



หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน

การงานอาชีพ



ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ผู้เรียบเรียง

นางเดือนนภา	อุณอ่อน	ศษ.ม. (ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต)
นางอรรณณ	พักสังข์	กศ.ม. (การศึกษามหาบัณฑิต)

ผู้ตรวจ

นายมนัสชัย	กิริติผจญ	วท.ม. (การจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ), บธ.ม. (การบัญชี, คอมพิวเตอร์ธุรกิจ, การจัดการทั่วไป)
นางสาวปิยวีร์	จุติพงษ์รักษา	ศศ.ม. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), คหกรรมศาสตร์ศึกษา
นายวัสสา	ดวงอ่อนนาม	วท.ม. (เกษตรศาสตร์)

บรรณาธิการ

นางสาวสุชาดา	วราห์พันธ์	กศ.บ. (สังคมศึกษา), ค.ม. (พื้นฐานการศึกษา)
นางสาวจริยา	บุรพกุลสตรี	กศ.บ. (คหกรรมศาสตร์), ศศ.ม. (คหกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน)



จัดพิมพ์โดย บริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

ฝ่ายการตลาด, ฝ่ายผลิตและจัดส่ง, ฝ่ายการเงินและบัญชี :
๖๕/๑๐๕ หมู่ ๑ ซ.พระแม่กาบุญ ด.บ้านใหม่ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี ๑๑๑๒๐
โทร. ๐ ๒๕๔๔ ๕๕๕๕, ๐ ๒๕๔๔ ๕๕๕๕, ๐ ๒๕๖๑ ๔๕๕๐-๒
โทรสาร ๐ ๒๕๖๑ ๕๕๕๕, ๐ ๒๕๔๔ ๒๕๕๕

ฝ่ายวิชาการ :
๘๘/๑๒๒ ถ.เทศบาลสงเคราะห์ แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐
โทร. ๐ ๒๕๕๕ ๔๔๔๔-๒๐, ๐ ๒๕๕๕ ๔๔๔๔-๕ โทรสาร ๐ ๒๕๕๐ ๒๕๕๐

ปีที่พิมพ์ ๒๕๖๗
พิมพ์ครั้งที่ ๑
จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม
ISBN 978-616-07-2649-3
ราคา ๕๕ บาท
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ
ลิขสิทธิ์เป็นของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

คำนำ

หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน **การงานอาชีพ ๔** เล่มนี้ ได้เรียบเรียงขึ้นสำหรับนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ โดยได้ยึดมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้
การงานอาชีพ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช ๒๕๕๑ โดยปรับปรุง
เนื้อหาและวิธีการนำเสนอให้ทันสมัย น่าสนใจ และเหมาะสมกับการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
ของนักเรียนมากยิ่งขึ้น

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้แบ่งออกเป็น ๘ หน่วยการเรียนรู้ ดังนี้

- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ บ้านสวยโรงเรียนงาม
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ แต่งกายให้งาม
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับครอบครัว
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ งานประดิษฐ์คิดสร้างสรรค์
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕ การเกษตรกับการดำรงชีวิต
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ งานช่างกับการดำรงชีวิต
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗ การดำเนินการทางธุรกิจ
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ แนวทางเข้าสู่อาชีพ

หนังสือเล่มนี้ ได้ส่งเสริมการเรียนรู้การสอนด้วยกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก
(Active Learning) ในส่วนของท้ายหน่วยการเรียนรู้ทุกหน่วย และส่งเสริมสมรรถนะที่สำคัญ
ทางการงานอาชีพโดยใช้โครงงานเป็นฐาน (Project-Based Learning)

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน **การงานอาชีพ ๔** เล่มนี้
จะอำนวยประโยชน์ต่อนักเรียนและครูผู้สอนที่จะนำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ เพื่อให้นักเรียน
ได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพ และบรรลุตามเป้าหมายของหลักสูตร



ฝ่ายวิชาการ บริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

แนะนำหนังสือ

• แนวคิดสำคัญ

เป็นความคิดสำคัญเป็นแนวในการผูกเรื่องหรือความคิดอื่นๆ ที่สอดแทรกอยู่ในเนื้อหาสาระการเรียนรู้ของแต่ละหน่วยการเรียนรู้

• ตัวชี้วัด

เป็นสิ่งที่กำหนดให้รู้ว่าคุณนักเรียนควรทำอะไร ทำอะไรได้ และคุณลักษณะที่พึงเกิดกับนักเรียนตามเป้าหมายของหลักสูตร



• สาระการเรียนรู้

เป็นข้อบ่งชี้เนื้อหาสาระที่นักเรียนจะได้เรียนในหน่วยการเรียนรู้



• ปัญหาทางออก

เป็นการนำเสนอปัญหาที่สามารถพบเห็นหรือสอดคล้องในชีวิตประจำวัน โดยใช้ภาพเหตุการณ์แล้วตั้งคำถามกระตุ้นการเรียนรู้ในเรื่องนั้นซึ่งเป็นคำถามปลายเปิดเพื่อให้นักเรียนได้คิด วิเคราะห์ และหาคำตอบด้วยตนเอง



• เปิดโลกทัศน์

เป็นการสอดแทรกความรู้ มุมมอง แนวคิดที่ทันสมัยในประเด็นต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กันระหว่างเนื้อหาซึ่งนักเรียนและครูผู้สอนสามารถนำไปปรับใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้อย่างหลากหลายเพื่อเพิ่มพูนความรู้ให้แก่ผู้เรียน

• การนำเสนอเนื้อหา

เป็นการนำเสนอเนื้อหาในรูปแบบ Infographic หรือ QR code ในส่วนของเนื้อหาที่ยากและมีปริมาณมากเพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจของนักเรียน



• สรุปสาระสำคัญ

เป็นการสรุปสาระสำคัญหรือความคิดรวบยอดท้ายหน่วยการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยี QR Code เพื่อให้นักเรียนเข้าใจง่ายและรับชม Motion Graphic ได้



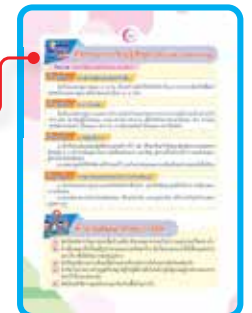
• กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการฝึกให้นักเรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริงเหมือนกับในชีวิตจริงอย่างมีระบบ โดยมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ๔ ขั้นตอน



• สร้างเสริมทักษะด้านการอาชีพโดยใช้โครงงานเป็นฐาน (Project-Based Learning)

เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่นำความรู้และทักษะที่ได้เรียนรู้ทั้งหมดมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาหรือพัฒนางาน โดยการทำโครงงานมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ๖ ขั้นตอน



สารบัญ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ บ้านสวยโรงเรียนงาม..... ๑



- ๑ ทักษะการจัดการในการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต ๒
- ๒ การวางแผนทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน ๕
- ๓ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน ๘
- ๔ การทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน ๑๐
- ๕ การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียน ๑๒
- ๖ การอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานบ้าน ๒๔
- สรุป ๒๘
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๒๘
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๒๙
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๒๙

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ แต่งกายให้งาม..... ๓๐



- ๑ การเลือกเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย ๓๑
- ๒ การเลือกซื้อเสื้อผ้าสำเร็จรูป ๓๘
- ๓ การดูแลรักษาและจัดเก็บเสื้อผ้า ๔๔
- สรุป ๔๗
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๔๗
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๔๘
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๔๘

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ อาหารเพื่อสุขภาพสำหรับครอบครัว..... ๔๙



- ๑ ความสำคัญและหลักการบริโภคอาหาร ๕๐
- ๒ ความต้องการอาหารของคนในวัยเรียนและวัยรุ่น ๕๒
- ๓ หลักการจัดรายการอาหาร ๕๖
- ๔ หลักการเลือกซื้ออาหารที่ถูกสุขลักษณะ ๕๗
- ๕ การเลือกใช้และทำความสะอาดภาชนะ ๖๒
- ๖ การปรุงอาหารและการดัดแปลงอาหาร ๖๕
- ๗ การจัดเก็บอาหาร ๗๒

- สรุป ๗๔
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๗๔
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๗๕
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๗๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ งานประดิษฐ์คิดสร้างสรรค์..... ๗๖



- ๑ ความหมาย และประโยชน์ของงานประดิษฐ์ ๗๗
- ๒ จากวัสดุเหลือใช้ ๗๗
- ๓ วัสดุเหลือใช้ ๘๐
- ๔ อุปกรณ์ที่ใช้ในงานประดิษฐ์ ๘๓
- ๕ การออกแบบงานประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ๘๕
- ๖ การประดิษฐ์ของใช้หรือของตกแต่งบ้าน ๘๘
- ๗ จากวัสดุเหลือใช้ ๘๘
- สรุป ๙๔
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๙๔
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๙๕
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๙๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕ การเกษตรกับการดำรงชีวิต..... ๙๖



- ๑ ความสำคัญของงานเกษตร และประเภทของพืช ๙๗
- ๒ ปัจจัยที่ควบคุมการเจริญเติบโตของพืช ๑๐๒
- ๓ การเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ ๑๐๙
- ๔ เกษตรอินทรีย์ ๑๑๓
- สรุป ๑๒๖
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๑๒๖
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๑๒๗
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๑๒๗

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ งานช่างกับการดำรงชีวิต..... ๑๒๘



- ๑ ลักษณะของงานช่างและความปลอดภัยในการทำงาน ๑๒๙
- ๒ วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือช่างในบ้าน ๑๓๔
- ๓ ทักษะที่จำเป็นในการทำงานช่าง ๑๔๖
- ๔ การติดตั้งและประกอบชิ้นงานของ ๑๕๐
- สรุป ๑๕๓

กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๑๕๓
 กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๑๕๔
 คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๑๕๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗ การดำเนินการทางธุรกิจ ๑๕๕



- ❖ ความสำคัญและวัตถุประสงค์ของธุรกิจ ๑๕๖
- ❖ ประเภทและความรับผิดชอบต่อสังคมของธุรกิจ ๑๕๗
- ❖ ผู้ประกอบการ ๑๖๔
- ❖ รูปแบบการประกอบอาชีพธุรกิจ ๑๖๗
- สรุป ๑๗๓
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๑๗๓
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๑๗๔
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๑๗๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ แนวทางเข้าสู่อาชีพ ๑๗๕



- ❖ ความสัมพันธ์ของการทำงานในการดำรงชีวิตกับงานอาชีพ ๑๗๖
- ❖ การเตรียมตัวหางานและพัฒนาบุคลิกภาพ ๑๗๙
- ❖ ลักษณะความมั่นคงและความก้าวหน้า ๑๘๕
- ❖ การสมัครงาน ๑๘๗
- ❖ การสัมภาษณ์งาน ๒๐๒
- ❖ หลักการทำงาน ๒๐๗
- ❖ การเปลี่ยนงาน ๒๑๐
- สรุป ๒๑๒
- กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ ๒๑๒
- กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ๒๑๓
- คำถามพัฒนาทักษะการคิด ๒๑๓

- สร้างเสริมทักษะด้านการงานอาชีพโดยใช้โครงงานเป็นฐาน (Project-Based Learning) ๒๑๔
- บรรณานุกรม ๒๑๕

หน่วยการเรียนรู้ที่

๑

บทเรียนนี้สอดคล้องกับ
 หลักสูตรแกนกลาง
 การศึกษาขั้นพื้นฐาน
 พุทธศักราช ๒๕๕๑

บ้านสวย โรงเรียนงาม



สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว มาตรฐาน ง ๑.๑

เข้าใจการทำงาน มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะกระบวนการทำงาน ทักษะการจัดการ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการทำงานร่วมกัน และทักษะการแสวงหาความรู้ มีคุณธรรม และลักษณะนิสัยในการทำงาน มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เพื่อการดำรงชีวิตและครอบครัว

ตัวชี้วัด : สิ่งที่นักเรียนพึงรู้และปฏิบัติได้ ง ๑.๑

- (๑) อธิบายวิธีการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต
- (๓) มีทักษะการจัดการในการทำงาน
- (๔) มีทักษะกระบวนการแก้ปัญหาในการทำงาน
- (๖) มีคุณธรรมและลักษณะนิสัยในการทำงาน
- (๗) ใช้พลังงาน ทรัพยากรในการทำงานอย่างคุ้มค่าและยั่งยืน เพื่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

แนวคิด

การทำให้บ้านและโรงเรียนสะอาด สวยงามน่าอยู่นั้นควรเป็นหน้าที่ของสมาชิกทุกคนที่อยู่ร่วมกัน ทุกคนควรรู้บทบาทหน้าที่ของตนเอง โดยเลือกวิธีที่ดีที่สุดในการทำงาน เลือกใช้อุปกรณ์ในการทำงานได้อย่างถูกต้อง สามารถจัดลำดับและปฏิบัติงานเป็นขั้นตอน ทั้งนี้เพื่อฝึกความรับผิดชอบ ฝึกแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในขณะปฏิบัติงาน ปลูกฝังนิสัยที่ดีในการทำงาน และใช้พลังงาน ทรัพยากรในการทำงานอย่างคุ้มค่า เพื่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

สาระการเรียนรู้

๑. ทักษะการจัดการในการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต
๒. การวางแผนทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน
๓. วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน
๔. การทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน
๕. การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียน
๖. การอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานบ้าน



“การนำทักษะการจัดการมาใช้ในการทำงาน จะช่วยให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น”

ทักษะการจัดการจะช่วยให้การทำงาน มีประสิทธิภาพได้อย่างไร



ทักษะการจัดการในการทำงานเพื่อการดำรงชีวิต

การทำงานเพื่อการดำรงชีวิตจำเป็นต้องใช้ทักษะที่หลากหลาย เช่น ทักษะการทำงาน ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการจัดการ เพื่อให้การทำงานสำเร็จและมีคุณภาพตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้



ทักษะการจัดการ

การจัดการ (Management) หมายถึง การทำงานให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ทั้งการทำงานเป็นรายบุคคลและการทำงานเป็นกลุ่ม โดยผ่านกระบวนการวางแผน การจัดการ การสั่งการ และการควบคุมในด้านงบประมาณ วัสดุ อุปกรณ์ บุคลากร และระบบสื่อสาร การจัดการจึงมีบทบาทสำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน

ประสิทธิภาพในการทำงาน หมายถึง การทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างประหยัดและคุ้มค่ามากที่สุด เช่น การทำงานที่ใช้เวลาน้อย มีวัสดุเหลือทิ้งน้อยที่สุด และผลงานมีคุณภาพเป็นที่น่าพอใจ

ขั้นตอนของทักษะการจัดการ

ทักษะการจัดการเป็นความพยายามของบุคคลที่จะจัดระบบงาน (การทำงานเป็นรายบุคคล) และการจัดระบบคน (การทำงานเป็นกลุ่ม) เพื่อให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีขั้นตอนดังนี้

๑. **การวางแผน (Planning)** เป็นการกำหนดแนวทางในการปฏิบัติงานไว้ล่วงหน้าเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้โดยมีการกำหนดทรัพยากรต่าง ๆ ไว้ว่า การทำงานจะให้ใครทำ (Who) ทำอะไร (What) ทำที่ไหน (Where) ทำเมื่อไหร่ & มีเวลาเท่าไร (When) ทำอย่างไร (How) ภายใต้งบประมาณเท่าไร (How Much) จึงจะทำให้ได้ตามเป้าหมายที่ตั้ง



๒. **การจัดองค์การ (Organizing)** เป็นการจัดโครงสร้างการบริหารงาน โดยแบ่งตามลักษณะการดำเนินงานหลักขององค์การตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ซึ่งในที่นี้เป็นการจัดโครงสร้างของกลุ่ม เช่น หัวหน้ากลุ่ม เลขานุการกลุ่ม และสมาชิกในกลุ่ม แต่ถ้าเป็นองค์การธุรกิจ การจัดองค์การก็จะเป็นทางการมากขึ้น

แผนภูมิองค์การ หรือ Organization Charts เป็นภาพแสดงโครงสร้างของบริษัทหรือหน่วยงาน ช่วยให้เข้าใจถึงโครงสร้างของลำดับชั้นในองค์การ ตั้งแต่ระดับบน เช่น ผู้บริหาร (Top-level management) ไปจนถึงระดับล่างหรือพนักงาน (Bottom-level) แผนภาพนี้ช่วยให้เข้าใจว่าคุณกำลังอยู่ในลำดับชั้นของบริษัทหรือมีความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ อย่างไร

๓. **การจัดคนเข้าทำงาน (Staffing)** เป็นการจัดสรรบุคลากรให้เหมาะสมกับตำแหน่งงานและตามความต้องการขององค์การ การจัดหาบุคลากรเข้าทำงาน จึงประกอบด้วย การวางแผนกำลังคน การสรรหาบุคคล การคัดเลือกบุคคล การบรรจุแต่งตั้ง การฝึกอบรม การพัฒนาบุคคล การประเมินผลการปฏิบัติงานและการเปลี่ยนแปลงตำแหน่งงาน



การจัดคนเข้าทำงาน ต้องตรงกับตำแหน่งงานนั้น ๆ

๔. **การสั่งการ (Directing)** เป็นหน้าที่ของหัวหน้างานหรือผู้บริหารในฐานะเป็นผู้นำองค์การในการใช้ความสามารถชักจูงให้ผู้ใต้บังคับบัญชาปฏิบัติงานเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ ซึ่งต้องอาศัยศิลปะในการออกคำสั่งที่เรียกว่า การชี้นำ เพื่อการโน้มน้าวจิตใจ สร้างให้เกิดการผูกพัน ทุ่มเท กระตือรือร้น ร่วมมือ และร่วมแรงร่วมใจในการทำงานตามที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ และมีประสิทธิภาพ



การสั่งงานต้องใช้ศิลปะการชี้นำ

๕. การประสานงาน (Coordinating)

หมายถึง การติดต่อสื่อสารให้เกิดการร่วมมือในการปฏิบัติงานร่วมกัน ซึ่งช่วยให้การทำงานบรรลุเป้าหมายได้อย่างราบรื่นรวดเร็ว ช่วยขจัดความสับสนเปล่าและประหยัดในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเวลาและค่าใช้จ่าย ช่วยสร้างความเข้าใจอันดีทั้งภายในและภายนอกองค์การ ช่วยสร้างขวัญกำลังใจให้เกิดขึ้นกับพนักงาน และช่วยป้องกันการดำเนินงานที่ซ้ำซ้อน



การประสานงานที่ดี
จะช่วยให้การทำงานราบรื่น

๖. การติดต่อสื่อสาร (Communication)

เป็นการสื่อข้อความระหว่างบุคคลในองค์การหรือหน่วยงานเดียวกัน และระหว่างหน่วยงานนั้นเพื่อประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงาน รวมถึงการติดต่อสื่อสารกับองค์การและบุคคลภายนอกด้วย วิธีการติดต่อสื่อสารที่ใช้กันภายในองค์การ มี ๓ วิธี ได้แก่ การติดต่อสื่อสารทางวาจา การติดต่อสื่อสารด้วยลายลักษณ์อักษร และการติดต่อสื่อสารด้วยรูปภาพ



การติดต่อสื่อสารทางวาจา

๗. การควบคุม (Controlling)

เป็นกิจกรรมขั้นสุดท้ายของการจัดการเพื่อประเมินผลการปฏิบัติงานว่าเป็นไปตามแผนงานที่กำหนดไว้หรือไม่ ซึ่งจะส่งผลให้การทำงานและผลงานเป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนดไว้

จะเห็นได้ว่า ทักษะกระบวนการจัดการสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อการจัดการงานและคนให้สัมพันธ์กันตั้งแต่ระดับครอบครัว เช่น การจัดการงานบ้าน จนกระทั่งถึงระดับองค์การที่ใหญ่ขึ้นซึ่งมีวัตถุประสงค์คือ การทำงานที่มีประสิทธิภาพบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่ามากที่สุด



การจัดการที่ดีจะช่วยให้ใช้ทรัพยากร
ได้อย่างมีประสิทธิภาพ



การวางแผนทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน

บ้านและโรงเรียนมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด โรงเรียนเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองของครูและนักเรียน ดังนั้น สมาชิกทุกคนควรร่วมมือในการดูแลรักษาความสะอาดรวมถึงการจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้สวยงาม น่าอยู่ เพื่อตอบสนองการทำกิจกรรมของสมาชิกทุกคนอย่างมีประสิทธิภาพ



๑ การบริหารทรัพยากรในครอบครัวหรือในโรงเรียน

ทรัพยากรในครอบครัวหรือในโรงเรียนถ้าไม่รู้จักใช้ก็จะหมดไปอย่างไม่คุ้มค่า ทรัพยากรของครอบครัวหรือโรงเรียนเมื่อแบ่งตามหลักการบริหาร สามารถแบ่งออกได้เป็น ๔ ประเภทหรือที่เรียกว่า **4M** คือ **Man, Money, Material** และ **Management** ดังนี้

Man

ทรัพยากรมนุษย์

มนุษย์เป็นทรัพยากรที่สำคัญของครอบครัวและโรงเรียน ซึ่งบ้านและโรงเรียนจะมีบุคคลที่มีทั้งเพศ วัย และความสามารถแตกต่างกัน ดังนั้นการแบ่งหน้าที่ในการทำงานควรยึดหลัก “put the right man on the right job” คือ การมอบหมายงานให้เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถ และความถนัดของแต่ละบุคคล

Money

ทรัพยากร
ในรูปเงินหรือ
งบประมาณ

เงินเป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนทรัพยากรอื่น ๆ เช่น การจัดซื้ออุปกรณ์และเทคโนโลยีต่าง ๆ จ่ายค่าแรงในการจัดจ้างพนักงาน จ่ายค่าบำรุงรักษาอาคารสถานที่ การใช้จ่ายเงินในครอบครัวหรือโรงเรียนต้องมีการวางแผนอย่างรอบคอบและมีเงินสำรองไว้ใช้ยามฉุกเฉิน เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างราบรื่นและควรมีการประเมินผลการใช้จ่ายเงินโดยพิจารณาถึงความคุ้มค่าของเงินที่จ่ายไป

Material

ทรัพยากร
ในรูปวัสดุสิ่งของ

วัสดุสิ่งของจัดเป็นอุปกรณ์ที่อำนวยความสะดวกในการทำงาน ไม่ว่าจะเป็นเครื่องมือเครื่องใช้ในการทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน เครื่องมือสื่อสาร รถยนต์ ตลอดจนวัตถุต่าง ๆ เช่น น้ำยาทำความสะอาด ไม้กวาด ไม้ถูพื้น ควรใช้วัสดุ อุปกรณ์ต่าง ๆ ด้วยความประหยัด เมื่อเครื่องมือเครื่องใช้ชำรุดควรซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพดีพร้อมใช้งานเสมอ

Management

ทรัพยากร ในการบริหารจัดการ

ทรัพยากรในรูปของการบริหารจัดการ เป็นความสามารถของหัวหน้าครอบครัว ผู้บริหารตามลำดับชั้นภายในโรงเรียน หรือความสามารถในการบริหารตนเองของสมาชิกในบ้านหรือในโรงเรียน ที่จะดูแลและประสานกิจกรรม ความรู้ในการจัดการเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ ซึ่งอาจเกิดจากประสบการณ์ในการทำงานทั้งในบ้านหรือในโรงเรียน หรือการพัฒนาตนเองให้สามารถครองตน ครองคน และครองงาน หากมีระบบการบริหารจัดการที่ดี จะช่วยให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายและทันตามเวลาที่กำหนด



เปิดโลกทัศน์



๒ ความสำคัญของการวางแผนการทำงาน

การวางแผน หมายถึง การกำหนดแนวทางหรือวิธีการไว้ล่วงหน้าอย่างเป็นระบบเพื่อใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติให้บรรลุผลตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยอยู่บนพื้นฐานของข้อมูลข่าวสารที่มีความแม่นยำ เชื่อถือได้ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และการคาดคะเนในอนาคตมาประกอบการวางแผน

ความสำคัญของการวางแผน มีดังนี้

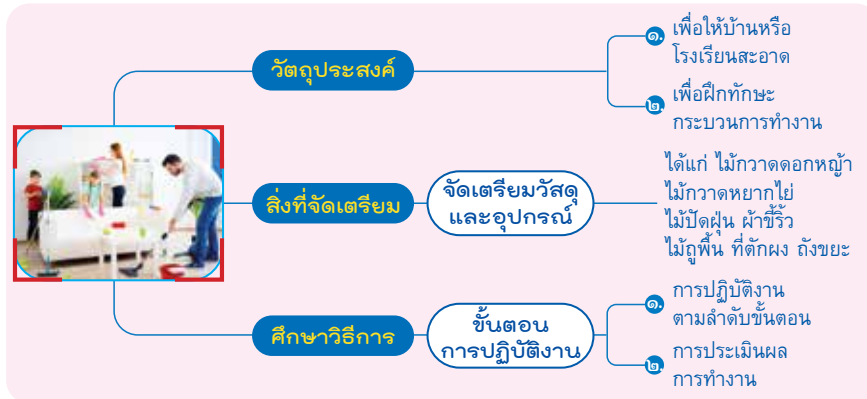
๑. เป็นเครื่องมือในการจัดการเพื่อให้การดำเนินงานประสบผลสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ รวดเร็ว ประหยัดเวลา และทรัพยากร
๒. เป็นเครื่องมือในการจัดเตรียมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต เช่น ราคาพลังงานที่สูงขึ้น ภาวะเงินเฟ้อ สงคราม
๓. ช่วยให้มีการกำหนดขอบเขตในการทำงานที่แน่นอนและมีนโยบายที่ชัดเจน จึงลดการสูญเสียจากการใช้ทรัพยากรที่ไม่เหมาะสม
๔. ช่วยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถเห็นแนวทางในการปฏิบัติงานของตนเอง จึงทำให้ง่ายต่อการปฏิบัติงาน
๕. ช่วยให้เกิดการประสานสัมพันธ์ภายในองค์กร ทำให้การปฏิบัติเป็นไปด้วยความราบรื่นและสามารถตรวจสอบความสำเร็จของเป้าหมายได้



๓ ขั้นตอนการวางแผนทำงานบ้าน

การวางแผนทำงานบ้าน คือ การกำหนดกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องปฏิบัติในการทำงานบ้าน เพื่อให้มองเห็นภาพรวมของการทำงาน โดยมีขั้นตอน ดังนี้

๑. **วิเคราะห์งาน** เป็นการรวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับงานบ้านที่ต้องทำทั้งหมดว่ามีอะไรบ้างวัสดุ อุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้ ความสามารถของสมาชิกแต่ละคนภายในบ้าน เพื่อจัดแบ่งหน้าที่ให้เหมาะสม งบประมาณที่ต้องใช้ จัดทำตารางปฏิบัติงาน โดยกำหนดกิจกรรม เวลาที่ควรปฏิบัติ แยกรูปแบบของงานว่างานใดเป็นงานที่ต้องทำประจำวัน และงานใดเป็นงานที่ควรทำในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์หรือทำเพียงอาทิตย์ละครั้ง
๒. **วางแผนการทำงานบ้าน** เป็นการนำข้อมูลที่ได้อาจจากการวิเคราะห์งานมาใช้ในการวางแผน ซึ่งสามารถสร้างเป็นแผนที่ความคิด ดังนี้



คำถามพัฒนาทักษะชีวิต

- นักเรียนเคยนำหลักการบริหารทรัพยากรโดยคำนึงถึงหลัก 4M มาใช้ในการทำงานบ้านหรืองานต่าง ๆ ในโรงเรียนหรือไม่
 - ถ้าเคย ให้นักเรียนยกตัวอย่างงานของนักเรียนว่ามีข้อควรปรับปรุงในเรื่องใดและอย่างไร
 - ถ้าไม่เคย นักเรียนจะนำการบริหารทรัพยากรโดยคำนึงถึงหลัก 4M มาใช้ในการทำความสะอาดบ้านหรือโรงเรียนอย่างไร
- การวางแผนการทำงานบ้านมีขั้นตอนอย่างไร



วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน

วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดบ้านมีหลายชนิด จึงควรพิจารณาเลือกใช้วัสดุ อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับงานที่จะทำ เพื่อให้การปฏิบัติงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ประหยัดเวลา และแรงงาน ควรยึดหลักการเลือกใช้ ดังนี้

๑. มีความเหมาะสมกับลักษณะงาน เลือกอุปกรณ์มาใช้ให้เหมาะสมกับงาน

๒. ปลอดภัยต่อการใช้งาน เลือกอุปกรณ์ที่ผลิตด้วยวัสดุที่มีคุณภาพ ไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ใช้และสิ่งแวดล้อม



๓. สะดวกและง่ายต่อการใช้งาน ผู้ใช้สามารถเรียนรู้วิธีการใช้งานได้ด้วยตนเอง

๔. มีความคุ้มค่าและประหยัดพลังงาน เลือกอุปกรณ์ที่มีราคาเหมาะสมกับคุณสมบัติการใช้งานในขณะเดียวกันก็ช่วยประหยัดพลังงานไฟฟ้า

วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน มีดังนี้

๑. ไม้กวาดดอกหญ้า

ใช้กวาดพื้นที่แห้งและเรียบ เช่น พื้นไม้ พื้นกระเบื้อง



๒. ไม้กวาดหยากไย

ใช้กวาดหยากไยบนเพดานได้สะดวก



๓. ไม้ปัดฝุ่น

ใช้ปัดฝุ่นตามชั้นวางของหลังตู้ หรือตามเฟอร์นิเจอร์



๔. หุ่นยนต์ดูดฝุ่น

เป็นเทคโนโลยีที่นำมาใช้เพื่อขจัดฝุ่นละอองบนพื้น สามารถวิ่งกลับฐานเพื่อชาร์จแบตเตอรี่ด้วยตัวเอง เมื่อแบตเตอรี่ใกล้จะหมด หรือเมื่อทำความสะอาดเสร็จเรียบร้อยแล้ว หลังการใช้งานควรทำความสะอาดตามคู่มือการใช้อุปกรณ์อย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยยืดอายุการใช้งานให้นานที่สุด



๕. เครื่องดูดฝุ่น

เป็นเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ช่วยประหยัดเวลาและแรงงานทำความสะอาดได้อย่างรวดเร็ว ทั้งพื้นห้อง ฝ้าผนัง เพดาน ชั้นวางของ เบาะรถเฟอร์นิเจอร์ หรือมุ้งลวด ก็สามารถเลือกใช้หัวเครื่องดูดฝุ่นให้เหมาะสมกับสภาพของพื้นผิวที่จะทำความสะอาดได้



๖. ไม้ถูพื้น

เลือกใช้ตามความต้องการใช้งาน เช่น ถ้าต้องการถูพื้นที่กว้าง ให้เลือกใช้ผ้าที่เป็นหัวแบน แต่ถ้าต้องการถูบริเวณที่มีซอกมุมมาก ต้องเลือกชนิดที่มีหัวลักษณะกลมเป็นเส้นด้าย หรือถ้าถูพื้นซีเมนต์ขัดมัน หรือกระเบื้องอาจเลือกประเภทหัวที่เป็นฟองน้ำ





การทำความสะอาดบ้านและโรงเรียน

บ้านหรือโรงเรียนที่สมาชิกช่วยกันดูแลทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอจะมีความสวยงาม สะอาด น่าอยู่ และยังเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำให้การทำความสะอาดบ้านและโรงเรียนเป็นงานที่ไม่น่าเบื่อ เพราะทุกคนช่วยแบ่งเบาภาระซึ่งกันและกัน ไม่ผลักระให้เป็นหน้าที่รับผิดชอบของใครคนใดคนหนึ่ง การทำความสะอาดบ้านถ้าทำอย่างถูกวิธีจะช่วยให้งานสำเร็จได้อย่างรวดเร็ว



๑ หลักการกวาดและถูพื้น

การกวาดมีหลักการ ดังนี้

๑. กวาดจากที่สูงลงมาสู่ที่ต่ำเสมอ เช่น กวาดหยากไย่บริเวณเพดาน ฝ้าผนัง แล้วจึงกวาดบริเวณหลังตู้ ต่อจากนั้นจึงกวาดบริเวณพื้น ซึ่งการกวาดด้วยวิธีนี้จะช่วยให้ไม่ต้องกวาดซ้ำหลายครั้ง เป็นการประหยัดเวลา แรงงาน และยังช่วยให้บ้านสะอาดได้เป็นอย่างดี

๒. การกวาดต้องกวาดไปทางด้านหน้าเสมอ ไม่สับัดไม่กวาดหรือตัดปลายไม้กวาดให้สูง เพราะจะทำให้ฝุ่นฟุ้งกระจาย และควรกวาดฝุ่นผงกองไว้ แล้วใช้ที่ตักผงโกยอีกครั้งหนึ่งในขณะกวาดควรวาดปิดปากและจมูกให้เรียบร้อย เพื่อสุขภาพอนามัย และปิดพัดลมก่อนกวาดบ้านเพื่อไม่ให้ฝุ่นฟุ้งกระจาย

๓. ถ้าบริเวณที่ต้องกวาดมีฝุ่นหนาแน่น ควรใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดก่อนกวาดเพื่อไม่ให้ฝุ่นฟุ้งกระจายมากเกินไป ซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพ หรือถ้ามีเครื่องดูดฝุ่นควรนำมาใช้แทนการกวาด เพราะจะช่วยลดการฟุ้งกระจายของฝุ่นละอองได้เป็นอย่างดี

การถูพื้นมีหลักการ ดังนี้

๑. กวาดบ้านให้สะอาดปราศจากฝุ่นผงก่อนถูพื้น
๒. การเช็ดถู ต้องเริ่มเช็ดจากที่สูงลงไปสู่ที่ต่ำเช่นเดียวกับการกวาดบ้าน เช่น เช็ดโต๊ะหรือเครื่องเรือนให้สะอาดก่อน ถูพื้นห้อง ส่วนการถูพื้นต้องถูถอยหลังเสมอ เพื่อป้องกันการเหยียบย่ำลงไปบนพื้นที่ยังไม่แห้ง ซึ่งจะทำให้พื้นสกปรก

๓. ควรซักผ้าถูพื้นบ่อย ๆ และหมั่นเปลี่ยนน้ำที่ใช้ถู พื้นจะช่วยให้พื้นสะอาดกว่าการถูโดยซักผ้าเพียง ๑ หรือ ๒ ครั้ง



กวาดพื้นห้องเป็นลำดับสุดท้าย



ควรถูถอยหลังเพื่อป้องกันการเหยียบย่ำ



๒ การทำความสะอาดส่วนต่าง ๆ ของห้อง



การทำความสะอาดผนัง

๑. เพดาน ใช้ผ้าปิดจมูกก่อนทำความสะอาด แล้วใช้ไม้กวาดหยากไย่เขี่ยไยแมงมุมออก ให้เพดานสะอาดอยู่เสมอ จากนั้นจึงทำความสะอาดพื้นบ้านอีกครั้งหนึ่ง

๒. ฝ้าผนัง ใช้ไม้บัดฝุ่นหรือใช้อุปกรณ์อื่น เช่น เครื่องดูดฝุ่น ผ่านาโนไฟเบอร์ ขจัดฝุ่นตามผนัง ถ้าผนังมีคราบสกปรกให้เช็ดทำความสะอาดผนัง ถ้าเป็นผนังไม้ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดพอหมาด

เช็ดให้ทั่ว ถ้าเป็นผนังกระเบื้องเคลือบให้ใช้ฟองน้ำหรือผ้าเช็ดด้วยน้ำยาขัดหรือผงซักฟอก แล้วเช็ดด้วยผ้าชุบน้ำสะอาดบิดหมาด ให้สะอาดอีกครั้ง

๓. ประตู หน้าต่าง ใช้ไม้บัดฝุ่นบิดให้สะอาด ถ้าเป็นประตู หน้าต่างไม้ ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดพอหมาดเช็ดให้ทั่ว ถ้าเป็นหน้าต่างกระจกให้ใช้กระดาษหนังสือพิมพ์ชุบน้ำพอหมาดเช็ดหลาย ๆ ครั้ง กระจกจะใสสะอาด ถ้ามีมุ้งลวดต้องถอดออกมาล้างอย่างน้อยเดือนละครั้ง หรือใช้ผ้าชุบน้ำบิดหมาด เช็ดสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง จะช่วยให้มุ้งลวดมีอายุการใช้งานนานขึ้น



การทำความสะอาดหน้าต่างกระจก

๔. พื้น ควรกวาดพื้นให้สะอาดทุกครั้งก่อนถู เปิดประตู และหน้าต่างเพื่อให้อากาศภายในบ้านถ่ายเท ไม่อับชื้น จะช่วยให้พื้นแห้งเร็ว วิธีการทำความสะอาดแยกตามประเภทของพื้น เช่น

๔.๑ พื้นหินขัดหรือพื้นซีเมนต์ ทำความสะอาดเช่นเดียวกับพื้นไม้ แต่ถ้าสกปรกมากควรล้างด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือผงซักฟอก แล้วใช้แปรงทองเหลืองขัดถูจากนั้นกวาดให้สะอาดด้วยไม้กวาดทางมะพร้าว



พื้นซีเมนต์

๔.๒ พื้นกระเบื้อง กวาดด้วยไม้กวาดดอกหญ้าให้สะอาด แล้วถูด้วยไม้ถูพื้นที่ชุบน้ำบิดหมาด ถ้าพื้นสกปรกมากควรล้างด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือผงซักฟอก และทำความสะอาดเฉพาะที่ที่สกปรกมาก ไม่ควรใช้น้ำยาราดลงไปโดยตรงบนพื้นผิวกระเบื้อง เพราะจะทำให้ส่วนที่เคลือบไว้หลุดลอก และพื้นกระเบื้องนั้นจะมีผิวด้านขึ้น ส่งผลให้ดูแลรักษาและทำความสะอาดยากขึ้น



พื้นกระเบื้อง



การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียน

บ้านและโรงเรียนที่สะอาด สวยงาม เป็นระเบียบ ย่อมเป็นที่ปรารถนาของทุกคน ทำให้เกิดความรู้สึกสบาย ปลอดภัย และอบอุ่นเมื่ออยู่อาศัย ถ้าบ้านหรือโรงเรียนทรุดโทรม ขาดการบำรุงรักษาหรือตกแต่งให้สวยงาม จะทำให้สมาชิกไม่ได้รับความสะดวกสบาย และทำให้ไม่เป็นที่ประทับใจสำหรับผู้มาเยือน



๑ หลักการจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียน

การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้สวยงามน่าอยู่ ควรยึดหลักการดังต่อไปนี้

๑. ความสะอาดสบาย

จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้สะดวกในการทำกิจกรรมต่าง ๆ การจัดบ้านโดยจัดเครื่องเรือนที่เหมาะสม จัดเครื่องเรือนเครื่องใช้ที่ใช้งานสัมพันธ์กันไว้ใกล้เคียงกัน เช่น วางโต๊ะหัวเตียงใกล้เคียงนอน วางโต๊ะเครื่องแป้งใกล้ตู้เสื้อผ้า ส่วนการจัดห้องเรียนควรวางโต๊ะครูไว้ด้านหน้าห้อง เพื่อสะดวกในการดูแลนักเรียน และการแบ่งเนื้อที่จัดเก็บอุปกรณ์ให้สามารถหยิบใช้ได้

๒. ถูกสุขลักษณะ

จัดบ้านและห้องต่าง ๆ ในโรงเรียนให้มีแสงสว่างเพียงพอ มีหน้าต่างมากพอที่จะระบายอากาศได้ ถึงขยะต้องมีฝาปิดมิดชิด ห้องน้ำสะอาดและไม่มีการเหม็น จัดระบบระบายอากาศและกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ รักษาความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ และจัดเครื่องเรือนไม่ให้บังทิศทางลม เพื่อให้แสงสว่างและลมพัดให้ผู้อยู่อาศัยเย็นสบาย



ลักษณะการจัดบ้านที่มีแสงสว่างเพียงพอและอากาศถ่ายเท

๓. ความปลอดภัย

จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้ปลอดภัย โดยคำนึงถึงสิ่งต่าง ๆ ภายในบ้านหรือโรงเรียน เช่น เลือกซื้อเครื่องเรือนที่ไม่มีมุมแหลม หมั่นตรวจสอบสายไฟ ปลั๊กไฟต้องอยู่ในสภาพดีและไม่อยู่ต่ำจนทำให้เกิดอันตรายต่อเด็ก บ้านใดต้องแข็งแรง มีราวจับให้เกิดความมั่นคงในขณะเดินขึ้น-ลง ประตูหน้าต่างมีข้อสับหรือบานพับแข็งแรง เรียบร้อย มีตู้เก็บของ ตู้ยาที่ปิดมิดชิด และจัดวางให้สูงพ้นมือเด็ก

๔. ความสวยงาม

จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนโดยนำความรู้ด้านศิลปะมาใช้ เช่น การทาสีตกแต่ง ควรเลือกให้เหมาะสมกับการใช้สอย สีที่ให้ความรู้สึกเย็นสบาย เช่น สีฟ้า สีม่วงอ่อน ถ้าต้องการให้รู้สึกอบอุ่น ต้องใช้สีร้อนที่ลดค่าของสีลง เช่น สีส้มอ่อน นอกจากนี้การใช้ดอกไม้หรือต้นไม้ตกแต่งห้อง จะทำให้เกิดความสดชื่นและสวยงามอีกด้วย



การใช้ดอกไม้ในการจัดตกแต่งห้องครัวในบ้าน

๕. ความประหยัด

จัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนให้ประหยัดทั้งเวลา แรงงาน และเงิน ถ้าทุกคนในบ้านและโรงเรียนช่วยกันตกแต่งโดยใช้ความสามารถและไม่ต้องซื้อหาของตกแต่ง นอกจากจะประหยัดค่าใช้จ่ายแล้วยังช่วยเกิดภาคภูมิใจอีกด้วย เช่น ช่วยกันปลูกและดูแลต้นไม้ให้สวยงาม การวาดรูปเพื่อประดับตกแต่งบ้านและโรงเรียน การประดิษฐ์ของตกแต่งห้องจากวัสดุเหลือใช้หรือวัสดุในท้องถิ่น

๖. สนองความต้องการและกิจกรรมของสมาชิก

การจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนที่ดี ต้องตอบสนองความต้องการและการทำกิจกรรมของสมาชิก เช่น มีที่นั่งสำหรับทำงานอดิเรก จัดมุมนั่งอ่านหนังสือ จัดมุมนั่งพักผ่อนที่ร่มรื่น



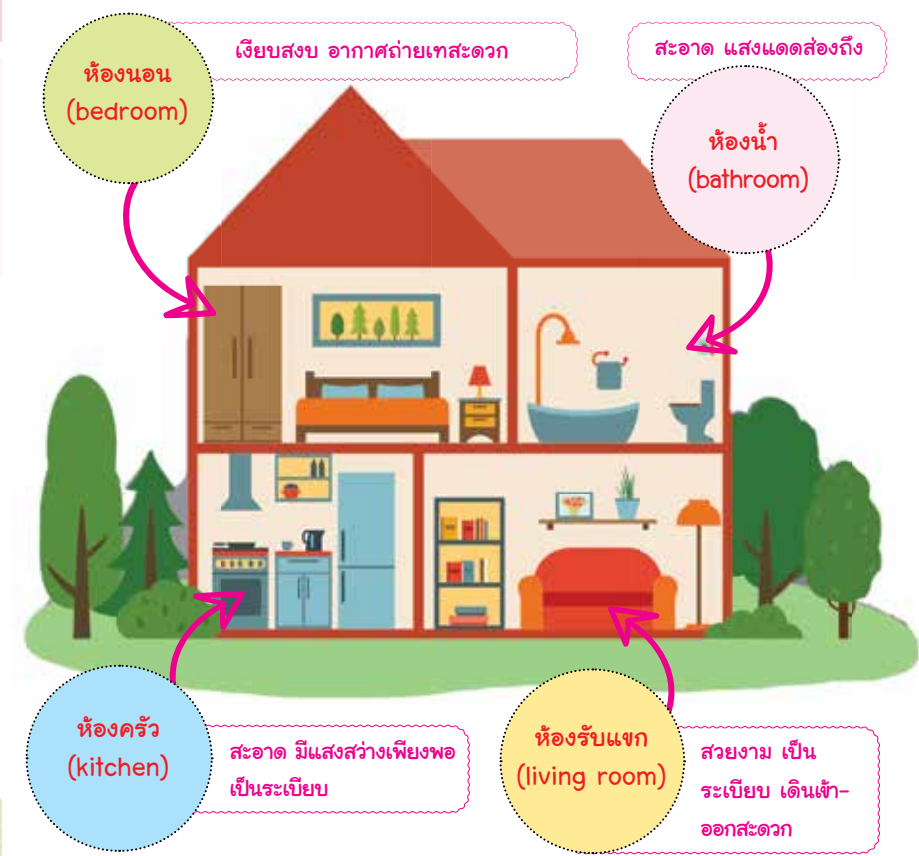
มุมนั่งอ่านหนังสือในโรงเรียน



๒ การจัดตกแต่งห้องต่าง ๆ ภายในบ้าน

การออกแบบตกแต่งห้องต่าง ๆ ภายในบ้าน จะทำให้บ้านมีความสวยงามน่าอยู่มากขึ้น การออกแบบตกแต่งบ้านมีหลายอย่าง ได้แก่ การออกแบบผังห้องต่าง ๆ การทาสี การตกแต่งด้วยภาพหรือของตกแต่งอื่น รวมทั้งการเลือกเครื่องเรือนให้มีขนาด สี และความพอดีของแต่ละห้อง ซึ่งประโยชน์ในการตกแต่งบ้านนั้น จะทำให้ผู้อยู่อาศัยเกิดความรู้สึกมีความสุขมากขึ้น

การจัดตกแต่งห้องภายในบ้าน ควรมีการวางแผนล่วงหน้าในการตกแต่ง เพราะจะทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายและได้ประโยชน์คุ้มค่าที่สุด



๒.๑ ห้องนอน (Bedroom)

ห้องนอนเป็นห้องที่สมาชิกภายในบ้านใช้เป็นที่พักผ่อน และทำกิจกรรมส่วนตัวผู้เป็นเจ้าของห้องจึงจำเป็นต้องจัดตกแต่งให้ตรงกับความต้องการของตนเอง โดยคำนึงถึงหลัก ดังนี้

๑. จัดห้องให้มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก
ไม่นำเครื่องเรือนไปตั้งบังทางลม มีแสงแดดส่องเข้าไปในห้องได้ เพราะแสงแดดจะช่วยให้ห้องไม่อับชื้น มีม่านเพื่อบังสายตาเมื่อต้องการความเป็นส่วนตัว และลดความร้อนของแสงแดดที่สาดส่องเข้ามาในห้อง



๓. จัดห้องให้ดูสวยงามสบายตา โดยตกแต่งด้วยแจกันดอกไม้ ภาพทิวทัศน์ เพื่อเพิ่มความสดชื่น หรือชิ้นงานที่ประดิษฐ์ขึ้นเอง นำมาตกแต่งให้สวยงาม นอกจากนี้ การเลือกผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ผ้าปูที่นอน ให้เข้าชุดกันจะสามารถทำให้ห้องนอนสวยงามมากขึ้น การแต่งห้องนอนควรจัดให้ดูโล่ง สบาย เพื่อการพักผ่อนอย่างเต็มที่



๒. จัดให้มีความสะดวกสบาย โดยจัดวางเครื่องเรือนให้เหมาะสม ไม่วางเตี้ยงอขัดขวาง เพราะจะทำให้เกิดความสะดวกในการเปลี่ยนผ้าปูที่นอน หรือทำความสะอาด จัดสิ่งของเครื่องใช้ตามความจำเป็นและจัดวางในที่ที่เหมาะสมสวยงาม ไม่มีของใช้มากจนรกรุงรัง

๒.๒ ห้องรับแขก (Living room)

ครอบครัวบางครอบครัวอาจไม่มีห้องรับแขกแยกเป็นสัดส่วน แต่สามารถจัดตกแต่งส่วนหนึ่งของบ้านไว้รับรองเพื่อนญาติมิตรที่มาเยี่ยมเยียน และสมาชิกภายในครอบครัวใช้เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจ นั่งพูดคุยและทำกิจกรรม ร่วมกันในยามว่าง การจัดตกแต่งห้องรับแขกควรคำนึงถึงหลัก ดังนี้

๑. จัดวางเครื่องเรือนให้สะดวกต่อการดูแลรักษา ทำความสะอาด และสะดวกในการทำกิจกรรม ขนาดของเครื่องเรือนต้องมีความพอดีกับห้อง ไม่ใหญ่จนเกินไป และจัดวางให้เป็นระเบียบ



๒. จัดห้องให้ดูสวยงาม โดยใช้สีที่เข้ากับเครื่องเรือนได้ และนำผลงานของสมาชิกในครอบครัวมาประดับตกแต่ง เช่น ผ้าปักฝีมือคุณแม่ ราววัลเกียรตินิยม โล่ เกียรติบัตรของสมาชิกในครอบครัว หรือรูปภาพของสมาชิกในครอบครัวในโอกาสต่าง ๆ เช่น รูปปรับปริญญา รูปงานแต่งงาน เพื่อให้ผู้มาเยี่ยมเยียนได้ชื่นชม รวมทั้งการนำต้นไม้ ดอกไม้มาวางไว้บริเวณโต๊ะรับแขกหรือมุมห้อง เพื่อเพิ่มความสวยงาม



๒.๓ ห้องครัว (Kitchen)

ห้องครัวเป็นห้องสำหรับประกอบอาหาร จึงต้องการความสะอาดเป็นอย่างมาก ห้องครัวที่สะอาดถูกสุขลักษณะจะช่วยให้สุขภาพของสมาชิกในครอบครัวดีไปด้วย ห้องครัวควรมีอากาศถ่ายเทได้สะดวก เพราะจะทำให้ผู้ประกอบอาหารรู้สึกสบายปลอดภัยหากเกิดแก๊สรั่ว รวมถึงช่วยให้ห้องครัวสะอาดไม่อับชื้น ถ้าห้องครัวมีหน้าต่างจะช่วยให้มีแสงสว่างอย่างเพียงพอ พื้นห้องครัวควรเลือกวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย เช่น กระเบื้องไม่ควรเลือกประเภทที่ผิวหน้าขรุขระมาก เพราะจะทำให้ความสะอาดคราบน้ำมันจากการทำอาหารได้ยาก การจัดตกแต่งห้องครัวควรคำนึงถึงหลัก ดังนี้

๑. สะอาดและจัดวางอุปกรณ์ให้เป็นระเบียบ สะดวกต่อการใช้งาน เช่น การวางเตา ซึ่งเป็นเครื่องใช้สำหรับหุงต้ม ควรวางให้อยู่ใกล้กับบริเวณที่ประกอบอาหารและอ่างล้างจาน รวมทั้งระดับการวางเครื่องใช้ต้องมีขนาดสูงพอเหมาะกับความสะดวกของผู้ใช้งาน คือ ไม่สูงหรือต่ำจนเกินไป สามารถหยิบอุปกรณ์เครื่องใช้ได้สะดวก มีตู้สำหรับใส่ของ ภาชนะมีฝาปิดมิดชิด เพื่อป้องกันฝุ่นละออง และจัดเก็บเครื่องใช้ให้เป็นหมวดหมู่ จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดสำหรับทิ้งเศษขยะหรือรองรับเศษอาหาร และต้องจัดเก็บขยะโดยนำไปทิ้งทุกวัน เพราะขยะจะเป็นแหล่งเพาะพันธุ์สัตว์นำโรคและเชื้อโรคต่าง ๆ



๒. จัดให้ดูสวยงาม การนำภาพผัก ผลไม้ หรืออาหาร มาตกแต่งในห้องครัวจะทำให้เกิดความสวยงามยิ่งขึ้น จัดหาผ้าปูโต๊ะที่มีลวดลายสวยงามมาเพิ่มสีสันให้ห้องครัว หรือจัดหากระถางต้นไม้มาวางตกแต่งตามมุมห้อง จะเพิ่มความสดชื่นได้เป็นอย่างดี



๒.๔ ห้องน้ำ (Bathroom)

ห้องน้ำเป็นห้องที่ทุกบ้านต้องมี เพราะเป็นห้องที่ทุกคนต้องใช้ทุกวัน ไม่ว่าจะเป็นการอาบน้ำหรือขับถ่าย ดังนั้นทุกคนในบ้านจะต้องเอาใจใส่ในการดูแลรักษา รวมทั้งตกแต่งห้องน้ำให้สวยงามพร้อมใช้ตลอดเวลา การจัดตกแต่งห้องน้ำควรคำนึงถึงหลัก ดังนี้

๑. จัดให้มีสุขภัณฑ์ที่สะอาด และเครื่องอำนวยความสะดวกอื่น เช่น กระดาษเช็ดมือของใช้ เช่น แปรงสีฟัน สบู่ และควรรักษาความสะอาดไม่ให้มีกลิ่นและเปรอะเปื้อน



๓. จัดให้เกิดความสวยงาม สดชื่น เช่น นำต้นไม้เข้าไปตกแต่งในห้องน้ำ นอกจากนี้ควรปรับแต่งห้องน้ำให้มีช่องระบายอากาศ จะช่วยให้ห้องน้ำไม่มีความชื้น ห้องน้ำส่วนใหญ่มีขนาดเล็ก ฉะนั้นควรเลือกหาสีผนังด้วยสีอ่อน เช่น สีเขียวอ่อน สีเหลืองอ่อน สีฟ้าอ่อน



๒. จัดแบ่งพื้นที่การทำการกิจกรรมให้เหมาะสมเป็นส่วน เพราะบ้านในปัจจุบันนิยมสร้างให้ส่วนที่เป็นห้องสุขาและห้องอาบน้ำอยู่ในห้องเดียวกัน ดังนั้น จึงควรจัดส่วนที่อยู่ด้านนอกเป็นทิวแถวโถส้วมและด้านในเป็นที่อาบน้ำหรือใช้ม่านพลาสติกติดตั้งบริเวณอาบน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้พื้นเปียก หรือเกิดอุบัติเหตุจากการลื่นล้มได้



๓ การจัดตกแต่งบริเวณบ้าน



การจัดตกแต่งบริเวณบ้านจะช่วยให้บ้านสวยงาม เพิ่มความสบายตา สบายใจแก่สมาชิกในครอบครัวและผู้ที่พักผ่อน ดังนั้น การจัดตกแต่งจึงต้องพิจารณาให้เหมาะสมกับสภาพของบ้าน เนื้อที่ ความเหมาะสม และต้องดูแลรักษาให้สวยงาม เป็นระเบียบอยู่เสมอ การจัดตกแต่งบริเวณบ้านให้สวยงามสามารถทำได้ ดังนี้

๑. รั้วบ้าน ไม่ว่าจะเป็นวัสดุอะไร เช่น รั้วไม้ รั้วสังกะสี รั้วคอนกรีต หรือรั้วลวดหนาม ควรดูแลให้อยู่ในสภาพที่แข็งแรงอยู่เสมอ เพราะรั้วบ้านเป็นส่วนที่กั้นบริเวณโดยรอบพื้นที่ของบ้าน และแสดงขอบเขต การปลูกต้นไม้ตามแนวรั้วจะทำให้สวยงามและสดชื่น การติดตั้งไฟบริเวณประตูรั้ว จะช่วยให้สามารถมองเห็นบริเวณบ้านในยามค่ำคืนได้ เป็นการสร้างความปลอดภัยให้กับสมาชิกในบ้านอีกด้วย



รั้วบ้านที่ทำจากไม้

๒. ทางเดินหรือถนนเข้าบ้าน ควรดูแลให้สะอาดอยู่เสมอ เก็บกวาดเศษผงและใบไม้ไม่ให้กรุงรัง



ดูแลทางเดินเข้าบ้านให้สะอาดอยู่เสมอ

๓. สนามหน้าบ้าน ควรปลูกต้นไม้ที่ให้ร่มเงาเพื่อช่วยลดความร้อนที่จะเข้าสู่ตัวบ้าน เช่น ปลูกไม้ผล ได้แก่ มะม่วง ชมพู่ หรือปลูกต้นไม้ที่ดอกมีกลิ่นหอม เช่น ป๊อบ จำปี จะทำให้สดชื่น หอมสดชื่นไม่ให้อายุยืนเกินไป เพราะถ้าหญ้าขึ้นรกมากจะเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์เลื้อยคลาน เช่น งู ตะขาบ ส่วนบริเวณหลังบ้าน ถ้าต้องจัดให้มีบริเวณซักล้างต้องดูแลไม่ให้มีตะไคร่น้ำ เพราะจะทำให้ลื่นหกล้มได้ บริเวณที่ตากผ้าควรจัดไว้บริเวณหลังบ้าน นอกจากนี้ ถ้าสามารถแบ่งพื้นที่หรือจัดหากระถางเพื่อปลูกพืชผักสวนครัวจะช่วยให้มีพืชผักสวนครัวไว้รับประทานได้อีกด้วย



สนามหน้าบ้านควรปลูกต้นไม้ให้ร่มเงา



๔ การดูแลและตกแต่งห้องต่าง ๆ ในโรงเรียน

การดูแลและตกแต่งห้องต่าง ๆ ในโรงเรียน เป็นหน้าที่ของสมาชิกทุกคนในโรงเรียน ที่จะช่วยให้ห้องเรียน ห้องปฏิบัติงาน อาคาร และบริเวณโรงเรียนสะอาดและสวยงามขึ้น โดยมีแนวทางในการปฏิบัติดังนี้

๑. **ห้องเรียนและห้องปฏิบัติการ** ควรจัดนักเรียนดูแลรับผิดชอบในการทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน งานที่ควรทำเป็นประจำทุกวัน คือกวาดถูพื้นห้อง เช็ดโต๊ะ ลบกระดาน เพชชะ ส่วนงานที่ควรทำทุกเดือนคือ กวาดหยากไย่ เพดาน เช็ดกรอบประตูหน้าต่าง เช็ดพัดลม ขัดเงาพื้นห้องเรียน ไม่ขีดเขียนบนโต๊ะเรียน เก้าอี้ ผนักห้อง ไม่ทิ้งขยะไว้ใต้โต๊ะ ไม่นำอาหาร เข้ามารับประทานในห้องเรียนจัดป้ายนิเทศไว้



จัดห้องเรียนให้สะอาดและน่าเรียน

หน้าห้องและหลังห้องเรียนเพื่อเผยแพร่ความรู้ จัดทำสารสนเทศของห้องเรียน ได้แก่ ตารางเรียน ตารางเวรประจำวัน ตารางการใช้ห้อง ชื่อครูที่ปรึกษา แผนกกิจกรรมของโรงเรียน แล้วติดไว้ด้านหน้าห้องเรียน จัดตกแต่งห้องเรียนให้สวยงามด้วยไม้กระถาง หรือแขวนงานประดิษฐ์ จากวัสดุเหลือใช้ ถ้ามีตู้เก็บอุปกรณ์ ควรจัดเรียงให้เรียบร้อยแล้วเขียนชื่ออุปกรณ์กำกับไว้ที่หน้าตู้ เพื่อให้เก็บคืนได้ถูกต้องและหยิบใช้ได้สะดวก

๒. **ห้องสมุด** ควรจัดนักเรียนเป็นผู้ช่วยบรรณารักษ์ เพื่อดูแลชั้นวางหนังสือและความสะอาดเรียบร้อยของห้องเป็นประจำทุกวัน มีการจัดตกแต่งห้องให้สวยงามด้วยรูปภาพ หรือกระถางต้นไม้ดอกไม้ตามสมควร มีชั้นวางเพื่อนำเสนอหนังสือใหม่ นักเรียนที่เข้าไปใช้บริการควรช่วยกันดูแลห้องให้เรียบร้อย ไม่นำอาหารและเครื่องดื่มเข้าไปรับประทานในห้องสมุด เมื่ออ่านหนังสือเสร็จแล้วควรเก็บเข้าที่เดิมหรือวางไว้บนโต๊ะที่บรรณารักษ์จัดไว้ให้ ไม่ขีดเขียนบนโต๊ะ ไม่ฉีกหนังสือซึ่งเป็นสมบัติของส่วนรวม



จัดห้องสมุดให้เป็นระเบียบ

๓. **ห้องพยาบาล** ควรจัดนักเรียนมาช่วยดูแลทำความสะอาด และจัดห้องพยาบาลให้เรียบร้อยเป็นประจำทุกวัน ปิดที่นอน ซึ่งผ้าปูที่นอนให้ตึง พับผ้าห่ม และคลุมเตียงนอนให้เรียบร้อย จัดเก็บอุปกรณ์ปฐมพยาบาลไว้ในตู้ที่สามารถหยิบใช้งานได้สะดวก จัดยาโดยแยกชนิดของยารับประทานและยาทาภายนอกออกจากกัน จัดป้ายนิเทศเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับโรคต่าง ๆ ที่มักเกิดขึ้นบ่อย การป้องกันโรคติดต่อ จัดตกแต่งห้องพยาบาลให้สวยงาม เช่น วางแจกันดอกไม้ประดับสีไว้บนโต๊ะ ติดรูปภาพที่ดูสบายตา เช่น ภาพวิว ภาพดอกไม้ไว้บนผนักห้อง



ห้องพยาบาล

๔. **ห้องอาหาร/โรงอาหาร** ควรจัดเจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความสะอาดของโต๊ะ เก้าอี้ พื้นและบริเวณทั่วไปของห้องอาหารให้สะอาด จัดวางถังที่มีฝาปิดสำหรับทิ้งขยะให้เพียงพอโดยมีถุงดำรองรับเพื่อสะดวกในการนำไปทิ้ง ร้านค้าควรจัดวางอาหารในตู้เพื่อป้องกันฝุ่นและแมลงวัน ดูแลพื้นที่จำหน่ายอาหารให้สะอาด ทำความสะอาดอ่างน้ำ และทางระบายน้ำทุกวัน จัดตกแต่งห้องอาหารด้วยกระถางดอกไม้ ภาพอาหาร ป้ายนิเทศเผยแพร่ความรู้ด้านโภชนาการ



โรงอาหาร

๕. **ห้องน้ำ** ควรจัดห้องน้ำให้เพียงพอ ควรมีเจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความสะอาดตลอดวัน เพื่อให้ห้องน้ำสะอาด พื้นแห้งไม่แฉะแฉะ ไม่มีกลิ่นเหม็น ควรมีการจัดตกแต่งห้องน้ำให้สดชื่น โดยวางไม้ดอกไม้ประดับเล็ก ๆ หรือวางโถเครื่องหอมจากธรรมชาติไว้ที่หน้ากระจกแต่งตัว เพื่อช่วยลดกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ นักเรียนที่ใช้ห้องน้ำต้องรับผิดชอบต่อส่วนรวม ก่อนออกจากห้องน้ำควรตรวจดูโถส้วมและพื้นห้องให้สะอาดทุกครั้ง ทั้งกระดากชำระให้ลงถึงขยะ ห่อผ้าอนามัยที่ใช้แล้วให้เรียบร้อยก่อนทิ้งลงถังขยะ เวลาล้างมือต้องไม่เปิดน้ำแรงเกินไปและระวังไม่ให้น้ำกระเด็นออกนอกอ่างล้างมือ ปิดก๊อกน้ำให้สนิททุกครั้งหลังใช้งาน ระวังผงบ่่างไม่ให้เกิดกลิ่นเหม็นตามอ่างล้างมือและพื้นห้องน้ำ



ห้องน้ำ

๕ การจัดตกแต่งบริเวณโรงเรียน



บริเวณโรงเรียน ได้แก่ ทางเดิน สนามหญ้า สวนหย่อม ที่นั่งพักผ่อน รั้วโรงเรียน ซึ่งควรได้รับการตกแต่งให้เรียบร้อย สวยงาม ดังนี้

๑. เก็บกวาดเศษขยะ ใบไม้ ฝุ่นผง และทำความสะอาดบริเวณสวนหย่อม ทางเดิน สนามหญ้า เป็นประจำทุกวัน
๒. ตัดตกแต่งต้นไม้อย่างน้อยเดือนละ ๑ ครั้ง

๓. หมั่นรดน้ำ พรวนดิน ดูแลต้นไม้ให้เจริญเติบโต มีรูปทรงที่สวยงาม ไม่ปล่อยให้กิ่งก้านยาวเกินไป

๔. จัดภูมิทัศน์ให้สวยงาม เช่น การจัดสวนหย่อม ปลูกไม้ดอกไม้ประดับ มีสระน้ำพุ บริเวณด้านหน้าหรือด้านข้างอาคาร

๕. จัดที่นั่งพักผ่อนตามจุดที่มีความร่มรื่น ลมพัดเย็นสบาย
๖. ติดป้ายบอกทางที่สวยงาม เห็นชัดเจน
๗. ติดชื่อและสรรพคุณของต้นไม้เพื่อเพิ่มแหล่งเรียนรู้ให้นักเรียน
๘. การจัดวางถังขยะ ควรเลือกรูปแบบถังขยะที่สวยงาม ไม่เก่าหรือสกปรก จัดวางในตำแหน่งที่เหมาะสม และมีจำนวนเพียงพอ
๙. สำรวจเครื่องใช้ ของตกแต่ง หรือสิ่งที่มีความแหลมคม โครงสร้างไม่แข็งแรง เป็นสนิม ซึ่งอาจก่อให้เกิดอันตรายแก่นักเรียน แล้วหาวิธีป้องกันหรือนำไปเก็บไว้ในห้องเก็บของเพื่อรอการจำหน่ายทรัพย์สินออกจากโรงเรียน



เก็บกวาดเศษขยะ กิ่งไม้เป็นประจำ



จัดภูมิทัศน์ให้สวยงาม

๖ การดูแลรักษาความสะอาดบ้านและโรงเรียนโดยใช้หลัก ๕ ส



กิจกรรม ๕ ส เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อปรับปรุงแก้ไขงานและรักษาสภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานให้ดีขึ้น ซึ่งนักเรียนสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลรักษาความสะอาดบ้านและโรงเรียนได้ การดูแลรักษาความสะอาดบ้านและโรงเรียนโดยนำหลัก ๕ ส มาปฏิบัติ จะช่วยปรับปรุงสภาพแวดล้อมในบ้านและโรงเรียนให้เกิดความสะอาด สะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อยมากขึ้น ดังนี้



<https://eqrco.de/a/dkiNDo>

- ๑ **สะสาง** คือการคัดแยกกระหว่างสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องใช้ในการปฏิบัติงานกับสิ่งที่ไม่จำเป็นต้องใช้ออกจากกันอย่างชัดเจน แล้วนำของที่ไม่ใช่ออกไป เช่น เอกสารที่ล้าสมัย เศษกระดาษ ขวดน้ำดื่ม กระป๋องน้ำอัดลม ขวดพิจาณาของที่ไม่ใช่ว่าอย่างที่สามารถนำไปจำหน่ายเพิ่มรายได้หรือนำไปประดิษฐ์เป็นของใช้หรือของตกแต่งบ้าน

- ๒ **สะดวก** คือการจัดวางสิ่งของให้ง่ายต่อการใช้งาน เป็นระเบียบเรียบร้อย หยิบใช้ได้ง่าย สวยงามและปลอดภัย เช่น จัดเก็บอุปกรณ์ทำความสะอาดไว้ในตู้และติดชื่ออุปกรณ์ไว้หน้าตู้เพื่อให้หยิบใช้สะดวก

- ๓ **สะอาด** คือการทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ เครื่องเรือน ของตกแต่งห้องและส่วนต่าง ๆ ของห้องให้สะอาด พร้อมใช้งานอยู่เสมอ

- ๔ **สุขลักษณะ** คือการดูแลรักษาบ้านหรือโรงเรียนให้สะอาด มีสุขอนามัยที่ดี ปลอดภัยจากโรคติดต่อ เช่น จัดให้มีแสงสว่างจากภายนอกอาคารเพื่อลดความอับชื้น ขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ ปลูกต้นไม้ใหญ่เพื่อช่วยกรองฝุ่นและลดเสียงที่จะเข้าสู่ห้อง

กิจกรรม ๕ ส

- ๕ **สร้างนิสัย** คือการปฏิบัติตามหลัก ๔ ส ที่กล่าวมาข้างต้นจนเกิดเป็นนิสัยที่ดี รู้จักรับผิดชอบต่อสังคม เช่น ช่วยกันรักษาความสะอาดของบ้านและโรงเรียนอยู่เสมอ ทั้งขยะลงถังขยะ เมื่อเห็นเศษขยะแล้วรีบเก็บทิ้งลงถังขยะ ใช้และดูแลรักษาห้องน้ำห้องส้วมให้อยู่ในสภาพดี ไม่ขีดเขียนสิ่งต่าง ๆ บนพื้นหรือผนังห้อง หยิบหนังสือมาอ่านแล้วเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อย

การอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานบ้าน

การอนุรักษ์พลังงาน (Energy Conservation) หมายถึง การผลิตและการใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพและประหยัด โดยการพัฒนาระบบการผลิตและการใช้พลังงานในรูปแบบต่าง ๆ ให้เหมาะสม มีการพัฒนาพลังงานจากแหล่งใหม่มาใช้ประโยชน์ทดแทนพลังงานที่สิ้นเปลือง รวมทั้งการป้องกันการสูญเสียพลังงานและผลกระทบต่อสภาพแวดล้อม การอนุรักษ์พลังงานจึงเป็นวิธีการที่ดีที่สุดที่ช่วยให้ได้ผลทางตรงคือ การลดค่าใช้จ่าย และผลทางอ้อมคือ เป็นการชะลอเวลาที่ทำลายธรรมชาติจะหมดไป การอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานจึงมีแนวทางในการปฏิบัติ ดังนี้

๑. การใช้ไฟฟ้าอย่างประหยัด

กิจกรรมใช้น้ำอย่างไรให้ประหยัด

อาบน้ำ

ใช้ฝักบัวแทนอ่างอาบน้ำ
ยิ่งรูเล็กยิ่งประหยัด

แปรงฟัน

ใช้แก้วน้ำรองน้ำแทนการ
ปล่อยน้ำไหล

ล้างรถ

ใช้ถังรองน้ำและใช้อุปกรณ์
ชุบฉีดรด แทนการใช้
สายยางฉีดโดยตรง

ล้างถ้วยชาม

ใช้ทิชชูเช็ดคราบอาหาร
ออก ก่อนล้างในอ่างน้ำ

ทำความสะอาดพื้น

ซักล้างอุปกรณ์ในภาชนะ
แทนการฉีบน้ำล้าง

ซักผ้า

รวบรวมผ้าให้มากพอ
ต่อการซักแต่ละครั้ง

รดน้ำต้นไม้

ใช้ฝักบัวรดน้ำ
หรือสปริงเกอร์
แทนสายยาง

หมายเหตุ. จาก ๑๐ วิธีการประหยัดน้ำ, โดย แหล่งเรียนรู้สำนักงานสีเขียว, ม.ป.ป.
(<https://researchex.mju.ac.th/goffice/index.php/content1/18-save-water10>)

๒. การใช้ไฟฟ้าอย่างประหยัด

เครื่องปรับอากาศ

- ✓ ปิดเครื่องทุกครั้งเมื่อไม่อยู่ในห้อง
- ✓ ปิดประตูหน้าต่างและผ้าม่านกันความร้อนจากภายนอก
- ✓ ตั้งอุณหภูมิไม่ควรต่ำกว่า ๒๖ องศาเซลเซียส
- ✓ ควรใช้เครื่องขนาดเหมาะสมกับขนาดห้อง

หลอดไฟฟ้า

- ✓ ควรปิดไฟทุกครั้งเมื่อไม่มีคนอยู่ในห้อง
- ✓ เลือกใช้หลอดไฟที่มีกำลังวัตต์เหมาะสมกับการใช้งาน และประหยัด เช่น หลอด LED

เตารีด

- ✓ ตั้งปุ่มปรับความร้อนให้เหมาะสมกับชนิดของผ้า
- ✓ ดึงเต้าเสียบออกก่อนจะรีดเสร็จประมาณ ๒-๓ นาที แล้วรีดต่อไปจนเสร็จ
- ✓ ควรพรมน้ำพอสมควร รีดผ้าคราวละมาก ๆ ติดต่อกันจนเสร็จ

เครื่องซักผ้า

- ✓ ใส่ผ้าเหมาะกับกำลังเครื่อง
- ✓ ควรใช้น้ำเย็นซักผ้า ส่วน น้ำ ร้อน ให้ใช้เฉพาะกรณีรอยเปื้อนไขมันมาก
- ✓ หากมีแสงแดดไม่ควรใช้เครื่องอบแห้ง ควรจะนำเสื้อผ้าที่ซักเสร็จมาผึ่งแดด

พัดลม

- ✓ เปิดความเร็วลมพอควร
- ✓ เปิดเฉพาะเวลาใช้งาน
- ✓ ควรเปิดหน้าต่างใช้ลมธรรมชาติแทนถ้าทำได้

ตู้เย็น

- ✓ ตั้งให้หลังตู้ห่างจากผนังเกิน ๑๕ ซม.
- ✓ ตั้งอุณหภูมิพอเหมาะ
- ✓ ควรใช้ตู้เย็นขนาดเหมาะกับครอบครัว
- ✓ ไม่ปิด-เปิดตู้เย็นบ่อย ๆ

หมายเหตุ. จาก วิธีใช้ไฟฟ้าอย่างประหยัด, โดย การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค, ๒๕๖๖ (<https://www.pea.co.th/ความรู้เกี่ยวกับไฟฟ้า/ARTMID/606/ArticleID/863/วิธีใช้ไฟฟ้าอย่างประหยัด>)

๓. การใช้ทรัพยากรป่าไม้อย่างประหยัด

๓.๑ การใช้กระดาษ กระดาษผลิตมาจากเยื่อไม้ กระดาษทิชชู กระดาษพิมพ์งาน กระดาษสมุด บางครั้งเราใช้กระดาษทิชชูเช็ดน้ำบนโต๊ะเพียงเล็กน้อยแล้วทิ้ง การใช้กระดาษเพียงหน้าเดียว การใช้กระดาษสมุดไม่ถึงครึ่งเล่มแล้วเปลี่ยนเล่มใหม่ การปฏิบัติเช่นนี้ทำให้สิ้นเปลืองทรัพยากรป่าไม้ ถ้าเปลี่ยนจากการใช้กระดาษทิชชูมาเป็นการใช้ผ้าเช็ดแทน หรือใช้กระดาษพิมพ์งานทั้ง ๒ ด้าน และควรใช้สมุดให้หมดทั้งเล่มหรือนำกระดาษเปล่าที่เหลือจากหลายเล่มมาเย็บรวมกันประดิษฐ์เป็นสมุดเล่มใหม่ จะช่วยรักษาทรัพยากรป่าไม้ไว้ได้อีกวิธีหนึ่ง



ควรใช้กระดาษพิมพ์งานทั้ง ๒ ด้าน เพื่อช่วยกันรักษาทรัพยากรป่าไม้

๓.๒ การใช้เครื่องเรือนเครื่องใช้ที่ทำจากไม้ ปัจจุบันนี้มีการออกแบบเครื่องเรือนเครื่องใช้จากไม้ที่สวยงามแปลกตามากขึ้น จึงเป็นแรงจูงใจให้ผู้บริโภคซื้อมาใช้ทั้ง ๆ ที่ของเดิมยังสามารถใช้ได้ ทำให้มีการผลิตเครื่องเรือนจากไม้มากขึ้น พื้นที่ป่าจึงลดลง ส่งผลกระทบต่อสภาพแวดล้อม ดิน น้ำ อากาศ สัตว์ป่า และสิ่งแวดลอม ดังนั้น เมื่อเครื่องเรือนเครื่องใช้จากไม้ชำรุดควรซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพที่ใช้งานต่อไปได้ดี เพื่อลดการซื้อ ลดการผลิต และช่วยรักษาสภาพป่าให้สมบูรณ์



ชั้นวางของที่ทำจากไม้เก่า

๔. ปัญหามลพิษทางอากาศ

๔.๑ การใช้ผ้าหรือพลาสติกคลุมสิ่งของที่ไม่ค่อยได้ใช้เอาไว้ จะป้องกันการสะสมของฝุ่นละออง ช่วยลดขั้นตอนการทำความสะอาด และป้องกันผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ

๔.๒ ลดหรือเลิกการใช้ผลิตภัณฑ์บางชนิดประเภทสเปรย์ ซึ่งบรรจุสารคลอโรฟลูออโรคาร์บอน (Chlorofluorocarbons: CFCs) ซึ่งเป็นสารที่สามารถทำลายโอโซนในชั้นบรรยากาศของโลก เช่น ยาฉีดบูย สเปรย์น้ำหอมปรับอากาศ น้ำหอมดับกลิ่นกายแบบสเปรย์



ใช้พลาสติกคลุมสิ่งของที่ไม่ค่อยได้ใช้เอาไว้



ไม่ควรใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีสารคลอโรฟลูออโรคาร์บอน

เปิดโลกทัศน์

ฝุ่น PM ๒.๕ อันตรายแค่ไหน?

- **ลักษณะของฝุ่น PM ๒.๕** : คือฝุ่นละอองที่มีขนาดอนุภาคเล็กมากกว่า ๒.๕ ไมครอน ซึ่งมนุษย์ไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเปล่า แต่หากฝุ่นมีปริมาณมากในอากาศ ก็สามารถมองเห็นเป็นหมอกหรือควันได้
- **สาเหตุ**: ควันท่อไอเสีย ควันบุหรี่ การเผาไหม้สิ่งต่าง ๆ ซึ่งความอันตรายอยู่ที่ฝุ่นที่เล็กมากแบบนี้ สามารถลอดผ่านเข้าจมูกไปยังหลอดลม ลึกจนถึงถุงลมปอด และอาจเข้าสู่กระแสเลือดได้
- **ผลเสียต่อร่างกาย**: ส่วนใหญ่จะทำลายระบบทางเดินหายใจ ทำให้แสบจมูก ไอ มีเสมหะ หากมีโรคประจำตัวอาจทำให้เกิดโรคหอบหืด หรือถุงลมโป่งพองได้ และในระยะยาวอาจทำให้เกิดมะเร็งปอด นอกจากนี้ฝุ่นยังสามารถซึมเข้าทำลายผิวหนัง ทำให้เกิดริ้วรอยและการอุดตันของผิวได้ด้วย
- **วิธีการป้องกัน**: สวมหน้ากากชนิดที่สามารถป้องกันฝุ่น PM ๒.๕ ได้ และหากอยู่ในอาคาร ควรใช้เครื่องฟอกอากาศช่วยกำจัดฝุ่นเพิ่มเติม รวมถึงการปลูกต้นไม้ฟอกอากาศก็อาจช่วยให้อากาศดีขึ้นได้เช่นกัน



หมายเหตุ. จาก ปัญหาคุณภาพอากาศจาก PM ๒.๕ ในประเทศไทย, โดย กรมควบคุมมลพิษ, ม.ป.ป. (<https://healthenvi.com/ปัญหาคุณภาพอากาศจาก-pm2-5-ใน-2/>)



สรุป

สังคมไทยในปัจจุบันเปลี่ยนไปเพราะปัญหาทางเศรษฐกิจ แม้บ้านต้องออกไปทำงานนอกบ้านเพื่อช่วยหารายได้สำหรับครอบครัว มักไม่มีเวลาทำงานบ้านเหมือนในสมัยก่อน ดังนั้น จึงเป็นหน้าที่ของสมาชิกทุกคนในบ้านที่จะต้องช่วยกันดูแลรักษาน้ำให้สะอาด น่าย่อย รวมถึงโรงเรียนซึ่งเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองที่ครูและนักเรียนต้องช่วยกันดูแลรักษา ถ้าทุกคนในบ้านหรือในโรงเรียนช่วยกันรักษาความสะอาดบ้านและโรงเรียนอยู่เสมอ บ้านและโรงเรียนก็จะสะอาด เรียบร้อย สวยงามน่าย่อย และเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นกับทุกคน รวมถึงการสร้างความรู้สึกรักเป็นเจ้าของที่ต้องช่วยกันรักษาสัมบัติของบ้านและโรงเรียน ซึ่งนับว่าการดูแลรักษาและจัดตกแต่งบ้านและโรงเรียนเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้แก่สมาชิกทุกคน ทั้งนี้ควรทำความสะอาดบ้านและโรงเรียนให้มีประสิทธิภาพโดยทำงานอย่างมีขั้นตอน ใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างคุ้มค่าและลดปัญหาการทำงานที่อาจส่งผลกระทบต่อการทำงานหลายสิ่งแวดล้อม



<https://qrcloud.link/a/crm4P2>



กิจกรรมส่งเสริมสมรรถนะ

๑. นักเรียนสำรวจบ้านของตนเองว่ามีจุดใดที่ต้องการทำความสะอาด หรือตกแต่งใหม่ ถ่ายรูปเก็บไว้ แล้ววางแผนการทำความสะอาดและตกแต่งใหม่ โดยปฏิบัติงานที่ช่วยอนุรักษ์พลังงาน และรักษาสีสิ่งแวดล้อม ถ่ายรูปผลงานที่ได้หลังจากปฏิบัติงานแล้วเปรียบเทียบผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น
๒. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๓-๔ คน สำรวจการตกแต่งห้องเรียนของตนเองและวิเคราะห์ว่าจัดห้องได้เหมาะสมหรือไม่ อย่างไร พร้อมทั้งเสนอแนวทางการจัดห้องเรียนใหม่ เขียนรายงานพร้อมวาดภาพประกอบ แล้วนำเสนอหน้าชั้นเรียน
๓. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔-๕ คน สำรวจบริเวณโรงเรียนแล้วร่วมกันวิเคราะห์ว่าควรปรับปรุงส่วนไหน อย่างไร เพราะอะไร ระดมสมองร่วมกันและจัดทำเป็นแนวทางการปรับปรุงโรงเรียนให้สวยงาม อนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อม แล้วสรุปเป็นแผนที่ความคิด



กิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

กิจกรรม “สาธิตการนำทักษะการจัดการมาใช้จัดตกแต่งบ้านหรือโรงเรียน”

ขั้นตอนที่ ๑ การกำหนดและเลือกหัวข้อ

นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม จับสลากเลือกสาธิตเกี่ยวกับการนำทักษะการจัดการมาใช้ในการจัดตกแต่งบ้านหรือโรงเรียนตามจินตนาการ มา ๑ สถานที่

ขั้นตอนที่ ๒ การวางแผน

นักเรียนแต่ละกลุ่มวางแผนการนำทักษะการจัดการมาใช้ในการจัดตกแต่งบ้านหรือโรงเรียน โดยกำหนดกรอบการทำงานร่วมกันว่าจะต้องทำอะไรก่อน-หลัง ใครเป็นผู้รับผิดชอบ ระยะเวลาในการทำงาน เพื่อให้เห็นภาพรวมทั้งหมด เช่น การกำหนดทรัพยากรในครอบครัวหรือในโรงเรียนที่ต้องใช้ (4M)

ขั้นตอนที่ ๓ การปฏิบัติงาน

นักเรียนแต่ละกลุ่มฝึกซ้อมบทที่จะสาธิตการนำทักษะการจัดการมาใช้ในการจัดตกแต่งบ้านหรือโรงเรียน ตามจินตนาการของสมาชิกในกลุ่ม

ขั้นตอนที่ ๔ การนำเสนอผลงานและการประเมินผล

- ๑) นักเรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอการสาธิตหน้าชั้นเรียน แล้วให้เพื่อนกลุ่มอื่นตั้งคำถามเพื่อแสดงความคิดเห็น
- ๒) ประเมินผลงานโดยประเมินตนเอง เพื่อนประเมิน และครูประเมิน แล้วร่วมกันอภิปรายและสรุปความรู้



คำถามพัฒนาทักษะการคิด

๑. นักเรียนอธิบายการนำทักษะการจัดการมาใช้ในการทำงานเพื่อการดำรงชีวิตมาพอสังเขป
๒. นักเรียนมีหลักการจัดตกแต่งห้องต่าง ๆ ภายในบ้านอย่างไร
๓. ถ้าพื้นที่กระเบื้องยางในห้องเรียนสกปรกมาก ควรแก้ปัญหาอย่างไร
๔. นักเรียนควรจัดตกแต่งห้องเรียนอย่างไร จึงจะช่วยให้เกิดบรรยากาศแห่งการเรียนรู้
๕. ถ้าโรงเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมกันวางแผนพัฒนาโรงเรียนให้สวยงาม น่าย่อย นักเรียนจะทำสิ่งใดบ้างและทำอย่างไร