ โดยอาศัยทักษะการจัดการและทักษะการแสวงหาความรู้ เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่นและมีระบบ โดยคำนึงถึงสภาพแวดล้อม และวิถีชีวิตจริง

๑.๑ ทักษะการจัดการ

การดูแลรักษา ทำความสะอาด จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนนั้น ต้องมีการวางแผนการจัดระบบงานและระบบคน เพื่อให้งานสำเร็จตาม กำหนดเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีแนวทางการจัดการ ดังนี้

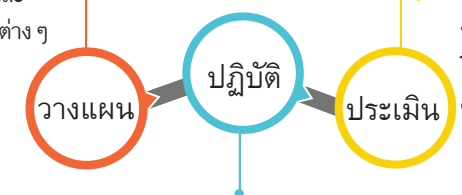


การจัดระบบงาน

เป็นการจัดสรรงานตามวิธีการดำเนินชีวิตเพื่อให้งานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ช่วยให้งานสามารถจัดระเบียบ มอบหมาย และจัดลำดับความสำคัญของงานได้ ทำให้งานสำเร็จเป็นไปตามแผนและกำหนดเวลาตามที่วางไว้ ดังแผนภาพที่ ๑.๑

การจัดและตกแต่งห้องนอน

วางแผนรูปแบบและ
เลือกองค์ประกอบต่าง ๆ
ให้สอดคล้องกับ
ความต้องการ



ประเมินความ
พึงพอใจต่องาน
โดยอาจมีการแก้ไข
ตกแต่งเพิ่มเติม

▲ แผนภาพที่ ๑.๑ หลักการจัดระบบงาน การจัดและตกแต่งห้องนอน



การจัดระบบคน

เป็นการจัดสรรบุคคลให้ปฏิบัติงานร่วมกันอย่างเหมาะสม และคำนึงถึงความสามารถในการทำงาน เช่น การจัดเวรทำความสะอาดห้องเรียน ต้องมีการแบ่งหน้าที่ให้นักเรียนแต่ละคนทำความสะอาด โดยการลบกระดาน กวาดพื้น ถูพื้น จัดโต๊ะ ทั้งขยะ อีกทั้งยังควรสื่อสารกันภายในกลุ่ม เพื่อกำหนดทิศทางให้มุ่งมั่นที่จะบรรลุเป้าหมายเดียวกัน และรับมือกับข้อจำกัดต่าง ๆ เช่น นักเรียนบางคนมีอาการแพ้ฝุ่น จึงมอบหมายให้จัดโต๊ะแทนการกวาดพื้น ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันจะส่งผลให้งานมีคุณภาพ และทำให้เกิดความเข้าใจความต่างของแต่ละบุคคลได้อีกด้วย

สาระการเรียนรู้

- ทักษะในการดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้าน
- การดูแลรักษาและทำความสะอาดบ้าน
- การจัดตกแต่งบ้าน
- การดูแลรักษาและจัดตกแต่งโรงเรียน

๑.๒ ทักษะการแสวงหาความรู้

งานบ้านถือเป็นงานที่มีหลายรูปแบบทั้งการทำความสะอาด การดูแลรักษา การจัดวาง และการตกแต่ง ซึ่งแต่ละรูปแบบก็มีหลักการ วิธีการ หรือแนวทาง รวมถึงขั้นตอนที่หลากหลาย และอาจมีรายละเอียดที่ซับซ้อนแตกต่างกันไป ดังนั้น อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า องค์ความรู้ต่าง ๆ ที่ต้องใช้ประกอบการทำงานในบ้าน เป็นองค์ความรู้ที่มีจำนวนมาก และมีความก้าวหน้า เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องศึกษาค้นคว้า แสวงหา และเรียนรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ ซึ่งการแสวงหาความรู้เพื่อการดูแลรักษา ทำความสะอาด และจัดตกแต่งบ้าน สามารถดำเนินการได้หลากหลายแนวทาง ดังนี้



การศึกษาค้นคว้า



เป็นการค้นหาข้อมูลอย่างถี่ถ้วนตามหลักการของเรื่องนั้น ๆ ซึ่งการทำงานในบ้านอาจใช้การศึกษาค้นคว้าในเรื่องการประดับตกแต่งห้องต่าง ๆ ภายในบ้านหรือโรงเรียน เช่น ศึกษาค้นคว้าวิธีการจัดตกแต่งห้องให้มีความเหมาะสมกับรสนิยม การใช้งาน หรือขนาดพื้นที่และลักษณะโดยรวมของบ้าน การตกแต่งห้องนั่งเล่นสไตล์งานไม้ การจัดห้องครัวให้ถูกสุขลักษณะ การจัดห้องนอนขนาดเล็กให้ดูมีพื้นที่มากขึ้น

การศึกษาค้นคว้าเรื่องดังกล่าว นอกจากจะต้องศึกษาหลักการพื้นฐานแล้ว ผู้ศึกษาควรให้ความสำคัญกับข้อมูลที่เป็นกลวิธีหรือเทคนิค ซึ่งจะช่วยให้เกิดมโนคติหรือแง่มุมที่หลากหลายมิติเพิ่มขึ้น

การรวบรวม



เป็นการสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการต่าง ๆ โดยมักนิยมใช้กับเรื่องที่มีข้อมูลหลากหลาย มีหลักการหรือวิธีการที่ต้องมากกว่า ๑ วิธี แล้วจึงนำมาผนวกรวมเป็นวิธีการที่เหมาะสมเฉพาะตน

การทำงานบ้านอาจใช้การรวบรวมองค์ความรู้ในเรื่องการทำความสะอาดบ้าน เนื่องจากในการทำความสะอาดบ้านเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลาและแรงงานมาก

หากต้องการย่นเวลา ลดการใช้แรงงาน หรือประหยัดทรัพยากรด้านอื่น ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการหรือเทคนิคการทำความสะอาดต่าง ๆ ที่รวบรวมไว้ก็นับเป็นองค์ความรู้อันเป็นประโยชน์ที่สามารถเลือกใช้ให้เหมาะสมกับบริบทสถานการณ์ขณะนั้นได้

การสังเกต



เป็นการตั้งใจค้นหาข้อมูล โดยอาจเป็นข้อมูลทั่วไปหรือเป็นเคล็ดลับที่แฝงอยู่ในวิธีการต่าง ๆ ซึ่งการทำงานในบ้านอาจใช้การแสวงหาความรู้โดยการสังเกตนี้กับการเลือกซื้อเลือกใช้อุปกรณ์หรือผลิตภัณฑ์ในการทำความสะอาด เช่น สังเกตผลลัพท์ที่ต้องมีการระบุรายละเอียดอย่างชัดเจน ตัวอย่างเช่น ชื่อผลิตภัณฑ์ ปริมาณสารสำคัญ เครื่องหมาย อย. สรรพคุณ คำเตือน วิธีการเก็บรักษา ข้อมูลของผู้ผลิต ผู้นำเข้าหรือผู้จำหน่าย สังเกตวัสดุที่ใช้ผลิต รูปลักษณ์ของอุปกรณ์ให้เหมาะสมกับรสนิยม ความสะดวกสบายในการใช้งาน ทั้งนี้ เพื่อให้ได้ของที่มีคุณภาพคุ้มค่าแก่ราคา

การสำรวจ



เป็นการตรวจสอบสิ่งของเครื่องใช้ วัสดุ อุปกรณ์ สถานที่ เวลา แรงงาน รวมถึงค่าใช้จ่ายและต้นทุนต่าง ๆ ที่ต้องใช้ในการทำงาน เพื่อให้มั่นใจว่าการปฏิบัติงานจะเกิดความราบรื่นและเรียบร้อย

การทำงานในบ้านอาจใช้วิธีการสำรวจนี้กับอุปกรณ์ทั้งที่ใช้ทำความสะอาดและที่ใช้ประดับตกแต่งว่า ยังมีสภาพสมบูรณ์พร้อมสำหรับใช้งานเสื่อมสภาพ ขาดุดเสียหาย หรือหมดสภาพใช้งานไม่ได้ เพื่อที่จะดำเนินการแก้ไข ซ่อมแซม หรือซื้อหามาทดแทนได้ทัน เช่น สำรวจผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดทุกชนิดที่ต้องใช้ก่อนลงมือทำความสะอาดประจำสัปดาห์ สำรวจจำนวนเก้าอี้ในห้องรับประทานอาหารและห้องนั่งเล่นให้เพียงพอต่อจำนวนสมาชิกที่จะเพิ่มขึ้นในช่วงวันหยุดเทศกาลสำคัญ สำรวจลักษณะนิสัย ความสามารถของสมาชิกแต่ละคนเพื่อกำหนดจัดสรรแรงงานในการปฏิบัติงานในบ้าน

การบันทึก



เป็นการจดข้อความเพื่อเตือนความจำ โดยอาจเป็นข้อมูลที่มีรายละเอียดซับซ้อน ยากแก่การจดจำ ข้อมูลที่ต้องการติดตามผลในระยะยาว หรือข้อมูลเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ ที่เสี่ยงต่อการหลงลืม

การทำงานในบ้านอาจใช้การบันทึกเพื่อกำหนดแผนการทำความสะอาด กล่าวคือ การทำงานบ้านแต่ละงานมีความถี่ในการปฏิบัติงานต่างกัน จึงควรมีการบันทึกเพื่อป้องกันการผิดพลาด หลงลืมในรายการที่ไม่ได้ปฏิบัติเป็นประจำ เช่น การทำความสะอาดเพดาน ๒ สัปดาห์ ต่อ ๑ ครั้ง การตัดตกแต่งกิ่งไม้ในสวนหน้าบ้าน ๑ เดือน ต่อ ๑ ครั้ง

๒ การดูแลรักษาและทำความสะอาดบ้าน

บ้านเป็นสถานที่ที่สมาชิกในครอบครัวใช้ชีวิตร่วมกัน บ้านของแต่ละคนอาจแตกต่างกันไปตามวิถีชีวิตและสภาพแวดล้อม แต่สิ่งที่ควรทำเหมือนกัน คือ สมาชิกควรช่วยกันรักษาความสะอาดของบ้าน เพื่อป้องกันเชื้อโรคต่าง ๆ ดังนั้น การมีความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์และวิธีการทำความสะอาดส่วนต่าง ๆ ของบ้าน จะช่วยทำให้บ้านสะอาด สวยงาม เป็นระเบียบเรียบร้อย และน่าอยู่ยิ่งขึ้น

๒.๑ อุปกรณ์ทำความสะอาดบ้าน

อุปกรณ์ในการทำความสะอาดบ้านเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เกิดความสะดวก จึงควรเลือกให้เหมาะสมกับงาน เพื่อให้ปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดความปลอดภัย โดยอุปกรณ์ในการทำความสะอาดบ้านมีหลากหลายชนิด และมีวิธีใช้งานที่แตกต่างกัน ดังตัวอย่าง

ไม้กวาดดอกหญ้า

- ทำจากดอกหญ้า ด้ามทำด้วยไม้ไผ่
- ใช้สำหรับกวาดพื้นแห้งและเรียบ

⚠️ หลังการใช้งาน ควรแขวนให้ปลายไม้กวาดอยู่สูงกว่าพื้นเล็กน้อย

ไม้กวาดขนไก่

- ทำจากขนไก่ ด้ามทำด้วยพลาสติก
- ใช้สำหรับปัดฝุ่นบนเฟอร์นิเจอร์ต่าง ๆ หรือตามฝาผนัง

⚠️ หลังการใช้งาน ควรสะบัดฝุ่นและเศษผงออกก่อนนำไปจัดเก็บ

หุ่นยนต์ดูดฝุ่น

- ทำจากพลาสติกที่มีความแข็งแรง ทนทานสูง และมีมอเตอร์ไฟฟ้า โดยใช้กลไกในการควบคุมการทำงาน
- ใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นที่เรียบ เก็บกวาดเศษฝุ่น เศษผง และเศษผม

⚠️ หลังการใช้งาน ถอดหัวแปรงทำความสะอาดและนำผ้าสะอาดเช็ดที่ตัวเครื่อง

ไม้กวาดไพลอน

- ทำจากเส้นใยไพลอน ด้ามทำด้วยพลาสติก
- ใช้สำหรับกวาดพื้นเรียบและพื้นคอนกรีต

⚠️ หลังการใช้งาน ควรสะบัดฝุ่นและเศษผงออกก่อนนำไปจัดเก็บ

ไม้กวาดเสี้ยนตาล

- ทำจากเสี้ยนตาล ด้ามทำด้วยไม้ไผ่
- ใช้สำหรับกวาดหยากไยบนที่สูง

⚠️ หลังการใช้งาน ไม่ควรวางฝืนแดด และไม่วางปลายไม้กวาดให้อยู่ด้านล่าง เพราะจะทำให้เสียรูปทรง

เครื่องถูพื้นและดูดฝุ่นแบบ 2 in 1

- ทำจากพลาสติกที่มีความแข็งแรง ทนทานสูง และมีมอเตอร์ไฟฟ้า
- ใช้สำหรับดูดฝุ่น สิ่งสกปรก และถูพื้นที่มีคราบสกปรกไปพร้อมกัน

⚠️ หลังการใช้งาน ถอดกล่องเก็บฝุ่นที่ฝุ่นทั้ง และถอดหัวแปรงทำความสะอาด

ไม้ถูพื้น

- ทำจากผ้า ด้ามทำด้วยพลาสติกหรือสแตนเลส
- ใช้สำหรับถูพื้นเรียบ เช่น พื้นไม้ พื้นกระเบื้อง

⚠️ หลังการใช้งาน ไม่ควรนำไปเก็บไว้ในที่ที่โดนแสงแดดและฝน เพราะจะทำให้ด้ามเป็นสนิมได้

แปรงขัด

- ทำจากลวด พลาสติก หรือไนลอน
- ใช้สำหรับขัดพื้นต่าง ๆ

⚠️ หลังการใช้งาน ควรผึ่งให้แห้ง ก่อนนำไปจัดเก็บ

เครื่องขัดคราบผนังแบบไร้สาย

- ทำจากพลาสติกที่มีความแข็งแรง ทนทานสูง และมีแบตเตอรี่
- ใช้สำหรับทำความสะอาดผนังและพื้นที่มีคราบสกปรกภายในห้องน้ำ

⚠️ หลังการใช้งาน ถอดหัวแปรงล้างทำความสะอาด เศษฝุ่นและคราบให้สะอาด แล้วตากให้แห้ง

เครื่องฟอกอากาศ

- ทำจากพลาสติกที่มีความแข็งแรง ทนทานสูง และมีมอเตอร์ไฟฟ้า
- ใช้สำหรับกรองฝุ่นขนาดใหญ่ ควันสัตว์ กำจัดฝุ่นละออง เชื้อไวรัส และสารก่อภูมิแพ้ในอากาศ

⚠️ หลังการใช้งาน ถอดแผ่นกรองและแผ่นคาร์บอนทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

น้ำยาล้างห้องน้ำและสุขภัณฑ์

- ทำจากสารเคมีและกรดอื่น ๆ
- ใช้สำหรับขัดคราบสกปรกในโถส้วมและสุขภัณฑ์

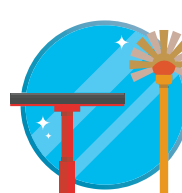
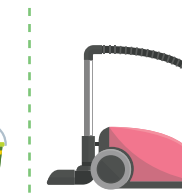
⚠️ หลังการใช้งาน ควรปิดฝาให้สนิท และเก็บไว้ในที่มิดชิด

สารซักฟอก

- ทำจากสารเคมี มีทั้งชนิดผงและชนิดน้ำ
- ใช้สำหรับขัดคราบสกปรกบนเสื้อผ้า

⚠️ หลังการใช้งาน ควรปิดฝาให้สนิท และเก็บให้ห่างจากเด็ก

ขั้นตอนการทำความสะอาดบ้าน

 ๑. บัดฝุ่นจากที่สูง เช่น ฝาผนัง เพดาน	 ๒. กวาดพื้นจากด้านใน ออกด้านนอก ตามทิศทางลม	 ๓. เช็ดหรือถูบริเวณที่สูง แล้วจึงเช็ดบริเวณที่ต่ำ	 ๔. ดูดฝุ่นตามพื้นและตามซอกต่าง ๆ	 ๕. ทำความสะอาดอุปกรณ์และนำไปจัดเก็บ
--	--	--	---	--

๒.๒ การทำความสะอาดในบ้าน

ภายในบ้านเป็นพื้นที่ที่สมาชิกต้องใช้เป็นประจำ จึงควรดูแลรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ โดยมีวิธีการทำความสะอาดส่วนต่าง ๆ หลากหลายวิธี

เพดาน

ก่อนการทำความสะอาดควรสวมผ้าปิดปากและใช้ผ้าคลุมสิ่งของที่อยู่ด้านล่าง เพื่อป้องกันฝุ่นและหยากไย่ จากนั้นกวาดด้วยไม้กวาดเส้นตาล



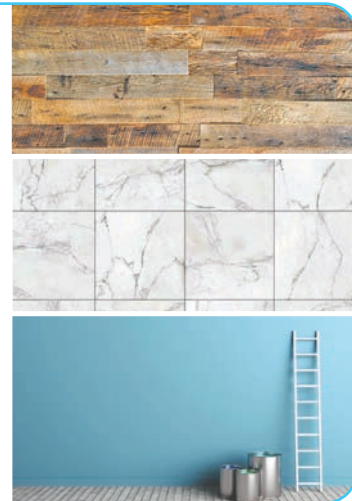
ตัวอย่าง

ฝาผนัง

ฝาผนังไม้ บัดฝุ่นตามผนัง จากนั้นใช้ผ้าชุบน้ำผสมน้ำยาทำความสะอาดเช็ดให้ทั่ว แต่ไม่ควรใช้น้ำเช็ดมากเกินไป เพราะจะทำให้ไม้เกิดเชื้อราได้ง่าย

ฝาผนังกระเบื้อง เทน้ำยาทำความสะอาดที่ฝาผนัง แล้วใช้เครื่องขัดคราบฝาผนังแบบไร้สายขัดให้ทั่ว แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด

ฝาผนังที่ทำด้วยสีน้ำ สียาสติก หรือสีน้ำมัน บัดฝุ่นตามผนัง แล้วใช้แปรงขนอ่อนขัดหรือใช้ฟองน้ำชุบน้ำยาทำความสะอาดเช็ดให้ทั่ว จากนั้นใช้ผ้าสะอาดเช็ดอีกครั้ง เพื่อป้องกันไม่ให้สีลอ

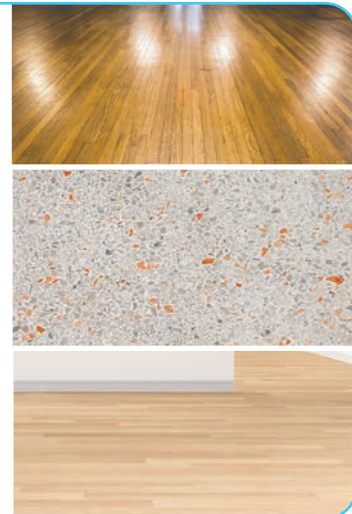


พื้นบ้าน

พื้นไม้ กวาดด้วยไม้กวาดดอกหญ้าหรือใช้เครื่องดูดฝุ่น จากนั้นใช้ไม้ถูพื้นชุบน้ำพอหมาดๆ และเช็ดน้ำด้วยยาขัดเงาเพื่อให้พื้นไม้เงางาม และช่วยป้องกันรอยขีดข่วน หรือใช้เครื่องถูพื้นและดูดฝุ่นแบบ 2 in 1

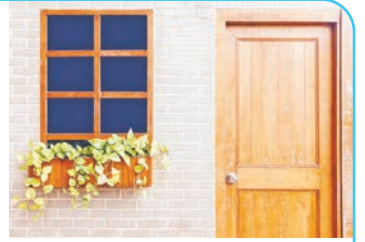
พื้นหินขัด กวาดด้วยไม้กวาดดอกหญ้าหรือใช้เครื่องดูดฝุ่น จากนั้นใช้น้ำยาทำความสะอาดและแปรงขัดทำความสะอาดอีกครั้ง หรือใช้เครื่องถูพื้นและดูดฝุ่นแบบ 2 in 1

พื้นกระเบื้องยาง กวาดด้วยไม้กวาดดอกหญ้าหรือใช้เครื่องดูดฝุ่น หรือหุ่นยนต์ดูดฝุ่น จากนั้นใช้ผ้าชุบน้ำพอหมาดเช็ดและปล่อยให้แห้ง แต่ไม่ควรให้พื้นถูกน้ำมากเกินไป เพราะจะทำให้กระเบื้องล่อน



ประตู หน้าต่าง

ประตู หน้าต่างไม้ ใช้ผ้าชุบน้ำผสมกับน้ำยาทำความสะอาดเช็ดบริเวณขอบประตู หน้าต่าง จากนั้นเช็ดด้วยน้ำยาขัดเงา เพื่อบำรุงรักษาเนื้อไม้ให้เงางาม และช่วยป้องกันความชื้นจากฝน



ประตู หน้าต่างกระจก ใช้เครื่องดูดฝุ่นหรือไม้กวาดขนไก่ขัดบริเวณขอบประตู หน้าต่าง จากนั้นฉีดพ่นน้ำยาเช็ดกระจก แล้วใช้ผ้าหรือแปรงเช็ดกระจกเช็ดให้ทั่ว แล้วใช้กระดาษหนังสือพิมพ์เช็ดอีกครั้ง จะทำให้กระจกใสขึ้น



ประตู หน้าต่างเหล็กดัด ใช้เครื่องดูดฝุ่นหรือไม้กวาดขนไก่ขัดบริเวณขอบประตู หน้าต่าง แล้วใช้ผ้าแห้งเช็ดอีกครั้ง เพื่อป้องกันรอยสนิม



การเลือกใช้อุปกรณ์ในการทำความสะอาดบ้าน

การทำงานบ้านในปัจจุบันมีอุปกรณ์และเครื่องมือใหม่ ๆ ที่ช่วยในการทำความสะอาดหลายอย่าง ทำให้การทำความสะอาดบ้านง่าย สะดวก ประหยัดแรง และประหยัดเวลา ซึ่งควรเลือกใช้อุปกรณ์และเครื่องมือทำความสะอาดให้เหมาะสมตามสภาพความเป็นอยู่ในชีวิตจริง เช่น



เครื่องขัดคราบฝาผนัง สำหรับขัดคราบสกปรกที่ฝังแน่นที่ผนัง



เครื่องดูดฝุ่นและถูพื้น 2 in 1 ใช้ดูดฝุ่นและถูพื้นไปพร้อมกัน



เครื่องฉีดน้ำแรงดันสูง สำหรับทำความสะอาดคราบหนักบนพื้นคอนกรีต

▲ ภาพที่ ๑.๑ การเลือกใช้อุปกรณ์ในการทำความสะอาดบ้านที่เหมาะสม จะช่วยประหยัดทั้งเวลาและแรงในการทำงาน

๒.๓ การทำความสะอาดบริเวณบ้าน

บริเวณบ้านเป็นพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมต่าง ๆ ของสมาชิกในบ้าน และเป็นส่วนที่สร้างความประทับใจต่อผู้มาเยี่ยมเยือน ดังนั้น การดูแลบริเวณบ้านให้สะอาดจะช่วยให้บ้านมีสภาพแวดล้อมที่ดี เหมาะสมแก่การพักผ่อน

รั้วบ้าน

รั้วสังกะสี เป็นรั้วที่มีความแข็งแรง มีราคาถูก แต่เป็นสนิมได้ง่าย ควรใช้ผ้าชุบน้ำยาทำความสะอาดเช็ด จากนั้นใช้ผ้าแห้งเช็ดซ้ำอีกครั้ง เพื่อป้องกันสนิม

รั้วไม้ เป็นรั้วที่มีความสวยงาม แต่ผุพังได้ง่าย ควรใช้ผ้าชุบน้ำยาทำความสะอาดเช็ดทั้งไว้ รอให้แห้ง จากนั้นจึงใช้น้ำยาขัดเงาสำหรับไม้เช็ดอีกครั้ง เพื่อป้องกันแดดหรือฝน และยังช่วยยืดอายุการใช้งานของไม้ด้วย

รั้วปูน เป็นรั้วที่มีความแข็งแรง ทนทาน แต่เกิดคราบเชื้อราและตะไคร่ได้ง่าย ควรใช้แปรงขัดหรือเครื่องขัดคราบผาผนังแบบไร้สายกับน้ำยาทำความสะอาด แล้วล้างออกด้วยน้ำอีกครั้ง



ลานบ้าน ทางเดิน

เป็นบริเวณที่เชื่อมตัวบ้านกับพื้นที่ต่าง ๆ เช่น ลานจอดรถ สนามหญ้า หรือเป็นพื้นที่จัดกิจกรรมของบ้าน ควรกวาดเศษใบไม้ออกก่อน จากนั้นใช้แปรงขัดให้สะอาด หากบริเวณบ้านมีต้นไม้อยู่โดยรอบ ควรหมั่นตัดแต่งกิ่งไม้ที่เกินมา เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น



ทางระบายน้ำ

เป็นทางไหลผ่านของน้ำทิ้งจากภายในสู่ภายนอกตัวบ้าน ควรกวาดเศษใบไม้หรือเศษขยะ เพื่อให้ทางไหลผ่านได้สะดวก และอย่าปล่อยให้มึนน้ำขัง จะทำให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงหรือแมลงสาบซึ่งเป็นพาหะของโรค หากทางระบายน้ำตัน ให้นำผลิตภัณฑ์ขจัดสิ่งอุดตันเททิ้งไว้ประมาณ ๑๕-๒๐ นาที จากนั้นเทน้ำตามอีกครั้ง



สนามหญ้า สวน

เป็นพื้นที่สำหรับพักผ่อนยามว่างหรือสำหรับปลูกพืชพรรณต่าง ๆ ควรกวาดเศษใบไม้ กำจัดวัชพืช และรดน้ำเป็นประจำ อีกทั้งยังควรจัดแต่งสวนตามประเภท เช่น สวนสมุนไพร สวนไม้ดอก เพื่อให้เป็นระเบียบและง่ายต่อการดูแลรักษา



โลรีม สาร



ผลิตภัณฑ์ซักล้าง ที่เป็นมิตรต่อธรรมชาติ

ปัจจุบันคนหันมาสนใจปัญหาสิ่งแวดล้อมกันมากขึ้น ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนประกอบมาจากธรรมชาติจึงได้รับความนิยมมาก ซึ่งผลิตภัณฑ์ที่ใช้ทำความสะอาดบ้านก็เช่นเดียวกัน หากผลิตรายของธรรมชาติ นอกจากจะเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมแล้ว ยังปลอดภัยต่อผู้ใช้งานด้วย โดยส่วนประกอบที่นำมาผลิตสามารถหาซื้อได้ง่ายและมีราคาถูก เช่น

- ผลไม้รสเปรี้ยว เช่น สับปะรด มะกรูด มะนาว มะเฟือง จะมีกรดสูง จุลินทรีย์ที่ได้จากการหมักผลไม้ดังกล่าวสามารถกำจัดสิ่งสกปรกหรือสารเคมีได้
- หัวเชื้อจุลินทรีย์หรือหัวเชื้อ EM จะช่วยย่อยสลายผลไม้และแปรสภาพเป็นจุลินทรีย์ได้เร็วขึ้น นอกจากนี้ ยังช่วยให้เก็บผลิตภัณฑ์ไว้ได้นาน
- น้ำตาลทรายแดงและน้ำสะอาด ช่วยผสมส่วนประกอบต่าง ๆ ให้เป็นเนื้อเดียวกัน

ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการหมักเรียบร้อยแล้ว สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้หลากหลาย เช่น การนำไปซักผ้า หรือนำน้ำยาผสมน้ำสะอาดแช่ทิ้งไว้ ทำให้เสื้อผ้าไม่มีกลิ่นอับและช่วยกำจัดคราบสกปรก การนำไปทำความสะอาดพื้น จะช่วยขจัดคราบสกปรกหรือคราบมันได้เป็นอย่างดี การใช้ล้างจาน จะช่วยขจัดคราบไขมัน และทำให้ไม่มีกลิ่นตกค้าง นอกจากนี้ เมื่อใช้งานเสร็จแล้ว ยังสามารถนำไปรดน้ำต้นไม้ โดยจุลินทรีย์ต่าง ๆ ที่อยู่ในน้ำหมักจะกลายเป็นปุ๋ยบำรุงต้นไม้ (สาคร สร้อยสังวาลย์ และ เรืองฤทธิ์ คงเมือง, ม.ป.ป.)



ผลไม้รสเปรี้ยว



หัวเชื้อจุลินทรีย์



น้ำตาลทรายแดง และน้ำสะอาด



๓ การจัดตกแต่งบ้าน

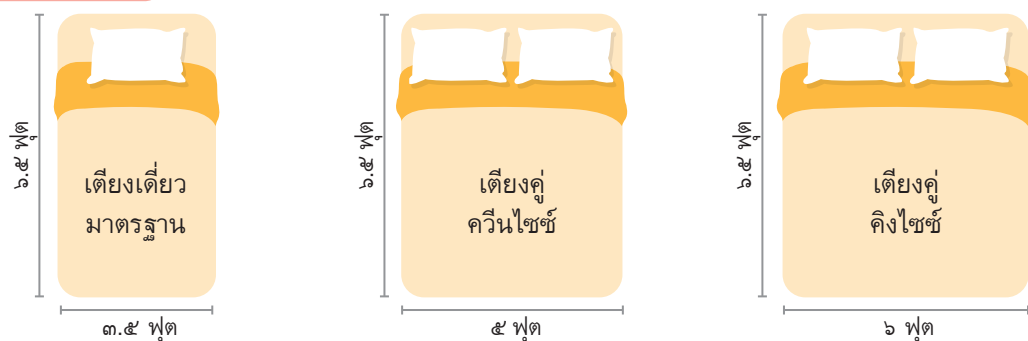
การจัดตกแต่งบ้าน คือ การจัดองค์ประกอบของห้องต่าง ๆ ภายในบ้านและอาณาบริเวณบ้าน ให้เป็นระเบียบ สวยงาม และน่าอยู่ โดยคำนึงถึงการใช้สอยพื้นที่ให้สอดคล้องกับการดำเนินชีวิต และความปลอดภัยของผู้อยู่อาศัยจนถึงความเหมาะสมด้านทำเลที่ตั้ง โครงสร้างแบบบ้าน สัดส่วนพื้นที่ ทรัพยากรและงบประมาณ ซึ่งได้จำแนกเป็นห้อง ๆ เพื่อให้สามารถนำไปปรับใช้ให้เข้ากับบ้านได้ง่าย

๓.๑ การจัดตกแต่งห้องนอน

ห้องนอนควรทำให้ผู้อยู่อาศัยรู้สึกสงบ ผ่อนคลาย และเป็นส่วนตัวที่สุด ห้องนอนเป็นพื้นที่สำหรับใช้พักผ่อนร่างกายจากความตึงเครียดในระหว่างวัน เราจึงควรตกแต่งห้องนอนให้เหมาะสมกับการพักผ่อน ปัจจัยที่ควรคำนึงในการจัดตกแต่งห้องนอน มีดังนี้

๑) เลือกเตียงและที่นอนให้เหมาะสม ขนาดเตียงมาตรฐานของไทยมี ๓ ขนาด ดังแผนภาพที่ ๑.๒ ควรเลือกให้เหมาะกับขนาดห้อง ความสูงและจำนวนของผู้ใช้ ตลอดจนพฤติกรรมนอน และเลือกประเภทของที่นอนให้เหมาะสม ดังตารางที่ ๑.๑

ขนาดของเตียง



▲ แผนภาพที่ ๑.๒ ขนาดของเตียง

ตารางที่ ๑.๑ ประเภทของที่นอน

ที่นอนยางพารา	ที่นอนสปริง	ที่นอนฟองน้ำ	ที่นอนใยมะพร้าว	ที่นอนนุ่น
ยืดหยุ่นสูง อายุการใช้งานนาน ดูแลง่าย ไม่เก็บความชื้นและฝุ่นละออง	ยืดหยุ่นสูง คืนตัวดี ระบายอากาศดี ทนทาน มีให้เลือกหลายราคา	นุ่ม มีน้ำหนักเบา ยืดหยุ่นสูง ทนทาน และราคาถูก	มีน้ำหนักค่อนข้างเบา คงรูปทรงดี ยุบตัวยาก	มีน้ำหนักเบา ราคาถูก เคลื่อนย้ายได้ สะดวก
มีราคาแพง น้ำหนักมาก เคลื่อนย้ายลำบาก	ถ้าสปริงเสื่อมจะเกิดเสียงเมื่อขยับหรือพลิกตัว	ถ้ามีคุณภาพต่ำ จะยุบตัวเป็นแอ่ง อับชื้นง่าย สะสมฝุ่น	ยืดหยุ่นน้อย เมื่อหมดอายุจะเกิดขุย และมีฝุ่นละออง	เก็บความร้อน สะสมฝุ่นละออง เสื่อมรูปทรงง่าย

๒) วางเฉพาะสิ่งของเครื่องใช้

ที่จำเป็น ทำให้ห้องนอนโล่ง มีเครื่องเรือนน้อยชิ้น เพื่อสร้างบรรยากาศให้เหมาะแก่การนอนหลับ ถ้าพื้นที่ห้องมีจำกัด จำเป็นต้องวางโต๊ะเขียนหนังสือหรือตู้เสื้อผ้าในห้องนอน ควรวางให้ห่างจากเตียงในระยะพอดี เว้นพื้นที่รอบเตียงให้โล่ง เพื่อไม่ให้พื้นที่ดูแออัด

๓) มีแสงสว่างเพียงพอและอากาศถ่ายเทได้ดี ห้องนอนควรมีอุณหภูมิที่เหมาะสมกับการนอนหลับและควรมีหน้าต่างเพื่อเปิดรับลมและแสงธรรมชาติในตอนเช้าจะช่วยกระตุ้นร่างกายให้สดชื่น พร้อมทำกิจวัตรของวันใหม่ ทั้งยังช่วยให้ห้องนอนมีสุขอนามัยที่ดี อากาศปลอดโปร่ง ไม่อับชื้น ปราศจากกลิ่น

การเลือกติดตั้งไฟบนผนังหรือเพดานเพื่อให้แสงสว่างในตอนกลางคืน ควรเลือกชนิดที่ปรับระดับความสว่างได้ และมีโคมไฟวางหัวเตียงแยกต่างหากสำหรับเปิดใช้งานตอนอ่านหนังสือ หรือให้แสงสว่างเล็กน้อยก่อนนอน แสงสว่างในห้องนอนควรเป็นแสงที่ทำให้รู้สึกสบาย ผ่อนคลาย ไม่ควรใช้แสงที่มีความสว่างมากนัก แสงที่ใช้ควรเป็นแสงสีเหลือง (Warm White) เพราะเป็นแสงที่ทำให้บรรยากาศอบอุ่น สบายตา และทำให้ห้องนอนเหมาะสมกับการพักผ่อนมากยิ่งขึ้น

๔) เลือกใช้สีที่ผู้ใช้พึงพอใจ คำนึงถึงความต้องการและการใช้งานของผู้ใช้เป็นสำคัญ โดยทั่วไปจะนิยมแต่งด้วยสีเย็น เช่น สีฟ้าอ่อน สีเขียวอ่อน สีเทา เพื่อให้บรรยากาศผ่อนคลาย สงบ ส่วนการเลือกใช้สีอุ่น เช่น สีเหลืองอ่อน สีชมพูอมส้ม สีส้มอ่อน จะให้บรรยากาศของความสดใส กระฉับกระเฉง เหมาะกับห้องนอนของวัยรุ่น

๕) เลือกใช้เครื่องไฟฟ้าที่มีผลดีต่อสุขภาพตามความจำเป็น ปัจจุบันพบปัญหา

สภาพแวดล้อมหลายอย่าง เช่น สภาพอากาศ มีอุณหภูมิที่สูงขึ้น ปัญหาฝุ่น PM2.5 จึงทำให้ผู้อยู่อาศัยพยายามหาหนทางแก้ปัญหาด้วยการเลือกใช้เครื่องใช้ที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ เช่น เครื่องปรับอากาศที่มีระบบฟอกอากาศ เพื่อที่จะช่วยลดฝุ่นและกำจัดเชื้อโรคในบ้านได้ โดยควรเลือกใช้ตามความจำเป็นและสภาพเศรษฐกิจของครอบครัว



▲ ภาพที่ ๑.๒ ห้องนอนที่มีความโปร่ง เป็นระเบียบ อากาศถ่ายเทสะดวก เพื่อการนอนหลับพักผ่อนที่ดี



▲ ภาพที่ ๑.๓ เครื่องฟอกอากาศเป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ช่วยฟอกอากาศให้บริสุทธิ์มากขึ้น จึงควรติดตั้งไว้ในห้องนอน เพื่อส่งผลดีต่อสุขภาพ



ตัวอย่าง

การจัดตกแต่งห้องนอน

ทักษะการจัดการ

วางแผน

▶ กำหนดรูปแบบการตกแต่งที่ต้องการ วางแผนงานอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อให้จัดการพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประหยัดเวลา และอยู่ในงบประมาณที่กำหนด

ปฏิบัติ

▶ เก็บสิ่งของเครื่องใช้ ทำความสะอาดห้อง จำแนกสิ่งของจำเป็นและไม่จำเป็น คัดเลือกไว้สำหรับตกแต่งห้องร่วมกับสิ่งของจัดหามาใหม่ ตกแต่งตามแผนงานที่กำหนด

ประเมิน

▶ ประเมินความเหมาะสมของสภาพห้องนอนที่ตกแต่งใหม่ว่า สอดคล้องกับความต้องการหรือไม่ หากมีการแก้ไข ควรเลือกวิธีที่เหมาะสม

ตัวอย่างขั้นตอนการจัดตกแต่งห้องนอน

1. ย้ายสิ่งของ เครื่องเรือน ออกจากห้องนอน แล้วทำความสะอาดให้เรียบร้อย
2. วางแปลนห้อง ใช้เทปขาวแปะบนพื้นหรือผนัง เพื่อบอกตำแหน่งและขนาดของเตียง ตู้เสื้อผ้า โต๊ะเขียนหนังสือ หรือตู้เก็บของ เพื่อใช้พื้นที่ให้มีประสิทธิภาพ
3. สำรวจความสมบูรณ์ของเครื่องเรือน ประตู หน้าต่าง ฝ้าเพดาน พื้นห้อง และหลอดไฟ ซ่อมแซมชิ้นที่ชำรุดเสียหายให้เรียบร้อย
4. ซื้อเครื่องเรือนหรือสิ่งของเครื่องใช้ที่จะตกแต่งเพิ่มเติมตามรูปแบบห้องที่ต้องการ
5. ตกแต่งห้องตามลำดับขั้นตอน ทาสีผนังห้อง กรอบหน้าต่าง บานประตู ปูพื้น แล้วย้ายเครื่องเรือนมาวางในตำแหน่งที่กำหนด
6. ประดับห้องด้วยของตกแต่งหรือเครื่องใช้ต่าง ๆ โดยพิจารณาถึงความจำเป็นและรูปแบบของห้อง



▲ ภาพที่ ๑.๔ ห้องนอนที่เป็นระเบียบ จะช่วยให้ผู้อยู่อาศัย

๓.๒ การจัดตกแต่งห้องครัว

การจัดตกแต่งห้องครัวให้เอื้อต่อการประกอบอาหาร ควรคำนึงถึงหลักการทำงานตามแบบรูปสามเหลี่ยม (Kitchen Work Triangle) (คมเชต เพ็ชรรัตน์, ๒๕๕๒) คือ พื้นที่ ๓ จุด ที่เป็นหัวใจหลักของงานในห้องครัว ได้แก่ พื้นที่จัดเก็บ พื้นที่ปรุงอาหาร และพื้นที่ชำระล้าง ดังนี้

พื้นที่จัดเก็บ

มีเครื่องเรือนสำคัญ เช่น ตู้เย็น ตู้เก็บของ ชั้นแขวนผนัง ควรจัดให้อยู่ในบริเวณเดียวกัน พื้นที่โปร่ง ไม่โดนแสงแดดโดยตรง และไม่อับชื้น มีความจุเพียงพอสำหรับเก็บวัตถุดิบ อาหารแห้ง และเครื่องปรุง เครื่องเรือนผลิตจากวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย เพื่อป้องกันคราบสะสมจากฝุ่นและละอองน้ำมัน

พื้นที่ปรุงอาหาร

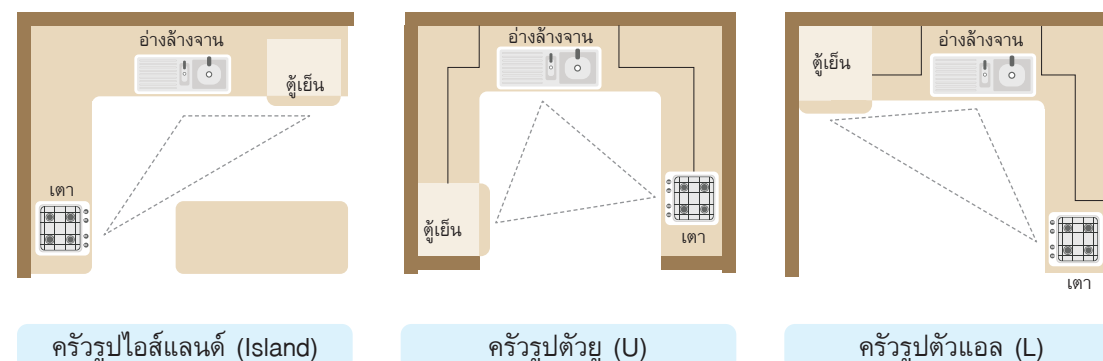
มีเครื่องเรือนที่สำคัญ คือ เตา ควรจัดพื้นที่ให้สะดวกแก่การปรุงอาหาร มีเครื่องครัวอยู่ใกล้มือ ไม่ต้องเดินไปมาขณะถือภาชนะร้อน ๆ เพื่อความปลอดภัยของผู้ประกอบอาหาร นอกจากนี้ บริเวณเตาควรมีหน้าต่างหรือเครื่องดูดควัน เพื่อช่วยระบายอากาศ ป้องกันกลิ่นอาหารฟุ้งกระจายสู่ห้องอื่น

พื้นที่ชำระล้าง

มีเครื่องเรือนสำคัญ คือ อ่างล้างจาน ควรตั้งอยู่ไม่ห่างจากตู้เย็น เพื่อให้หยิบวัตถุดิบมาเตรียมได้ง่าย และสามารถเคลื่อนต่อไปยังบริเวณปรุงอาหารได้สะดวก รวมถึงควรมีถังขยะที่มีฝาปิด เก็บเศษอาหารได้มิดชิดก่อนนำไปทิ้ง เพื่อป้องกันแมลง เชื้อโรค และกลิ่นไม่พึงประสงค์

พื้นที่ทั้ง ๓ จุด ควรอยู่ห่างกันในระยะที่พอดี เคลื่อนย้ายไม่เกิน ๖ เมตร เพื่อความสะดวกคล่องตัว และความเป็นสัดส่วน ดูแลทำความสะอาดง่าย โดยแต่ละบ้านสามารถปรับมุมจัดวางพื้นที่ทั้ง ๓ จุดนี้ ให้เหมาะกับขนาดของห้องครัวได้หลายรูปแบบ ดังแผนภาพที่ ๑.๓

ตัวอย่าง



ครัวรูปไอส์แลนด์ (Island)

ครัวรูปตัว U (U)

ครัวรูปตัวแอล (L)

▲ แผนภาพที่ ๑.๓ รูปแบบของห้องครัวลักษณะต่าง ๆ

๓.๓ การจัดตกแต่งห้องอาหาร

ห้องอาหารสามารถจัดรวมอยู่กับห้องครัวโดยใช้พื้นที่เพียงมุมใดมุมหนึ่ง หรือจัดเป็นห้องแยกที่ติดกับห้องครัวก็ได้ ขึ้นอยู่กับพื้นที่ภายในบ้าน โดยทั่วไปนิยมจัดตกแต่งให้ใช้ประโยชน์ได้หลากหลาย เป็นที่รับประทานอาหาร จัดเลี้ยงสังสรรค์ หรือที่นั่งทำงาน อ่านหนังสือ ตัวอย่างแนวทางสำหรับการจัดห้องอาหาร

๑) เลือกโต๊ะ เก้าอี้ให้เหมาะสม พิจารณานาห้องและจำนวนผู้ใช้ เลือกโต๊ะที่มีที่นั่งมากกว่าจำนวนสมาชิกในบ้าน ๑-๒ ที่ สำรองไว้รับแขก ผิวโต๊ะควรเรียบลื่น ทำความสะอาดง่าย อาจเพิ่มผ้าปูโต๊ะที่เข้าชุดกัน เพื่อเสริมสีสันแก่ห้องพร้อมกับป้องกันคราบสกปรกไปในตัว และควรเลือกเก้าอี้แบบไม่มีที่เท้าแขนจะช่วยประหยัดพื้นที่ได้

๒) จัดแสงให้สอดคล้องกับการใช้งาน ตอนกลางวันเน้นแสงธรรมชาติจากหน้าต่าง ประตู เฟอร์นิเจอร์ หรือระเบียง ตอนกลางคืนเลือกไฟที่ให้แสงสว่างเพียงพอแก่การมองเห็น ติดตั้งบนเพดานกลางห้อง และอาจเสริมด้วยโคมไฟเหนือโต๊ะรับประทานอาหารหรือจัดไฟติดผนังเพิ่มเติมเฉพาะจุด เช่น บริเวณที่ตกแต่งด้วยภาพวาด ภาพถ่าย หรือชั้นวางของแขวนผนัง

๓) เลือกใช้สีผนังและพื้นห้องให้เข้ากับแนวการตกแต่ง โดยทั่วไปนิยมทาผนังด้วยสีขาว สีครีม หรือสีพาสเทลที่เป็นสีอ่อน เพื่อให้ห้องโปร่ง สะอาดตา และเป็นสีกลาง ๆ สามารถเลือกแบบกระเบื้องและเครื่องเรือนมาตกแต่งได้ง่าย เช่น ตกแต่งห้องแนววินเทจ เครื่องเรือนส่วนใหญ่เป็นไม้ อาจปูพื้นไม้ปาร์เกต์หรือกระเบื้องลายไม้ ตกแต่งห้องแนวโมเดิร์น เครื่องเรือนมีสีทันสมัย อาจปูกระเบื้องสีเรียบหรือกระเบื้องประดับลวดลาย

๔) จัดวางเครื่องเรือนให้สะดวกแก่การเดินและลูกนั่ง เว้นระยะห่างระหว่างโต๊ะรับประทานอาหารกับผนังห้องให้มีพื้นที่เดินเข้าออกสะดวก เลื่อนเก้าอี้ได้โดยไม่กีดขวางทางเดิน ถ้ามีชั้นวางของ แจกันตั้งพื้น โคมไฟตั้งพื้น หรือของตกแต่งอื่น ๆ ควรจัดเว้นระยะจากโต๊ะอาหารให้พอเหมาะ ป้องกันไม่ให้เกิดอุบัติเหตุขณะยกอาหารเสิร์ฟ



▲ ภาพที่ ๑.๕ ห้องอาหารถือเป็นห้องอเนกประสงค์ของบ้าน ควรจัดให้มีพื้นที่ใช้ทำกิจกรรมได้หลากหลาย

๓.๔ การจัดตกแต่งห้องนั่งเล่น

ห้องนั่งเล่นเป็นห้องสำหรับทำกิจกรรมยามว่าง นั่งดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ ใช้เวลาร่วมกับสมาชิกในครอบครัว พูดคุยกับเพื่อน ๆ หรือแขกที่มาเยี่ยมเยียน การจัดตกแต่งจึงเน้นให้บรรยากาศผ่อนคลาย โดยมีหลักการเบื้องต้น ดังนี้

๑) จัดวางเครื่องเรือนให้สะดวกแก่การทำกิจกรรม จัดพื้นที่ให้เป็นสัดส่วน สอดคล้องกับความชอบและการใช้งานของผู้อยู่อาศัย โซฟาและเก้าอี้ควรจัดวางให้สะดวกแก่การสนทนา การเดินเข้าออก และรับชมโทรทัศน์หรือสื่อบันเทิงต่าง ๆ อาจเลือกเครื่องเรือนที่มีช่องหรือชั้นเก็บของไว้วางของตกแต่งและอุปกรณ์เครื่องใช้ให้เป็นระเบียบ ช่วยเพิ่มที่ว่างแก่ห้อง เช่น โต๊ะกาแฟที่มีชั้นเก็บของด้านล่าง ชั้นวางโทรทัศน์ที่มีตู้ ลิ้นชัก หรือชั้นแขวนผนัง

๒) เลือกใช้สีให้กลมกลืน คำนึงถึงสีที่ผู้อยู่อาศัยชื่นชอบ แล้วคุมโทนสีของพื้น ฝาผนังและเครื่องเรือนให้เข้ากัน เพื่อความสวยงามสบายตา โดยห้องนั่งเล่นทั่วไปมักใช้สีอ่อน เช่น สีขาว สีครีม หรือสีที่เป็นธรรมชาติ เช่น สีไม้ สีปูนเปลือย เพื่อเลือกเครื่องเรือนมาใช้ตกแต่งเพิ่มเติมได้ง่าย

๓) ใช้แสงสว่างช่วยทำให้ห้องดูโปร่ง ติดหน้าต่างหรือบานประตูที่ให้แสงธรรมชาติส่องเข้ามาในห้องได้ แล้วใช้ผ้าม่านหรือมู่ลี่กรองแสงให้เข้มหรืออ่อนตามความชอบ ช่วยให้ห้องปลอดโปร่ง อากาศถ่ายเทสะดวก ส่วนการใช้งานในตอนกลางคืน อาจติดไฟที่กลางห้องเพื่อให้

ความสว่างได้อย่างทั่วถึง แล้วแยกติดโคมไฟเพิ่มเฉพาะจุดที่ใช้งานบ่อย เช่น ที่อ่านหนังสือ บริเวณระดับของตกแต่งบ้าน เพื่อให้ห้องมีลูกเล่น ปรับเปลี่ยนบรรยากาศได้หลายแบบ

๔) ประดับด้วยของตกแต่งที่เข้ากัน การเพิ่มแจกันรูปทรงแปลกตา กระถางต้นไม้สีสันสดใส จะช่วยให้ห้องนั่งเล่นมีชีวิตชีวา นอกจากนี้ อาจเพิ่มภาพวาดงานประติมากรรม เช่น ตุ๊กตา หรือโมเดลเชิงเทียน มาแต่งเติมให้ห้องโดดเด่นยิ่งขึ้นได้ แต่จะต้องคำนึงถึงรูปแบบที่กลมกลืน เป็นไปในแนวเดียวกัน



▲ ภาพที่ ๑.๖ ห้องนั่งเล่นมีการจัดตกแต่งต่างกันไปในแต่ละบ้าน ขึ้นอยู่กับกิจกรรมและรูปแบบการใช้ชีวิตของผู้อยู่อาศัยเป็นสำคัญ

๓.๕ การจัดตกแต่งห้องน้ำ

ห้องน้ำเป็นห้องที่ควรให้ความสำคัญเรื่องสุขอนามัยเป็นพิเศษ เพราะสมาชิกในบ้านทุกคนต้องใช้ชับน้ำชำระล้างสิ่งสกปรก ดังนั้น จึงเป็นห้องที่มีความชื้นสูง ถ้าจัดตกแต่งไม่เหมาะสม จะทำความสะอาดยากและกลายเป็นแหล่งเพาะเชื้อโรค เพื่อสุขอนามัยของผู้อยู่อาศัย ถ้าพื้นที่เหมาะสมอาจปฏิบัติตามตัวอย่างหลักการจัดตกแต่ง ดังนี้

๑) **วางแผนห้องน้ำให้อยู่ทางทิศตะวันออกหรือทิศตะวันตก** มีหน้าต่างหรือช่องให้แดดส่องเข้ามาได้ เพื่อป้องกันน้ำขัง ลดความชื้นภายในห้อง ทำลายเชื้อแบคทีเรียบางชนิด ทำให้ไม่เกิดกลิ่นเหม็นอับ และทำให้ห้องน้ำมีสุขอนามัยที่ดี

๒) **แยกพื้นที่ส่วนเปียกและส่วนแห้งออกจากกัน** พื้นที่ส่วนเปียก คือ บริเวณที่ใช้อาบน้ำ พื้นที่ส่วนแห้ง คือ บริเวณอ่างล้างหน้าและโถส้วม การแยกพื้นที่ ๒ ส่วนออกจากกัน ด้วยม่านพลาสติกหรือผนังกัน สามารถลดรอยเปื้อนจากคราบน้ำและสบู่ได้

๓) **ติดหน้าต่างหรือช่องระบายอากาศให้เพียงพอ** ห้องน้ำที่อยู่ทางทิศตะวันออกหรือทิศตะวันตกเหมาะแก่การติดหน้าต่าง ส่วนห้องน้ำที่อยู่ทิศอื่น ๆ สามารถติดช่องระบายอากาศแทนได้ โดยเลือกแบบติดผนังหรือติดเพดาน ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของห้องน้ำแต่ละบ้าน

๔) **จัดวางสุขภัณฑ์ตามลำดับการใช้งาน** โดยทั่วไปจะติดตั้งอ่างล้างหน้าไว้ใกล้ประตู ถัดเข้าไปเป็นโถส้วม และด้านในสุดเป็นพื้นที่เปียก เช่น อ่างอาบน้ำ ผักบัว ทั้งนี้ ให้คำนึงถึงขนาดและลักษณะของห้องน้ำเป็นสำคัญ



▲ ภาพที่ ๑.๗ การจัดตกแต่งห้องน้ำควรคำนึงถึงเรื่องขนาดและพฤติกรรมการใช้งานเป็นสำคัญ เพื่อวางแผนและจัดงบประมาณในการจัดตกแต่งให้เหมาะสม

๕) ใส่ใจความ

ปลอดภัยและความสะดวก

ในการใช้งาน ปูพื้นห้องน้ำด้วยกระเบื้องที่มีความสาก เลี่ยงกระเบื้องเคลือบที่ผิวเรียบลื่น สวิตช์ไฟในห้องน้ำไม่อยู่หลังบานประตู สามารถเปิดใช้งานได้ทันทีเมื่อเข้าห้องน้ำ หลอดไฟสว่างเพียงพอ และบ้านที่มีเครื่องทำน้ำอุ่น ควรติดตั้งสายดินให้เรียบร้อย เพื่อป้องกันอันตรายจากไฟฟ้าดูด

๓.๖ การจัดตกแต่งบริเวณบ้าน

บริเวณบ้าน เช่น รั้ว สนามหญ้า ลานจอดรถ ระเบียงบ้าน ทางเดินรอบบ้าน ลานหลังบ้าน เป็นส่วนที่อยู่ภายนอกตัวบ้าน ผู้คนสามารถเห็นได้จากข้างนอก หากต้องการสร้างความประทับใจให้แก่ผู้พบเห็น ก็ควรจัดตกแต่งให้สวยงามและเป็นระเบียบ ดังตัวอย่าง

๑) **จัดพื้นที่ให้เป็นสัดส่วน** แยกพื้นที่พักผ่อนและพื้นที่ใช้งานไว้ชัดเจน พื้นที่พักผ่อน เช่น มุมนั่งเล่น สนามหญ้า ระเบียง ควรอยู่บริเวณหน้าบ้าน ตกแต่งด้วยไม้ดอกไม้ประดับ ม้านั่งหรือหินแต่งสวน ตามความชอบของผู้อาศัย เพื่อให้บ้านดูร่มรื่น น่าอยู่ และแยกพื้นที่ใช้งาน เช่น ลานซักผ้า ลานตากผ้า ที่ตั้งบิมน้ำ ถังเก็บน้ำ ให้อยู่บริเวณหลังบ้านหรือมุมลับสายตาเพื่อความสวยงามโดยรวม

๒) **หมั่นรักษาความสะอาดและเก็บอุปกรณ์เครื่องใช้ให้เป็นที่** บริเวณรอบ ๆ บ้านเป็นพื้นที่กลางแจ้ง จึงมีฝุ่น เศษใบไม้ คราบน้ำฝน ทำให้สกปรกได้ง่าย จำเป็นต้องทำความสะอาดอยู่เสมอ บริเวณที่นั่งพักผ่อนควรหมั่นเช็ดถู บริเวณรางน้ำ ท่อน้ำฝน ควรกวาดเศษขยะและใบไม้ทิ้งเป็นประจำเพื่อป้องกันท่ออุดตัน นอกจากนี้ ของใช้ที่ตั้งในบริเวณซักล้างหรือบริเวณเก็บของนอกตัวบ้าน ควรมีชั้นวางเพื่อความเป็นระเบียบ จัดเรียงสิ่งของให้เรียบร้อย ไม่วางกองซ้อนกันเพื่อป้องกันแมลงและสัตว์ต่าง ๆ เข้ามาอาศัย

๓) **ปลูกต้นไม้เพิ่มความร่มรื่นแก่บริเวณบ้าน** จัดสรรพื้นที่ปลูกต้นไม้หรือประดับตกแต่งด้วยไม้ดอกไม้ประดับ เพราะนอกจากจะทำให้บริเวณบ้านสวยงามขึ้น ยังช่วยกรองแสง กรองฝุ่นละออง ทำให้อากาศปลอดโปร่ง และยังช่วยซับความร้อนจากแสงแดด ทำให้บริเวณบ้านและในตัวบ้านไม่ร้อนจนเกินไป



▲ ภาพที่ ๑.๘ การประดับตกแต่งบ้านด้วยไม้ดอกไม้ประดับ ช่วยให้บรรยากาศรอบบ้านดูร่มรื่น น่าอยู่อาศัย

๔ การดูแลรักษาและจัดตกแต่งโรงเรียน

โรงเรียนเป็นสถานที่บ่มเพาะความรู้และเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ แก่นักเรียน การดูแลรักษาและจัดตกแต่งโรงเรียนตามปัจจัยที่เหมาะสมของแต่ละโรงเรียน เพื่อให้มีสภาพแวดล้อมที่น่าอยู่ เหมาะสมแก่ตัวของนักเรียน และก่อให้เกิดการเรียนรู้ ถือเป็นเรื่องสำคัญที่ควรใส่ใจอยู่เสมอ

๔.๑ การดูแลรักษาและจัดตกแต่งห้องเรียน

๑) **เลือกโต๊ะและเก้าอี้ที่เหมาะสม** นักเรียนและครูต้องใช้โต๊ะและเก้าอี้นั่งทำงานอ่านหนังสือ จึงควรเลือกโต๊ะและเก้าอี้ที่มีขนาดความกว้างและความสูงพอดีกับผู้ใช้งาน และทำจากวัสดุที่แข็งแรง คงทน แต่มีน้ำหนักเบา เพื่อให้เคลื่อนย้ายได้ง่าย และควรจัดวางโต๊ะให้มีระยะห่างกันพอสมควร

๒) **ตกแต่งผนังห้องด้วยกระดานจัดป้ายนิเทศ** ป้ายนิเทศในที่นี้อาจใช้เพื่อแจ้งข่าวสาร ให้ความรู้ หรือแจ้งกฎระเบียบในชั้นเรียน มีการแบ่งกลุ่มช่วยกันตกแต่งและนำเสนอเรื่องราวใหม่ ๆ มาบอกเล่า เพื่อสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้ร่วมสมัยอยู่เสมอ

๓) **จัดให้มีมุมหนังสือและมุมรวมสื่อการเรียนการสอน** มีชั้นวางและตู้เก็บที่เป็นระเบียบ สะอาดสะอ้าน สมาชิกในห้องสามารถหยิบหนังสือหรือสื่อการเรียนการสอนมาใช้ได้ง่าย เก็บเข้าที่ได้สะดวก เป็นพื้นที่สร้างแรงบันดาลใจในการเรียนรู้แก่นักเรียน

๔.๒ การดูแลรักษาและจัดตกแต่งบริเวณโรงเรียน

๑) **ใส่ใจความสะอาด** จัดให้มีถังขยะเพียงพอต่อความต้องการเพื่อจัดการขยะอย่างถูกวิธี ตามพื้นที่สาธารณะ เช่น ห้องน้ำ โรงอาหาร ห้องสมุด ก็ต้องช่วยกันดูแลรักษาความสะอาด ไม่ทำให้เกิดคราบสกปรก เพื่อป้องกันไม่ให้เป็นแหล่งแพร่เชื้อโรค

๒) **ตกแต่งบริเวณโรงเรียนด้วยต้นไม้** เพิ่มความร่มรื่นแก่โรงเรียน ปลูกไม้ยืนต้นหรือตั้งซุ่มไม้เลื้อยที่ให้ร่มเงา เพื่อใช้เป็นพื้นที่พักผ่อนและทำกิจกรรมต่าง ๆ

๓) **จัดสรรพื้นที่และสาธารณูปโภคที่จำเป็นให้เพียงพอ** โรงเรียนควรมีบริเวณสำหรับพักผ่อน มีสนาม ลานกิจกรรม ห้องคอมพิวเตอร์ แยกเป็นสัดส่วน และในพื้นที่นั้นควรมีสาธารณูปโภคที่จำเป็นและเหมาะสมจัดเตรียมไว้ให้เพียงพอด้วย

สรุป การดูแลรักษาบ้าน และโรงเรียนให้สะอาด สวยงาม เป็นระเบียบ จะต้องรู้จักเลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องมือในการทำทำความสะอาดที่เหมาะสม รู้จักวิธีการทำความสะอาดห้องและเครื่องเรือนต่างๆ อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้สะอาด น่าอยู่ก็ต้องคำนึงถึงหลักการต่างๆ ทั้งในด้านความปลอดภัย ความสะอาดสบาย ความเป็นระเบียบ ประโยชน์ใช้สอยในการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้สมาชิกอยู่อย่างมีความสุข



การเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

ใบมอบหมายงานที่ ๑.๑

สมรรถนะสำคัญสำหรับผู้เรียน

ความสามารถด้าน	☐ การสื่อสาร
☒ การคิด	☐ การแก้ปัญหา
☒ การใช้ทักษะชีวิต	☐ การใช้เทคโนโลยี

เรื่อง การจัดตกแต่งห้องเรียน

คำชี้แจง วางแผนจัดตกแต่งห้องเรียนตามกิจกรรมต่อไปนี้

ในห้องเรียนจะจัดงานฉลองวันขึ้นปีใหม่ จะรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน จับสลากของขวัญ โดยมีนักเรียน ๓๐ คน ครู ๒ คน ภายใต้แนวคิดงาน “สังสรรค์ปีใหม่ วัยใสปาร์ตี้”

- จากสถานการณ์ ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน แล้วร่วมกันออกแบบจัดและตกแต่งห้องเรียน โดยคำนึงถึงความเหมาะสมของพื้นที่ จากนั้นศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น Google Pinterest พร้อมบันทึกผลในประเด็นต่อไปนี้
 - ระบุองค์ประกอบที่ใช้จัดตกแต่งภายในห้อง พร้อมเหตุผล
 - ระบุปัญหาที่พบระหว่างการจัดตกแต่ง พร้อมแนวทางการแก้ไข
 - ระบุอุปกรณ์และวิธีดูแลรักษาห้องเรียนภายหลังกิจกรรม
- นำเสนอในชั้นเรียนด้วยโปรแกรม เช่น PowerPoint Canva และให้เพื่อน ๆ ร่วมกันแสดงความคิดเห็น
- ร่วมกันสรุปความรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมนี้ เพื่อนำไปใช้ในการจัดตกแต่งห้องเรียนให้มีสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับการเรียน

ใบมอบหมายงานที่ ๑.๒

สมรรถนะสำคัญสำหรับผู้เรียน

ความสามารถด้าน	☐ การสื่อสาร
☒ การคิด	☐ การแก้ปัญหา
☒ การใช้ทักษะชีวิต	☒ การใช้เทคโนโลยี

เรื่อง ออกแบบจัดตกแต่งบ้านเพื่อให้บริการเป็นที่พัก

คำชี้แจง ให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม ดังนี้

- สำรวจบ้านของตนเองว่ามีบริเวณใดที่เป็นปัญหา ต้องปรับปรุง หรือพัฒนาเพื่อจะเปิดบางพื้นที่ของบ้านเป็นบริการที่พักชั่วคราวให้กับนักท่องเที่ยว
- อธิบายและวางแผนขั้นตอนการทำงานในพื้นที่ที่รับผิดชอบเพื่อออกแบบจัดตกแต่งบ้านและบริเวณบ้าน รวมทั้งวางแผน วัสดุ อุปกรณ์ที่ต้องใช้ งบประมาณ รวมทั้งเวลาที่ใช้
- ออกแบบจัดตกแต่งบ้านและบริเวณบ้านในส่วนของพื้นที่ที่ตนเองรับผิดชอบ และต้องนำไปปฏิบัติได้จริง โดยใช้วิธีการวาดภาพหรือสร้างเป็นโมเดลตามความเหมาะสม จากนั้นนำเสนอแผนการทำงานภาพวาดการออกแบบหรือโมเดลกับครอบครัวและครู
- ตกแต่งบ้านและบริเวณบ้านตามแผนงานและบันทึกข้อมูล พร้อมติดรูปทุกขั้นตอนการปฏิบัติงาน
- นำเสนอภาพบ้านก่อนปรับปรุงพัฒนาและผลงานที่สมบูรณ์ ผ่านคลิปวิดีโอ หรือ PowerPoint พร้อมบอกปัญหา อุปสรรค และแนวทางการแก้ไขปัญหา
- ร่วมกันวิเคราะห์ อภิปราย และสรุปความรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมนี้ เพื่อนำไปปรับปรุงบ้านและต่อยอดเป็นอาชีพในอนาคต