กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

ครูมนุษย์ปัจจัย

คู่มือผู้จัดการเรียนรู้

"ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน"

TSY Camp

สำหรับเด็กและเยาวชน อายุ 10 - 12 ปี
ภายใต้โครงการ Thailand Safe Youth (TSY program)

"วัคซีนจราจร"

เพราะความไม่รู้ ปัญญาจึงไม่เกิด
เด็กไทยจึงเอาชีวิตไปเสี่ยงบนท้องถนนโดยไม่จำเป็น

ติดอาวุธทางปัญญา

ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

TSY CAMP

คู่มือผู้จัดการเรียนรู้
"ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน"
สำหรับเด็กและเยาวชน 10 – 12 ปี
ภายใต้โครงการ Thailand Safe Youth (TSY program)

ที่ปรึกษา

นายแพทย์โอภาส การย์กวินพงศ์	อธิบดีกรมควบคุมโรค
นายแพทย์ปรีชา เปรมปรี	รองอธิบดีกรมควบคุมโรค
นายแพทย์สุทัศน์ โชตนะพันธ์	ผู้อำนวยการกองป้องกันการบาดเจ็บ
นางนงนุช ตันติธรรม	รองผู้อำนวยการกองป้องกันการบาดเจ็บ

คณะผู้จัดทำ

ดร.ปัญญ์ จันทร์พาณิชย์	หัวหน้ากลุ่มพัฒนามาตการป้องกันการบาดเจ็บจากการจราจร กองป้องกันการบาดเจ็บ
นาวาอากาศเอก สุวรรณ ภู่เต็ง	ผู้เชี่ยวชาญด้านความปลอดภัยและมนุษย์ปัจจัย (Human Factor)
นางสาวยลดา มูลทอง	กองป้องกันการบาดเจ็บ
นางสาวศิริพร บุระทอน	กองป้องกันการบาดเจ็บ
นางสาวศศิกานต์ นนทะนำ	กองป้องกันการบาดเจ็บ
นางสาวนภาพร มะหะหมัด	กองป้องกันการบาดเจ็บ
นางสาวสิริพร กำมะหยี่	กองป้องกันการบาดเจ็บ

สนับสนุนโดย

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

พิมพ์ครั้งที่ 1 สิงหาคม 2564

คำนำ

ปัญหาการตายจากอุบัติเหตุทางถนนเป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศไทย จากการบูรณาการข้อมูลการตาย 3 ฐาน ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานตำรวจแห่งชาติ และบริษัท กลางคุ้มครองผู้ประสบภัยจากรถ จำกัด พบว่าในระยะเวลา 9 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ.2554 – พ.ศ.2562 มีจำนวนคนตายจากอุบัติเหตุทางถนน 188,758 คน เฉลี่ยปีละ 20,973 คน หรือคิดเป็นอัตราตาย 32.3 ต่อประชากรแสนคน ซึ่งถือเป็นอัตราที่สูงมากเมื่อเทียบกับประเทศที่พัฒนาแล้วจะไม่เกิน 10 ต่อประชากรแสนคน

9 ปีที่ผ่านมา...มีเด็กและเยาวชนไทย...เดินทางแล้วไม่ได้กลับบ้าน...มากกว่า 26,126 คน และอีก 10 ปี ข้างหน้า...เราจะสูญเสียอนาคตของชาติอีก 37,321 คน กลุ่มอายุที่มีการสูญเสียมากที่สุดเป็นเด็กและเยาวชนอายุ 10 - 19 ปี ซึ่งมีการเสียชีวิตที่สูงมากถึง 26,126 คน ในช่วง 9 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2554 - 2562) หรือคิดเป็นเฉลี่ย 2,902 คน ต่อปี จากการประมาณการตายจากอุบัติเหตุทางถนนในกลุ่มเด็กและเยาวชน 10 - 19 ปี โดยการวิเคราะห์อนุกรมเวลา Time series ในช่วง 10 ปี ต่อจากนี้ (ปี 2564 - 2573) หากไม่มีการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจังและกำหนดเป้าหมาย คาดการณ์ว่าจะมีเด็กและเยาวชนไทยตายจากอุบัติเหตุทางถนนอีก 37,321 คน หรือเฉลี่ยปีละ 3,732 คน

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงลึกเพื่อหาสาเหตุการตายของประชากรกลุ่มเด็กและเยาวชน พบว่ายังมีช่องว่างของมาตรการป้องกันการบาดเจ็บและตาย ที่ใช้เฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน ประเทศไทยใช้มาตรการป้องกันการบาดเจ็บและตายจากอุบัติเหตุทางถนนหลายมาตรการ แต่มาตรการส่วนใหญ่มักมุ่งเป้าจัดการกับปัญหาในภาพรวม และในเชิงประเด็นพฤติกรรมเสี่ยง แต่ในกลุ่มเสี่ยงสูงเป็นเด็กและเยาวชน ยังไม่มีมาตรการเฉพาะเนื่องจากมีหลายสาเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น การเป็นนักขับมือใหม่ที่ยังไม่มีใบอนุญาตขับขี่ การมีพฤติกรรมการขับขี่ที่ไม่ปลอดภัย การไม่สามารถบังคับใช้กฎหมายซึ่งมีข้อจำกัด หรือแม้กระทั่งการที่ผู้ปกครองจำเป็นต้องซื้อรถจักรยานยนต์ให้บุตรหลานเพื่อใช้ขับขี่ไปโรงเรียน เป็นต้น

การจัดทำคู่มือผู้จัดการเรียนรู้ "ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน" TSY Camp สำหรับเด็กและเยาวชน อายุ 10 - 12 ปี ภายใต้โครงการ Thailand Safe Youth (TSY program) จัดทำขึ้นเพื่อสนับสนุนผู้จัดการเรียนรู้ในสถานศึกษา การจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ไม่ใช่เพียงเรียนรู้การขับรถให้เป็นเท่านั้น การมีทัศนคติและทักษะคิดเพื่อเอาชีวิตรอดจากภัยบนท้องถนนเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อลดการตายของเด็กและเยาวชนและวางรากฐานวัฒนธรรมความปลอดภัยที่เริ่มตั้งแต่ในวัยเด็กและเยาวชนที่จะโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคตอย่างยั่งยืน

การลงทุนในกลุ่มเด็กที่เริ่มต้นฝึกหัดขับขี่ จะเป็นการให้ความรู้ทัศนคติที่ถูกต้องที่ติดตัวไปจนเป็นวัยผู้ใหญ่ ที่ขับขี่ยานพาหนะที่มีคุณภาพ พร้อมที่จะเป็นพ่อแม่ผู้ปกครองในอนาคต ที่ตระหนักในความปลอดภัยของบุตรหลาน

คณะผู้จัดทำ
มิถุนายน 2564

สารบัญ

บทนำ

ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดจากภัยบนท้องทางถนน 1

การจัดการเรียนรู้ "ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยอันตรายบนท้องถนน" 3

ฐานการเรียนรู้ที่ 1 รู้รอด...จึงปลอดภัย (เรียนรู้เรื่องอันตรายและความเสี่ยง) 7

ฐานการเรียนรู้ที่ 2 การ์ดจราจรหรรษา (เรียนรู้ป้ายกฎจราจรต่างๆ) 10

ฐานการเรียนรู้ที่ 3 ก้าวผิดชีวิตเปลี่ยน (เรียนรู้การเดินเท้าและข้ามถนนอย่างปลอดภัย) 15

ฐานการเรียนรู้ที่ 4 ขี่จักรยานปลอดภัย เพิ่มความมั่นใจด้วยอุปกรณ์ (เรียนรู้การขี่จักรยานปลอดภัย) 25

ฐานการเรียนรู้ที่ 5 จุดบอด อันตราย (เรียนรู้จุดบอดและจุดอับสายตา) 30

ฐานการเรียนรู้ที่ 6 เด็กยุคใหม่ ใส่ใจ สวมหมวกนิรภัย (เรียนรู้การสวมหมวกนิรภัย) 34

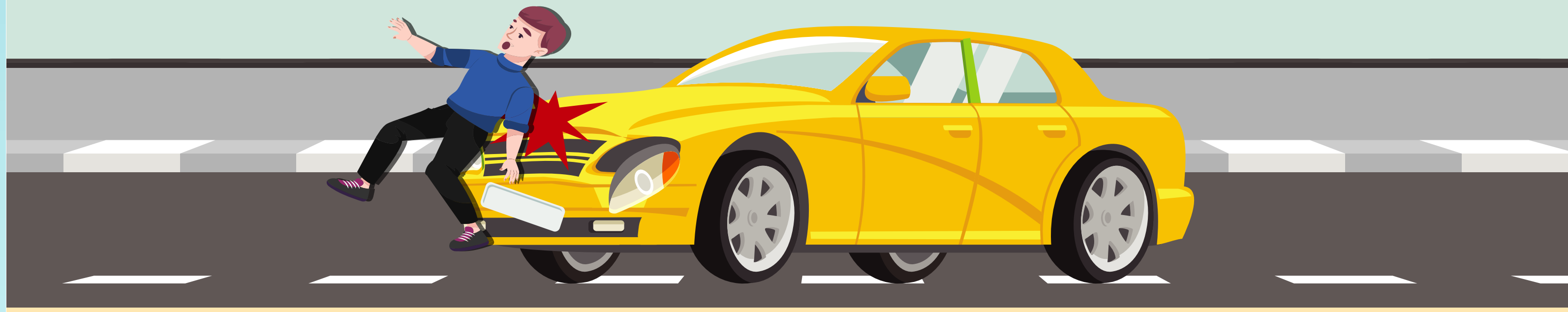
ฐานการเรียนรู้ที่ 7 บิงโก โทรฉุกเฉิน (เรียนรู้เบอร์โทรฉุกเฉินที่สำคัญ) 38

1 บทนำ ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดจากภัยบนท้องถนน

ปัญหาการตายจากอุบัติเหตุทางถนนเป็นปัญหาที่สำคัญของประเทศไทย จากการบูรณาการข้อมูลการตาย 3 ฐาน ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานตำรวจแห่งชาติ และบริษัท กลางคุ้มครองผู้ประสบภัยจากรถ จำกัด พบว่า ในระยะเวลา 9 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ.2554 – พ.ศ.2562 มีจำนวนคนตายจากอุบัติเหตุทางถนน 188,758 คน เฉลี่ยปีละ 20,973 คน หรือคิดเป็นอัตราตาย 32.3 ต่อประชากรแสนคน ซึ่งถือเป็นอัตราที่สูงมากเมื่อเทียบกับประเทศที่พัฒนาแล้วจะไม่เกิน 10 ต่อประชากรแสนคน

9 ปีที่ผ่านมา...มีเด็กและเยาวชนไทย...เดินทางแล้วไม่ได้กลับบ้าน...มากกว่า 26,126 คน

และ อีก 10 ปี ข้างหน้า...เราจะสูญเสียอนาคตของชาติอีก 37,321 คน



กลุ่มอายุที่มีการสูญเสียมากที่สุดเป็นเด็กและเยาวชนอายุ 10 - 19 ปี ซึ่งมีการเสียชีวิตที่สูงมากถึง 26,126 คน ในช่วง 9 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2554 - 2562) หรือคิดเป็นเฉลี่ย 2,902 คน ต่อปี จากการประมาณการตายจากอุบัติเหตุทางถนนในกลุ่มเด็กและเยาวชน 10 - 19 ปี โดยการวิเคราะห์อนุกรมเวลา Time series ในช่วง 10 ปี ต่อจากนี้ (ปี 2564 - 2573) หากไม่มีการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจังและมีการกำหนดเป้าหมาย แผนงาน คาดการณ์ว่าจะมีเด็กและเยาวชนไทยตายจากอุบัติเหตุทางถนนอีก 37,321 คน หรือเฉลี่ยปีละ 3,732 คน

จากการวิเคราะห์ปัญหาเพื่อหาสาเหตุการตายของประชากรกลุ่มเด็กและเยาวชน พบว่า ยังมีช่องว่างของมาตรการป้องกันการบาดเจ็บและตาย ที่ใช้เฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน ประเทศไทยใช้มาตรการป้องกันการบาดเจ็บและตายจากอุบัติเหตุทางถนนหลายมาตรการ แต่มาตรการส่วนใหญ่มักมุ่งเป้าจัดการกับปัญหาในภาพรวม และในเชิงประเด็นพฤติกรรมเสี่ยง แต่ในกลุ่มเสี่ยงสูงเป็นเด็กและเยาวชน ยังไม่มีมาตรการเฉพาะ เนื่องจากมีหลายสาเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น การขาดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ การเป็นนักขับมือใหม่ที่ยังไม่มีใบอนุญาตขับขี่ การมีพฤติกรรมการขับขี่ที่ไม่ปลอดภัย การไม่สามารถบังคับใช้กฎหมายซึ่งมีข้อจำกัด หรือแม้กระทั่งการที่ผู้ปกครองจำเป็นต้องซื้อรถจักรยานยนต์ให้บุตรหลานเพื่อใช้ขับขี่ไปโรงเรียน เป็นต้น

โครงการ "Thailand Safe Youth" พัฒนาขึ้นเพื่อสนับสนุนการทำงานในทุกระดับในการพัฒนาศักยภาพการทำงานด้านการป้องกันอุบัติเหตุทางถนนในกลุ่มเด็กและเยาวชน ที่ควรขับเคลื่อนอย่างมีเป้าหมาย แผนงาน แนวทาง วิธีการ รวมถึงการเป็นวิทยากรมืออาชีพในการฝึกหัดนักขับขี่มือใหม่ให้มีคุณภาพ และควรมีการฝึกอบรมการขับขี่รถจักรยานยนต์ของเด็กและเยาวชนที่มีประสิทธิภาพ เนื่องจากส่วนใหญ่เด็กและเยาวชนจะเรียนรู้การขับรถจาก พ่อแม่ ญาติ พี่น้อง เพื่อน และไปฝึกหัดขับเอง โดยไม่ผ่านการฝึกอบรมการขับขี่ปลอดภัยภายใต้หลักสูตรและวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งไม่เพียงเรียนรู้การขับรถให้เป็นเท่านั้น การมีทัศนคติ และทักษะขับขี่เพื่อเอาชีวิตรอดจากภัยบนท้องถนน เป็นทักษะชีวิตที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน เพื่อลดการตายของเด็กและเยาวชนและวางรากฐานวัฒนธรรมความปลอดภัยที่เริ่มตั้งแต่ในวัยเด็กและเยาวชนที่จะโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคตอย่างยั่งยืน การลงทุนในกลุ่มเด็กที่เริ่มต้นฝึกหัดขับขี่ จะเป็นการให้ความรู้ทัศนคติที่ถูกต้องที่ติดตัวไปจนเป็นวัยผู้ใหญ่ ที่ขับขี่ยานพาหนะที่มีคุณภาพ พร้อมที่จะเป็นพ่อแม่ผู้ปกครองในอนาคตที่ตระหนักในความปลอดภัยของบุตรหลาน

มนุษย์ปัจจัย อันตราย ความเสี่ยง ต้นตอแห่งความสูญเสีย

มนุษย์ปัจจัยสาเหตุต้นตอแห่งความสูญเสีย คนเราเมื่อเกิดมาแล้วไม่ควรตายในสาเหตุที่ป้องกันได้ การตายจากอุบัติเหตุบนท้องถนนไม่ใช่ความตายที่ควรแก่มนุษย์ที่สมควร มันเป็นสิ่งที่ป้องกันได้ ถ้าเพียงแค่เรา “รู้” ผู้คนมากมายเอาชีวิตมาทิ้งไว้บนถนนก่อนเวลาอันควร

"คุณคิดว่าอุบัติเหตุบนท้องถนนเป็นสิ่งที่ป้องกันได้ หรือ คุณเชื่อว่าอุบัติเหตุเป็นไปตามชะตาฟ้าลิขิต"

มนุษย์ปัจจัย (Human Factor) ในมุมมองใหม่ คือ สงครามความผิดพลาดอันเนื่องมาจากความเป็นมนุษย์ เป็นปัจจัยอ่อนไหว แปรปรวนที่สุดที่ถูกทิ้งให้ล้าหลังไม่ได้รับการพัฒนา ถึงเวลาแล้วที่จะต้องเปลี่ยนมุมมองจากที่เคยสอดส่องสายตามองปัญหาจากภายนอก เปลี่ยนมามองให้ลึกลงไปในความเป็นมนุษย์ของตัวเรา เพื่อทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งและรอบด้าน ว่าเป็นธรรมชาติแห่งความผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากความเป็นมนุษย์ของคนเรา คือ ต้นตอของความสูญเสียนั่นเอง เราเรียกว่า **“ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดจากภัยบนท้องถนน”**

“ ติดอาวุธทางปัญญาเสริมสร้างสมรรถนะการขับขี่ ”
มองอันตรายออก บอกความเสี่ยงได้ แก้ไขความเสี่ยงเป็น

2 การจัดการเรียนรู้ “ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยอันตรายบนท้องถนน”

ทักษะที่จำเป็นในการเป็นผู้อำนวยการเรียนรู้ หรือผู้ส่งเสริมการเรียนรู้สำหรับผู้สอน (ครู) “ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยอันตรายบนท้องถนน” ที่มีประสิทธิผล บทบาทหลักของผู้อำนวยการเรียนรู้ คือ การจัดการกระบวนการเรียนรู้เป็นกลุ่มและทำให้แน่ใจว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ความแตกต่างระหว่างการสอนและการอำนวยการเรียนรู้ เด็กและเยาวชนเรียนรู้ได้ดีที่สุดจากประสบการณ์ มีความแตกต่างกันอย่างมากระหว่างการเรียนการสอน ปัจจัยที่ทำหน้าที่ในบทบาทของผู้อำนวยการเรียนรู้และในบทบาทของการเป็นครู

- ผู้อำนวยการเรียนรู้ (Facilitator) ทำให้การเรียนรู้ง่ายขึ้น
- ครู (Instructor or Teacher) ทำให้นักเรียนรู้วิชาเป็นผู้ปลูกฝังความรู้ให้แก่นักเรียน

ขั้นตอนการเรียนรู้

การเรียนรู้โดยอาศัยประสบการณ์ประกอบด้วย 5 ขั้นตอนดังแสดงในรูปที่ 1 วัตถุประสงค์ของแต่ละขั้นตอนคือ

1. ให้ประสบการณ์ ด้วยการให้แต่ละคนได้ประสบการณ์ในการสร้างข้อมูลส่วนบุคคลจากประสาทรับสัมผัสทั้ง 5 (ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง) ข้อมูลเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก ความต้องการ รวมทั้งการกระทำ
2. ให้กระบวนการ ด้วยการบอกเล่า ทำความเข้าใจกับข้อมูลที่สร้างขึ้นจากประสบการณ์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งในรูปแบบส่วนบุคคลและกลุ่ม
3. ให้หลักเกณฑ์ ด้วยการฝึกให้พัฒนาสมมติฐานที่สามารถทดสอบได้ทางกายภาพ รวมทั้งทดสอบความคิด ความจำ ความรู้สึก ความใส่ใจ ฯลฯ หรือปรากฏการณ์ทางจิตใจ ของข้อมูลที่สร้างขึ้นจากประสบการณ์
4. ให้สร้างหนทางปฏิบัติใหม่ เพื่อเชื่อมโยงปัจจุบันและอนาคตโดยการทำความเข้าใจ หรือ วางแผนว่าจะทดสอบบทสรุปเหล่านี้ในสถานที่หรือสถานการณ์ใหม่ในการใช้รถใช้ถนนให้สำเร็จและปลอดภัยเสมอได้อย่างไร
5. ให้นำไปใช้ เพื่อประยุกต์ใช้การเรียนรู้ใหม่ที่ได้รับในสถานการณ์ของการใช้รถใช้ถนนที่เกิดขึ้นจริง

รูปที่ 1 ขั้นตอนการเรียนรู้

1 ให้ประสบการณ์

ด้วยการสร้างให้มีส่วนร่วมในสถานการณ์ ขั้นตอนแรกในกระบวนการเรียนรู้คือการให้ประสบการณ์ มีวิธีการมากมายที่สามารถนำมาใช้เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รับประสบการณ์ที่สัมผัสจับต้องได้ (เป็นรูปธรรม) ได้แก่

- ใช้กรณีศึกษาของอุบัติเหตุทางถนนที่เกิดขึ้น
- ใช้แบบฝึกหัด ให้ลองปฏิบัติ
- ใช้แบบฝึกหัด ให้เล่นแสดงสวมบทบาท (จำลองสถานการณ์) จากประสบการณ์ร่วมกันเช่นนี้ วิทยากรจะสามารถนำพาผู้เข้าร่วมฝึกอบรมก้าวผ่านขั้นตอนที่เหลือได้

2 ให้กระบวนการ

ขั้นตอนที่สองของการเรียนรู้คือการให้กระบวนการด้วยการมุ่งเน้นที่พฤติกรรมมนุษย์ กระบวนการคืออะไรก็ตามที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของมนุษย์ในการใช้รถใช้ถนน ประกอบด้วย

- พลวัตของพฤติกรรมทั้งหมดที่เกิดขึ้นในขณะที่ผู้คนใช้รถใช้ถนน
- พฤติกรรมทั้งหมดที่ช่วยหรือขัดขวางการใช้รถใช้ถนนให้สำเร็จและปลอดภัย
- วิธีการที่ใช้ในการใช้รถใช้ถนนให้สำเร็จและปลอดภัย

กระบวนการถือเป็นช่วงสำคัญของวงจรการเรียนรู้ การทำความเข้าใจกระบวนการที่เผชิญในขั้นตอนการให้ประสบการณ์จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมฝึกอบรม

- มุ่งเน้นไปที่วัตถุประสงค์การเรียนรู้
- พัฒนากลยุทธ์ที่จะเพิ่มประสิทธิภาพและความปลอดภัยของผู้ใช้รถใช้ถนน
- พูดคุยเกี่ยวกับกิจกรรมการใช้รถใช้ถนนที่ดูเหมือนไม่เกี่ยวข้องกันเพื่อให้มีความเกี่ยวข้องกับสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม

เนื้อหาสาระ กับ กระบวนการ ไม่ว่าในสถานการณ์ใด ๆ จะมีองค์ประกอบสองอย่างพร้อมกันในการใช้รถใช้ถนน ประเด็นด้านเนื้อหาสาระและประเด็นด้านกระบวนการ

ประเด็นด้านเนื้อหา อะไร เมื่อไหร่ และ ที่ไหน เนื้อหาอธิบายถึงการใช้รถใช้ถนนที่สำเร็จหรือการกระทำที่สังเกตได้ของผู้ใช้รถใช้ถนน ซึ่งประกอบด้วย

- สิ่งที่ผู้เข้าร่วมฝึกอบรมพูดคุย บอกเล่า หัวข้อที่กำลังอภิปราย
- ข้อมูลอื่น ๆ ที่สังเกตได้ง่ายเกี่ยวกับเหตุการณ์เช่นสถานที่และเวลาที่มีการกระทำเกิดขึ้น

ตัวอย่างเช่น เมื่อมองดูโต๊ะทำงานของบุคคล จะพบว่าเนื้อหาจะเป็นสิ่งที่อยู่ด้านบนของโต๊ะและตำแหน่งที่มันถูกวางไว้

ประเด็นกระบวนการ มองดูที่ มนุษย์ปัจจัย (Human Factors) กระบวนการอธิบายว่างาน (การใช้รถใช้ถนนการขับขี่) กำลังบรรลุผลสำเร็จอย่างไรและเหตุใดผู้ใช้รถใช้ถนนจึงปฏิบัติในลักษณะที่สังเกตเห็น ปัญหามนุษย์ปัจจัยส่วนใหญ่เป็นปัญหาด้านกระบวนการ ซึ่งกระบวนการประกอบด้วย

ประเด็นด้านเนื้อหา อะไร เมื่อไหร่ และ ที่ไหน เนื้อหาอธิบายถึงการใช้รถใช้ถนนที่สำเร็จหรือการกระทำที่สังเกตได้ของผู้ใช้รถใช้ถนน ซึ่งประกอบด้วย

- สิ่งที่ผู้เข้าร่วมฝึกอบรมพูดคุย บอกเล่า หัวข้อที่กำลังอภิปราย
- ข้อมูลอื่น ๆ ที่สังเกตได้ง่ายเกี่ยวกับเหตุการณ์เช่นสถานที่และเวลาที่มีการกระทำเกิดขึ้น

ตัวอย่างเช่น เมื่อมองดูโต๊ะทำงานของบุคคล จะพบว่าเนื้อหาจะเป็นสิ่งที่อยู่ด้านบนของโต๊ะและตำแหน่งที่มันถูกวางไว้

แบบจำลอง เนื้อหาสาระ เทียบกับ กระบวนการ

เริ่มจาก มันเกิดอะไรขึ้น ไปสู่ ทำไมมันจึงเกิดขึ้น แบบจำลองเนื้อหา กับกระบวนการ รวมทั้งตัวอย่าง ดังแสดงในรูปที่ 2 แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างประเด็นเนื้อหาและประเด็น กระบวนการ เป้าหมายคือ ขุดค้นไปให้ไกลกว่า "มันเกิดอะไรขึ้น" และบ่งชี้ให้ได้ว่า "ทำไมมันจึงเกิดขึ้น" หรือ "มันเกิดขึ้นได้อย่างไร"

แบบจำลอง เนื้อหา กับ กระบวนการ

รูปที่ 2 แบบจำลอง เนื้อหา กับ กระบวนการ

การจัดฐานการเรียนรู้ “ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน”

(TSY Camp :Thailand Safe Youth Camp) **สำหรับเด็กและเยาวชน 10-12 ปี**

การจัดฐานการเรียนรู้ “ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน” (TSY Camp :Thailand Safe Youth Camp) สำหรับเด็กและเยาวชน 10-12 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มอายุที่เริ่มมีการบาดเจ็บและเสียชีวิตสูงขึ้นตามลำดับ และเริ่มที่เดินทางด้วยตนเอง ทั้งเดินถนน ข้ามทางม้าลาย ขับขี่จักรยาน และบkงส่วนเริ่มฝึกหัดขับขี่รถจักรยานยนต์ ซึ่งเป็นพาหนะที่อันตรายสูงมาก การเรียนรู้ “ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน” จะเน้นการปรับทัศนคติให้รับรู้อันตรายและความเสี่ยง การปฏิบัติตัว เพื่อหลีกเลี่ยงความเสี่ยงนั้น ประกอบด้วย 7 ฐานการเรียนรู้ ดังนี้

ฐานการเรียนรู้ที่ 1

รู้รอด...จึงปลอดภัย
(เรียนรู้เรื่องอันตรายและความเสี่ยง)

ฐานการเรียนรู้ที่ 2

การ์ดจราจรหรรษา
(เรียนรู้ป้ายกฎจราจรต่างๆ)

ฐานการเรียนรู้ที่ 3

ก้าวผิดชีวิตเปลี่ยน
(เรียนรู้การเดินเท้าและข้ามถนนอย่างปลอดภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 4

ขี่จักรยานปลอดภัย
เพิ่มความมั่นใจด้วยอุปกรณ์
(เรียนรู้การขี่จักรยานปลอดภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 5

จุดบอด อันตราย
(เรียนรู้จุดบอดและจุดอับสายตา)

ฐานการเรียนรู้ที่ 6

เด็กยุคใหม่ ใส่ใจ สวมหมวกนิรภัย
(เรียนรู้การสวมหมวกนิรภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 7

บิงโก โทรฉุกเฉิน
(เรียนรู้เบอร์โทรฉุกเฉินที่สำคัญ)

ฐานการเรียนรู้ที่ 1

รู้รอด...จึงปลอดภัย

(เรียนรู้เรื่องอันตรายและความเสี่ยง)

ฐานการเรียนรู้ที่ 1

รู้รอด จึงปลอดภัย

รู้รอด...จึงปลอดภัย ให้ผู้เรียนเข้าใจและสามารถอธิบายความหมายของอันตรายและความเสี่ยง ผลกระทบที่เกิดขึ้น ผู้เรียนสามารถระบุได้ว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีอะไรที่เป็นอันตรายบ้าง และจะเอาตัวรอดจากความเสี่ยงได้อย่างไร สามารถระบุได้ว่า “เกิดอะไรขึ้น” และบ่งชี้ให้ได้ว่า “ทำไมมันจึงเกิดขึ้น” หรือ“มันเกิดขึ้นได้อย่างไร” และ “ส่งผลอย่างไร” ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์เหตุการณ์กรณีตัวอย่างและบอกวิธีการป้องกันได้ เพื่อให้ผู้เรียนมีทัศนคติความปลอดภัยในการเดินทาง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจและสามารถอธิบายความหมายของอันตราย ความเสี่ยง และผลกระทบได้
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบ่งชี้อันตราย ประเมินความเสี่ยงและวิเคราะห์เหตุการณ์อันตรายที่เกิดขึ้นได้
3. สามารถบอกวิธีการป้องกันอันตรายและเอาตัวรอดจากความเสี่ยงบนท้องถนนได้

วิธีการจัดการเรียนรู้

- ผู้จัดการเรียนรู้บรรยายเนื้อหาความหมายของอันตราย ความเสี่ยง และผลกระทบ
- ยกตัวอย่างคลิปวิดีโอเหตุการณ์และภาพของการสูญเสีย ประกอบการบรรยาย
- สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นวิธีการป้องกันอันตรายและเอาตัวรอดจากความเสี่ยงบนท้องถนน
- ผู้จัดการเรียนรู้สรุปประเด็นที่ได้เรียนรู้ ควรทำความเข้าใจถึงความสูญเสียของพ่อแม่ ผู้ปกครอง และอนาคตวาดฝันของผู้เรียนที่สดใสอาจจะหายไป ไม่ควรพูดคุยเป็นเรื่องสนุก ตลกมากเกินไป

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการบรรยาย
- ตัวอย่างคลิปวิดีโอเหตุการณ์และภาพของการสูญเสีย ประกอบการบรรยาย
- เครื่องฉายภาพคลิปวิดีโอ จอภาพ
- ภาพเนื้อหาเหตุการณ์ที่เหมาะสมกับกลุ่มวัย อายุ 10 - 12 ปี

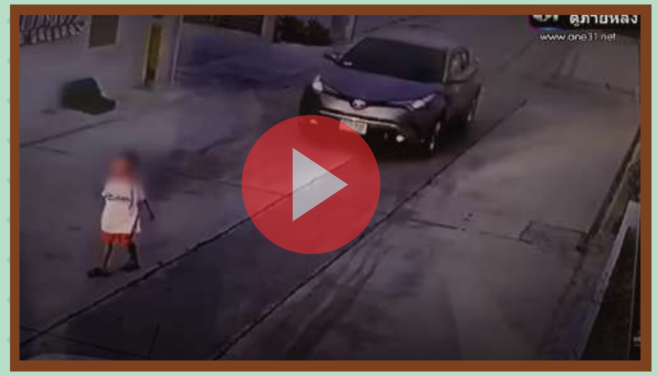
จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน | ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

อันตราย	ความเสี่ยง	ผลกระทบของการเกิดอันตราย	วิธีการป้องกันอันตรายและเอาตัวรอดความเสี่ยง
หมายถึง เหตุการณ์ที่นำไปสู่การทำให้เกิดการบาดเจ็บและเสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางถนน	**หมายถึง** เหตุการณ์ไม่ปลอดภัยที่มีโอกาสจะนำไปสู่อันตราย ทำให้เกิดการบาดเจ็บและเสียชีวิตที่เรายอมรับให้เกิดขึ้นไม่ได้	**หมายถึง** ผลจากการเกิดเหตุการณ์อันตรายที่เกิดขึ้น ได้แก่ การบาดเจ็บ พิการ การเสียชีวิต ทรัพย์สินเสียหาย ความสูญเสียด้านจิตใจและปัญหาสังคม	**หมายถึง** วิธีการปฏิบัติในการอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นได้ เช่น วิธีการเดินข้ามถนน การสวมหมวกนิรภัย เป็นต้น

รูปภาพตัวอย่างหรือคลิปวิดีโอเหตุการณ์ประกอบการบรรยาย



ฐานการเรียนรู้ที่ 2

การ์ดจราจรหรรษา

(เรียนรู้ป้ายกฎจราจรต่างๆ)

ฐานการเรียนรู้ที่ 2

การ์ดจราจรหรรษา

การเรียนรู้ป้ายจราจรต่างๆ ที่จำเป็น...จุดเริ่มของอันตรายที่เกิดขึ้นเกิดจากความไม่รู้ โดยเฉพาะป้ายจราจร ซึ่งป้ายจราจรที่กำหนดขึ้นก็เพื่อให้ทุกคนเข้าใจและปฏิบัติตามเพื่อความเป็นระเบียบและความปลอดภัยเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจและอธิบายความหมายของป้ายจราจร

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกประเภทของป้ายจราจรและความหมายที่จำเป็นเบื้องต้นได้
2. ผู้เรียนสามารถบอกวิธีการปฏิบัติตามป้ายจราจรให้ปลอดภัยได้อย่างไรบ้าง
3. ผู้เรียนสามารถบอกถึงผลกระทบ เมื่อไม่ปฏิบัติตามป้ายจราจร

วิธีการจัดการเรียนรู้

ใช้วิธีการจัดการเรียนรู้แบบเกม “การ์ดจราจรหรรษา” เพื่อให้ผู้เรียนได้สนุกสนาน ไม่น่าเบื่อ มีส่วนร่วมและมีความกระตือรือร้นในการเรียน

- ผู้จัดการเรียนรู้ให้ความรู้เกี่ยวกับป้ายจราจรต่าง ๆ ที่สำคัญ
- ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น 3 กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มนำการ์ดป้ายจราจรที่ได้รับ มาติดในพื้นที่ที่กำหนด 3 ประเภท ได้แก่ ประเภทป้ายบังคับ ประเภทป้ายเตือน และป้ายแนะนำ ให้ถูกต้อง
- จากนั้นใช้วิธีสนทนากลุ่ม ร่วมกันตรวจทานว่าได้ป้ายในตำแหน่งประเภทที่ถูกต้องหรือไม่
- ให้แต่ละกลุ่มหาข้อมูลออนไลน์หรือผู้จัดการเรียนรู้ทบทวนความหมายของป้ายและวิธีปฏิบัติตามให้ปลอดภัย
- ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทน 2 - 3 คน มาอธิบายป้ายจราจรต่าง ๆ และบอกถึงผลกระทบถ้าไม่ปฏิบัติตาม
- ผู้จัดการเรียนรู้สรุปบทเรียน และป้ายจราจรที่สำคัญที่ผู้เรียนควรจดจำไว้เพื่อนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการบรรยายความรู้เกี่ยวกับป้ายจราจร
- หารูปภาพป้ายจราจรจากอินเทอร์เน็ตจัดพิมพ์และตัดเป็นการ์ดจราจรหรรษา จำนวน 30 ป้าย โดยเน้นที่ผู้เรียนจำเป็นต้องเรียนรู้เพื่อนำไปใช้
- ฟลิปชาร์ท ที่เขียนระบุ ประเภทป้ายจราจร 3 ประเภท ได้แก่ ป้ายบังคับ ป้ายเตือน และป้ายแนะนำ สำหรับให้ผู้เรียนนำการ์ดจราจรหรรษามาติดไว้

จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน
ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

ป้ายจราจรหรือ เครื่องหมายจราจร (Traffic Sign) หมายถึง สัญลักษณ์จราจรมีลักษณะเป็นสัญญาณแสงหรือป้ายที่มีวัตถุประสงค์เพื่อบริหารจัดการการจราจร ในพื้นที่นั้นๆ ให้มีความคล่องตัว และปลอดภัยสำหรับผู้ใช้รถใช้ถนนทั้งขับขี่ยานพาหนะทุกประเภทและการเดินเท้า ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท ได้แก่

ประเภทป้ายบังคับ

มีไว้เพื่อควบคุม ให้ผู้ขับขี่ต้องปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด ยกตัวอย่างเช่น ห้ามกลับรถ ห้ามเลี้ยวแซง ห้ามจอดรถ เป็นต้น

ประเภทป้ายเตือน

มีไว้เพื่อแจ้งเตือนให้กับผู้ขับขี่ได้ระมัดระวังและทราบล่วงหน้าว่ามีอะไรอยู่ข้างหน้า ยกตัวอย่าง เช่น ป้ายสัญญาณไฟจราจร, ทางโค้งข้างหน้า, เขตโรงเรียน,ป้ายระวังคนข้ามถนน เป็นต้น

ประเภทป้ายแนะนำ

มีไว้เพื่อแนะนำข้อมูลการเดินทางต่าง ๆ ให้กับผู้ขับขี่ ยกตัวอย่างเช่น ป้ายสำหรับข้ามถนนทางม้าลาย เป็นต้น

ป้ายบังคับ

ป้ายห้ามรถจักรยาน

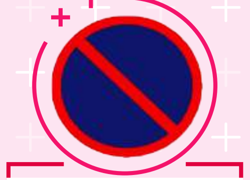
ป้ายห้ามรถยนต์ที่ใช้ในการเกษตร

ป้ายห้ามเข้า

ป้ายห้ามกลับรถไปทางซ้าย

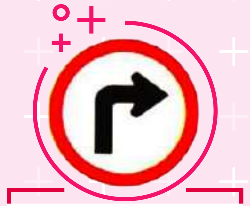
ป้ายจำกัดความเร็ว

ป้ายห้ามคนผ่าน


ป้ายห้ามจอดรถ

ป้ายห้ามใช้เสียง

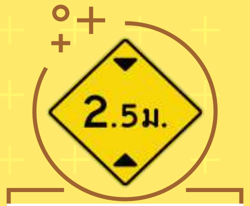
ป้ายให้ชิดซ้าย


ป้ายให้เลี้ยวขวา

ป้ายเตือน

ป้ายโรงเรียน ระวังเด็ก

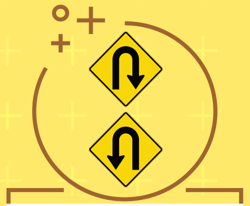
ป้ายระวังคนข้ามถนน

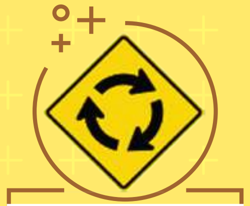


ป้ายทางลอดต่ำ

ป้ายเตือนระวังสัตว์

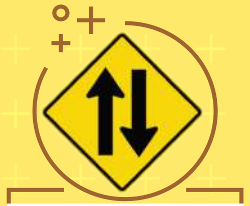
ป้ายสัญญาณจราจร


ป้ายจุดกลับรถ


ป้ายเตือน วงเวียนข้างหน้า

ป้ายเตือน ทางเอกตัดกัน

ป้ายเตือน สะพานแคบข้างหน้า


ป้ายเตือน รถสวนทางกัน

ป้ายแนะนำ

ป้ายจุดกลับรถ

ป้ายสำหรับคนพิการ

ป้ายโรงพยาบาล

ป้ายตำแหน่งทางข้าม

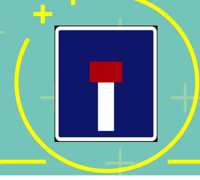
ป้ายเริ่มต้นทางด่วน (ทางหลวงพิเศษ)

ป้ายชี้ทาง ไปท่าอากาศยาน

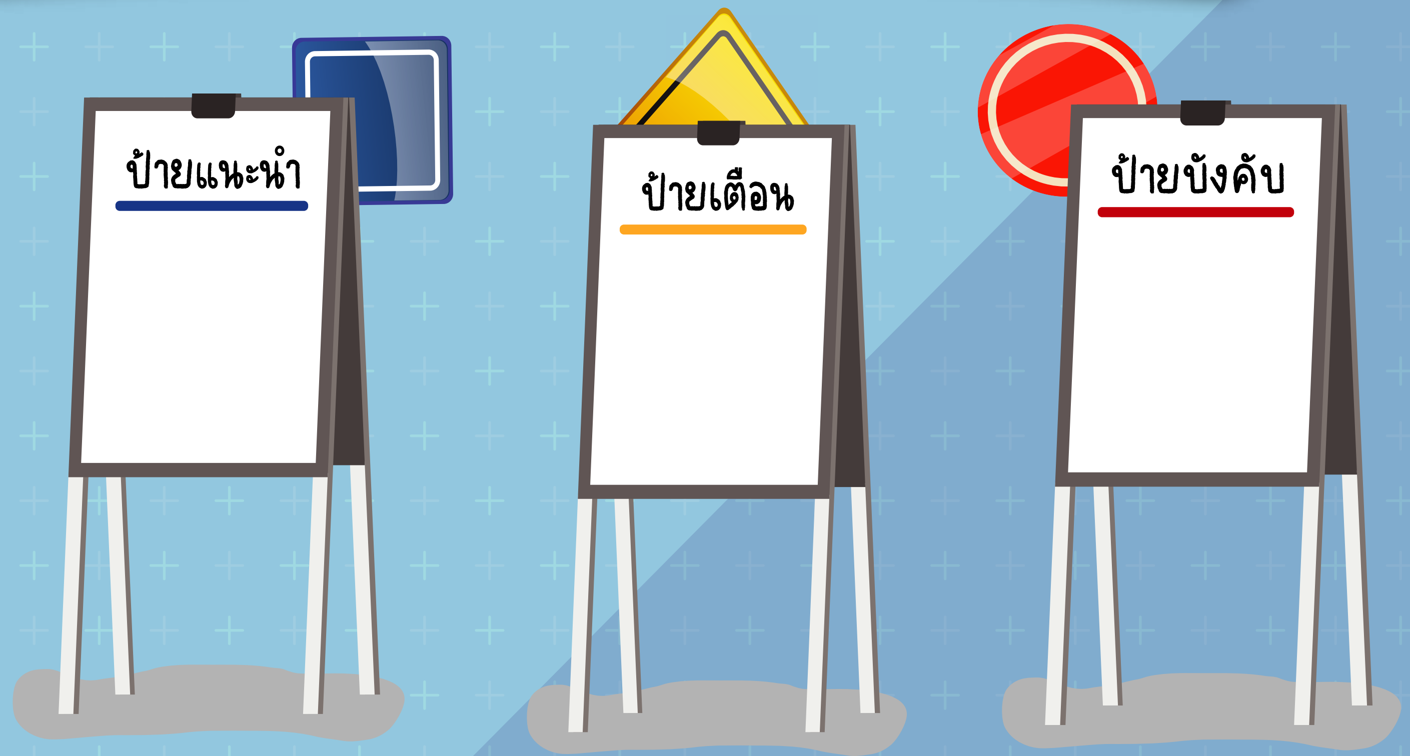
ป้ายหมายเลข ทางหลวงแผ่นดิน

ป้ายหมายเลข ทางหลวงเอเชีย/อาเซียน

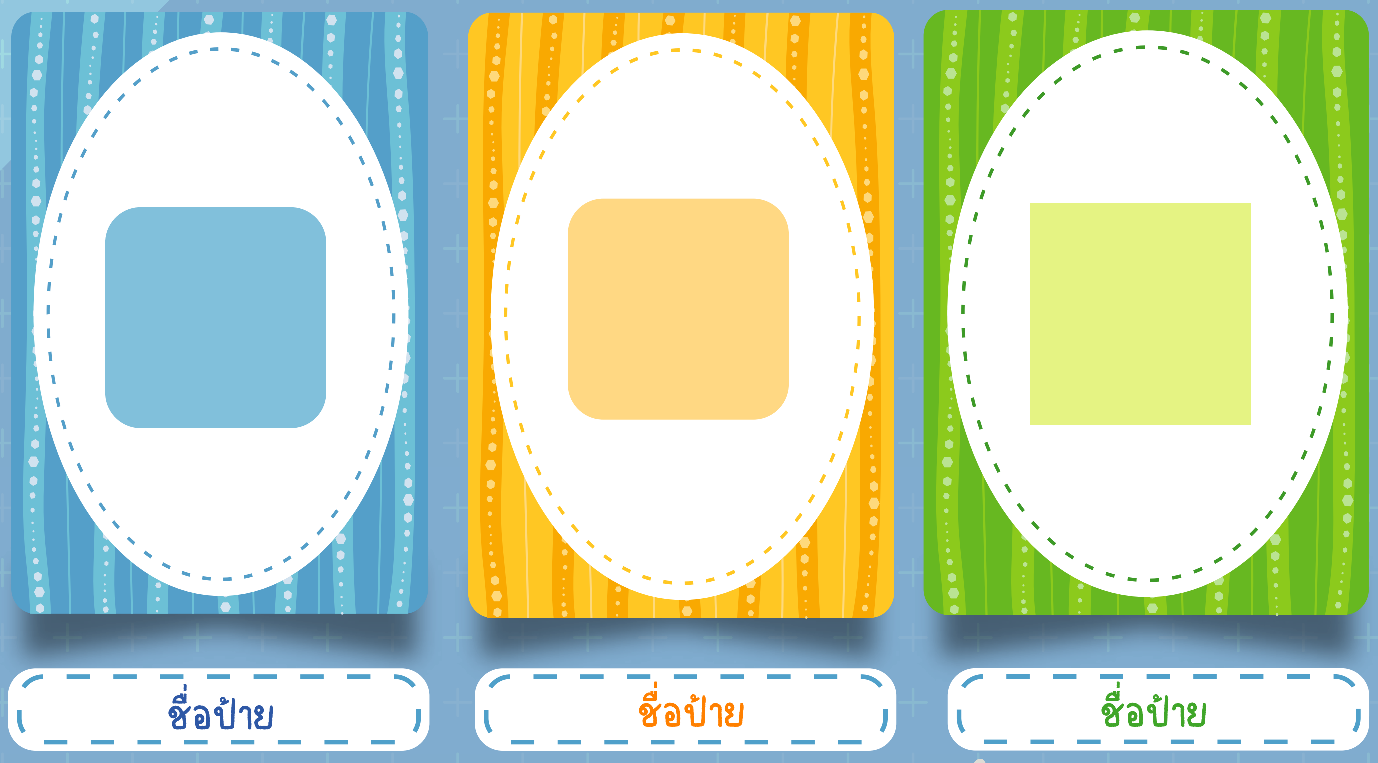
ป้ายแนะนำ บอกจุดหมายปลายทาง


ป้ายทางตัน

ตัวอย่าง ฟลิปชาร์ท ที่เขียนระบุ ประเภทป้ายจราจร 3 ประเภท



ตัวอย่าง การ์ดจราจร แบ่งตามประเภทป้าย



ฐานการเรียนรู้ที่ 3

ก้าวผิดชีวิตเปลี่ยน

(เรียนรู้การเดินเท้าและข้ามถนนอย่างปลอดภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 3

ก้าวผิด ชีวิตเปลี่ยน

การเรียนรู้การเดินข้ามถนนและเดินบนถนนให้ปลอดภัยเป็นสิ่งจำเป็น คนไทยมากกว่า 600 คนต่อปีที่เสียชีวิตจากการเดินบนถนนจากการถูกรถเฉี่ยวชน และบาดเจ็บมากกว่า 12,000 คน ต่อปี หลักการสำคัญ คือ การมองเห็นและหลีกเลี่ยง การประเมินความเสี่ยงก่อนที่จะข้ามถนน การเดินบนไหล่ทางที่ถูกต้อง และการเดินถนนในตอนกลางคืน สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่จำเป็นที่เด็กและเยาวชนไทยควรได้เรียนรู้อย่างถูกต้องเพื่อความปลอดภัย

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกวิธีการเดินข้ามถนนและเดินบนถนนให้ปลอดภัยได้อย่างถูกต้อง
2. ผู้เรียนสามารถบอกความหมายของสัญญาณไฟจราจร เครื่องหมายจราจรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการข้ามถนนได้

วิธีการจัดการเรียนรู้

- ผู้จัดการเรียนรู้เปิดคลิปวิดีโอหรือสื่อออนไลน์เกี่ยวกับอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับเด็ก ซึ่งเป็นคลิปหรือสื่อที่เกี่ยวกับการข้ามถนนและการเดินบนถนนโดยความประมาทและไม่ถูกวิธี เพื่อสร้างความตระหนักถึงอันตรายที่เกิดขึ้น
- ผู้จัดการเรียนรู้สาธิตและอธิบายวิธีการข้ามถนนและการเดินบนถนนที่ปลอดภัย โดยใช้สื่อ ใบความรู้และอุปกรณ์ที่เป็นเครื่องหมายสัญลักษณ์จราจรที่เกี่ยวข้อง และยกตัวอย่างอันตรายที่เกิดขึ้นหากประมาท หรือทำกิจกรรมอื่นขณะข้ามถนน เช่น หยอกล้อกับเพื่อน เล่นโทรศัพท์ หรือวิ่งข้ามถนนโดยไม่ได้มองว่ารถนั้นหยุดให้ข้ามหรือไม่ ทำให้มีโอกาสถูกรถชนและเป็นอันตรายถึงชีวิต โดยเสนอแนะวิธีข้ามถนนและการเดินบนถนนอย่างปลอดภัย
- ผู้จัดการเรียนรู้ทดสอบความเข้าใจด้วยการถาม – ตอบ เกี่ยวกับวิธีการข้ามถนนและการเดินบนถนนอย่างถูกต้อง หรือใช้แบบทดสอบ หรือกิจกรรมการเล่นเกม (หากมีเวลาเพียงพอ)
- ฝึกปฏิบัติ/ฐานการเรียนรู้
  - ขั้นตอนที่ 1 ผู้เรียนเข้าแถวเพื่อเข้าฐาน
  - ขั้นตอนที่ 2 ทบทวนวิธีการข้ามถนนในแต่ละแบบ โดยสาธิตการข้ามถนน
  - ขั้นตอนที่ 3 ผู้เรียนฝึกข้ามถนนทีละคน โดยข้ามถนนในสถานการณ์จำลองแต่ละแบบ ก่อนข้ามให้พิจารณาถึงความปลอดภัยก่อนข้ามถนน เช่น มองหาสัญลักษณ์ ไฟจราจร และเดินไปรอตรงทางม้าลาย และปฏิบัติตาม STEP มองขวา มองซ้าย มองขวา เมื่อมั่นใจจึงเดินข้ามอย่างมีสติ
- ผู้จัดการเรียนรู้แสดงบทบาทการข้ามถนนโดยใช้การเปรียบเทียบให้เห็น เช่น การข้ามอย่างถูกวิธี และปฏิบัติตามขั้นตอน มองขวา มองซ้าย มองขวา เมื่อมั่นใจจึงเดินข้ามอย่างมีสติ จะปลอดภัย และสถานการณ์สมมติการข้ามที่ไม่ปลอดภัย เช่น หยิบโทรศัพท์มาเล่น วิ่งข้าม หยอกล้อเพื่อน เพื่อให้นักเรียนเลือกว่าวิธีใดควรทำและวิธีใดไม่ควรทำ
- ผู้จัดการเรียนรู้ควรยกตัวอย่างวิธีการข้ามถนนในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การข้ามถนน 2 เลน การข้ามถนน มากกว่า 2 เลน ที่มีเกาะกลางและไม่มีเกาะกลางถนน

อุปกรณ์

- ตัวอย่างภาพข่าว/คลิปวิดีโอจากสื่อออนไลน์
- เครื่องฉายภาพและจอภาพ
- ใบความรู้
- แบบทดสอบ
- Model สถานที่จำลอง ทางม้าลายและไฟจราจร ตามฐานกิจกรรม

จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน

ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

ภาพข่าว/คลิปวิดีโออุบัติเหตุในการข้ามถนนอย่างประมาท

https://www.youtube.com/watch?v=DtOpygVe8C4

ใบความรู้

เรื่อง เครื่องหมายจราจรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการข้ามถนน

สัญญาณไฟ
สำหรับคนข้ามถนน

สัญญาณไฟ
สำหรับรถ

ป้ายจุดข้ามถนน
ทางม้าลาย

ป้ายเขตโรงเรียน

ป้ายเฉพาะคนเดิน
บริเวณที่ติดตั้งป้าย
เป็นบริเวณที่กำหนดให้ใช้
ได้เฉพาะคนเดินเท้าเท่านั้น

ป้าย "ห้ามคน"
ห้ามคนผ่านเข้า
ไปในเขตทางที่ติดตั้งป้าย

ปุ่มกดรอข้ามถนน

สะพานลอย

ใบความรู้

เรื่อง การเดินเท้าและการข้ามถนนอย่างปลอดภัย

การเดินเท้า

การเดินบนทางเท้าทุกครั้ง หากไม่มีทางเท้าให้เดินห่างจากถนนให้มากที่สุด เดินสวนทางกับรถและสบตากับคนขับไว้ กรณีเดินในที่มืดหรือแสงสว่างน้อย เราต้องทำให้คนขับเห็นตัวเราขณะเดินในที่มืด ให้สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อนหรือสีสว่าง เช่น สีขาว สีเหลือง ฯลฯ มีอุปกรณ์สะท้อนแสง เช่น ไฟฉาย สายรัดข้อมือสะท้อนแสง กรณีมีแหล่งน้ำ ควรเดินห่างจากแหล่งน้ำ หรือเดินตรงกลาง หากมีน้ำประกบทั้งสองด้าน

วิธีการเดินในกรณี/สถานการณ์ต่างๆ

1. วิธีเดินในกรณีมีทางเท้า (มีฟุตบาท)

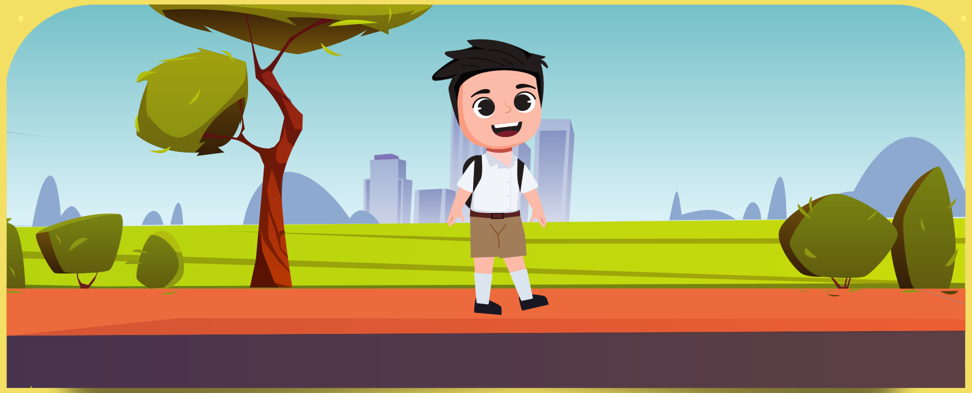
การเดินบนถนนที่มีทางเท้า หรือฟุตบาทนั้นเพื่อความปลอดภัย เราต้องเดินบนทางเท้าเท่านั้นและควรเดินชิดทางด้านใน เพื่อที่ให้คนอื่นเขาเดินแซงไปหรือเดินสวนมาได้สะดวกจะได้ไม่เบียดเราตกถนน

- เดินบนฟุตบาททุกครั้ง ห่างจากถนน
- หากมีเด็กเล็ก จูงมือให้แน่น เดินชิดด้านใน
- เดินสวนทางกับรถ

2. วิธีเดินในกรณีไม่มีทางเท้า (ไม่มีฟุตบาท)

การเดินบนถนน ที่ไม่มีทางเท้า หรือไม่มีฟุตบาทอย่างปลอดภัยเราต้องเดินชิดขอบทางด้านขวามือ เพื่อให้เห็นรถที่วิ่งสวนมา ถ้าเราเดินทางซ้ายมือเรา หรือเดินไปทางเดียวกับที่รถวิ่งไปนั้น บางครั้งเราอาจเดินล้ำเข้าไปในถนนโดยไม่รู้ตัว และไม่เห็นว่ามีรถวิ่งตามหลัง ลักษณะนี้ อาจถูกรถเฉี่ยวชนได้รับอันตรายได้ การเดินบนถนนที่ไม่มีทางเท้า หรือไม่มีฟุตบาท ที่ไม่ปลอดภัยคือ การเดินไปทางเดียวกับทางที่รถวิ่งไป

- พยายามเดินให้ห่างจากรถ ในระยะที่ปลอดภัย (หมายถึง เดินให้ห่างจากรถให้มากที่สุด)
- เดินชิดขอบทางด้านขวามือ เดินในทิศทางที่สวนทางกับรถ สามารถมองเห็นรถได้สะดวก และสามารถสบตากับคนขับรถได้
- สวมเสื้อผ้าที่มีสีสดใสหรือสีอ่อน (กลางคืน) เช่น สีขาว
- หากมีเด็กเล็กเดินด้วย ให้จูงมือเด็กเล็กเดินชิดด้านในของถนนจับมือเด็กไว้ให้แน่น ป้องกันเด็กเล็กวิ่งออกไปบนถนน



3. วิธีเดินในที่ๆ มีแสงสว่างน้อย

- สวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน สีสว่าง เช่น สีขาว สีเหลือง หรือผ้าสะท้อนแสง
- หากฝนตก ให้ใส่เสื้อกันฝนสีสว่างๆ
- ติดวัสดุสะท้อนแสงบนกระเป๋านักเรียน ไฟฉาย สายรัดข้อมือสะท้อนแสง
- ถ้าไม่จำเป็น ไม่ควรออกไปเดินคนเดียว หรือต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง

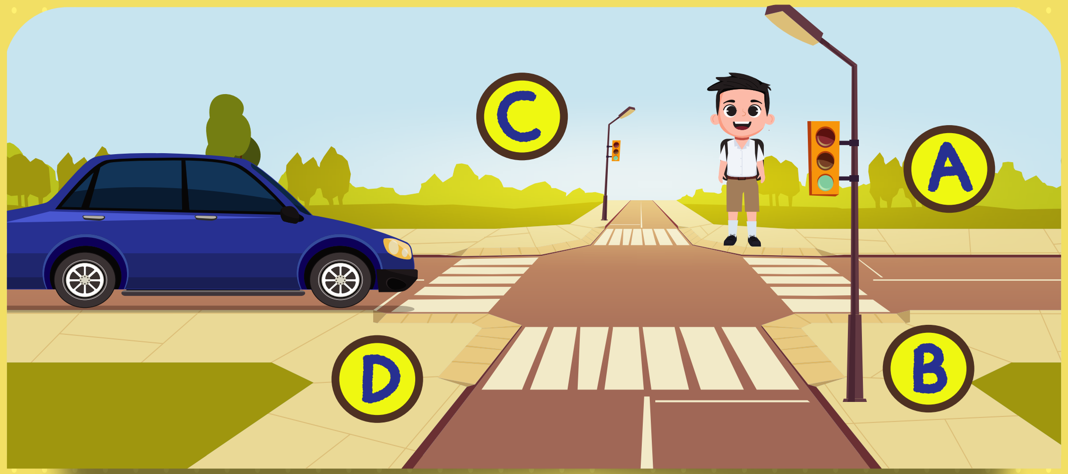
การข้ามถนน

1. เลือกสถานที่ข้ามถนนที่ปลอดภัย

- ข้ามสะพานลอย (ปลอดภัยที่สุด)
- ข้ามทางม้าลาย
- ข้ามโดยดูสัญญาณไฟ
    - สัญญาณไฟคนข้ามถนน เขียว-แดง
        - สีเขียว หมายถึง ข้ามได้ (คนข้าม-รถหยุด)
        - สีแดง หมายถึง ข้ามไม่ได้ (คนหยุด-รถขับ)
    - สัญญาณไฟจราจร (สำหรับคนขับรถ) เขียว-เหลือง-แดง
        - สีเขียว หมายถึง รถวิ่งได้ คนข้ามไม่ได้ (รถขับ-คนหยุด)
        - สีเหลือง หมายถึง รถชะลอความเร็วและเตรียมหยุด
        - สีแดง หมายถึง รถหยุด คนข้ามได้ (รถหยุด-คนข้าม)
- ข้ามถนนตรงบริเวณที่มีตำรวจจราจร หรืออาสาสมัครดูแลความปลอดภัย
- ขอให้ผู้ใหญ่ที่อยู่บริเวณนั้นช่วยพาข้ามถนน
- ปฏิบัติตาม STEP มองขวา มองซ้าย มองขวา

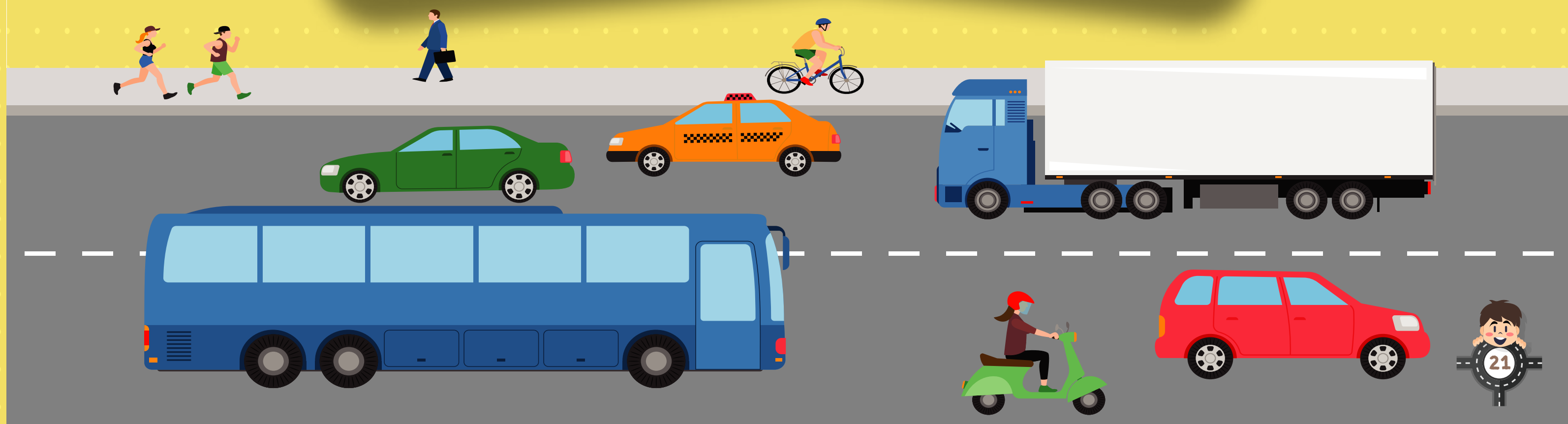
2. การข้ามถนนมีหัวมุม หรือ ทางแยก

- เลือกข้ามถนนตรงบริเวณทางแยกที่มีสัญญาณไฟจราจร มีทางม้าลาย มีตำรวจจราจร หรืออาสาสมัครดูแลความปลอดภัย
- ตัวอย่างวิธีการข้าม เช่น ถ้าจะข้ามจากจุด A ไป D
- จาก จุด A ข้ามไป จุด B ข้ามไป จุด D
- หรือจาก จุด A ข้ามไป จุด C ข้ามไป จุด D



3. การข้ามถนนมีมากกว่า 2 ช่องทางจราจร หรือมีเกาะกลางถนน

- ใช้เครื่องอำนวยความปลอดภัยของผู้เดินเท้า เช่น สะพานลอย ทางม้าลาย สัญญาณไฟจราจร
- ปฏิบัติเหมือนกับเป็นการข้ามถนน 2 ครั้ง (ข้ามทีละครึ่งถนน) ข้ามครึ่งแรกแล้วไปหยุดตรงเกาะกลางถนน ก่อนที่จะข้ามครึ่งหลังต่อไป โดยปฏิบัติตาม STEP มองขวา มองซ้าย มองขวา
- ข้ามถนนตรงบริเวณที่มีตำรวจจราจร หรืออาสาสมัครดูแลความปลอดภัย
- ขอให้ผู้ใหญ่ที่อยู่บริเวณนั้นช่วยพาข้ามถนน



ตัวอย่าง

กิจกรรมฐานการเรียนรู้ ก้าวผิดชีวิตเปลี่ยน

ลูกเต๋ามหาสนุก

วิธีเล่น

1. ให้ผู้เล่นแบ่งกลุ่มกัน โดยในแต่ละรอบ จะสามารถเล่นได้ 4 - 5 คน และมีกรรมการ 1 คน
2. ให้ผู้เล่นแต่ละคนเลือกตัวเดิน (หมุด) คนละ 1 ตัว
3. ให้แต่ละคนทอยลูกเต๋า คนละ 1 ครั้ง คนที่ทอยลูกเต๋าได้แต้มสูงสุดจะเป็นผู้ที่ได้เล่นก่อน ตามลำดับ
4. ให้ผู้เล่นคนแรกทอยลูกเต๋าและขยับตัวเดินไปบนช่อง ตามจำนวนแต้มของลูกเต๋าที่ทอยได้ จากนั้นก็ให้ผู้เล่นคนถัดไปทอยลูกเต๋าและเล่นไปเรื่อยๆ จนครบทุกคน จากนั้นก็ให้ผู้เล่นคนแรกเล่นแล้วก็ตามด้วยผู้เล่นคนถัดไป เล่นแบบนี้ไปเรื่อยๆ
5. ระหว่างเดิน บนช่องในบางช่องจะมีคำถาม (ถูกหรือผิด) โดยกรรมการจะเป็นคนถามคำถาม และถ้าผู้เล่นตอบถูกหรือผิดให้ปฏิบัติตามคำสั่งในกระดานเกม
6. ถ้าตัวเดินของคนใดเดินทางถึง Finish ก่อนจะเป็นผู้ชนะ

คำถามสำหรับเล่นเกม (✓ หรือ ✗)

1) ......การเดินบนถนนที่ไม่มีทางเท้า หรือไม่มีฟุตบาท ที่ปลอดภัยคือการเดินไปทางเดียวกับทางที่รถวิ่งไป
2) ......การเดินบนถนนที่ไม่มีทางเท้า หรือไม่มีฟุตบาทอย่างปลอดภัยเราต้องเดินชิดขอบทางด้านขวามือ
3) ......เดินในที่ ๆ มีแสงสว่างน้อย ควรสวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน สีสว่าง เช่น สีขาว สีเหลือง หรือผ้าสะท้อนแสง
4) ......การเดินบนถนนที่มีทางเท้า หรือฟุตบาทนั้นเพื่อความปลอดภัย เราต้องเดินบนทางเท้าเท่านั้น
5) ......การเดินบนถนนที่มีทางเท้า หรือฟุตบาทนั้นเพื่อความปลอดภัย ควรเดินชิดทางด้านใน
6) ......วิธีเดินในเส้นทางใกล้แหล่งน้ำ พยายามเดินให้ใกล้แหล่งน้ำให้มากที่สุด
7) ......วิธีเดินในเส้นทางใกล้แหล่งน้ำ ไม่หยอกล้อเล่นกันขณะเดิน
8) ......การเดินบนถนนที่ปลอดภัยเราต้องเดินสวนทางกับรถ
9) ......ถ้าหากมีเด็กเล็ก ให้จูงมือให้แน่น และเดินชิดด้านใน
10) ......เดินในที่ ๆ มีแสงสว่างน้อย ควรสวมใส่เสื้อผ้าสีทึบ สีเข้ม เช่น สีดำ สีกรม
11) ......เดินในที่ ๆ มีแสงสว่างน้อย หากฝนตก ให้ใส่เสื้อกันฝนสีสว่างๆ
12) ......ถ้ามีน้องเดินด้วยให้น้องเดินนำหน้า คุณเดินตามหลัง และมองน้องตลอดเวลา
13) ......การข้ามถนนที่ปลอดภัยมากที่สุด คือ ข้ามตรงทางม้าลาย
14) ......สัญญาณไฟคนข้ามถนน "สีเขียว" หมายถึง ข้ามได้
15) ......การเดินข้ามถนนกรณีที่รถติดให้สังเกตว่ารถที่ขับมาขับเร็วหรือไม่ก่อนข้ามถนน
16) ......การข้ามถนนอย่างปลอดภัยควรมีผู้ใหญ่ช่วยเหลือ เพื่อความปลอดภัย
17) ......สัญญาณไฟจราจร (สำหรับคนขับรถ) สีแดง หมายถึง รถหยุด คนข้ามได้
18) ......ก่อนข้ามถนน ควรมองขวา มองซ้าย มองขวา ให้แน่ใจว่าปลอดภัยก่อนข้าม
19) ......ขณะข้ามถนน ไม่ควรวิ่ง
20) ......การเดินข้ามถนนที่มี “เกาะกลาง” ข้ามครึ่งแรกแล้วพักที่เกาะกลาง จากนั้นข้ามครึ่งหลังต่อไป

เฉลย

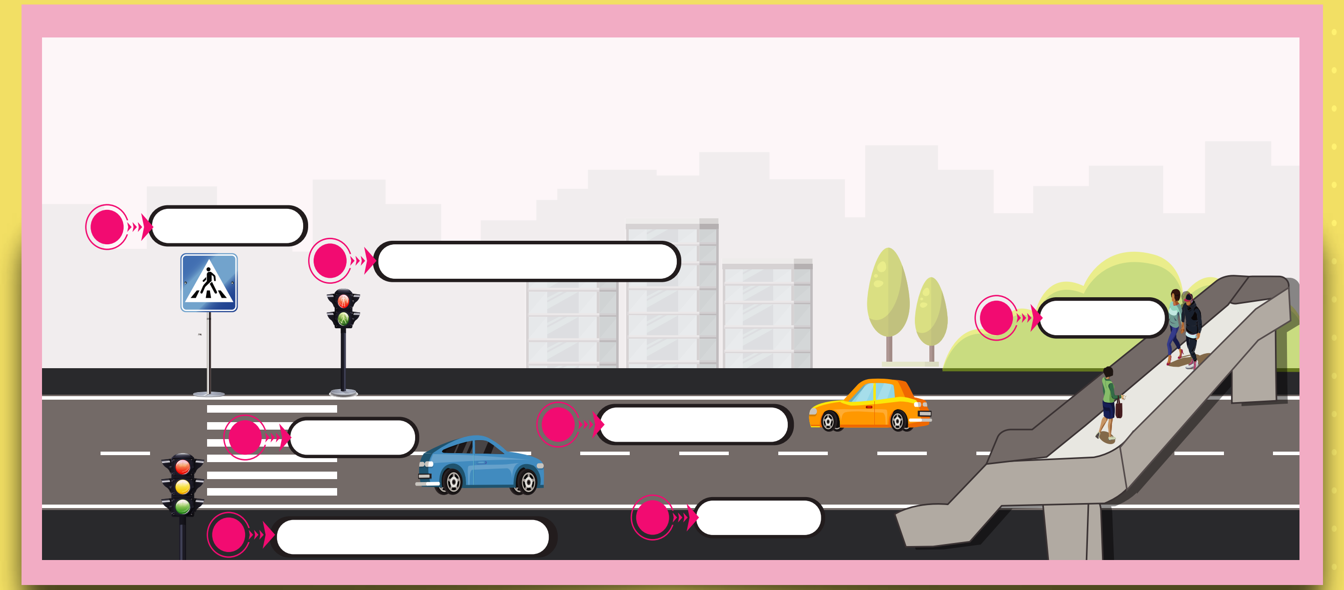
1.✗ 2.✓ 3.✓ 4.✓ 5.✓ 6.✗ 7.✓ 8.✓ 9.✓ 10.✗ 11.✓ 12.✗
13.✗ 14.✓ 15.✓ 16.✓ 17.✓ 18 ✓ 19.✓ 20.✓

ใบงาน

เรื่อง การเดินเท้าและการข้ามถนนอย่างปลอดภัย

เลือกคำต่อไปนี้เติมลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

เส้นแบ่งช่องจราจร | ป้ายจุดข้ามถนน | สะพานลอย | ทางม้าลาย | ทางเดินเท้า | สัญญาณไฟจราจรสำหรับรถ | สัญญาณไฟสำหรับคนข้ามถนน



ตัวอย่างแบบทดสอบ

เติมเครื่องหมาย ✓ หรือ ✗ หน้าข้อความต่อไปนี้

1)..............การข้ามถนนที่ปลอดภัยมากที่สุด คือ ข้ามตรงทางม้าลาย

2)..............สัญญาณไฟคนข้ามถนน "สีเขียว" หมายถึง ข้ามได้

3)..............การเดินข้ามถนนกรณีที่รถติดให้สังเกตว่ารถที่ขับมาขับเร็วหรือไม่ก่อนข้ามถนน

4).............. (ป้าย) สัญลักษณ์นี้ หมายถึง คนสามารถข้ามถนนได้ตลอดเวลา

5)..............การข้ามถนนอย่างปลอดภัยควรมีผู้ใหญ่ช่วยเหลือ เพื่อความปลอดภัย

6)..............สัญญาณไฟจราจร (สำหรับคนขับรถ) สีแดง หมายถึง รถหยุด คนข้ามได้

7)..............ก่อนข้ามถนน ควรมองขวา มองซ้าย มองขวา ให้แน่ใจว่าปลอดภัยก่อนข้าม

8)..............ขณะข้ามถนน ไม่ควรวิ่ง

9)..............การเดินข้ามถนนที่มี “เกาะกลาง” ข้ามครึ่งแรกแล้วพักที่เกาะกลาง จากนั้นข้ามครึ่งหลังต่อไป

10)............สัญญาณไฟจราจร (สำหรับคนขับรถ) สีเขียว หมายถึง รถวิ่งได้ คนข้ามไม่ได้ (รถขับ-คนหยุด)

11) ....การเดินบนถนนที่ไม่มีทางเท้า หรือไม่มีฟุตบาทอย่างปลอดภัยเราต้องเดินชิดขอบทางด้านขวามือ

12) ....เดินในที่ ๆ มีแสงสว่างน้อย ควรสวมใส่เสื้อผ้าสีอ่อน สีสว่าง เช่น สีขาว สีเหลือง หรือผ้าสะท้อนแสง

13) ....การเดินบนถนนที่มีทางเท้า หรือฟุตบาทนั้นเพื่อความปลอดภัย เราต้องเดินบนทางเท้าเท่านั้น

14) ....การเดินบนถนนที่มีทางเท้า หรือฟุตบาทนั้นเพื่อความปลอดภัย ควรเดินชิดทางด้านใน

15)............วิธีเดินในเส้นทางใกล้แหล่งน้ำ พยายามเดินให้ใกล้แหล่งน้ำให้มากที่สุด

เฉลย

1. ✗ 2. ✓ 3. ✓ 4. ✗ 5. ✓ 6. ✓ 7. ✓ 8. ✓ 9. ✓ 10. ✓
11. ✓ 12. ✓ 13. ✓ 14. ✓ 15. ✗

ฐานการเรียนรู้ที่ 4

ขี่จักรยานปลอดภัย เพิ่มความมั่นใจด้วยอุปกรณ์

(เรียนรู้การขี่จักรยานปลอดภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 4

ขี่จักรยานปลอดภัย เพิ่มความมั่นใจด้วยอุปกรณ์

ยานพาหนะคู่ใจคันแรกของเด็ก คือ จักรยาน ซึ่งการขับขี่จักรยาน จะเป็นพื้นฐานของผู้ขับขี่ยานพาหนะประเภทอื่น คนไทยบาดเจ็บจากการขับขี่จักรยานปีละ 17,000 คนต่อปี โดยพบว่าเป็นกลุ่มอายุ 10 - 14 ปี ปีละประมาณ 3,000 คน การเรียนรู้ความปลอดภัยจากการขับขี่จักรยานที่ถูกต้องเป็นเรื่องสำคัญที่เด็กและเยาวชนไทย โดยเฉพาะอุปกรณ์ป้องกันที่จะช่วยป้องกันการบาดเจ็บจากการขับขี่จักรยานได้

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกประโยชน์ของอุปกรณ์สำหรับขับขี่รถจักรยานอย่างปลอดภัยได้
2. ผู้เรียนสามารถบอกวิธีการขับขี่จักรยานอย่างปลอดภัยได้

วิธีการจัดการเรียนรู้

- ผู้จัดการเรียนรู้เปิดคลิปวิดีโอ หรือสื่อออนไลน์เกี่ยวกับการเกิดอุบัติเหตุรถจักรยาน และวิธีการขี่จักรยานให้ปลอดภัย และการใช้อุปกรณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวกับความปลอดภัยในการขี่จักรยาน
- ให้ผู้เรียนจินตนาการ “จักรยานปลอดภัยในแบบของฉัน” แล้ววาดภาพการขี่จักรยานของตนเองและให้วาดภาพอุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการขับขี่จักรยานในสถานการณ์ต่างๆ อย่างน้อย 5 ชิ้น เช่น
  - ขี่จักรยานไปโรงเรียน
  - ขี่จักรยานตอนกลางคืน
  - ขี่จักรยานท่องเที่ยวเดินทางไกล
- ให้ตัวแทนผู้เรียนประมาณ 5 คน มานำเสนอเล่าเรื่องราวภาพการขี่จักรยานของตนเอง และอธิบายอุปกรณ์ความปลอดภัยที่อยู่ในภาพ
- ให้ตัวแทนผู้เรียนประมาณ 5 คน มานำเสนอเล่าเรื่องราวภาพการขี่จักรยานของตนเอง และบอกวิธีการขี่จักรยานให้ปลอดภัยอย่างไร

อุปกรณ์

- วิดีโอหรือสื่อออนไลน์ เกี่ยวกับอุปกรณ์ความปลอดภัยในการขับขี่จักรยาน
- กระดาษวาดภาพ และสีระบายภาพ

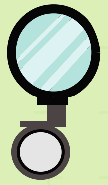
จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน
ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

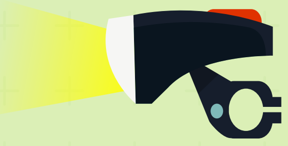
1. หมวกนิรภัยสำหรับผู้ขี่จักรยาน หรือ cycling helmet

มีความสำคัญมากอันดับต้นที่นักปั่นทุกคนควรสวมใส่ เนื่องจากช่วยลดความรุนแรง เมื่อเกิดอุบัติเหตุที่ศีรษะได้เกือบมากกว่า 80 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีคุณสมบัติดูดซับแรงกระแทกได้ดี แต่หากเกิดรอยร้าวก็จะแตกได้ง่าย จึงต้องหมั่นตรวจสอบความสมบูรณ์ของหมวกอยู่เสมอ



2. กระจกมองหลังของจักรยาน

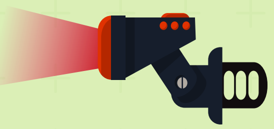
จักรยานควรมีประจกมองหลัง โดยเฉพาะนักปั่นจักรยานทางไกลและฝึกหัดการมองกระจกมองหลังให้ชำนาญเพราะหากเราไม่คุ้นเคยหรือชำนาญอาจจะทำให้ติดสินใจผิดได้ ใช้กฎ “มองเห็นและหลีกเลี่ยง”



3. ไฟส่องสว่างด้านหน้า

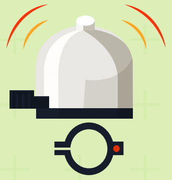
เป็นสิ่งสำคัญโดยเฉพาะการขี่จักรยานยามเช้าตรู่หรือยามค่ำมืดที่ผู้ขับขี่ไม่สามารถสังเกตด้านหน้าได้ชัดเจน และมีประโยชน์ให้ยานพาหนะอื่นๆ ที่สวนทางมา มองเห็นได้ชัดเจน ซึ่งมี 2 แบบ

1) แบบที่ติดตัวรถจักรยาน
2) แบบที่ติดศีรษะผู้ขับขี่



4. ไฟกระพริบ หรือไฟสะท้อนด้านหลัง

สำหรับติดท้ายรถจักรยาน เป็นดวงไฟสีแดงจากหลอด LED จะทำให้รถที่ขับตามมาจากด้านท้ายสังเกตเห็นผู้ขี่จักรยานได้ชัดเจน โดยควรเลือกขนาดและดวงไฟกระพริบให้แสงที่คมชัด ทั้งกลางวันและกลางคืน จะป้องกันอันตรายจากรถชนท้ายได้ดี หรือสามารถนำมาติดกับรถจักยานด้านหน้าได้อีกด้วยจะช่วยให้รถที่สวนทางมาสังเกตง่าย

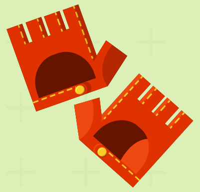


5. กระดิ่ง หรือแตร

เป็นสิ่งจำเป็น เนื่องจากใช้เป็นสัญญาณเตือนให้คนที่สัญจรระวังรถจักรยานหรือเตือนประเภทอื่นไม่ให้เข้ามาในเลนที่จักรยานกำลังปั่นอยู่ ซึ่งปัจจุบันมีหลายรูปแบบ หลากดีไซน์ มีความคงทนความถนัดมือในการกด และที่สำคัญคือเสียงที่ต้องมีพลังตามความเหมาะสม

6. เสื้อสะท้อนแสง

เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ เนื่องจากการปั่นจักรยาน เราจะไม่สามารถหันหน้าและระวังหลังได้ตลอดเวลาการสวมเสื้อที่มี แถบสะท้อนแสง หรือ เสื้อจราจร สะท้อนแสง จะช่วยให้ผู้ขับขี่รถหรือแม้แต่ผู้ที่เดินสัญจรสวนไปมาสามารถสังเกตเห็นการเคลื่อนไหวของแถบสีที่สะดุดตาได้อย่างชัดเจน ทำให้ป้องกันอุบัติเหตุได้มาก



7. ถุงมือ

เมื่อเกิดอุบัติเหตุหรือการล้มต่าง ๆ ถุงมือจะช่วยลดการบาดเจ็บที่มือได้ การสวมถุงมือจักรยานจะเปรียบเสมือนเกราะที่จะช่วยป้องกันของคุณได้เป็นอย่างดี

8. แว่นตา

แว่นตา ช่วยในการกันฝุ่นและกันลมเข้าตา บางชนิดช่วยกรองแสงในขณะปั่นจักรยานที่มีแสงแดดจ้า ช่วยรักษาสุขภาพดวงตา และทำให้มองเห็นได้ชัดเจน

9. เบาะจักรยาน (Saddle)

เป็นชิ้นส่วนที่สำคัญที่สุดบนจักรยาน จุดสัมผัสหลักๆ ของคนกับจักรยานก็คือเบาะดังนั้นต้องหาเบาะที่เหมาะสมกับร่างกาย เบาะอาจจะแบ่งจากท่าทางการปั่น แบ่งตามความยืดหยุ่นของร่างกาย หรือมีระบบการวัดระยะห่างระหว่างกระดูกเชิงกราน (Sit bones) เพื่อหาเบาะที่เหมาะกับสรีระของผู้ใช้

10. สนับเข่า

เป็นอุปกรณ์หนึ่งที่ช่วยเพิ่มความมั่นคงของข้อเข่า ช่วยกระตุ้นและพยุงกล้ามเนื้อ ทำให้ผู้ใช้ลดความกังวลหากเกิดอุบัติเหตุระหว่างเล่นกีฬา อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างความกล้าและความมั่นใจในการทำกิจกรรมมากขึ้น ซึ่งส่งผลเกี่ยวกับประสิทธิภาพในการเล่นกีฬา

กฎ 10 ข้อ

ในการขี่จักรยานเพื่อความปลอดภัยบนท้องถนน

“มองอันตรายออก บอกความเสี่ยงได้ แก้ไขความเสี่ยงเป็น”

1 เคารพและปฏิบัติตามกฎจราจร การปฏิบัติตามป้ายและไฟสัญญาณจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น

2 มีอุปกรณ์ป้องกันความปลอดภัย

- ไฟส่องสว่างด้านหน้าและหลังเมื่อขี่ยามค่ำคืน รถจักรยานต้องติดไฟส่องสว่างสีขาวด้านหน้า และไฟสีแดงหรือกระจกสะท้อนแสงสีแดงด้านหลัง
- มีกระดิ่งให้สัญญาณที่เหมาะสม รถจักรยานต้องมีกระดิ่งเพื่อให้สัญญาณบอกว่าจักรยานกำลังเคลื่อนที่เข้ามาใกล้ อาจใช้แตรก็ได้ แต่ควรเลือกแตรที่เหมาะสม ไม่ส่งเสียงดังเกินไป
- สวมหมวกนิรภัย เนื่องจากช่วยลดความรุนแรง เมื่อเกิดอุบัติเหตุที่ศีรษะ ซึ่งมีคุณสมบัติดูดซับแรงกระแทกได้ดี หมั่นตรวจสอบความสมบูรณ์ของหมวกอยู่เสมอ
- การสวมใส่สายคาดหรือเสื้อกั๊กที่มีแถบสะท้อนแสง ช่วยได้มากในการทำให้คนขับรถอื่นๆ มองเห็นผู้ขี่จักรยานได้ชัดจากระยะไกลในยามค่ำคืนและกลางวัน

3 ให้สิทธิในการใช้ทางเท้าแก่คนเดินเท้า กฎจราจรไทยห้ามขี่จักรยานบนทางเท้า แต่ตำรวจมักอนุโลมให้เนื่องจากรถจักรยานเป็นพาหนะขนาดเล็กและมีความเร็วไม่มาก อย่างไรก็ตามปกติเราควรขี่บนถนน หลีกเลี่ยงการขี่บนทางเท้านอกจากมีการทาสีตีเส้นหรือแบ่งพื้นที่ให้จักรยานใช้บนทางเท้าอย่างชัดเจน ไม่ว่าจะในกรณีใด เราต้องระมัดระวังเป็นพิเศษและใช้ความเร็วต่ำเมื่อขึ้นไปขี่บนทางเท้า หากตกอยู่ในสภาพที่หลีกกันไม่ได้ก็ต้องให้คนเดินเท้าได้สิทธิใช้เดินไปก่อนเสมอ

4 อย่าบรรทุกน้ำหนักมากเกินไป การใช้จักรยานบรรทุกของหนักๆ ไม่ว่าจะเป็นการขี่คนเดียว ขนของหรือการมีซ้อนท้ายหรือซ้อนหน้า เพิ่มความเสี่ยงที่จะเกิดอันตราย หากจำเป็น ก็ต้องแน่ใจว่ามีทักษะในการขี่จักรยานเพียงพอและใช้ความระมัดระวังมากขึ้นเป็นสองเท่า ความจริง คือ กฎหมายกำหนดให้ห้ามขี่จักรยานเกินหนึ่งคน

5 ตรวจเบรกเสมอ สิ่งที่ควรทำทุกครั้งก่อนขี่จักรยานออกมาตามถนนคือ การตรวจลมยางว่ามีเพียงพอ และการตรวจเบรกว่าจะใช้การได้ดีทั้งเบรกหน้าและเบรกหลัง โดยเฉพาะเมื่อเส้นทางที่ขี่ไม่ราบเรียบ มีหลุมบ่อ เนินหรือสะพาน และใช้ความระมัดระวังมากขึ้นเป็นพิเศษเมื่อถนนเปียก เพราะถนนจะลื่นมากขึ้น เบรกได้ยากขึ้น รถจักรยานอาจปัดหรือลื่นไถลได้

6 ขี่ไม่สวนเลน ให้ตามทิศทางจราจรร่วมไปกับพาหนะอื่นๆ ยกเว้นแต่เป็นถนนที่มีการอนุญาตให้ขี่จักรยานย้อนทิศทางจราจร หรือที่เรียกกันว่า “ย้อนศร” ได้

7 ให้ระวังรถที่จอดอยู่ สังเกตและระมัดระวังรถที่จอดอยู่ให้ดี คนที่นั่งอยู่ในรถอาจเปิดประตูออกมาหรือคนขับอาจจะขับรถพุ่งออกมาอย่างฉับพลัน ถ้าเป็นไปได้ ควรขี่แซงหรือขนานไปกับแถวรถที่จอดอยู่ห่างออกมาอย่างน้อย 1 เมตร

8 ระมัดระวังเมื่อมาถึงทางแยก ไม่ว่าจะเป็นจุดที่ซอยหรือถนนรองมาพบถนนใหญ่ สามแยกหรือสี่แยกให้ระมัดระวังเพิ่มขึ้น เพราะมีรถมากการจราจรจะสับสนวุ่นวายหากจัดช่องจราจรไม่ดีหรือคนขับไร้วินัย ทำให้โอกาสเสี่ยงที่จะเกิดการชนกันสูงขึ้นมาก ขี่จักรยานให้อยู่ในช่องทางจราจรที่ถูกต้อง ใช้สัญญาณมือช่วยบอกทิศทางของเราให้ชัดเจนขึ้น มองรอบด้านให้ดีก่อนเปลี่ยนทิศทางหรือย้ายช่องจราจร หากไม่มั่นใจและพิจารณาว่ามีความเสี่ยงสูง ลงจากจักรยานและจูงจักรยานผ่านไปจะปลอดภัยกว่า

9 ใช้สัญญาณมือ เรียนรู้สัญญาณมือในการบอกให้ผู้ใช้ถนนอื่นรู้ว่าเราจะเคลื่อนที่ไปอย่างไร และฝึกทักษะให้สามารถขี่จักรยานโดยใช้มือเดียวจับแฮนด์และอีกมือและแขนให้สัญญาณได้ถูกต้องอย่างคล่องแคล่วจากนั้นก็ใช้สัญญาณมือให้เป็นนิสัย ไม่ว่าการจราจรจะเป็นเช่นไร

10 อย่าขี่เร็วและฉวัดเฉวียน การใช้ความเร็วให้เหมาะสม ไม่เร็วเกินไป และไม่ขี่ออกซ้ายออกขวาอย่างฉับพลันหรือเปลี่ยนทิศทางอย่างกะทันหัน เสี่ยงที่จะก่อให้เกิดการชนเป็นอันตรายมาก เราควรขี่ใกล้ขอบถนน และการแซงรถที่จอดอยู่ควรให้สัญญาณมือและเริ่มเปลี่ยนทิศทางอย่างค่อยเป็นค่อยไป

ฐานการเรียนรู้ที่ 5

จุดบอด...อันตราย

(เรียนรู้จุดบอดและจุดอับสายตา)

ฐานการเรียนรู้ที่ 5

จุดบอด อันตราย

การเดินหรือการขี่จักรยานและจักรยานยนต์ เข้าไปในจุดบอดที่ผู้ขับขี่รถขนาดใหญ่มองไม่เห็นเป็นอันตรายอย่างมาก ซึ่งทำให้เกิดการบาดเจ็บและเสียชีวิตจำนวนมาก เด็กไทยควรต้องเรียนรู้จุดบอดอันตราย เพื่อหลีกเลี่ยงอันตรายจากรถขนาดใหญ่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจความหมายของจุดบอดและจุดอับสายตา
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบอกลักษณะ ความเสี่ยงของจุดบอดและจุดอับสายตาได้
3. เพื่อให้บอกวิธีป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นในบริเวณจุดบอด/ จุดอับสายตา

วิธีการจัดการเรียนรู้

- ผู้จัดการเรียนรู้อธิบาย ความหมายของคำว่าจุดบอด/จุดอับสายตา และอันตรายที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งยกตัวอย่างจุดบอดจุดอับสายตาจากภาพหรือคลิปวิดีโอ
- จัดกิจกรรม “จุดบอด อันตราย” โดยแจกสติ๊กเกอร์รูปดาวหรือวงกลม ให้นักเรียนทุกคน คนละ 2 ดวง
- นำภาพการเดินทางบนท้องถนนที่มีจุดบอด/จุดอับสายตา จำนวน 3 - 4 ภาพ เช่น ภาพรถบรรทุกขนาดใหญ่ ภาพรถบัสขนาดใหญ่ รถยนต์เก๋งหรือรถปิกอัพ และภาพท้องถนนที่มีทางแยกและมีต้นไม้หรือป้ายบดบัง
- จากนั้นให้ผู้เรียนทุกคนหาจุดบอดและจุดอับสายตาจากภาพที่กำหนด คนละ 2 จุด แล้วใช้สติกเกอร์ไปติดไว้ ตรงที่คิดว่าเป็นจุดบอดหรือจุดอับสายตา
- ให้ตัวแทนผู้เรียน 5 คน มาอธิบายว่าจุดบอดหรือจุดอับสายตานั้นมีลักษณะและมีความเสี่ยงอย่างไร โดยผู้จัดการเรียนรู้เป็นผู้แนะนำแนวทาง
- ผู้จัดการเรียนรู้สรุปเรื่องจุดบอดจุดอับสายตา และวิธีการเลี่ยงอันตรายจากจุดดังกล่าว

หมายเหตุ ผู้จัดการเรียนรู้สามารถออกแบบการจัดการเรียนรู้ในสถานการณ์จำลองได้ โดยนำผู้เรียนมาทดสอบสถานการณ์จำลองจำลองกับรถของจริงได้ เช่น รถโรงเรียน รถเก๋ง รถปิคอัพ รถบรรทุก เป็นต้น และให้ผู้เรียน ขึ้นไปทดลองนั่งที่คนขับเพื่อให้รู้ว่าไม่สามารถมองเห็นได้จริงๆ พร้อมผู้จัดการเรียนรู้อธิบายจุดบอด/จุดอับสายตาดังกล่าว

อุปกรณ์

- สติ๊กเกอร์รูปดาวหรือรูปวงกลม
- วิดีโอ หรือสื่อออนไลน์ เกี่ยวกับจุดอับสายตา
- ภาพการเดินทางบนท้องถนนที่มีจุดบอด จุดอับสายตา จำนวน 3 - 4 ภาพ

จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน
ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

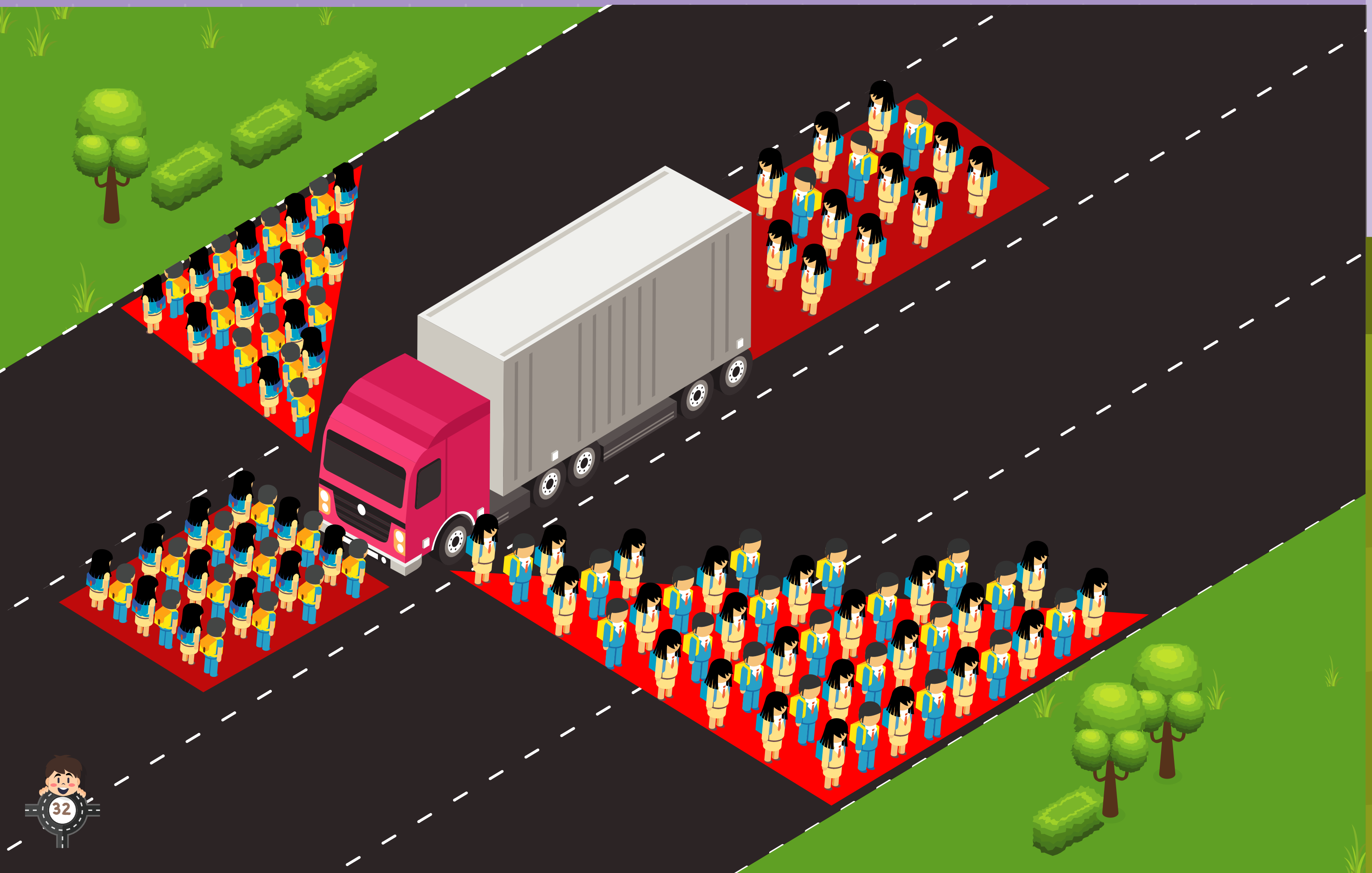
จุดบอด/จุดอับสายตา คือ พื้นที่ที่คนขับมองไม่เห็นในการขับขี่
และเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

จุดบอด 10 จุด ที่คนขับมองไม่เห็นแล้วเกิดอุบัติเหตุได้บ่อย

1. จุดบอดรถขนาดใหญ่
2. จุดบอดกระจกมองข้าง
3. จุดบอดกระจกมองหลัง
4. จุดบอดทางแยก
5. จุดบอดทางโค้ง
6. จุดบอดวงเวียน
7. จุดบอดเนินหรือทางขึ้นสะพาน
8. จุดบอดทางรถไฟ
9. จุดบอดป้ายโฆษณา
10. จุดบอดเสาเอ

วิธีป้องกันอันตรายจากจุดบอด/จุดอับสายตา เวลาเดินบนถนนหรับขับขี่ยานพาหนะต่าง ๆ

1. เมื่อเดินหรือขี่จักรยาน เจอรถขนาดใหญ่ รถบรรทุก 10 ล้อ รถทัวร์ รถบรรทุกพ่วง เป็นต้น ต้องหลีกเลี่ยงอยู่ให้ห่าง ไม่ควรเข้าใกล้ เพราะคนขับรถบรรทุกอาจจะมองไม่เห็น และเกิดการเฉี่ยวชนได้ โดยมีจุดบอดและจุดอับสายตาตามภาพ



2. จุดบอดทางแยก จุดที่ไม่สามารถมองเห็นได้ชัดเจนว่าจะมีรถผ่านมาหรือคนเดินผ่านมาหรือไม่ ทำให้เราตัดสินใจในการขับขี่ที่ผิดพลาดได้เมื่ออยู่บริเวณทางแยก อาจจะมีรั้วบ้านเรือน สถานที่บดบัง เราจะต้องสังเกตและขับรถช้าๆ อย่างระมัดระวัง โดยใช้หลัก “มองเห็น และหลีกเลี่ยง”

3. จุดบอดป้ายโฆษณา ต้นไม้บดบัง เป็นจุดที่ไม่สามารถมองเห็นได้ชัดเจนว่าจะมีรถหรือคนเดินผ่านมาหรือไม่ โดยเกิดจากการบดบังของป้ายโฆษณาและต้นไม้ ทำให้เราตัดสินใจในการขับขี่ที่ผิดพลาดได้ เราจะต้องสังเกตและขับรถช้าๆ อย่างระมัดระวัง โดยใช้หลัก “มองเห็น และหลีกเลี่ยง” เช่นกัน

ฐานการเรียนรู้ที่ 6

เด็กยุคใหม่ ใส่ใจ สวมหมวกนิรภัย

(เรียนรู้การสวมหมวกนิรภัย)

ฐานการเรียนรู้ที่ 6

เด็กยุคใหม่ ใส่ใจ สวมหมวกนิรภัย

โดยส่วนใหญ่สาเหตุการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุทางรถจักรยาน หรือรถจักรยานยนต์เป็นผลจากการได้รับบาดเจ็บสาหัสที่ศีรษะ ดังนั้นการป้องกันศีรษะจากแรงกระแทกจึงนับเป็นสิ่งสำคัญต่อชีวิต การสวมหมวกนิรภัยเป็นกฎข้อบังคับทางกฎหมายที่ผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์และผู้โดยสารต้องปฏิบัติ หมวกนิรภัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนทราบถึงประโยชน์ของการใช้หมวกนิรภัย และทราบผลเสียของการไม่สวมหมวกนิรภัย
2. เพื่อให้ผู้เรียนทราบถึงการสวมใส่หมวกนิรภัยที่ถูกต้อง
3. เพื่อให้ผู้เรียนทราบถึงความเหมาะสมของการใช้หมวกนิรภัยกับยานพาหนะต่าง ๆ

วิธีการจัดการเรียนรู้

- ผู้จัดการเรียนรู้อธิบายประโยชน์ของการใช้หมวกนิรภัย และผลเสียของการไม่สวมหมวกนิรภัย การสวมใส่หมวกนิรภัยที่ถูกต้อง และให้ผู้เรียนทราบถึงความเหมาะสมของการใช้หมวกนิรภัยกับยานพาหนะต่าง ๆ
- ผู้จัดการเรียนรู้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ “จับคู่การ์ดสี” รถและหมวกนิรภัย
  1) แบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 2-4 กลุ่ม แจกการ์ดรูปภาพจักรยานยนต์ประเภทต่างๆและรูปภาพหมวกนิรภัยชนิดต่างๆ
  2) ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันจับคู่การ์ดให้เหมาะสม โดยแบ่งเป็นการ์ดสี และ จักรยานยนต์กับหมวกนิรภัยแต่ละประเภทให้ถูกต้อง
  3) ให้แต่ละกลุ่ม ออกมาอธิบายเหตุผลของการจับคู่แต่ละคู่
- ผู้จัดการเรียนรู้ สรุปประโยชน์ของหมวกนิรภัยแต่ละประเภท และสาธิตการใส่หมวกนิรภัยต่างๆที่ถูกต้อง

อุปกรณ์

นำหมวกนิรภัย 4 ประเภทมาเป็นตัวอย่าง ได้แก่ หมวกนิรภัยแบบปิดเต็มหน้า หมวกนิรภัยแบบเต็มใบ หมวกนิรภัยแบบครึ่งใบ และหมวกนิภัยสำหรับจักรยาน

กระดาษ A4 กระดาษแข็งหลายๆ สี นำมาทำการ์ดที่มีความแข็งแรง ขนาด 3.5x5 นิ้ว และติดภาพประเภทของรถจักรยานยนต์และหมวกนิรภัย ตามตัวอย่าง

จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน
ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

1

หมวกนิรภัยชนิดครึ่งใบ (Half face)

เป็นหมวกนิรภัยแบบครึ่งศีรษะ สวมใส่ง่ายแต่เป็นหมวกที่มีประสิทธิภาพป้องกันได้ต่ำมาก เนื่องจากส่วนป้องกันของหมวกนั้นอยู่แต่เพียงบริเวณกระหม่อมศีรษะ เหมาะแก่การขับขี่ด้วยความเร็วต่ำ ไม่เกิน 50 กิโลเมตรต่อชั่วโมง

2

หมวกกันนิรภัยชนิดเปิดหน้า (Open face)

เป็นหมวกนิรภัยที่มีการป้องกันที่คลอบคลุมรอบศีรษะ มีความปลอดภัยกว่าชนิดครึ่งใบ สวมใส่ได้ง่ายและมาพร้อมกระจกบังลม เป็นหมวกที่เหมาะสำหรับการขับขี่จักรยานยนต์ในเมืองหรือการเดินทางระยะกลาง ใช้ความเร็วปานกลาง ข้อเสีย คือ ไม่มีการป้องกันบริเวณคาง

3

หมวกกันนิรภัยเต็มใบ (Full face)

เป็นหมวกที่มีความปลอดภัยมากที่สุด มีส่วนของการป้องกันคลอบคลุมทั้งศีรษะปิดใบหน้าทั้งหมดเห็นเฉพาะจมูกและตาเท่านั้น นิยมใช้งานกับกลุ่มรถบิ๊กไบค์ เหมาะสำหรับการขับขี่ที่ใช้ความเร็วสูง แต่มีข้อเสีย คือ สวมใส่ค่อนข้างยาก มีความกระชับอาจทำให้ อึดอัดสำหรับผู้ที่ไม่คุ้นเคย และราคาแพง

4

หมวกนิรภัยสำหรับผู้ขับขี่จักรยาน (Cycling helmet)

เป็นหมวกนิรภัยแบบครึ่งศีรษะ ช่วยในการป้องกันการกระแทกที่ศีรษะส่วนบน มีน้ำหนักเบา และมีรูระบายอากาศ หมวกจะต้องมีความพอดีกับผู้ใช้งาน ทนทาน ระบายความร้อนได้ดี

การเลือกใช้หมวกนิรภัย

ควรเลือกใช้หมวกนิรภัยให้เหมาะสมกับยานพาหนะและความเร็วที่ใช้ในการขับขี่ มีน้ำหนักไม่มากเกินไป ให้เหมาะสมกับขนาดศีรษะ โดยเฉพาะเด็กเล็กก็ควรใช้หมวกนิรภัยสำหรับเด็ก มีเครื่องหมายรับรองมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (มอก.) มีสีสันสดใส จะช่วยให้ผู้ขับรถคันอื่นมองเห็นอย่างชัดเจนในระยะไกลควรสวมหมวกนิรภัยทั้งคนขับขี่รถจักรยานยนต์และผู้ซ้อนท้าย

การสวมหมวกนิรภัยอย่างถูกวิธี ให้สวมหมวกนิรภัยในลักษณะตรง ไม่เอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง คาดสายรัดคางและปรับความตึงให้กระชับใต้คาง สายไม่พลิก บิดหรือหย่อน รวมถึงกระชับเพียงพอที่หมวกนิรภัยจะไม่หลุดออกจากศีรษะเมื่อประสบอุบัติเหตุ จะช่วยป้องกันการบาดเจ็บรุนแรงหรือเสียชีวิตได้

ตัวอย่างการ์ด

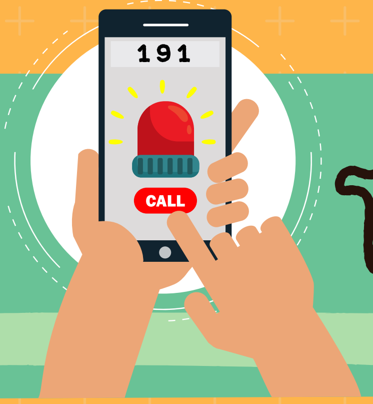
รูปหมวกนิรภัยและรถประเภทต่างๆโปรดคละสีคละลาย

ฐานการเรียนรู้ที่ 7

บิงโกโทรฉุกเฉิน
(เรียนรู้เบอร์โทรฉุกเฉินที่สำคัญ)

ฐานการเรียนรู้ที่ 7

บิงโก โทรฉุกเฉิน



ปัจจุบันมีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดมากมายในสังคม ทั้งอุบัติเหตุ เหตุการณ์ต่างๆ เช่น รถชน ไฟไหม้ ของหาย ของหาย ลักทรัพย์ ปล้น ฆ่า เป็นต้น ทำให้การที่เรารู้เบอร์ฉุกเฉินมีไว้เป็นสิ่งสำคัญมาก เมื่อเวลาที่จำเป็นเกิดเหตุขึ้น ผู้เรียนสามารถติดต่อขอความช่วยเหลือจากเบอร์โทรฉุกเฉินได้อย่างรวดเร็ว

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกเบอร์โทรฉุกเฉินต่างๆ ที่สำคัญได้
2. ผู้เรียนทราบและบอกวิธีการแจ้งเหตุฉุกเฉินในสถานการณ์ต่างๆ

วิธีการจัดการเรียนรู้

ผู้จัดการเรียนรู้อธิบายให้ทราบถึงเบอร์โทรฉุกเฉินและวิธีการแจ้งเหตุฉุกเฉินในสถานการณ์ต่างๆ และอธิบายหมวดหมู่เบอร์โทรฉุกเฉินที่สำคัญ เช่น เจ็บป่วยฉุกเฉิน โทร 1669, เหตุด่วนเหตุร้ายโทร 191, เบอร์โทรฉุกเฉินจากการเดินทางรถโดยสารสาธารณะ สายด่วน 1584 กรมการขนส่งทางบก เป็นต้น

- ผู้จัดการเรียนรู้ จัดกิจกรรมการเรียนรู้ “เกมบิงโก โทรฉุกเฉิน”
  - แบ่งผู้เรียน 3 - 5 กลุ่ม และแจกแผ่นบิงให้ทุกกลุ่ม
  - ผู้จัดการเรียนรู้หยิบแผ่นหมายเลข และขานหมายเลขที่หยิบได้
  - กลุ่มที่ชนะบิงโกจะได้รับรางวัล
  - ให้ทุกกลุ่มนำหมายเลขที่ได้รับแจก ไปค้นหาว่าเป็นหมายเลขเบอร์โทรฉุกเฉินเกี่ยวกับอะไร (ค้นหาผ่านทาง online)
- ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมาสาธิตวิธีการแจ้งเหตุฉุกเฉินในสถานการณ์ต่างๆ
- ผู้จัดการเรียนรู้สรุปเบอร์โทรฉุกเฉินที่สำคัญ และสรุปวิธีการโทรแจ้ง

อุปกรณ์

- PowerPoint ประกอบการบรรยาย และภาพป้ายตัวอย่างเบอร์โทรต่างๆ
- สื่อออนไลน์ วิดีโอวิธีการโทรแจ้งเหตุฉุกเฉินที่ถูกต้อง
- แผ่นกระดาษ บิงโก และแผ่นหมายเลขไว้สำหรับขานหมายเลข

จำนวนผู้เรียนและระยะเวลา

ผู้เรียน จำนวน 15 - 30 คน
ใช้เวลา 30 นาที – 1 ชั่วโมง

เนื้อหา

รวมเบอร์สายด่วนแจ้งเหตุ ฉุกเฉิน

191 เหตุด่วน เหตุร้าย	**1669** สถาบันการแพทย์ฉุกเฉิน
199 อัคคีภัย สัตว์เข้าบ้าน	**1192** รถหาย,รถถูกขโมย
1784 กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย	**1690** การรถไฟแห่งประเทศไทย

1193 ตำรวจทางหลวง

1155 ตำรวจท่องเที่ยว

1195 กองปราบปราม

1146 กรมทางหลวงชนบท

1197 ศูนย์ควบคุมจราจร

1543 การทางพิเศษ

1356 ศูนย์ปลอดภัยคมนาคม

1584 กรมการขนส่ง

Radio

1137 จส.100

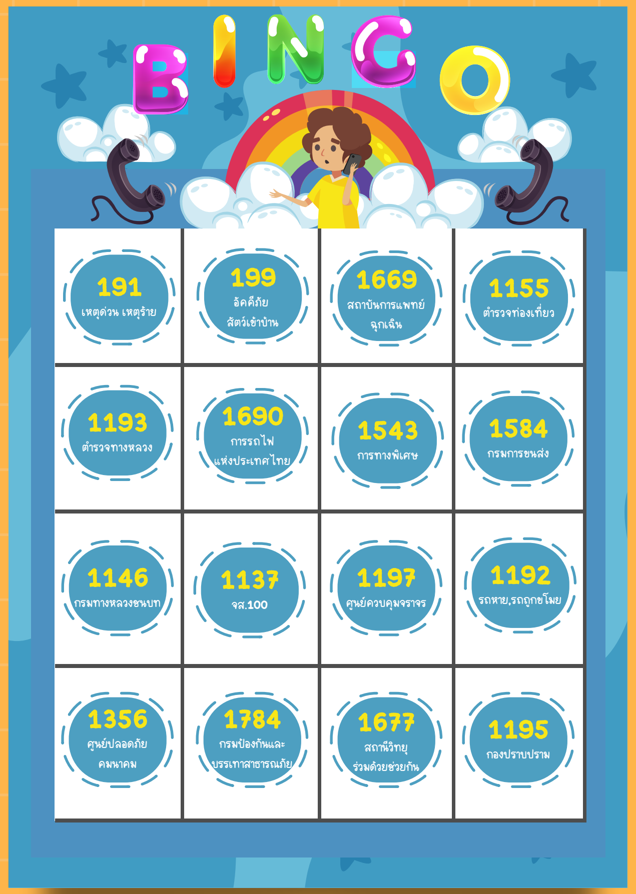
1677 สถานีวิทยุร่วมด้วยช่วยกัน

วิธีการแจ้งเหตุฉุกเฉินในสถานการณ์ต่างๆ

1. เมื่อพบเหตุฉุกเฉิน หรือผู้ประสบอุบัติเหตุให้ตั้งสติ และโทรแจ้งสายด่วน.....................
2. บอกลักษณะเหตุการณ์ ว่าเกิดอุบัติเหตุอะไร ประเภทใด
3. บอกสถานที่เกิดเหตุ จุดเกิดเหตุ หรือจุดเด่นที่สำคัญที่สามารถเห็นชัด และเส้นทางที่สามารถไปถึง
4. หากมีผู้บาดเจ็บบอกจำนวนผู้บาดเจ็บ เพศ ช่วงอายุ อาการรุนแรงของแต่ละคน
5. บอกระดับความรู้สึกตัวของผู้บาดเจ็บ บอกความเสี่ยง เช่น อยู่กลางถนนหรือไม่เพราะอาจเกิดซ้ำได้
6. แจ้งชื่อผู้ขอความช่วยเหลือหรือเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อกลับ
7. รอชุดปฏิบัติการมาถึงสถานที่เกิดเหตุ รอรับการติดต่อกลับ

ตัวอย่าง

แผ่นกระดาษบิงโก และแผ่นหมายเลขไว้สำหรับขานหมายเลข



เอกสารอ้างอิง

เอกสารอ้างอิง

1. กองป้องกันการบาดเจ็บ. (2562). การบูรณาการข้อมูล 3 ฐาน สธ., บ.กลางฯ และ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ. กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารสุข.

2. ปัญญ์ จันทร์พาณิชย์ และคณะ (2563). โครงการวิจัยและพัฒนารูปแบบการแก้ไขปัญหาการตายและบาดเจ็บ สำหรับเด็กและเยาวชนที่ใช้รถจักรยานยนต์ที่มีประสิทธิผล. กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค ร่วมกับศูนย์วิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนน (ศวปถ.). มูลนิธินโยบายถนนปลอดภัย

3. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2562). ระบบรายงานแฟ้มสุขภาพ (43 แฟ้ม). กระทรวงสาธารณสุข.นปลอดภัย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

4. สุวรรณ ภู่เต็ง และคณะ. ทักษะคิด ฝ่าวิกฤตอุบัติเหตุทางถนน. (2561). บริษัทเซฟตี้ อินฟินิตี้ จำกัด.โรงพิมพ์มติชนปากเกร็ด นนทบุรี

5. สุวรรณ ภู่เต็ง, ปัญญ์ จันทร์พาณิชย์ (2564). คู่มือ Train the Trainer and Managers การเป็นวิทยากรและผู้จัดการแผนงานมืออาชีพ. กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารสุข.

คู่มือผู้จัดการเรียนรู้

“ทักษะคิด การเอาชีวิตรอดภัยบนท้องถนน” TSY Camp

สำหรับเด็กและเยาวชน อายุ 10 - 12 ปี

ภายใต้โครงการ Thailand Safe Youth (TSY program)

กองป้องกันการบาดเจ็บ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข