



กองป้องกันการบาดเจ็บ  
Division of Injury Prevention



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

Guidelines for Drowning Prevention among Children  
with Intellectual Disabilities and Autism

# แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำ

## ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก



กองป้องกันการบาดเจ็บ  
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

Division of Injury Prevention,  
Department of Disease Control, Ministry of Public Health



Save the Children

# แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

## Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

ISBN 978-616-11-5603-9

### ที่ปรึกษา

นายแพทย์มณฑลเชียร คณาสวัสดิ์  
นายแพทย์เอนก มุ่งอ้อมกลาง  
แพทย์หญิงศิริรัตน์ สุวรรณฤทธิ

อธิบดีกรมควบคุมโรค  
รองอธิบดีกรมควบคุมโรค  
ผู้อำนวยการกองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค

### คณะผู้เขียน

นางสาวสัมพันธ์ เอกเฉลิมเกียรติ  
นางสุชาดา เกิดมงคลการ

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค

### คณะผู้เชี่ยวชาญ

ผศ.ดร.ยุวดี วิริยางกูร  
นางสาวอรุณรัตน์ วัฒนผลิน

นายกสมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย  
อดีตผู้ประสานงานโครงการสุขภาพและความปลอดภัยในเด็ก  
องค์การช่วยเหลือเด็ก ประจำประเทศไทย  
ผู้เชี่ยวชาญการสอนว่ายน้ำสำหรับเด็กพิการและเด็กด้อยโอกาส  
สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายณัฐศักดิ์ ท้าวอุดม  
ดร.คณิตย์ ผามะณี

### คณะทำงาน

นางสุชาดา เกิดมงคลการ  
นางสาวสัมพันธ์ เอกเฉลิมเกียรติ  
นางสาวลลิตรา กำวี  
นางสาวพิมพ์ดาราร มีสุวรรณ  
นายศรัณยู สุวรรณประเสริฐ  
นางสาวพิชชาพร ผาทอง

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค

© กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

© Division of Injury Prevention, Department of Disease Control, Ministry of Public Health, Thailand

สงวนลิขสิทธิ์ งานชิ้นนี้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ภายใต้การได้รับอนุญาตจากกองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ทั้งนี้การนำไปใช้จะต้องมีลักษณะที่ไม่หวังผลในเชิงพาณิชย์

### การเขียนอ้างอิง

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก (Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism). นนทบุรี, ประเทศไทย; 2568.

### จัดทำและเผยแพร่

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, ถนนติวานนท์ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000  
โทรศัพท์ 0 2590 3953 <https://ddc.moph.go.th/dip> [www.facebook.com/thaiinjury](http://www.facebook.com/thaiinjury)

พิมพ์ครั้งที่ 1: พฤศจิกายน 2568

จำนวนพิมพ์: 1,200 เล่ม

จำนวนหน้า: 90 หน้า

พิมพ์ที่: บริษัท ลีจกจ เทค จำกัด

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำ  
ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention among  
Children with Intellectual Disabilities and Autism

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

Division of Injury Prevention, Department of Disease Control, Ministry of Public Health

<https://ddc.moph.go.th/dip>, [www.facebook.com/thaiinjury](http://www.facebook.com/thaiinjury)

## คำนำ

การจมน้ำยังคงเป็นสาเหตุสำคัญด้านสาธารณสุขของประเทศไทย ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา (ปี พ.ศ. 2558 - 2567) พบผู้เสียชีวิตจากการจมน้ำ 36,870 คน เฉลี่ยปีละ 3,687 คน โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี โดยในแต่ละปีมีเด็กไทยจมน้ำเฉลี่ยปีละ 699 คน จากสถานการณ์ดังกล่าว กรมควบคุมโรค จึงได้ร่วมกับหน่วยงานภาคีเครือข่ายดำเนินงานป้องกันการจมน้ำมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 จนสามารถลดการเสียชีวิตจากการจมน้ำลงได้ร้อยละ 64 ในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี

ที่ผ่านมา การเสียชีวิตจากการจมน้ำในเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีลดลงอย่างชัดเจน แต่ยังคงพบว่าเด็กที่จมน้ำเสียชีวิตจำนวนหนึ่งเป็นกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ (พิการ) แม้ว่าในกลุ่มดังกล่าวจะมีสัดส่วนการเสียชีวิตที่ไม่สูงมากนัก แต่ควรมีการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มดังกล่าว เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมและเสมอภาคทางสังคมตามเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) รวมทั้งสอดคล้องกับการประชุมสหประชาชาติที่มีมติให้ประเทศสมาชิกเร่งดำเนินงานป้องกันการจมน้ำ

กลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการจมน้ำสูง โดยเฉพาะเด็กออทิสติก (Autistic) และเด็กสติปัญญาบกพร่อง (Mental Retard) เนื่องจากเป็นกลุ่มที่สามารถเคลื่อนไหวได้ด้วยตัวเอง แต่เข้าใจถึงอันตรายได้ช้า มีพฤติกรรมที่คาดเดายาก และมีความสนใจจำเพาะ ดังนั้น มาตรการป้องกันการจมน้ำในเด็กกลุ่มนี้ จึงเน้นการป้องกันก่อนเกิดเหตุเป็นสำคัญ

ดังนั้น เพื่อให้ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สามารถดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ (พิการ) ได้ กองป้องกันการบาดเจ็บ จึงได้จัดทำแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติกขึ้น

คณะผู้จัดทำ

## กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ องค์การช่วยเหลือเด็ก ประจำประเทศไทย (Save the Children, Thailand) ที่อนุญาตให้สามารถนำเนื้อหาบางส่วนในคู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำ เพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก มาใช้ประกอบในการจัดทำแนวปฏิบัติเล่มนี้

ขอขอบคุณ ผศ.ดร.ยุวดี วิริยางกูร นายกสมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย และคุณอรุณรัตน์ วัฒนผลิน ที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาการและเทคนิคด้านการสอนเด็กในกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ (พิการ) และร่วมเป็นวิทยากรในการอบรมบุคลากรเพื่อให้สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้ในการสอนเด็ก

ขอขอบคุณ คุณณัฐศักดิ์ ท้าวอุดม ผู้เชี่ยวชาญการสอนว่ายน้ำสำหรับเด็กพิการและเด็กด้อยโอกาส ผู้ซึ่งมีประสบการณ์ในการสอนเด็กที่มีความต้องการพิเศษ (พิการ) มาอย่างยาวนาน ที่ให้คำแนะนำและร่วมเป็นวิทยากรในถ่ายทอดองค์ความรู้และทักษะที่สำคัญสำหรับใช้ในการสอนฝึกปฏิบัติในน้ำให้แก่เด็ก

ขอขอบคุณ ดร.คณิตย์ ผามะณี นักวิชาการจากสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการบูรณาการงานป้องกันการจมน้ำในสถานศึกษาสังกัดสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ

ท้ายนี้ ขอขอบคุณผู้เข้าร่วมอบรมทุกท่าน ที่เข้าร่วมอบรมเพื่อทดสอบร่างแนวปฏิบัติฯ และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการจัดทำแนวปฏิบัติฯ ฉบับสมบูรณ์ และการพัฒนาต่อยอดไปเป็น e-learning

คณะผู้จัดทำ

# สารบัญ

	หน้า
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	<b>1</b>
ความเป็นมา	1
ประเภทของความพิการ	2
วัตถุประสงค์และขอบเขตของแนวปฏิบัติ	3
กลุ่มเป้าหมายในการใช้แนวปฏิบัติฯ	4
คุณสมบัติของผู้ใช้แนวปฏิบัติฯ	4
สัดส่วนเนื้อหาสำหรับการสอนเด็ก	4
สัดส่วนผู้สอนต่อผู้เรียน	4
เทคนิคการสอน	4
<b>บทที่ 2 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก</b>	<b>5</b>
เด็กบกพร่องทางสติปัญญา	5
เด็กออทิสติก	8
<b>บทที่ 3 การมีส่วนร่วมของเครือข่าย</b>	<b>13</b>
<b>บทที่ 4 แนวทางการดูแลและการป้องกันการจมน้ำ</b>	<b>19</b>
การป้องกันการจมน้ำ	19
▪ การเฝ้าระวังและการดูแลโดยผู้ปกครอง ผู้ดูแล ครู และชุมชน	19
▪ จัดการสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย	20
▪ การเรียนรู้และฝึกทักษะของเด็ก	21
สรุปแนวทางการสอนสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก	22
การประเมินความสามารถของเด็ก	23
▪ การประเมินความเสี่ยงสำหรับการสอนบนบก	24
▪ การประเมินความเสี่ยงสำหรับการสอนปฏิบัติในน้ำ	26
หลักการสอนแบบ 3R (Repetition, Routine, และ Relaxation)	29
เทคนิคการสอน	30
สื่อทางสายตา	31

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
การปรับการสอนให้เหมาะสมกับเด็ก	32
▪ ตัวอย่างการสอนให้เหมาะสมกับระดับการใช้ภาษา	32
▪ ตัวอย่างการสอนให้เหมาะสมกับระดับความเข้าใจภาษา	33
▪ ตัวอย่างการสอนเด็กที่มีปัญหาด้านการรู้คิด	34
▪ ตัวอย่างการปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับระดับสมาธิ	34
▪ ตัวอย่างการปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับระดับความจำ	35
▪ ตัวอย่างการปรับวิธีการสอน/สื่อ/อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับความสามารถในการเคลื่อนไหว	36
การประเมินผลการเรียนรู้	36
<b>บทที่ 5 การติดตามและประเมินผล</b>	<b>37</b>
<b>เอกสารอ้างอิง</b>	<b>40</b>
<b>ภาคผนวก</b>	<b>43</b>
ก แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในบ้าน และรอบ ๆ บ้าน	44
ข แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน	45
ค สรุปเนื้อหา สื่อการสอน วิธีการสอน และการวัดผลการเรียนรู้ เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ วิธีการช่วยเหลือ และการเอาชีวิตรอดในน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก	46
ง ภาพสื่อสำหรับการสอน	67
จ กฎความปลอดภัยทางน้ำที่สำคัญ	82
ฉ ความแตกต่างระหว่างเสื้อชูชีพและเสื้อชูชีพตัว	83
ช การช่วยเหลือคนตกน้ำ	84
ฌ การปฐมพยาบาลคนจมน้ำ	85
ญ การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก และลักษณะคอกกั้นเด็กที่ปลอดภัย	86
ฎ โครงสร้างและเนื้อหาแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก	87
ฐ รายชื่อผู้ร่วมพัฒนาแนวปฏิบัติฯ	89
ฑ แหล่งสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติม	90

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำ  
ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention  
among Children with Intellectual Disabilities and Autism

## แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

# บทที่ 1 บทนำ

## ความเป็นมา

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) รายงานว่า การจมน้ำเป็นปัญหาสาธารณสุขทั่วโลก โดยเฉพาะในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีที่เป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่ 2 รองจากโรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ในแต่ละปี ทั่วโลกมีคนจมน้ำเสียชีวิตปีละ 372,000 คน เป็นเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 146,000 คน

สำหรับประเทศไทย การจมน้ำยังคงเป็นสาเหตุสำคัญด้านสาธารณสุข ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา (ปี พ.ศ. 2558 - 2567) พบผู้เสียชีวิตจากการจมน้ำ 36,870 คน เฉลี่ยปีละ 3,687 คน หรือวันละกว่า 10 คน โดยเป็นกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีที่จมน้ำเสียชีวิตปีละ 699 คน หรือวันละ 2 คน

จากปัญหาดังกล่าว กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จึงร่วมกับหน่วยงานเครือข่ายดำเนินงานป้องกันการจมน้ำมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 จนปัจจุบันสามารถลดการเสียชีวิตจากการจมน้ำในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีลงได้ถึงร้อยละ 64 (ก่อนดำเนินการ เด็กจมน้ำเสียชีวิตเฉลี่ยปีละ 1,500 ราย ปัจจุบัน ปี พ.ศ. 2567 เด็กจมน้ำเสียชีวิต 558 ราย)

ทั้งนี้จากข้อมูลในช่วงที่ผ่านมาพบว่า มีเด็กที่จมน้ำเสียชีวิตจำนวนหนึ่งเป็นเด็กที่มีความต้องการพิเศษ โดยเฉพาะเด็กออทิสติก และเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งเป็นกลุ่มเปราะบางที่มีความเสี่ยงสูงต่อการจมน้ำ โดยงานวิจัยจากหลายประเทศระบุว่าเด็กกลุ่มนี้มีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตจากการจมน้ำสูงกว่ากลุ่มเด็กทั่วไป (ประมาณ 3 เท่า ในประเทศออสเตรเลีย และ 160 เท่า ในประเทศสหรัฐอเมริกา)

จากข้อมูลของกรมสุขภาพจิต พบว่า กลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการจมน้ำสูง โดยเฉพาะเด็กที่มีปัญหาของโรคออทิสติก (Autistic) โรคสมาธิสั้น (Attention Deficit Hyperactive Disorder) และเด็กสติปัญญาบกพร่อง (Mental Retard) เนื่องจากมีปัญหาเรื่องการสื่อสาร การพูดและการช่วยเหลือตนเอง ซึ่งคาดว่าทั่วประเทศจะมีเด็กพิเศษกลุ่มดังกล่าวมากถึง 800,000 คน และจากข้อมูลของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานพบว่า ปัจจุบันมีนักเรียนที่เข้าที่อยู่ในระบบการศึกษาของศูนย์การศึกษาพิเศษทั่วประเทศมากถึง 31,000 คน

แม้ว่าในช่วง 2 ทศวรรษที่ผ่านมา การจมน้ำเสียชีวิตของเด็กจะลดลงอย่างชัดเจน แต่ยังคงพบว่าเด็กที่จมน้ำเสียชีวิตจำนวนหนึ่งเป็นกลุ่มเด็กที่มีความต้องการพิเศษ (พิการ) ซึ่งแม้ว่าจะมีสัดส่วนการเสียชีวิตที่ไม่สูงมากนัก แต่เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมและเสมอภาคทางสังคมตามเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ที่ 1.3 คือการมุ่งเน้นการส่งเสริมและเสริมสร้างความมั่นคงทางสังคมให้กับประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มคนที่เปราะบางที่สุดที่สุดในสังคม จึงควรมีการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มดังกล่าว

และจากการประชุมสมัชชาสหประชาชาติ เมื่อปี พ.ศ. 2564 ที่ประชุมรับรองข้อมติเรื่อง Global Drowning Prevention และเสนอให้ประเทศสมาชิกเร่งดำเนินงานป้องกันการจมน้ำดังนั้น เพื่อให้สอดคล้องกับมติสหประชาชาติ ประเทศไทยจึงมีการแต่งตั้งคณะกรรมการป้องกันการจมน้ำขึ้นภายใต้คณะกรรมการป้องกันอุบัติเหตุแห่งชาติโดยมีรองนายกรัฐมนตรีเป็นประธาน ซึ่งภายใต้คณะกรรมการดังกล่าว ได้มีคณะทำงานร่วมกันของหน่วยงานเครือข่ายเพื่อร่วมกันดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิเศษ (พิการ)

## ประเภทของความพิการ

- ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคนพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552 ระบุประเภทคนพิการไว้ 9 ประเภท ได้แก่
  - 1) ความบกพร่องทางการเห็น: มีปัญหาในการมองเห็น เช่น มองไม่ชัดเจน หรือมองไม่เห็นเลย
  - 2) ความบกพร่องทางการได้ยิน: มีปัญหาในการได้ยิน หรือการสื่อความหมาย
  - 3) ความบกพร่องทางสติปัญญา: มีข้อจำกัดในการเรียนรู้และพัฒนาสติปัญญา
  - 4) ความบกพร่องทางร่างกาย หรือการเคลื่อนไหว หรือสุขภาพ: มีปัญหาในการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น อ่อนแรง ขาขาด หรือมีโรคเรื้อรัง
  - 5) ความบกพร่องทางการเรียนรู้: มีปัญหาในการอ่าน การเขียน หรือการคำนวณ
  - 6) ความบกพร่องทางการพูดและภาษา: มีปัญหาในการสื่อสาร พูดหรือฟัง ได้ไม่ชัดเจน
  - 7) ความบกพร่องทางพฤติกรรม หรืออารมณ์: มีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรม หรืออารมณ์ ที่ส่งผลต่อการเข้าสังคมและเรียนรู้
  - 8) ออทิสติก: มีความบกพร่องทางด้านสังคม การสื่อสาร และความสนใจที่จำกัด
  - 9) พิการซ้อน: มีความพิการมากกว่า 1 ประเภทขึ้นไป เช่น มีความบกพร่องทางการมองเห็น ร่วมกับการบกพร่องทางสติปัญญา

- พระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ พ.ศ. 2550 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2556 มาตรา 4 ให้ความหมายว่า บุคคลซึ่งมีข้อจำกัดในการปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หรือเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคมเนื่องจากมีความบกพร่องของบุคคลประกอบกับมีอุปสรรคต่าง ๆ จำเป็นพิเศษ โดยแบ่งออกเป็น 7 ประเภท ดังนี้
  - 1) ความพิการทางการเห็น
  - 2) ความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย
  - 3) ความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย
  - 4) ความพิการทางจิตใจหรือพฤติกรรม
  - 5) ความพิการทางสติปัญญา
  - 6) ความพิการทางการเรียนรู้
  - 7) ความพิการทางออทิสติก

## วัตถุประสงค์และขอบเขตของแนวปฏิบัติ

แนวปฏิบัตินี้จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันและลดความเสี่ยงของการจมน้ำในกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก โดยมุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

แนวปฏิบัตินี้เน้นเฉพาะกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและกลุ่มออทิสติก เนื่องจากเป็นกลุ่มที่สามารถเคลื่อนไหวได้ด้วยตัวเอง แต่เข้าใจถึงอันตรายได้ช้า ขาดทักษะในการช่วยเหลือตนเอง หรือมีพฤติกรรมที่คาดเดายาก มีความสนใจเฉพาะ เช่น ชอบน้ำ ดังนั้นเด็กกลุ่มนี้จึงสามารถเข้าถึงแหล่งน้ำได้ด้วยตนเองมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ อย่างไรก็ตาม ครอบครัว ชุมชน หรือหน่วยงานที่สนใจ สามารถนำไปปรับใช้กับเด็กในกลุ่มอื่น ๆ ได้

การป้องกันการจมน้ำในเด็กกลุ่มนี้ จะเน้นมาตรการป้องกันก่อนเกิดเหตุ (Pre-event) มากกว่าขณะเกิดเหตุ (Event) หรือหลังเกิดเหตุ (Post-event) ประกอบด้วยการเฝ้าระวังดูแลโดยผู้ปกครอง/ผู้ดูแล การจัดการสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กหรือบริเวณที่เด็กต้องเดินผ่านเพื่อให้เกิดความปลอดภัย และการพัฒนาทักษะที่ตัวเด็กโดยยังคงเน้นการสอนเด็กด้านความปลอดภัยทางน้ำ และการช่วยคนจมน้ำอย่างปลอดภัย (ตะโกน โยน ยื่น) ซึ่งเป็นการสอนเด็กบนบกโดยที่เด็กไม่ต้องลงไปในน้ำ ขณะที่การสอนทักษะการลอยตัวและเคลื่อนที่ในน้ำ เด็กจำเป็นต้องลงไปฝึกปฏิบัติในน้ำ ซึ่งเป็นการเรียนที่มีความเสี่ยงสูง และผู้สอนต้องมีทักษะและความชำนาญอย่างมาก ดังนั้นผู้ที่สอนเด็กกลุ่มนี้ฝึกปฏิบัติในน้ำ จะต้องผ่านการอบรมหลักสูตรว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด และมีประสบการณ์ในการสอนเด็ก

## กลุ่มเป้าหมายในการใช้แนวปฏิบัติฯ

- บุคลากรหน่วยงานสาธารณสุข/บุคลากรหน่วยงานท้องถิ่น
- ครูจากสถานศึกษาในสังกัดสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ
- อาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน (อปพร.) อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) มูลนิธิ จิตอาสา

## คุณสมบัติของผู้ใช้แนวปฏิบัติฯ

ต้องเป็นผู้ที่ผ่านการอบรมหลักสูตรว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด (Survival Swimming Curriculum)

## สัดส่วนเนื้อหาสำหรับการสอนเด็ก

- การสอนบนบก ร้อยละ 80
- การสอนฝึกปฏิบัติในน้ำ ร้อยละ 20

## สัดส่วนผู้สอนต่อผู้เรียน

- สอนบนบก  
ผู้สอน 1 คน ต่อ เด็ก 4 คน
- สอนในน้ำ
  - ผู้สอน 1 คน ต่อ เด็ก 1 คน (ทั้งนี้ อาจให้ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก เป็นผู้ช่วยในการสอน)
  - เจ้าหน้าที่หรือครู จำนวน 2-3 คน ที่คอยดูแลเรื่องความปลอดภัย อยู่บริเวณรอบ ๆ สระ

## เทคนิคการสอน

ใช้หลัก 4 ส: สอนซ้ำ ๆ สื่อทางสายตา สนุกसान เสริมแรงบวก

สอนซ้ำ ๆ	สื่อทางสายตา	สนุกसान	เสริมแรงบวก
❖ สอนซ้ำ ๆ โดยใช้วิธีการ ที่หลากหลาย	❖ สอนชัด ๆ ❖ ใช้สื่อของจริง ท่าทาง จับมือทำ ภาพ และสัญลักษณ์	❖ ใช้กิจกรรม ที่สนุกสนาน ❖ ทำให้การเรียน เป็นการเล่น มากกว่าการเรียนรู้	❖ ให้รางวัล ❖ คำชมเชย
❖ สอนทีละขั้น ทีละเรื่อง			

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

## บทที่ 2

# ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

จากการกำหนดประเภทคนพิการของกระทรวงศึกษาธิการ 9 ประเภท และพระราชบัญญัติส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ 7 ประเภท จะพบว่า กลุ่มที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และกลุ่มออทิสติก เป็นกลุ่มที่สามารถเคลื่อนไหวได้ด้วยตัวเอง แต่มีการทรงตัวไม่ดี ตอบสนองช้า เข้าใจถึงอันตรายได้ช้า มีพฤติกรรมซ้ำ ๆ มีความสนใจจำเพาะ เช่น ชอบน้ำ เสียงน้ำ การเคลื่อนไหวของน้ำ ดังนั้นเด็กกลุ่มนี้จึงสามารถเข้าถึงแหล่งน้ำได้ด้วยตนเองมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ

เด็กบกพร่องทางสติปัญญา มักมีพัฒนาการทางการเรียนรู้และการคิดช้ากว่าเพื่อน อาจไม่เข้าใจคำสั่งซับซ้อน และขาดทักษะการปรับตัวในสถานการณ์เสี่ยง

เด็กออทิสติก หลายคนมีความสนใจพิเศษต่อน้ำ เช่น การมองผิวน้ำ เสียงน้ำ หรือการเล่นน้ำ จึงมีโอกาสเข้าใกล้หรือลงน้ำโดยไม่ตระหนักถึงอันตราย

ทั้งสองกลุ่มมี ข้อจำกัดในการสื่อสารและการควบคุมพฤติกรรม ทำให้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน มักไม่สามารถขอความช่วยเหลือได้ทัน

### เด็กบกพร่องทางสติปัญญา

หัวข้อ	เนื้อหา
นิยาม	<ul style="list-style-type: none"><li>บุคคลที่<ol style="list-style-type: none"><li>มีระดับสติปัญญา (IQ) ต่ำกว่า 70</li><li>มีปัญหาด้านทักษะการปรับตัวอย่างน้อย 2 ทักษะจาก 10 ทักษะ (การสื่อความหมาย การดูแลตนเอง การดำรงชีวิตภายในบ้าน ทักษะทางสังคม/การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การรู้จักใช้ทรัพยากรในชุมชน การรู้จักดูแลควบคุมตนเอง การนำความรู้มาใช้ในชีวิตประจำวัน การทำงาน การใช้เวลารว่าง การรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัย)</li><li>ภาวะดังกล่าวต้องแสดงอาการก่อนบุคคลนั้นมีอายุ 18 ปี</li></ol></li></ul>

หัวข้อ	เนื้อหา
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาอาจแบ่งได้เป็นหลายกลุ่ม ตามภาวะย่อยหรือโรคที่เด็กเป็น เช่น กลุ่มอาการดาวน์ (Down Syndrome) ภาวะสมองบวมน้ำ (Hydrocephalus) ภาวะศีรษะเล็ก (Microcephaly) และอื่น ๆ</li> <li>■ ความบกพร่องทางสติปัญญาส่วนใหญ่ โดยเฉพาะเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับเล็กน้อย มักไม่แสดงลักษณะภายนอกให้เห็น เด็กเหล่านี้จึงมักมีหน้าตาและร่างกายคล้ายเด็กทั่วไป</li> </ul>
ลักษณะการเรียนรู้	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แบ่งตามระดับความรุนแรงได้เป็น 4 ระดับ และแต่ละระดับมีความสามารถในการเรียนรู้แตกต่างกัน ดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับเล็กน้อย (Mild Intellectual Disability) <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กในกลุ่มนี้มีระดับสติปัญญา 50-70</li> <li>● ร้อยละ 85 ของบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในกลุ่มนี้</li> <li>● ผู้ปกครองมักไม่เห็นความบกพร่องเมื่อเด็กยังเล็ก เพราะในวัยเตาะแตะมักมีพัฒนาการใกล้เคียงเด็กทั่วไป</li> </ul> </li> <li>2) ความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง (Moderate Intellectual Disability) <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กในกลุ่มนี้มีระดับสติปัญญา 35-49</li> <li>● เด็กมีความสามารถในการใช้ภาษาและความเข้าใจค่อนข้างจำกัด คิดเรื่องซับซ้อนไม่ได้ เรียนรู้ได้ช้า ใช้เวลาในการเรียนรู้เรื่องใหม่ค่อนข้างนาน</li> <li>● เด็กสามารถจดจำได้เฉพาะสิ่งที่ทำเป็นประจำ ทำเป็นเวลานานจนเกิดความคุ้นเคย เช่น ดูแลสุนัขส่วนตัว หรือทำงานบ้านพื้นฐานได้</li> </ul> </li> <li>3) ความบกพร่องทางสติปัญญาระดับรุนแรง (Severe Intellectual Disability) <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กในกลุ่มนี้มีระดับสติปัญญา 20-34</li> </ul> </li> <li>4) ความบกพร่องทางสติปัญญาระดับรุนแรงมาก (Profound Intellectual Disability) <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กในกลุ่มนี้มีระดับสติปัญญาต่ำกว่า 20</li> <li>● เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับรุนแรงถึงรุนแรงมาก จะมีความสามารถในการสื่อสารน้อยมาก ไม่เข้าใจเรื่องซับซ้อน สีมง่าย จดจำสิ่งรอบตัวได้น้อย และมักมีความบกพร่องด้านอื่นร่วมด้วย</li> </ul> </li> </ol> </li> </ul>
ความเสี่ยงต่อการจมน้ำ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีปัจจัยเสี่ยงต่อการจมน้ำมากกว่าเด็กทั่วไป</li> <li>■ ปัญหาด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กบางคนมีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว ทำให้เด็กไม่สามารถขยับตัวออกจากพื้นที่เสี่ยง ไม่สามารถทรงตัวเมื่อเสียหลัก หรือเมื่อตกน้ำ</li> <li>● เด็กอาจไม่สามารถลอยตัวหรือเคลื่อนไหวในน้ำได้ หรือเด็กบางคนไม่สามารถปิดปากได้สนิท ทำให้มีปัญหามากขึ้นเมื่ออยู่ในน้ำ</li> </ul> </li> </ul>

หัวข้อ	เนื้อหา
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ปัญหาด้านการสื่อสารและการรู้คิด                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● เมื่อผู้ใหญ่เตือนเรื่องความปลอดภัย เด็กเหล่านี้อาจไม่เข้าใจคำเตือน หรือไม่เข้าใจว่าเรื่องที่เตือนนั้นสำคัญและอันตราย ทำให้เด็กเข้าไปในพื้นที่เสี่ยงและไม่ระวังตัว</li> </ul> </li> <li>■ ปัญหาด้านพฤติกรรม                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กบางคนอาจชอบเล่นน้ำ และไม่เข้าใจอันตรายจากการจมน้ำ เด็กจึงมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ชะโงกลงไปใต้น้ำ</li> </ul> </li> <li>■ ปัญหาด้านครอบครัว                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● ผู้ปกครองบางคนไม่มีเวลาใกล้ชิดดูแลอย่างเพียงพอ ทำให้เด็กพลัดหลงเข้าไปในพื้นที่เสี่ยงตามลำพัง</li> </ul> </li> </ul>
<p>การสอนว่ายน้ำ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การสอนให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเข้าใจเรื่องอันตรายและความปลอดภัย และจำสิ่งที่เขาควรทำในสถานการณ์นั้น ๆ ไม่ใช่เรื่องง่าย</li> <li>■ ครูจึงควรสอนให้สั้น ง่าย ตรวจสอบความเข้าใจเป็นระยะ เพื่อให้มั่นใจว่าเด็กได้รับข้อมูลจากครูแล้ว ครูจึงสอนเรื่องต่อไป</li> <li>■ หลังจากสอนแล้ว ครูต้องตรวจสอบด้วยว่าเด็กสามารถเชื่อมโยงเนื้อหาที่ครูสอนไปยังชีวิตจริงได้หรือไม่</li> <li>■ การอยู่ในน้ำแตกต่างจากการอยู่บนบกมาก การอยู่ในน้ำจึงเป็นเรื่องใหม่ที่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อาจกลัว ทำให้การสอนในน้ำไม่่ง่ายสำหรับเด็กเหล่านี้</li> <li>■ นักวิจัยพบว่าหลักสำคัญในการสอนว่ายน้ำให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา คือ                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) การเรียนว่ายน้ำต้องเป็นเรื่องสนุก ทำให้การว่ายน้ำเป็นการเล่นมากกว่าการเรียน</li> <li>2) ครูไม่ควรสอนด้วยการอธิบายยาว ๆ แต่ควรสอนด้วยการจับมือทำหรือใช้การสาธิตแล้วให้เด็กเลียนแบบ</li> <li>3) เด็กหลายคนกลัวสถานการณ์ใหม่ ไม่ว่าจะเป็นการทรงตัวในน้ำ การจมน้ำ การลอย ครูจึงต้องสร้างให้เด็กมีความมั่นคงในช่วงแรก เช่น ครูอาจช่วยจับตัวเด็กไว้หรือใช้อุปกรณ์ช่วย (ห่วงยาง โปมลอยตัว) เมื่อเด็กปรับตัวรับสถานการณ์ใหม่ได้แล้ว ครูจึงค่อยลดความช่วยเหลือ</li> <li>4) เด็กเหล่านี้ปรับตัวได้ช้า ครูจึงต้องให้เวลามากกว่าเด็กทั่วไป เช่น หากเด็กแสดงท่าทีกลัวหรือวิตกกังวล ควรปล่อยให้เด็กอยู่ในระดับที่เขาสบายใจก่อนขยับไปสู่ระดับถัดไป การเร่งให้เด็กทำสิ่งที่ตนยังไม่พร้อม จะทำให้ล้มเหลวมากขึ้น ส่งผลให้เด็กไม่ยอมทำกิจกรรมต่อไป</li> </ol> </li> </ul>

## เด็กออทิสติก

หัวข้อ	เนื้อหา
นิยาม	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ บุคคลที่สมองบางส่วนทำงานแตกต่างจากคนทั่วไป ทำให้บุคคลนั้นมีปัญหาด้าน               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) การสื่อสาร</li> <li>2) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและทักษะทางสังคม</li> <li>3) พฤติกรรมซ้ำ ๆ หรือมีความสนใจจำกัด เฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างมาก</li> </ol> </li> <li>■ นอกจากปัญหาทั้ง 3 ด้านที่กล่าวแล้ว บุคคลเหล่านี้มักมีการรับรู้ด้านประสาทสัมผัสแตกต่างจากคนทั่วไปด้วย</li> </ul>
ลักษณะการเรียนรู้	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ลักษณะทั้ง 4 ด้านของภาวะออทิสติก ส่งผลต่อการเรียนรู้ของเด็กดังนี้               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ด้านการสื่อสาร                   <p>เด็กออทิสติกมีปัญหาด้านการสื่อสารในระดับที่แตกต่างกัน ทั้งในด้านการเรียนรู้/การเข้าใจภาษา และด้านการใช้ภาษา</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1) ด้านการรับรู้/เข้าใจภาษา เด็กออทิสติกบางคนอาจไม่เข้าใจหรือไม่สนใจเสียงรอบข้างเลย เด็กบางคนอาจเข้าใจภาษามากขึ้นแต่ไม่เข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรม ไม่เข้าใจน้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง การอุปมาอุปไมย</li> <li>1.2) ด้านการใช้ภาษา เด็กบางคนอาจพูดไม่ได้เลย บางคนเปล่งเสียงที่คนทั่วไปไม่เข้าใจ (ภาษาต่างดาว/ภาษาการ์ตูน) หรือพูดกับตัวเอง บางคนพูดเลียนเสียงแบบนกแก้ว นกขุนทอง บางคนพูดได้แต่ไม่ชัด บางคนพูดได้มาก แต่พูดเฉพาะสิ่งที่ตัวเองสนใจ และบางคนแสดงสีหน้าท่าทางไม่สอดคล้องกับคำพูด</li> </ol> </li> <li>2) ด้านพฤติกรรมและความสนใจ                   <p>ความยึดหยุ่นน้อยและความสนใจเฉพาะด้านมาก ทำให้เด็กเหล่านี้แสดงพฤติกรรมที่แตกต่างจากเพื่อนวัยเดียวกัน เช่น</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1) ด้านพฤติกรรม เด็กบางคนแสดงพฤติกรรมซ้ำ ๆ ที่ไม่มีความหมาย (เช่น กระโดด สะบัดมือ โยกตัว) เด็กบางคนสบายใจที่จะทำสิ่งเดิมซ้ำ ๆ เด็กจึงไม่ชอบสิ่งที่คาดเดาไม่ได้หรือความเปลี่ยนแปลงกะทันหัน</li> <li>2.2) เด็กบางคนรักความสะอาดและชอบความเป็นระเบียบอย่างมาก ทนไม่ได้เมื่อร่างกายของตัวเองต้องสัมผัสบางอย่างที่ไม่คุ้นเคย เปราะเปื้อนหรือบริเวณรอบตัวมีสิ่งสกปรกเล็กน้อย</li> <li>2.3) เด็กบางคนหมกมุ่นอยู่กับสิ่งของที่เด็กทั่วไปไม่สนใจ (เช่น ฝาขวดน้ำ เชือก ถุงพลาสติกแบบมีเสียง) เด็กบางคนสนใจในบางเรื่องอย่างมาก (เช่น ไตโนเสาร์ ดาราศาสตร์ เครื่องบิน) จนไม่สนใจเรื่องอื่น</li> </ol> </li> </ol> </li> </ul>

หัวข้อ	เนื้อหา																		
	<p>3) ด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและทักษะทางสังคม</p> <p>3.1) เด็กส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เช่น แยกตัว เล่นคนเดียว สนใจสิ่งของมากกว่าคน ไม่ค่อยมองหน้าสบตา ไม่สังเกตอารมณ์/ความรู้สึกของผู้อื่น บางคนอาจยึดติดกับคนใกล้ชิดอย่างมากจนไม่สามารถแยกออกจากคนนั้นได้เลย</p> <p>3.2) ทักษะทางสังคมต้องใช้ความยืดหยุ่นค่อนข้างมาก เพราะการปฏิบัติในแต่ละสถานที่ แต่ละเวลา และกับแต่ละบุคคลนั้นแตกต่างกัน เมื่อเด็กมีปัญหาในด้านนี้ เด็กจึงอาจปฏิบัติกับเด็กและผู้ใหญ่เหมือนกัน หรืออาจปฏิบัติตัวเหมือนเดิมทุกครั้ง ทั้งที่สถานที่หรือเวลาแตกต่างกัน ทำให้เด็กดูผิดปกติในสายตาคนทั่วไป</p> <p>4) ประสาทสัมผัสที่ช้าหรือไวเกินไป ทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่ดูแตกต่างจากเด็กวัยเดียวกัน</p> <table border="1" data-bbox="509 927 1426 1749"> <thead> <tr> <th data-bbox="515 936 683 1037">ประสาทสัมผัส</th> <th data-bbox="683 936 1062 1037">การรับรู้ทางประสาทสัมผัสช้ากว่าเด็กทั่วไป</th> <th data-bbox="1062 936 1420 1037">การรับรู้ทางประสาทสัมผัสไวกว่าเด็กทั่วไป</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="515 1037 683 1149">การเห็น</td> <td data-bbox="683 1037 1062 1149">เล่นแสงโดยโบกมือใกล้ตา สนใจวัตถุสะท้อนแสง</td> <td data-bbox="1062 1037 1420 1149">ปิดตา หดหนีแสง</td> </tr> <tr> <td data-bbox="515 1149 683 1261">การได้ยิน</td> <td data-bbox="683 1149 1062 1261">เคาะวัตถุ ตบหู ทำเสียงในลำคอ</td> <td data-bbox="1062 1149 1420 1261">อุดหู วังหนี ร้องไห้เมื่อมีเสียงดัง</td> </tr> <tr> <td data-bbox="515 1261 683 1417">การชิมรส</td> <td data-bbox="683 1261 1062 1417">นำสิ่งของเข้าปาก ทั้งที่ไม่ใช่ของที่รับประทานได้ เช่น ดิน ก้นบูหรี ไข่ม้วน</td> <td data-bbox="1062 1261 1420 1417">รับประทานยาก เลือกอาหารเดิม ๆ</td> </tr> <tr> <td data-bbox="515 1417 683 1585">การดมกลิ่น</td> <td data-bbox="683 1417 1062 1585">ดมสิ่งที่เด็กทั่วไปไม่ดม เช่น แขนของครู ผมของเพื่อน กระถางต้นไม้ โต๊ะเรียน</td> <td data-bbox="1062 1417 1420 1585">ทนกลิ่นน้ำหอม กลิ่นน้ำยาปรับผ้านุ่ม กลิ่นห้องน้ำ สาธารณะไม่ได้</td> </tr> <tr> <td data-bbox="515 1585 683 1742">การสัมผัส</td> <td data-bbox="683 1585 1062 1742">ชอบถูกกอดรัดแน่น ๆ ตีตัวเอง ตบปาก แกะแผล</td> <td data-bbox="1062 1585 1420 1742">รู้สึกเจ็บเมื่อถูกแตะตัว หรือสัมผัสเพียงเบา ๆ ไม่ชอบสถานที่แออัด</td> </tr> </tbody> </table>	ประสาทสัมผัส	การรับรู้ทางประสาทสัมผัสช้ากว่าเด็กทั่วไป	การรับรู้ทางประสาทสัมผัสไวกว่าเด็กทั่วไป	การเห็น	เล่นแสงโดยโบกมือใกล้ตา สนใจวัตถุสะท้อนแสง	ปิดตา หดหนีแสง	การได้ยิน	เคาะวัตถุ ตบหู ทำเสียงในลำคอ	อุดหู วังหนี ร้องไห้เมื่อมีเสียงดัง	การชิมรส	นำสิ่งของเข้าปาก ทั้งที่ไม่ใช่ของที่รับประทานได้ เช่น ดิน ก้นบูหรี ไข่ม้วน	รับประทานยาก เลือกอาหารเดิม ๆ	การดมกลิ่น	ดมสิ่งที่เด็กทั่วไปไม่ดม เช่น แขนของครู ผมของเพื่อน กระถางต้นไม้ โต๊ะเรียน	ทนกลิ่นน้ำหอม กลิ่นน้ำยาปรับผ้านุ่ม กลิ่นห้องน้ำ สาธารณะไม่ได้	การสัมผัส	ชอบถูกกอดรัดแน่น ๆ ตีตัวเอง ตบปาก แกะแผล	รู้สึกเจ็บเมื่อถูกแตะตัว หรือสัมผัสเพียงเบา ๆ ไม่ชอบสถานที่แออัด
ประสาทสัมผัส	การรับรู้ทางประสาทสัมผัสช้ากว่าเด็กทั่วไป	การรับรู้ทางประสาทสัมผัสไวกว่าเด็กทั่วไป																	
การเห็น	เล่นแสงโดยโบกมือใกล้ตา สนใจวัตถุสะท้อนแสง	ปิดตา หดหนีแสง																	
การได้ยิน	เคาะวัตถุ ตบหู ทำเสียงในลำคอ	อุดหู วังหนี ร้องไห้เมื่อมีเสียงดัง																	
การชิมรส	นำสิ่งของเข้าปาก ทั้งที่ไม่ใช่ของที่รับประทานได้ เช่น ดิน ก้นบูหรี ไข่ม้วน	รับประทานยาก เลือกอาหารเดิม ๆ																	
การดมกลิ่น	ดมสิ่งที่เด็กทั่วไปไม่ดม เช่น แขนของครู ผมของเพื่อน กระถางต้นไม้ โต๊ะเรียน	ทนกลิ่นน้ำหอม กลิ่นน้ำยาปรับผ้านุ่ม กลิ่นห้องน้ำ สาธารณะไม่ได้																	
การสัมผัส	ชอบถูกกอดรัดแน่น ๆ ตีตัวเอง ตบปาก แกะแผล	รู้สึกเจ็บเมื่อถูกแตะตัว หรือสัมผัสเพียงเบา ๆ ไม่ชอบสถานที่แออัด																	

หัวข้อ	เนื้อหา
<p><b>ความเสี่ยงต่อการจมน้ำ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เด็กออทิสติกมีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตจากการจมน้ำสูงกว่าเด็กทั่วไป</li> <li>■ กลุ่มเสี่ยงมีอายุระหว่าง 3-14 ปี</li> <li>■ การจมน้ำมักเกิดขึ้นบริเวณบ่อน้ำ ทะเลสาบ แม่น้ำ ห้วย สระว่ายน้ำ หรืออ่างอาบน้ำภายในบ้านของตนเอง</li> <li>■ สาเหตุส่วนใหญ่ของการจมน้ำ ได้แก่             <ol style="list-style-type: none"> <li>1) การหลงทาง เด็กออทิสติกชอบแยกตัว ไม่ชอบอยู่ในสถานที่แออัดและสถานการณ์วุ่นวาย และไม่ค่อยสนใจผู้คน เด็กจึงพลัดหลงจากผู้ดูแลและจมน้ำในที่สุด</li> <li>2) การถูกผู้ดูแลทอดทิ้งหรือละเลย ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลต้องทำงานหรือมีกิจกรรมที่ต้องทำ จึงเป็นเรื่องยากที่จะให้เด็กอยู่ในสายตาตลอดเวลา บางกรณี การจมน้ำเกิดจากผู้ปกครองที่ปล่อยเด็กไว้ในสถานที่ที่เป็นอันตราย</li> <li>3) ปัญหาด้านการรับรู้และเข้าใจภาษา แม้ผู้ใหญ่จะเตือนหรือห้ามปราม แต่เด็กไม่เข้าใจคำพูดหรือรับรู้คำเตือน เด็กบางคนไม่สามารถอ่านหนังสือและไม่เข้าใจความหมายสัญลักษณ์ จึงไม่เข้าใจเนื้อหาป้ายเตือนหรือป้ายบังคับ ในบริเวณแหล่งน้ำต่าง ๆ</li> <li>4) การประเมินสถานการณ์ไม่เป็น คนทั่วไปจะรู้ว่าสิ่งใด “ควรทำ” หรือ “ไม่ควรทำ” แต่เด็กออทิสติกมักไม่รู้จักสถานการณ์ที่เป็นอันตราย จึงมักไม่ได้ระวังและตกอยู่ในความเสี่ยง</li> <li>5) การเชื่อมโยงความรู้ไม่ได้ เด็กออทิสติกไม่สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน ดังนั้น แม้ว่าเด็กจะเคยฟังเรื่องการเอาชีวิตรอดในน้ำมาแล้ว แต่ถ้าไม่ได้ลงมือปฏิบัติ ก็อาจจะไม่สามารถนำความรู้ที่เรียนไปใช้ในสถานการณ์จริง</li> <li>6) ความยับยั้งชั่งใจน้อย เด็กออทิสติกชอบสัมผัสน้ำ ชอบความเย็นของน้ำ ชอบเสียงน้ำ หรือชอบความวิบวับบนผิวน้ำ เด็กจึงเข้าใกล้แหล่งน้ำเสี่ยงโดยไม่คำนึงถึงอันตราย</li> <li>7) ข้อจำกัดในการขอความช่วยเหลือ เด็กออทิสติกสื่อสารได้น้อย เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉิน เด็กจึงอาจไม่สามารถร้องขอความช่วยเหลือได้</li> <li>8) การไม่ได้เรียนว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด เด็กออทิสติกมีความพร้อมและสามารถเรียนรู้การว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด แต่ขาดโอกาสหรือไม่มีแหล่งข้อมูลที่สามารถเข้าถึงได้ และในบางกรณี ครูและผู้ปกครองมีความกังวลว่าเด็กไม่สามารถเรียนรู้เรื่องนี้ได้ จึงไม่สอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด</li> </ol> </li> </ul>

หัวข้อ	เนื้อหา
<p><b>การสอนว่ายน้ำ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เด็กออทิสติกแต่ละคนมีความสามารถในการรับรู้ พฤติกรรม ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และประสบการณ์เกี่ยวกับน้ำแตกต่างกัน</li> <li>■ ครูผู้สอนต้องประเมินเด็กและสอนให้เหมาะสมกับลักษณะและระดับการเรียนรู้ของเด็กแต่ละคน</li> <li>■ ผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนว่ายน้ำสำหรับเด็กออทิสติกสรุปว่า ปัญหาในการสอนว่ายน้ำมีดังต่อไปนี้                         <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ภาวะกลัวน้ำ (Hydrophobia)                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กที่มีภาวะกลัวน้ำจะแสดงอาการแตกต่างกัน เช่น ไม่ยอมให้ใบหน้าหรือร่างกายสัมผัสน้ำ บอกว่าเจ็บเมื่อลงไปในน้ำ</li> </ul> </li> <li>2) การทำงานประสานกันของอวัยวะส่วนต่าง ๆ และการวางแผนการเคลื่อนไหว (Coordination and Motor Planning)                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กที่มีปัญหา จะเคลื่อนไหวขุ่มง่ามและอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายทำงานประสานกันได้ไม่ดี โดยเฉพาะเมื่อแต่ละส่วนต้องเคลื่อนไหวในท่าที่แตกต่างกัน</li> </ul> </li> <li>3) การรับรู้ (Perception)                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>● ขึ้นอยู่กับความเข้าใจภาษาและระดับสติปัญญา หากเด็กไม่สามารถเข้าใจภาษา เด็กยอมใช้เวลาในการประมวลผลนานและตอบสนองได้ช้า เด็กจึงทำตามสิ่งที่ส่งได้น้อย/ช้า</li> <li>● บางรายที่มีภาวะสมาธิสั้น วอกแวกง่าย หันเหความสนใจบ่อย สนใจหรือจดจ่อกับสิ่งอื่นมากกว่าบทเรียน</li> </ul> </li> <li>4) สิ่งแวดล้อม                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กส่วนใหญ่มีความยืดหยุ่นน้อยและยึดติดกับสิ่งของบางอย่าง/บางคน และยังไวต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ดังนั้น บุคคล อุกรณ์ เวลา และสถานที่คุ้นเคย จะช่วยให้การสอนว่ายน้ำเป็นไปอย่างราบรื่น</li> <li>● ปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจส่งผลต่อการสอน เช่น อุณหภูมิ น้ำ หรือจำนวนคนแปลกหน้าในบริเวณนั้น</li> </ul> </li> <li>5) ความพร้อมของร่างกายและจิตใจ                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>● ครูผู้สอนต้องประเมินความพร้อมของเด็กในแต่ละวัน เช่น เมื่อเด็กอารมณ์ดี เด็กยอมให้ความร่วมมือ แต่เมื่อเด็กเกิดความเครียด เด็กอาจไม่ให้ความร่วมมือเลย</li> <li>● ครูไม่ควรบังคับเมื่อเด็กไม่พร้อมที่จะเรียนรู้ เพราะเป็นการเสียเวลาและสร้างประสบการณ์ด้านลบให้แก่เด็ก</li> <li>● อย่างไรก็ตาม ไม่แนะนำให้ปล่อยเด็กกลับโดยไม่สอน แนะนำให้เตรียมเด็กให้มีความพร้อมที่จะเรียนรู้ก่อนเริ่มสอน</li> </ul> </li> </ol> </li> </ul>

หัวข้อ	เนื้อหา
	<p>6) ประสบการณ์เดิมเกี่ยวกับน้ำ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• หากเด็กเคยมีประสบการณ์ด้านลบมาก่อน เช่น เคยล้มน้ำ เคยจมน้ำ เด็กย่อมต่อต้านการสอนของครู</li> </ul> <p>7) การประยุกต์ในสถานการณ์จริง</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ครูควรสอนให้เด็กสามารถเชื่อมโยงไปยังสถานการณ์/สถานที่อื่น ๆ ในชีวิตจริงได้ เช่น เมื่อสอนในห้องเรียนแล้ว ควรพาเด็กไปสอนในบริเวณแหล่งน้ำเสี่ยงใกล้บ้านและใกล้โรงเรียนด้วย</li> </ul> <p>8) โรคร่วมหรือภาวะแทรกซ้อน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• โรคหรือภาวะบางอย่าง เช่น โรคลมชัก ย่อมส่งผลต่อการเรียนรู้และการสอนว่ายน้ำ</li> </ul>

**แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก**  
**Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism**

## บทที่ 3

### การมีส่วนร่วมของเครือข่าย

การป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของเครือข่ายหลายภาคส่วน เพื่อให้เกิดการบูรณาการดำเนินงานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เพราะเด็กกลุ่มนี้ จำเป็นต้องมีการดูแลต่อเนื่องกันตั้งแต่ในระดับบ้าน/ครอบครัว โรงเรียน/ครู และชุมชน

การสร้างระบบความร่วมมือระหว่างครอบครัว โรงเรียน หน่วยงานสาธารณสุข ท้องถิ่น ชุมชน และเครือข่ายภาคประชาสังคม จะทำให้เด็กกลุ่มนี้เติบโตในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ไม่เสี่ยงต่อการจมน้ำ และเป็นการสร้างโอกาสเรียนรู้ด้านความปลอดภัยทางน้ำและทักษะการเอาชีวิตรอดอย่างเหมาะสม

#### บทบาทและแนวทางการดำเนินงานของเครือข่าย

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
ครอบครัว/ ผู้ปกครอง	ผู้ดูแลหลัก และ ผู้สื่อสารข้อมูล เกี่ยวกับพฤติกรรม และความต้องการ ของเด็ก	<ul style="list-style-type: none"><li>■ ดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพัง เมื่ออยู่ใกล้แหล่งน้ำ เช่น ถังเก็บน้ำในบ้าน บ่อน้ำ ใต้ถุนบ้าน บ่อปลา บ่อน้ำ/สระน้ำ คลอง แม่น้ำ</li><li>■ เมื่อเด็กเล่นน้ำ ว่ายน้ำ หรือลงไปเล่นน้ำ ต้องดูแลไม่ให้คลาดสายตา เด็กต้องอยู่ในระยะที่ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล สามารถคว้าตัวเด็กได้</li><li>■ จัดการสิ่งแวดล้อมให้ปลอดภัย<ul style="list-style-type: none"><li>● ในบ้าน เช่น ปิดฝาภาชนะใส่น้ำ เทน้ำทิ้งหลังใช้งาน ปิดประตูห้องน้ำ ติดกลอนประตูห้องน้ำ ให้สูงเกินกว่าที่เด็กจะเปิดเองได้ หากใต้ถุนบ้านมีแหล่งน้ำ ควรซ่อมแซมพื้นบ้านที่ชำรุด สร้างรั้วหรือผนังเพื่อกันเด็กออกจากแหล่งน้ำ จัดให้มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก (playpen)/คอกกั้นเด็ก</li></ul></li></ul>

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● รอบ ๆ บ้าน เช่น ฝักรอบแหล่งน้ำที่ไม่ได้ใช้ เทน้ำทิ้งหลังใช้งาน ทำรั้วกันแหล่งน้ำโดยเฉพาะ บริเวณที่เด็กสามารถเดินผ่าน</li> <li>■ การสอนและฝึกพฤติกรรมความปลอดภัยให้เด็ก</li> <li>● สอนพฤติกรรมความปลอดภัยทางน้ำให้แก่เด็ก เช่น อย่าใกล้-อย่าเก็บ-อย่าก้ม การปฏิบัติตามป้ายเตือน/สัญลักษณ์</li> <li>● ฝึกให้เด็กใส่และใช้เสื้อชูชีพเมื่ออยู่ใกล้น้ำ นั่งเรือ หรือลงไปในน้ำ</li> <li>● สนับสนุนให้เด็กได้เรียนรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ และการเอาชีวิตรอดในน้ำ</li> <li>■ เข้าร่วมอบรม/กิจกรรมเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> <li>■ สร้างกลุ่มเครือข่ายผู้ปกครองเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์</li> <li>■ ถ่ายทอดและแบ่งปันองค์ความรู้ให้แก่คนในครอบครัว เพื่อนบ้าน และชุมชน</li> </ul>
สถานศึกษา/ครู/บุคลากรทางการศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ศพด.)	สร้างการเรียนรู้และสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยในโรงเรียน/ศพด.	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ บูรณาการเรื่องความปลอดภัยทางน้ำในหลักสูตรการเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอ</li> <li>■ จัดกิจกรรมสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ/การเอาชีวิตรอดในน้ำให้แก่เด็กพิการ</li> <li>■ สำรวจแหล่งน้ำในโรงเรียน เช่น สระน้ำ บ่อบัว รางน้ำ ถังน้ำในห้องน้ำ สระว่ายน้ำ</li> <li>■ จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้วกัน ป้ายเตือนที่เข้าใจง่าย อุปกรณ์ช่วยเหลือ</li> <li>■ จัดให้มีระบบเฝ้าระวังและดูแลป้องกัน เพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น จัดให้มีครูคอยมาตรวจสอบและดูแลแหล่งน้ำ</li> <li>■ จัดให้มีการฝึกซ้อม การแจ้งเหตุ และการช่วยเหลือกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน</li> </ul>

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ พัฒนาและผลิตสื่อการเรียนรู้ที่เข้าใจง่ายสำหรับเด็กพิการ เช่น ภาพการ์ตูน เพลง หรือโปสเตอร์</li> <li>▪ จัดให้มีครูที่สามารถสอนเรื่องการป้องกันการจมน้ำให้แก่เด็กพิการ</li> <li>▪ เข้าร่วมอบรม/กิจกรรมเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> <li>▪ ประสานกับหน่วยงานท้องถิ่น หน่วยงานสาธารณสุข และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการฝึกอบรมครู บุคลากร และเด็กในโรงเรียน</li> <li>▪ สร้างความร่วมมือกับครอบครัวในการป้องกันการจมน้ำของเด็กพิการ</li> </ul>
<p>สถานศึกษาสังกัด                      สำนักบริหารงาน                      การศึกษาพิเศษ                      แบ่งเป็น 3 ประเภท                      สถานศึกษา ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ศูนย์การศึกษาพิเศษ</li> <li>2) โรงเรียนเฉพาะ                      ความพิการ</li> <li>3) โรงเรียน                      การศึกษาสงเคราะห์</li> </ol>	<p>สร้างการเรียนรู้                      และสภาพแวดล้อม                      ที่ปลอดภัย                      ในโรงเรียน/ศูนย์</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ จัดหลักสูตรหรือกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต เรื่องความปลอดภัยทางน้ำสำหรับเด็กพิการ</li> <li>▪ ตรวจสอบแหล่งน้ำในโรงเรียน เช่น สระน้ำ/บ่อน้ำ บ่อบัว รางน้ำ ถังน้ำในห้องน้ำ สระว่ายน้ำ และ</li> <li>▪ จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้วกัน ป้ายเตือนที่เข้าใจง่าย อุปกรณ์ช่วยเหลือ</li> <li>▪ จัดให้มีระบบเฝ้าระวังและดูแลป้องกัน เพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น จัดให้มีครูคอยมาตรวจสอบ และดูแลแหล่งน้ำ</li> <li>▪ จัดให้มีการฝึกซ้อมการแจ้งเหตุและการช่วยเหลือ กรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน</li> <li>▪ พัฒนาสื่อการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก</li> <li>▪ จัดให้มีครูผู้เชี่ยวชาญดูแลเด็กเป็นรายบุคคล ในกิจกรรมใกล้น้ำ</li> <li>▪ เข้าร่วมอบรม/กิจกรรมเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> </ul>

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สร้างความร่วมมือกับครอบครัวในการป้องกันการจมน้ำของเด็กพิการ</li> </ul>
เครือข่าย สาธารณสุข	สนับสนุน องค์ความรู้ และ สร้างความรอบรู้ เรื่องการป้องกัน การจมน้ำ และ การช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สนับสนุนข้อมูลการจมน้ำ และและองค์ความรู้ด้านการป้องกันการจมน้ำ</li> <li>■ สร้างความรอบรู้เรื่องการป้องกันการจมน้ำในพื้นที่</li> <li>■ พัฒนาศักยภาพเครือข่ายเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ</li> <li>■ จัดอบรมการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ให้แก่บุคลากรเครือข่าย ครู ผู้นำชุมชน เด็ก และประชาชน</li> <li>■ จัดระบบเฝ้าระวัง และติดตามเด็กที่เคยเกิดเหตุจมน้ำ</li> <li>■ สนับสนุนการจัดระบบของชุมชนในการแจ้งเหตุ และการช่วยเหลือผู้ประสบเหตุจมน้ำ</li> </ul>
สำนักงานพัฒนา สังคมและความ มั่นคงของมนุษย์ จังหวัด และกรม ส่งเสริมและพัฒนา คุณภาพชีวิตคน พิการ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สนับสนุนองค์ความรู้เกี่ยวกับเด็กพิเศษ</li> <li>■ ประสานความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง</li> <li>■ สนับสนุนทรัพยากร</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ รวบรวมข้อมูลการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิการหรือเด็กพิเศษในพื้นที่ เพื่อใช้วางแผนและสนับสนุนการดำเนินงาน</li> <li>■ สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมรณรงค์ป้องกันการจมน้ำสำหรับกลุ่มเด็กพิการ</li> <li>■ พัฒนาและสนับสนุนสื่อการเรียนรู้ที่เข้าใจง่ายสำหรับการป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิการ เช่น ภาพการ์ตูน เพลง หรือโปสเตอร์</li> <li>■ ประสานความร่วมมือกับองค์กรสังคมสงเคราะห์ และหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่เมื่อเกิดเหตุ</li> <li>■ ประสานเครือข่ายในระดับจังหวัดหรือประเทศ เพื่อแลกเปลี่ยนการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิการ</li> </ul>
เครือข่ายท้องถิ่น	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จัดการสภาพแวดล้อม</li> <li>■ จัดอบรมพัฒนาศักยภาพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การจัดการบุคลากรและการดูแลแหล่งน้ำ <ul style="list-style-type: none"> <li>● สำรวจและจัดทำแผนที่แหล่งน้ำที่มีอยู่ในพื้นที่ เช่น สระน้ำ หนองน้ำ แหล่งน้ำเพื่อการเกษตร น้ำตก อ่างเก็บน้ำ คลองชลประทาน คลองเขื่อน แม่น้ำ ทะเล</li> </ul> </li> </ul>

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จัดตั้งระบบการแจ้งเหตุ และช่วยเหลือฉุกเฉิน</li> <li>■ เผยแพร่ข้อมูล และสร้างความตระหนัก</li> <li>■ สนับสนุนทรัพยากร</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้วกัน ติดป้ายเตือน ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือ</li> <li>● จัดให้มีบุคลากร/เจ้าหน้าที่ คอยดูแลบริเวณแหล่งน้ำเสี่ยงที่อยู่ในพื้นที่</li> <li>● จัดให้มี lifeguard/เจ้าหน้าที่ ดูแลตลอดเวลาที่เปิดให้บริการสำหรับแหล่งน้ำที่จัดให้เป็นสถานที่ท่องเที่ยว หรือแหล่งน้ำที่จัดกิจกรรมช่วงเทศกาล เช่น ชายหาด ทะเลน้ำจืด เขื่อน อ่างเก็บน้ำ น้ำตก สระว่ายน้ำ</li> <li>● จัดตั้งอาสาสมัครเพื่อดูแลเด็กพิการในชุมชน</li> <li>■ การพัฒนาองค์ความรู้และทักษะความปลอดภัยทางน้ำ                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● จัดอบรม/กิจกรรมให้แก่บุคลากร/เจ้าหน้าที่ ผู้นำชุมชน เด็ก และประชาชน เกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> <li>● พัฒนา ศูนย์การเรียนรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ ที่เปิดให้ครอบครัวและเด็กพิการเข้ามาเรียนรู้ร่วมกัน</li> </ul> </li> <li>■ จัดทำระบบเฝ้าระวัง แจ้งเหตุ และช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางน้ำ</li> <li>■ สื่อสารประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่าง ๆ รวมทั้งจัดกิจกรรมรณรงค์ในพื้นที่</li> <li>■ การสนับสนุนและการบูรณาการความร่วมมือ                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินการเพื่อป้องกันการจมน้ำ เช่น เสื้อชูชีพ ห่วงชูชีพ ตะขอชูชีพ เชือก ถังแกลลอน ไม้ ท่อพีวีซี ป้ายเตือน ป้ายประชาสัมพันธ์</li> <li>● บูรณาการร่วมกับหน่วยเครือข่ายในพื้นที่ เพื่อดำเนินการป้องกันการจมน้ำ</li> </ul> </li> </ul>

เครือข่าย	บทบาท	การดำเนินงาน
เครือข่ายชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จัดการสภาพแวดล้อม</li> <li>■ เผยแพร่ข้อมูลและสร้างความตระหนัก</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สำรวจแหล่งน้ำที่มีอยู่ในชุมชน โดยเฉพาะบริเวณที่มีเด็กพิการอาศัยอยู่ เช่น แหล่งน้ำเพื่อการเกษตร สระน้ำ หนองน้ำ อ่างเก็บน้ำ คลองชลประทาน คลอง น้ำตก เขื่อน แม่น้ำ ทะเล</li> <li>■ จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้วกัน ติดป้ายเตือน ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือ</li> <li>■ จัดอบรมให้ความรู้แก่ประชาชนและผู้ดูแลเด็กพิการเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> <li>■ จัดตั้งกลุ่มอาสาป้องกันการจมน้ำเพื่อเฝ้าระวังและแจ้งเหตุ</li> <li>■ สื่อสารประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่าง ๆ รวมทั้งจัดกิจกรรมรณรงค์ร่วมกันในชุมชน</li> </ul>
เครือข่ายภาคประชาสังคม/องค์กรเอกชน/มูลนิธิ/จิตอาสา	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จัดการสภาพแวดล้อมในชุมชน</li> <li>■ จัดอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากร</li> <li>■ เผยแพร่ข้อมูลและสร้างความตระหนัก</li> <li>■ สนับสนุนทรัพยากร</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ร่วมสำรวจแหล่งน้ำที่มีอยู่ในชุมชน เช่น หนองน้ำ สระน้ำ แหล่งน้ำเพื่อการเกษตร น้ำตก อ่างเก็บน้ำ คลองชลประทาน คลอง เขื่อน แม่น้ำ ทะเล</li> <li>■ ร่วมจัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้วกัน ติดป้ายเตือน ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือ</li> <li>■ สนับสนุนการจัดอบรมให้ความรู้แก่ประชาชนเกี่ยวกับการป้องกันการจมน้ำ ความปลอดภัยทางน้ำ ทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ ทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) เบื้องต้น</li> <li>■ สนับสนุนการจัดกิจกรรมสื่อสารประชาสัมพันธ์/รณรงค์ในชุมชน</li> <li>■ สนับสนุนงบประมาณหรืออุปกรณ์สำหรับการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำ เช่น เสื้อชูชีพ ห่วงชูชีพ ตะขอชูชีพ เขือก ถังแกลลอน ไม้ ท่อพีวีซี ป้ายเตือนป้ายประชาสัมพันธ์</li> <li>■ ร่วมเป็นกลุ่มอาสาป้องกันการจมน้ำ</li> </ul>

## แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

### บทที่ 4

## แนวทางการดูแลและการป้องกันการจมน้ำ

การป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก ควรเน้นการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับความสามารถของเด็ก การดูแลใกล้ชิดของผู้ใหญ่ และสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย โดยจะให้ความสำคัญกับการดูแลของผู้ปกครอง/ผู้ดูแล และการจัดสภาพแวดล้อมที่สำคัญ ซึ่งแตกต่างจากเด็กวัยเรียนทั่วไป ที่จะเน้นที่การสร้างทักษะที่ตัวเด็ก และการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงให้เกิดความปลอดภัย

### การป้องกันการจมน้ำ

การป้องกันการจมน้ำในเด็กกลุ่มนี้ ประกอบด้วย

1. การเฝ้าระวังและการดูแลโดยผู้ปกครอง ผู้ดูแล ครู และชุมชน
2. จัดการสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย
3. การเรียนรู้และฝึกทักษะของเด็ก

#### 1. การเฝ้าระวังและการดูแลโดยผู้ปกครอง ผู้ดูแล ครู และชุมชน

เด็กพิเศษมักไม่สามารถประเมินความเสี่ยงได้ จึงต้องมีการดูแลใกล้ชิด และจัดระบบควบคุมดูแลเพื่อให้เกิดความปลอดภัย

ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล/ครอบครัว	ครู/สถานศึกษา	ชุมชน/จิตอาสา
<ul style="list-style-type: none"><li>ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแล ต้องดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ทุกครั้ง เมื่อเด็กอยู่ใกล้กับน้ำ ไม่ว่าจะ เป็นกะละมัง ถังน้ำ โถงน้ำ แอ่งน้ำเล็ก ๆ ไปจนถึงบ่อน้ำ สระน้ำที่มีขนาดใหญ่</li><li>ไม่ปล่อยให้เด็กเล่นน้ำหรือ อยู่ใกล้แหล่งน้ำตามลำพัง แม้เพียงชั่วครู่</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>จัดระบบเฝ้าระวังดูแลใน โรงเรียน หรือสถานศึกษา หรือศูนย์พัฒนาเด็กพิเศษ เช่น จัดเวรดูแลช่วงพัก</li><li>จัดทำแผนเฝ้าระวังร่วมกับ บุคลากรในโรงเรียน/ชุมชน</li><li>ฝึกอบรมครูให้มีทักษะการช่วย ผู้ประสบภัยทางน้ำ/รู้จักวิธีใช้อุปกรณ์อย่างถูกต้อง และการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>จัดเวรหรือระบบเฝ้าระวังดูแล ร่วมกัน บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง</li><li>จัดให้มีเจ้าหน้าที่ดูแลบริเวณ แหล่งน้ำที่มีกิจกรรมทางน้ำ/ แหล่งท่องเที่ยวทางน้ำ</li><li>ฝึกผู้ปกครอง/ผู้ดูแล/ครู ให้มี ทักษะการช่วยผู้ประสบภัย ทางน้ำ/รู้จักวิธีใช้อุปกรณ์ อย่างถูกต้อง และการช่วย ฟื้นคืนชีพ (CPR)</li></ul>

ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล/ครอบครัว	ครู/สถานศึกษา	ชุมชน/จิตอาสา
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ใช้การสื่อสารที่เหมาะสม เช่น คำพูดสั้น ๆ ชัดเจน สัญลักษณ์ หรือรูปภาพ</li> <li>■ กำหนดเขตปลอดภัยและกติกากที่เด็กสามารถเข้าใจและจดจำได้</li> <li>■ ให้เด็กสวมเสื้อชูชีพที่เหมาะสมกับขนาดร่างกายทุกครั้งที่อยู่ใกล้น้ำ</li> <li>■ ผู้ปกครองควรได้รับการฝึกทักษะการช่วยผู้ประสบภัยทางน้ำ/รู้จักวิธีใช้อุปกรณ์อย่างถูกต้อง และการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)</li> </ul>		

## 2. จัดการสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัย

การจัดการสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัยสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก จะเน้นเรื่องการสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยรอบตัวเด็ก ทั้งในบ้าน รอบบ้าน โรงเรียน และชุมชน

ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล/ครอบครัว	ครู/สถานศึกษา	ชุมชน/จิตอาสา
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เทน้ำทิ้งจากภาชนะ หลังจากใช้งาน เช่น ถังน้ำ กะละมัง สระว่ายน้ำพลาสติก</li> <li>■ ปิดฝาภาชนะ หรือบ่อน้ำ</li> <li>■ ฝงกลบแหล่งน้ำที่ไม่ได้ใช้งาน</li> <li>■ ซ่อมแซมพื้นบ้านที่ชำรุดเพื่อป้องกันเด็กตกลงไปในแหล่งน้ำที่อยู่ใต้ถุนบ้าน</li> <li>■ ติดตั้งประตูที่มีตัวล็อกอยู่สูงเกินกว่าเด็กจะเอื้อมถึง เพื่อป้องกันเด็กเข้าถึงแหล่งน้ำตามลำพัง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เทน้ำทิ้งจากภาชนะ หลังจากใช้งาน</li> <li>■ ปิดฝาภาชนะ หรือบ่อน้ำ</li> <li>■ ฝงกลบแหล่งน้ำที่ไม่ได้ใช้งาน</li> <li>■ ติดตั้งประตูที่มีตัวล็อกอยู่สูงเกินกว่าเด็กจะเอื้อมถึง เพื่อป้องกันเด็กเข้าถึงแหล่งน้ำตามลำพัง</li> <li>■ สร้างรั้ว หรือทำสิ่งกีดขวางบริเวณบ่อน้ำ สระน้ำ สระว่ายน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สร้างรั้ว หรือทำสิ่งกีดขวางบริเวณบ่อน้ำ สระน้ำ คลอง อ่างเก็บน้ำ สระว่ายน้ำ</li> <li>■ ทำป้ายเตือนพร้อมภาพหรือสัญลักษณ์ที่เข้าใจง่าย เช่น ภาพกากบาทห้ามลงเล่นน้ำ</li> <li>■ เตรียมอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำไว้บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง เช่น ถังกลอนพลาสติก ขวดน้ำพลาสติก ห่วงชูชีพ เชือก ตะขอช่วยชีวิต</li> </ul>

ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล/ครอบครัว	ครู/สถานศึกษา	ชุมชน/จิตอาสา
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สร้างรั้ว หรือทำสิ่งกีดขวางบริเวณบ่อน้ำ สระน้ำ สระว่ายน้ำ</li> <li>▪ จัดพื้นที่เล่น (Playpen) หรือพื้นที่เรียนรู้ หรือคอกกั้นเด็กให้ห่างจากแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ เตรียมอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำไว้บริเวณแหล่งน้ำที่อยู่ในสถานศึกษา เช่น ถังแกลลอน พลาสติก ขวดน้ำพลาสติก ห่วงชูชีพ เชือก</li> <li>▪ จัดพื้นที่เล่น (Playpen) หรือพื้นที่เรียนรู้ หรือคอกกั้นเด็กให้ห่างจากแหล่งน้ำ</li> <li>▪ จัดให้มีระบบแจ้งเหตุ และแจ้งเตือนภัยกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ จัดพื้นที่เล่น (Playpen) หรือพื้นที่เรียนรู้ หรือคอกกั้นเด็กให้ห่างจากแหล่งน้ำ</li> <li>▪ มีมาตรการดูแลแหล่งน้ำสาธารณะ เช่น รั้ว ประตู และแหล่งน้ำที่เป็นสถานที่ท่องเที่ยว เช่น เจ้าหน้าที่ดูแลป้ายเตือน ป้ายคำแนะนำ สัญลักษณ์ อุปกรณ์สำหรับช่วยเหลือ</li> <li>▪ จัดให้มีระบบแจ้งเหตุและแจ้งเตือนภัยกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน</li> </ul>

### 3. การเรียนรู้และฝึกทักษะของเด็ก

เนื่องจากเด็กกลุ่มนี้มีข้อจำกัดด้านการสื่อสาร ความเข้าใจ และการตัดสินใจ จึงควรเน้นการฝึกซ้ำ ๆ และการใช้สื่อที่เหมาะสม โดยการใช้การสอนแบบรูปภาพ หรือสัญลักษณ์สี และใช้การเสริมแรงบวก เพื่อสร้างความจดจำพฤติกรรมปลอดภัย

การสอนเด็กกลุ่มนี้ ควรเน้นการสอนเพื่อให้เกิดการป้องกันก่อนเกิดเหตุ โดยเป็นการสอนแบบร้อยละ 80 และการฝึกปฏิบัติในน้ำเพียงร้อยละ 20

สอนบนบก		ฝึกปฏิบัติในน้ำ
เรียนรู้ความปลอดภัยทางน้ำ	ฝึกทักษะการช่วยเหลือ	ฝึกทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แหล่งน้ำเสี่ยง</li> <li>▪ แหล่งน้ำตื้น และลึก</li> <li>▪ แหล่งน้ำธรรมชาติ</li> <li>▪ การขึ้นและลงแหล่งน้ำธรรมชาติ</li> <li>▪ แหล่งน้ำที่มองไม่เห็น</li> <li>▪ พฤติกรรมเสี่ยง</li> <li>▪ การเดินทางทางน้ำ</li> <li>▪ การเลือกและใส่เสื้อชูชีพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ การให้ความช่วยเหลือโดยการตะโกน โยน ยื่น                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ตะโกนขอความช่วยเหลือ</li> <li>• โยนวัตถุลอยน้ำ และเชือก</li> <li>• ยื่นอุปกรณ์</li> </ul> </li> <li>▪ การให้ความช่วยเหลือโดยการโทร 1669</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ การลอยตัว รอความช่วยเหลือ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• การลอยตัวคว่ำ</li> <li>• การลอยตัวหงาย</li> <li>• การฝึกยืนจากท่าลอยตัว</li> </ul> </li> <li>▪ การจับของที่คนโยนหรือยื่นให้</li> <li>▪ การกอดขวด หนีบขวด                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• การฝึกวิธีการจับขวด</li> <li>• การฝึกวิธีการใช้ขาหนีบขวด</li> </ul> </li> </ul>

สอนบนบก		ฝึกปฏิบัติในน้ำ
เรียนรู้ ความปลอดภัยทางน้ำ	ฝึกทักษะ การช่วยเหลือ	ฝึกทักษะ การเอาชีวิตรอดในน้ำ
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ น้ำท่วม</li> <li>▪ ป้ายเตือน</li> <li>▪ การใช้สระว่ายน้ำอย่างปลอดภัย</li> <li>▪ อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ การเคลื่อนที่เข้าหาฝั่ง               <ul style="list-style-type: none"> <li>• นั่งขอบสระเตะขา</li> <li>• จับขอบสระเตะขา</li> <li>• การเตะเท้าหางาย</li> </ul> </li> <li>▪ อื่น ๆ               <ul style="list-style-type: none"> <li>• การทำความคุ้นเคยกับน้ำ</li> <li>• การยืนทรงตัวและเดินในน้ำตื้น</li> <li>• การดำน้ำและเป่าน้ำ</li> </ul> </li> </ul>

### สรุปแนวทางการสอนสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

แนวทางการสอน แบ่งเป็น 8 หัวข้อ (สอนบนบก 7 หัวข้อ และฝึกปฏิบัติในน้ำ 1 หัวข้อ) ทั้งนี้เนื้อหาทุกเรื่อง ควรบูรณาการเข้าไปในวิชาต่าง ๆ และอาจจัดกิจกรรมแยกออกมา (เฉพาะเรื่องความปลอดภัยทางน้ำ) รวมทั้งปรับเนื้อหาตามความสามารถในการรับรู้ของเด็กพิเศษแต่ละคน

หัวข้อ	เนื้อหาที่ควรสอน
<b>สอนบนบก</b>	
1. ความหมายของคำสำคัญ	1.1 ความหมายของ “ตื้น” “ลึก” “ลอย” “จม” 1.2 ความหมายของ “จมน้ำ” และ “อันตราย” 1.3 ความหมายของ “ช่วยชีวิต” และ “ปลอดภัย” 1.4 ทุกอย่างที่ทำ .. ตัวเองต้องปลอดภัยเป็นอันดับแรก
2. แหล่งน้ำเสี่ยง	2.1 ตัวอย่างแหล่งน้ำที่มองเห็น 2.2 ตัวอย่างแหล่งน้ำที่มองไม่เห็น 2.3 การลงน้ำและขึ้นจากน้ำอย่างปลอดภัย 2.4 ป้ายเตือน
3. ภัยธรรมชาติ	3.1 ฝนตกหนัก ระวังน้ำท่วม 3.2 ถ้ำน้ำท่วม ปีนขึ้นที่สูง
4. พฤติกรรมเสี่ยง	4.1 อย่าใกล้ 4.2 อย่าเก็บ 4.3 อย่าก้ม 4.4 อย่าไปเล่นน้ำคนเดียว ต้องบอกผู้ใหญ่ ต้องไปกับผู้ใหญ่

หัวข้อ	เนื้อหาที่ควรสอน
5. การช่วยคนตกน้ำอย่างปลอดภัย	5.1 การตะโกนขอความช่วยเหลือ 5.2 การวิ่งไปขอความช่วยเหลือ 5.3 การโทร 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือ 5.4 อะไรบ้างที่ลอยได้ 5.5 การโยนของลอยได้ เพื่อช่วยคนตกน้ำ 5.6 อะไรบ้างที่ยื่นให้คนตกน้ำได้ 5.7 วิธียื่นอุปกรณ์ช่วยเหลือคนตกน้ำ 5.8 ห้ามลงไปช่วยคนตกน้ำ
6. จำลองสถานการณ์คนตกน้ำ	6.1 ทบทวน “ตะโกน” “โยน” “ยื่น” 6.2 ทำทุกอย่างในเวลาเดียวกัน
7. การเดินทางทางน้ำ	7.1 การแต่งกายที่เหมาะสม 7.2 วิธีขึ้นลงเรืออย่างปลอดภัย 7.3 การใส่และถอดเสื้อชูชีพ
<b>ฝึกปฏิบัติในน้ำ</b>	
8. การลอยตัว เคลื่อนที่เข้าหาฝั่ง	8.1 การลอยตัว รอความช่วยเหลือ 8.2 การจับของที่คนโยนให้ 8.3 การกอดขวด หนีบขวด 8.4 การเคลื่อนที่เข้าหาฝั่ง

ที่มา: ดร.ยุวดี วิริยางกูร, สมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย

## การประเมินความสามารถของเด็ก

ก่อนการสอน ครูควรประเมินความสามารถของเด็กก่อน เพื่อให้ทราบว่าเด็กทำอะไรได้บ้าง ซึ่งจะทำให้ครูสามารถวางแผนการสอนได้

วิธีการที่แนะนำคือ 1) ครูสอบถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็กเอง เช่น อาการเจ็บป่วย การไ้ยา ปฏิกริยาเมื่อต้องพบกับสถานการณ์ใหม่ และ 2) ชวนเด็กเล่น แล้วสังเกตพฤติกรรม

ปัจจัยที่มีผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ คือ 1) ความสามารถในการรับรู้ 2) ความสามารถในการเคลื่อนไหว 3) ความกลัวน้ำ 4) ความกลัวสิ่งที่ไม่คุ้นเคย และ 5) ความสามารถในการว่ายน้ำของเด็กที่มีอยู่แล้ว ดังนั้นก่อนการสอน ครูจึงควรประเมินปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

■ การประเมินความเสี่ยงสำหรับการสอนบนบก

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน
<b>1. ข้อมูลด้านสุขภาพ</b>		
1.1 ปัญหาสุขภาพ	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็ก ว่าเด็กมีโรคประจำตัวอะไรบ้าง และรับประทานยาอะไรอยู่	หากเด็กมีโรคประจำตัว ครูผู้สอนและผู้ปกครองควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิด
1.2 อาการแพ้	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็ก ว่าแพ้อาหาร แพ้ยา หรือแพ้อะไรบ้าง	หากเด็กมีอาการแพ้ ครูผู้สอนและผู้ปกครองควรให้การดูแลอย่างใกล้ชิด
1.3 สุขภาพในวันนั้น	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็ก	เมื่อเด็กเจ็บป่วย ไม่สบายตัว แต่อธิบายอาการไม่ได้ เด็กจะไม่พร้อมเรียนรู้ และมีปัญหาพฤติกรรมมากขึ้น
<b>2. ประเมินความสามารถในการรับรู้ของเด็ก</b>		
2.1 ปัญหาด้านสติปัญญาด้านการรู้คิดวิเคราะห์	ทดสอบโดยให้เด็กเรียงวัตถุตามขนาดจากเล็กไปใหญ่ <b>การประเมิน</b> - ถ้าทำถูกในครั้งเดียว หรือเมื่อทำผิดได้ตัวเอง และแก้ไข โดยครูไม่ต้องบอก = ไม่มีปัญหาด้านการรู้คิดมากนัก - ถ้าทำผิด ครูบอกให้แก้ไข เด็กทำได้ในครั้งแรก หรือเมื่อทำผิด ครูบอกให้แก้ไข เด็กแก้ไขมากกว่า 1 ครั้ง และสุดท้ายถูกต้อง = มีปัญหาด้านการรู้คิด - เมื่อทำผิด ครูบอกให้แก้ไข เด็กแก้ไขมากกว่า 1 ครั้ง แต่ก็ยังไม่ถูก = มีปัญหาด้านการรู้คิดอย่างมาก	ถ้าเด็กมีปัญหาอย่างรุนแรงด้านการรู้คิด ครูต้องเฉลยสิ่งที่ถูกต้องหลายครั้ง ด้วยการจับมือทำให้ดูเป็นตัวอย่าง และใช้ของจริงในการสอน

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน
<p>2.2 ปัญหาด้านสติปัญญาด้านความจำ</p>	<p>ทดสอบโดย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ วางลูกบอล 4 สีให้เด็กดู นาน 30 วินาที จากนั้นหยิบลูกบอลส่งให้เด็กเรียงให้เหมือนตัวอย่าง</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>ถ้าเด็กทำได้ในครั้งแรก = ไม่มีปัญหาด้านความจำมากนัก หรือไม่มีเลย</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ถ้าครั้งแรกทำไม่ได้ ให้ลดลูกบอลลงเหลือ 3 ลูก</li> </ul> <p><u>การประเมิน</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำได้ในครั้งแรก</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>= มีปัญหาด้านความจำ</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำไม่ได้เลย</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>= มีปัญหาด้านความจำอย่างมาก</p> </div>	<p>ถ้าเด็กมีปัญหาด้านความจำ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ควรสอนซ้ำ ๆ ทุกวันเป็นเวลานาน</li> <li>▪ ใช้สื่อการสอนที่ช่วยให้เด็กไม่ต้องใช้ความจำของตัวเอง</li> </ul>
<p>2.3 ปัญหาด้านความจดจำ/สมาธิ</p>	<p>ชวนเด็กเล่นสิ่งที่เด็กชอบ แล้วสังเกตว่า เวลาทำกิจกรรมหรือชวนคุยในเรื่องที่เด็กชอบ เด็กจดจำกับเรื่องนั้น (โดยไม่เปลี่ยนเรื่อง) ได้นานกี่นาที</p> <p><u>การประเมิน</u></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>ถ้าเด็กอยู่นิ่งได้น้อยกว่า 1 นาที = เด็กคนนั้น น่าจะมีอาการสมาธิสั้น</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ควรแบ่งการทำกิจกรรมออกเป็นช่วงสั้น ๆ</li> <li>▪ ควรใช้สิ่งที่เด็กชอบ</li> <li>▪ ควรเตือน/ดึงความสนใจบ่อย ๆ</li> </ul>
<p><b>3. ประเมินความสามารถด้านภาษาและการสื่อสาร</b></p>		
<p>3.1 เด็กมีปัญหาทางด้านภาษาและการสื่อสาร</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สังเกตว่า เด็กได้ยินหรือไม่ เช่น เมื่อครูเรียกแล้วเด็กไม่หัน</li> <li>▪ สังเกตว่า เด็กเข้าใจคำพูดหรือไม่ เช่น ครูพูดว่าไม่หรือห้าม เด็กหยุดกิจกรรมนั้นหรือไม่</li> <li>▪ สังเกตว่า เด็กตอบตรงคำถามหรือไม่ เช่น ถามว่า วันนี้ใครมาส่ง</li> </ul>	<p>ควรปรับภาษาให้อยู่ในระดับที่เด็กเข้าใจได้ และควรสื่อสารผ่านหลายช่องทาง เช่น สื่อทางสายตา การลงมือปฏิบัติ</p>

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน
<b>4. ประเมินความกลัวสิ่งที่ไม่คุ้นเคย</b>		
4.1 ความกลัว วัตถุใหม่ ๆ หรือ กลัวสถานที่ใหม่ ๆ	ถามเด็ก/ผู้ปกครอง และการสังเกต พฤติกรรมของเด็ก เช่น ร้องไห้ แสดง ท่าทีตื่นกลัว แอบอยู่หลังพ่อแม่ ไม่ให้ ความร่วมมือในการทำกิจกรรม	หากเด็กกลัวสิ่งที่ไม่คุ้นเคย ควรให้ ผู้ปกครองช่วยเตรียมตัวเด็กล่วงหน้า โดยใช้การเล่าเป็นเรื่องราวเพื่อบอก ให้เด็กรู้ล่วงหน้าว่าเขาจะต้องเจอกับ อะไร วันไหน
4.2 กลัวคน แปลกหน้า	ถามเด็ก/ผู้ปกครอง และการสังเกต พฤติกรรมของเด็ก	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ครูขอให้พ่อแม่ ผู้ดูแลที่เด็กคุ้นเคย อยู่ด้วยในช่วงแรก แล้วค่อย ๆ ถอยออกเมื่อเด็กเริ่มคุ้นเคยกับครู</li> <li>▪ ครูอาจใช้วัตถุที่เด็กคุ้นเคย (ชอบมาก) เป็นตัวเชื่อมโยง ระหว่างครูกับเด็กก็ได้</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

#### ▪ การประเมินความเสี่ยงสำหรับการสอนปฏิบัติในน้ำ

นอกจากการประเมินความเสี่ยงสำหรับการสอนบนบกในตารางข้างต้นแล้ว หากมีการ  
นำเด็กไปฝึกปฏิบัติในน้ำ จะต้องประเมินเพิ่มเติม ดังนี้

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน
<b>1. ข้อมูลด้านสุขภาพ</b>		
1.1 ปัญหาสุขภาพ	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็กเองว่า เด็กมีอาการชัก โรคทางเดินหายใจ หอบ หืด ไอเรื้อรัง หายใจลำบาก โรคหัวใจ เหนื่อยง่าย หูอักเสบ แผลเปิด โรคผิวหนัง เป็นไข้ หรือไม่  <u>หมายเหตุ</u> ถ้าวันนั้น เด็กป่วยอยู่ ไม่ควรพาลงน้ำ เพราะเด็กอาจ “บอก” ไม่ได้ แล้วเกิดความเจ็บป่วยรุนแรงตามมา	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หากเด็กมีโรคหัวใจ หรือโรค ทางเดินหายใจ หรือมีอาการชัก ควรได้รับการอนุญาตจากแพทย์ ก่อนเริ่มเรียนเสมอ</li> <li>▪ ควรให้ผู้ปกครองดูแลอย่างใกล้ชิด หรือให้ลงไปช่วยดูแลเด็กในน้ำ</li> <li>▪ หากเด็กมีอาการชัก หรือแผลเปิด หรือหูอักเสบ หรือโรคผิวหนัง หรือ เป็นไข้ ไม่ควรให้เด็กลงไปฝึกปฏิบัติ ในน้ำ</li> </ul>
1.2 อาการแพ้	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็กเองว่า มีอาการแพ้คลอรีนที่อยู่ในสระว่ายน้ำ หรือไม่	หากเด็กมีอาการแพ้คลอรีน ไม่แนะนำให้ ให้เด็กลงไปฝึกปฏิบัติในน้ำ

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน		
1.3 การควบคุมการขยับถ่ายขณะลงไปในน้ำ (ปีสภาวะอุจจาระ)	ถามผู้ปกครอง หรือครู ว่าเด็กสามารถกลั้นการขยับถ่าย และสามารถบอกความต้องการได้หรือไม่  <u>หมายเหตุ</u> ไม่ว่าจะควบคุมได้หรือไม่ ครูต้องย้ำด้วย “สื่อทางสายตา” บ่อย ๆ เป็นประจำว่า “เมื่อปวด ขอให้บอกครูแล้วไปถ่ายในห้องน้ำ ห้ามอ๊อ ห้ามฉี่ลงสระ”	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ควรให้ผู้ปกครองช่วยเตรียมตัวเด็กล่วงหน้า โดยสอนเรื่องการขยับถ่ายก่อน</li> <li>■ หากเด็กไม่สามารถควบคุมการขยับถ่ายได้ ไม่ควรให้เด็กลงน้ำ ยกเว้นเด็กสามารถใส่ผ้าอ้อมเด็กสำเร็จรูปที่กันน้ำได้</li> </ul>		
1.4 มีประจำเดือน	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็กเองว่าเด็กมีประจำเดือนหรือไม่	หากเด็กมีประจำเดือนอยู่ ไม่ควรให้เด็กลงไปฝึกปฏิบัติในน้ำ		
<b>2. ประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหว</b>				
2.1 เด็กเคลื่อนไหวอวัยวะแต่ละส่วนได้คล่องแคล่ว	สังเกตว่า ศีรษะและคอ มือและแขนขาและเท้า มีการเคลื่อนไหวคล่องแคล่วเหมือนเด็กทั่วไป หรือติดขัดบ้างหรือเคลื่อนไหวได้น้อยมาก	ควรย่อยงานให้เป็นขั้นตอนที่ละเอียดมากขึ้น แล้วสอนทีละขั้นอย่างช้า ๆ สอนด้วยการจับมือทำ หรือปรับกิจกรรมให้ง่ายขึ้น		
2.2 เด็กเคลื่อนไหวอวัยวะหลายส่วนในเวลาเดียวกัน	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กกระโดดตบ                             <table border="1" data-bbox="533 1245 954 1462"> <tr> <td>ระดับง่าย: มือตบกันที่ด้านบน และขาชิดกันที่ด้านล่าง</td> </tr> <tr> <td>ระดับยาก: มือตบกัน แต่กางขาออก</td> </tr> </table> </li> </ul> แล้วสังเกตว่า (1) เด็กทำได้คล่องแคล่ว หรือติดขัดบ้าง หรือเคลื่อนไหวไม่ตรงหรือทำท่าสับสน (2) การทรงตัวดี หรือเซ/ล้ม หรือทำไม่ได้เลย/ไม่ยอมทำ <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กเตะบอล และสังเกตว่า                              (1) เด็กทำได้คล่องแคล่ว หรือติดขัดบ้าง หรือเคลื่อนไหวส่วนอื่นด้วย                              (2) การทรงตัวดี หรือเซ/ล้ม หรือหยุดยืนก่อนเตะ</li> </ul>	ระดับง่าย: มือตบกันที่ด้านบน และขาชิดกันที่ด้านล่าง	ระดับยาก: มือตบกัน แต่กางขาออก	ควรย่อยงานให้เป็นขั้นตอนที่ละเอียดมากขึ้น แล้วสอนทีละขั้นอย่างช้า ๆ สอนด้วยการจับมือทำ หรือปรับกิจกรรมให้ง่ายขึ้น ใช้อุปกรณ์/วิธีการช่วยพยุงตัว
ระดับง่าย: มือตบกันที่ด้านบน และขาชิดกันที่ด้านล่าง				
ระดับยาก: มือตบกัน แต่กางขาออก				

	วิธีการประเมิน	วิธีการสอน
<b>3. ประเมินภาวะกลัวน้ำ</b>		
3.1 ประวัติการจมน้ำ หรือ ความกลัวน้ำ	ถามผู้ปกครอง ครู หรือตัวเด็กเองว่า เคยจมน้ำหรือสำลักน้ำไหม	<ul style="list-style-type: none"> <li>หากเด็กเคยมีประวัติจมน้ำ หรือ สำลักน้ำ มักมีความกลัวน้ำ หรือ ความเครียดเมื่อเข้าใกล้ น้ำ</li> <li>ผู้สอนต้องเริ่มด้วยการลดความกลัว มากกว่าการสอนทักษะ เช่น เริ่มจากทำกิจกรรมใกล้ น้ำ ให้เด็ก ดูว่า เพื่อน ๆ เล่นน้ำอย่างปลอดภัย ที่สำคัญอย่าฝืน หากเด็กเกิด อากักรกลัว</li> </ul>
3.2 การยอมให้ หน้าโดนน้ำ เมื่อ สระผม ล้างหน้า	สังเกตพฤติกรรมว่า เด็กไม่มีปัญหา เวลาหน้าโดนน้ำ <u>หรือมีท่าทางอึดอัด</u> <u>หรือไม่ยอมให้หน้าโดนน้ำ</u> (ร้องไห้ อาละวาด วิ่งหนี)	<p>หากพบว่าเด็กกลัวน้ำ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ควรให้ผู้ปกครองช่วยเตรียมตัวเด็ก ก่อนลงน้ำ โดยใช้การเล่าเรื่องราว (ด้วยภาพ) เพื่อบอกให้เด็กรู้ล่วงหน้า ว่าเขาจะต้องเจอกับอะไร</li> <li>ทำให้เด็กคุ้นเคยกับกลิ่น สัมผัส อุณหภูมิของน้ำ ทำกิจกรรมที่ เด็กชอบในสระ</li> <li>ควรใช้กิจกรรมที่สนุกสนานที่ช่วย ให้เด็กคุ้นเคยกับน้ำ</li> </ul>
3.3 การยอมลงน้ำ	สังเกตพฤติกรรมว่า เวลาลงน้ำ เด็กไม่มีปัญหา <u>หรือมีท่าทางอึดอัด</u> (เกาะผู้ใหญ่แน่น ไม่ยอมปล่อยมือจากบันไดลงสระ) <u>หรือไม่ยอมลงน้ำ</u> (ร้องไห้ อาละวาด วิ่งหนี)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ทำกิจกรรมที่เด็กชอบมากที่ บันไดสระหรือข้างสระ</li> <li>ใช้มือเปียกน้ำลูบใบหน้าของเด็ก</li> <li>ตักน้ำราดแขน ไหล่ ต้นคอ และ ศีรษะ (ด้านหลัง) ของเด็ก</li> <li>ควรใช้กิจกรรมที่สนุกสนานที่ช่วย ให้เด็กคุ้นเคยกับน้ำ</li> </ul>
3.4 การยอมดำน้ำ	สังเกตพฤติกรรมว่า เวลาดำน้ำ เด็กไม่มีปัญหา <u>หรือมีท่าทางอึดอัด/ลังเล</u> <u>หรือไม่ยอมดำน้ำ</u> (ร้องไห้ อาละวาด ขึ้นจากน้ำ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ควรใช้กิจกรรมที่สนุกสนานที่ช่วย ให้เด็กคุ้นเคยกับน้ำ</li> <li>ค่อย ๆ ไต่ระดับจากการให้ปาก อยู่ระดับผิวน้ำ จมกอยู่ระดับผิวน้ำ หลับตาอยู่ระดับผิวน้ำ ฯลฯ</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## หลักการสอนแบบ 3R (Repetition, Routine, และ Relaxation)

หลักการสอนแบบ 3R ประกอบด้วย Repetition, Routine, และ Relaxation

การสอนซ้ำ (Repetition)	การสอนอย่างสม่ำเสมอจนเป็นกิจวัตร (Routine)	การสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย (Relaxation)
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การสอนซ้ำในเรื่อง หรือเนื้อหาเดิม เด็กจะเข้าใจมากขึ้น และจำเรื่องที่เรียนได้ดีขึ้น</li> <li>■ อย่างไรก็ตาม การสอนซ้ำไม่ใช่การสอนเรื่องเดิมด้วยวิธีเดิม แต่เป็นการสอนเรื่องเดิมโดยใช้วิธีการสอนที่หลากหลาย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้โดยใช้ประสาทสัมผัสหลายช่องทาง เช่น สอนด้วยการพาไปสถานที่จริง การเปิดวีดิทัศน์ การใช้ภาพ ฯลฯ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จัดตารางให้เด็กได้เรียนรู้เรื่องนั้น ในวันเวลาเดิม ๆ จนเป็นกิจวัตร เด็กจะเกิดความเคยชินว่า เขาต้องเรียนรู้หรือทบทวนสิ่งนั้นในวันเวลานั้น</li> <li>■ วิธีการนี้ ทำให้เด็กได้ทบทวนเรื่องที่ครูสอนบ่อยขึ้น และเด็กยังสามารถจัดการตัวเองได้โดยครูไม่ต้องเตือนหรือบังคับด้วย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สร้างบรรยากาศในการสอนให้สนุก ตื่นเต้น น่าติดตาม</li> <li>■ สร้างสัมพันธ์กับผู้เรียน (เช่น ทักทายนักเรียนด้วยการเรียกชื่อ)</li> <li>■ ออกแบบกิจกรรมในน้ำให้สนุกสนาน เช่น ฝึกเก็บบอลในน้ำตื้น ฝึกเป่าบอลในน้ำ ฝึกเก็บของใต้น้ำ (หากนักเรียนดำน้ำได้)</li> <li>■ การเสริมแรงทางบวก*</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

### หมายเหตุ

\* ตัวเสริมแรง หมายถึง สิ่งของ ของกิน กิจกรรม คำชม เบี้ยอรรถกร (เช่น ดาว แด้ม คุปอง คะแนนสะสม เงิน) หรืออะไรก็ได้ที่เด็กชอบ โดยเลือกใช้ตัวเสริมแรงตามความชอบ และความสนใจของแต่ละคน ทั้งนี้ ควรคำนึงถึงความถี่ในการเสริมแรง เพราะจุดมุ่งหมายสูงสุด คือ การลดและหยุดให้ตัวเสริมแรง เพื่อให้เด็กทำพฤติกรรมนั้น ๆ โดยที่ไม่ต้องได้รับตัวเสริมแรง

## เทคนิคการสอน

การสอนให้บุคคลที่มีความต้องการพิเศษเรียนรู้ได้ ครูต้องสอนเนื้อหาอย่างชัดเจน เรียงลำดับเนื้อหาและกิจกรรมอย่างดี สอนแบบค่อยเป็นค่อยไป ไม่เปิดโอกาสให้เด็กทำผิด และหมั่นสังเกตปฏิกิริยาของเด็กว่าเขาได้เรียนรู้ขั้นตอนนั้นแล้วหรือยัง หากเด็กได้เรียนรู้แล้ว ครูจึงจะสอนขั้นตอนต่อไปได้

เทคนิคการสอน	รายละเอียด
การสอนอย่างชัดเจน	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูตั้งเป้าหมายให้ชัดเจนว่าจะสอนเรื่องอะไร เรียงลำดับเนื้อหาและกิจกรรมที่เด็กต้องทำ และเตรียมสื่อการสอนที่เหมาะสม</li> <li>■ เมื่อถึงเวลาสอน ครูสอนเนื้อหานั้นอย่างเจาะจงและชัดเจน ไม่สอนวกไปวนมา โดยใช้ 5 ขั้นตอนดังนี้               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ทบทวนความรู้เดิม เพื่อเชื่อมโยงเข้าสู่ความรู้ใหม่ที่ครูกำลังจะสอน</li> <li>2) อธิบายเนื้อหานั้นอย่างเจาะจงและชัดเจน แล้วยกตัวอย่างจำนวนมาก สาธิตให้ดู</li> <li>3) ครูและนักเรียนฝึกปฏิบัติไปด้วยกัน</li> <li>4) ขณะทำด้วยกัน ครูตรวจสอบว่านักเรียนเข้าใจหรือไม่ ทำได้ถูกต้องหรือไม่ หากนักเรียนทำได้ถูกต้อง ครูชมเชย แต่ถ้าทำไม่ถูกต้อง ครูให้คำแนะนำและแก้ไขให้ถูกต้อง</li> <li>5) หากนักเรียนเข้าใจหรือทำได้แล้ว ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติด้วยตัวเอง เพื่อเพิ่มความชำนาญ</li> </ol> </li> </ul>
การแต่งพฤติกรรม	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เทคนิคนี้เหมาะจะใช้กับกิจกรรมที่ต้องสอนทีละขั้น</li> <li>■ ครูเริ่มจากการสอนขั้นตอนที่ 1 จนกว่าเด็กจะทำได้ จึงจะสอนขั้นตอนที่ 2 ต่อไป เช่น ครูเริ่มสอนจากทำความคุ้นเคยกับน้ำ จากนั้นจึงสอนการเป่าลมในน้ำ ดังนั้น หากเด็กยังไม่คุ้นเคยกับน้ำ ครูก็ไม่ควรสอนเรื่องการเป่าลมในน้ำ</li> </ul>
การใช้ตัวแบบ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การให้บุคคลอื่นแสดงพฤติกรรมเป็นตัวอย่าง เพื่อให้เด็กทำตาม วิธีการนี้ช่วยให้เด็กเข้าใจได้ง่ายขึ้นว่าครูต้องการให้เขาทำอะไร</li> <li>■ อย่างไรก็ตาม ตัวแบบจะได้ผล เมื่อเด็กมองตัวแบบอยู่ ดังนั้นครูจึงต้องอธิบายสิ่งที่ครูอยากให้ทำอย่างชัดเจน</li> </ul>
การใช้ระบบบัดดี้	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูอาจมอบหมายให้เพื่อนที่เด็กชอบ หรือเพื่อนที่มีน้ำใจ เป็นบัดดี้ของเด็ก</li> <li>■ การมีบัดดี้จะทำให้เด็กมีคนที่คอยดูแล ช่วยเหลือ และให้คำแนะนำ รวมทั้งเด็กยังน่าจะรู้สึกภูมิใจและกล้าทำมากขึ้น</li> </ul>

เทคนิคการสอน	รายละเอียด
การกระตุ้นเตือน	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การกระตุ้นเตือนทางกาย เช่น ครูอาจจับขาของเด็ก (บริเวณใต้เข่า) แล้วขยับขึ้นลง เพื่อให้เด็กรู้จักวิธีเตะขาที่ถูกต้อง</li> <li>■ การกระตุ้นเตือนด้วยการแตะตัว (แตะร่างกายของเด็กบางส่วน) เช่น ครูแตะหัวเข่าเป็นการเตือนให้เด็กเตะขา</li> <li>■ การกระตุ้นเตือนด้วยวาจา เช่น ใช้เสียงเพื่อกระตุ้นให้เด็กทำ</li> <li>■ การกระตุ้นเตือนด้วยท่าทาง เช่น ครูยึดแขนไปข้างหน้าแล้วโบกขึ้นลงพร้อมพยักหน้า เพื่อบอกให้นักเรียนเตะขา</li> </ul>
การสอนในสถานการณ์จริง	เมื่อสอนในห้องเรียนแล้ว ควรนำเด็กไปสอนในสถานการณ์จริง เพื่อให้เด็กเข้าใจและนำเรื่องที่ครูสอนไปใช้ได้จริง

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## สื่อทางสายตา

สื่อทางสายตา หรือการรับรู้ผ่านการมอง (Visual Strategies) คือ สิ่ง que เด็กสามารถมองเห็นได้ วิธีการนี้จะช่วยให้เด็กที่มีความต้องการพิเศษสามารถเรียนรู้และจำสิ่งที่สอนได้ดีขึ้น เพราะการฟังเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะทำให้เด็กสามารถเข้าใจและเรียนรู้สิ่งที่สอนได้

สื่อทางสายตามีหลายรูปแบบ โดยแบ่งออกเป็น 4 ประเภท เรียงจากเข้าใจง่ายที่สุดไปถึงเข้าใจยาก

ประเภท	รายละเอียด
1. การจับมือทำ หรือการทำให้ดูเป็นตัวอย่าง	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เป็นสื่อทางสายตาที่เด็กเข้าใจได้ง่ายที่สุด</li> <li>■ เมื่อครูสอนแล้วบอกให้เด็กทำ แต่เด็กไม่ตอบสนอง ครูอาจจับมือเด็กทำสิ่งนั้นเลย</li> <li>■ การทำให้ดูเป็นตัวอย่างคือ ครูหรือเพื่อนแสดงพฤติกรรมนั้นให้ดู เพื่อให้เด็กทำตาม</li> </ul>
2. ของจริง หรือแบบจำลอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เป็นวิธีที่ดีในการสอนคำศัพท์และบอกเงื่อนไข เช่น ครูต้องการสอนให้เด็กรู้จักคำว่า "น้ำ" ครูอาจพาเด็กไปที่สระว่ายน้ำ นั่งที่ขอบสระนำชาจุ่มน้ำ และพูดว่าน้ำ</li> <li>■ กรณีที่ใช้ของจริงไม่ได้ สามารถเลือกใช้แบบจำลองแทน เช่น การกระโดดลงน้ำเป็นอันตราย ครูอาจใช้ตุ๊กตาแสดงท่าทางที่เป็นอันตราย แล้วสอนเด็กว่า "ไม่ควรทำ"</li> </ul>

ประเภท	รายละเอียด
3. ภาพ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพถ่าย ภาพการ์ตูน หรือภาพลายเส้นง่าย ๆ ที่ครูวาดขึ้นเองก็ได้</li> <li>■ ครูต้องอธิบายให้เด็กเข้าใจว่า ภาพนั้นหมายถึงอะไร หลังจากนั้นครูจึงจะใช้ภาพนั้นได้โดยไม่ต้องอธิบาย</li> </ul>
4. ตัวหนังสือ ตัวเลข หรือสัญลักษณ์	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สำหรับบุคคลที่มีความต้องการพิเศษ ถือเป็นสื่อทางสายตาที่เข้าใจยากที่สุด</li> <li>■ เด็กต้องเข้าใจความหมายของสัญลักษณ์นั้น หรืออ่านหนังสือได้ จึงจะเข้าใจสื่อเหล่านั้นและปฏิบัติตามได้</li> <li>■ ครูอาจนำตัวหนังสือ ตัวเลข สัญลักษณ์มาใช้ในป้ายเตือน ป้ายกติกา บัตรคำศัพท์</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## การปรับการสอนให้เหมาะสมกับเด็ก

### ตัวอย่างการสอนให้เหมาะสมกับระดับการใช้ภาษา

การสอนเด็กที่ไม่มีปัญหาด้านการใช้ภาษา (พูดได้มาก)	การสอนเด็กที่มีปัญหาด้านการใช้ภาษา (พูดได้น้อย หรือพูดไม่ได้เลย)
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ หลังจากสอนว่า “อย่าก้มเก็บของในน้ำ” ครูต้องการตรวจสอบว่าเด็กเข้าใจหรือไม่ ครูอาจให้เด็กพูดคุยว่า เด็กเคยเห็นเพื่อนทำพฤติกรรมเหล่านี้ หรือตัวเองเคยทำพฤติกรรมเหล่านี้หรือไม่ ทำอย่างไร ควรทำหรือไม่</li> <li>■ เด็กที่พูดได้คล่องแคล่ว จะสามารถอธิบายสิ่งที่ตัวเองคิด หรือเข้าใจได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ หลังจากสอนว่า “อย่าก้มเก็บของในน้ำ” ครูทำให้ดู เปิดวิดีโอที่บันทึกให้ตุ๊กตาทำพฤติกรรมนั้น หรือยกภาพพฤติกรรมนั้น แล้วให้เด็กยกป้ายว่า "ถูก" หรือ "ผิด"</li> <li>■ นอกจากนี้ ครูควรสังเกตพฤติกรรมของเด็กในชีวิตจริงด้วยว่า เด็กแสดงพฤติกรรมเสี่ยงที่ครูสอนหรือไม่</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## ตัวอย่างการสอนให้เหมาะสมกับระดับความเข้าใจภาษา

การสอนเด็กที่เข้าใจคำพูดได้ค่อนข้างมาก	การสอนเด็กที่เข้าใจภาษาพูดค่อนข้างน้อย
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เมื่อครูสอนเรื่อง "พฤติกรรมเสี่ยง" ครูควรสอนครั้งละ 1 พฤติกรรม โดยใช้สื่อทางสายตาให้มากที่สุด และยกตัวอย่างจำนวนมาก เพื่อให้มั่นใจว่า เด็กเข้าใจสิ่งนั้นจริง ๆ เช่น พฤติกรรมไม่ก้มเก็บของในน้ำ ครูอาจสอนโดยอธิบาย ทำท่าให้ดู เปิดวิดีโอที่คน ชูภาพเด็กเก็บของในน้ำ พร้อมเครื่องหมายผิดสีแดง แล้วตรวจสอบความเข้าใจ โดยครูทำท่าให้ดูหรือใช้ตุ๊กตาแสดงพฤติกรรมเก็บของในน้ำ เพื่อให้เด็กตอบว่าพฤติกรรมที่ครูหรือตุ๊กตาทำนั้น "ถูก" หรือ "ผิด" (ตอบด้วยคำพูด ท่าทาง หรือการยกป้ายก็ได้)</li> <li>■ หลังจากนั้น ครูตรวจสอบว่าเด็กนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ในห้อง ไปใช้ในชีวิตจริงได้หรือไม่ เช่น ครูคอยสังเกตว่า เมื่ออยู่ในบริเวณสระว่ายน้ำ เด็กก้มลงไปหยิบของเล่นที่ลอยอยู่ในน้ำหรือไม่</li> </ul> <p><u>การฝึกปฏิบัติในน้ำ</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูใช้สื่อทางสายตาเพื่อสอนคำสำคัญ เช่น                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● ครูพูดว่าไปลงสระว่ายน้ำกัน พร้อมยกภาพสระว่ายน้ำ หรือจูงมือเด็กไปที่สระว่ายน้ำ</li> <li>● ครูบอกว่าดีชา แล้วครูยกขาเด็กขึ้นและลงในท่าดีชา</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เมื่อครูสอนเรื่อง "พฤติกรรมเสี่ยง" ครูสามารถบอกด้วยคำพูด หรือครูอาจใช้ภาพร่วมด้วย เพื่อให้เด็กทราบว่า พฤติกรรมใดบ้างที่ไม่ควรทำ แล้วอธิบายถึงอันตรายที่อาจเกิดจากพฤติกรรมนั้น</li> <li>■ จากนั้น ชวนเด็กพูดคุยเรื่องพฤติกรรมเสี่ยง และอันตรายที่อาจเกิดขึ้น</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

**ตัวอย่างการสอนเด็กที่มีปัญหาด้านการรู้คิด**

การสอนเด็กที่ไม่มีปัญหาด้านการรู้คิด	การสอนเด็กที่มีปัญหาด้านการรู้คิด
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูสามารถสอนเนื้อหาปริมาณมาก เพื่อให้เด็กนำไปวิเคราะห์และปรับใช้ในสถานการณ์ของตัวเอง เช่น ครูสอนเรื่องความแตกต่างระหว่าง "เสื้อชูชีพ" และ "เสื้อพุงตัว" แล้วสอนว่าเสื้อชูชีพจะช่วยให้เด็กหงายหน้าขึ้น ในขณะที่เสื้อพุงตัวช่วยทำให้เด็กลอยตัวได้ แต่จะไม่ช่วยให้พลิกหน้าหงายขึ้น เด็กจึงมีโอกาสหน้าคว่ำในน้ำ ดังนั้นเด็ก ๆ จึงต้องจัดทำของตัวเองให้เหมาะกับเสื้อแต่ละประเภท</li> <li>■ จากนั้น ครูจึงสอนวิธีการเลือกเสื้อชูชีพและวิธีการใส่ที่ถูกต้อง</li> </ul> <p><u>การฝึกปฏิบัติในน้ำ</u> ครูสอนเด็กว่าการลงสระว่ายน้ำทำได้ 2 วิธี คือ การเดินถอยหลังลงบันได และการนั่งที่ขอบสระแล้วหย่อนตัวลงสระบริเวณน้ำตื้น แล้วให้เด็กเลือกตามความถนัด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูควรสอนเนื้อหาที่สั้นและง่าย เพื่อให้เด็กจำได้และเกิดประโยชน์จริง ๆ เช่น ครูสอนว่าเสื้อช่วยลอยตัวมี 2 แบบ แต่ไม่ว่าจะใช้แบบไหน                         <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ต้องใส่เสื้อเหล่านี้ทุกครั้งทีลงน้ำ</li> <li>2) ต้องเลือกเสื้อที่ขนาดพอดีตัว</li> <li>3) ต้องเลือกเสื้อที่ไม่ชำรุด</li> <li>4) ต้องล็อกตัวล็อกให้ครบทุกจุด โดยเฉพาะสายคล้องขา</li> </ol> </li> </ul> <p><u>การฝึกปฏิบัติในน้ำ</u> ครูสอนวิธีเดียวที่ครูมั่นใจว่า เหมาะสมสำหรับเด็กคนนั้น เช่น สอนให้เด็กลงสระว่ายน้ำทางบันได</p>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

**ตัวอย่างการปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับระดับสมาธิ**

การสอนเด็กที่ไม่มีปัญหาด้านสมาธิ	การสอนเด็กที่จดจ่อได้ไม่นาน
<p>ครูอธิบายเกี่ยวกับแหล่งน้ำเสี่ยงแบบต่าง ๆ และยกตัวอย่างจำนวนมาก เช่น บ่อเลี้ยงปลา บ่อน้ำ ถังบรรจุน้ำ สระน้ำพลาสติก คลอง แม่น้ำ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูให้เด็กบอกแหล่งน้ำในโรงเรียนว่ามีอะไรและอยู่ที่ใดบ้าง</li> <li>■ จากนั้นครูพานักเรียนเดินสำรวจแหล่งน้ำต่าง ๆ ตามที่นักเรียนบอก พร้อมอธิบายถึงความเสี่ยงของแหล่งน้ำต่าง ๆ ไปด้วย (การได้เคลื่อนไหวไปด้วยจะทำให้เด็กจดจ่อได้นานขึ้น)</li> </ul>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## ตัวอย่างการปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับระดับความจำ

การสอนเด็กที่ไม่มีปัญหาด้านความจำ	การสอนเด็กที่มีปัญหาด้านความจำ
<p>เมื่อครูสอนให้เด็กใส่เสื้อชูชีพ ครูอธิบายว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ เด็ก ๆ ต้องเลือกเสื้อชูชีพที่พอดีตัว (ไม่เล็กหรือใหญ่เกินไป)</li> <li>■ วิธีใส่คือ สอดแขนใส่เสื้อทั้ง 2 ข้าง แล้วล็อก 4 จุด คือ ด้านบน กลางลำตัว และสายคล้องขา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูใช้การวิเคราะห์งาน แล้วใช้บัตรภาพบอกขั้นตอนการใส่เสื้อชูชีพ พร้อมอธิบายอย่างกระชับ เข้าใจง่าย</li> <li>■ สอนด้วยหลักการสอน 3R (สอนซ้ำ ๆ สอนจนเป็นกิจวัตร และสอนให้สนุกผ่อนคลาย)</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ภาพเด็กเลือกเสื้อชูชีพ พร้อมอธิบายว่า "เลือกเสื้อชูชีพที่พอดีตัว"</li> <li>2) ภาพเด็กสวมเสื้อชูชีพ พร้อมอธิบายว่า "สอดแขน 2 ข้าง ใส่เสื้อชูชีพ"</li> <li>3) ภาพเด็กล็อกตัวล็อก พร้อมอธิบายว่า "ล็อก 4 จุด"</li> <li>4) ภาพเด็กล็อกตัวล็อกจุดที่ 1 พร้อมอธิบายว่า "ล็อก 1 ด้านบน"</li> <li>5) ภาพเด็กล็อกตัวล็อกจุดที่ 2 พร้อมอธิบายว่า "ล็อก 2 กลางลำตัว"</li> <li>6) ภาพเด็กล็อกตัวล็อกจุดที่ 3 พร้อมอธิบายว่า "ล็อก 3 สายคล้องขาด้านซ้าย"</li> <li>7) ภาพเด็กล็อกตัวล็อกจุดที่ 4 พร้อมอธิบายว่า "ล็อก 4 สายคล้องขาด้านขวา"</li> </ol>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## ตัวอย่างการปรับวิธีการสอน/สื่อ/อุปกรณ์ให้เหมาะสมกับความสามารถในการเคลื่อนไหว

การสอนเด็กที่ไม่มีปัญหากล้ามเนื้อ	การสอนเด็กที่มีปัญหากล้ามเนื้อ
<p>ครูสอนให้เด็กใส่เสื้อชูชีพ โดยให้ใส่ตัวล็อกด้วยตัวเองให้ครบทุกจุด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ครูย่อยงาน "การใส่เสื้อชูชีพ" ให้เป็นขั้นตอนเล็ก ๆ แล้วให้เด็กทำทีละขั้นตอน</li> <li>■ เมื่อเด็กติดขัดที่ขั้นตอนใด (เช่น การเสียบตัวล็อกเข้าหากัน) ครูให้เด็กฝึกทำขั้นตอนนั้นซ้ำ ๆ จนกว่าเด็กจะเกิดความชำนาญ</li> <li>■ ครูอาจเปลี่ยนตัวล็อกจากคลิปเป็นตีนตุ๊กแก/หนามเตย เพื่อให้เด็กที่กล้ามเนื้อมีปัญหาสามารถติดและถอดด้วยตัวเองได้ง่ายและเร็วขึ้น</li> </ul> <p><u>การฝึกปฏิบัติในน้ำ</u></p> <p>หากเด็กมีปัญหาด้านการเคลื่อนไหวว้าวะบางส่วน หรือไม่สามารถเคลื่อนไหวว้าวะหลายส่วนพร้อมกันกันได้อย่างคล่องแคล่ว มี 3 ทางเลือก คือ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ฝึกให้เด็กเคลื่อนไหวว้าวะส่วนนั้น หรือ ว้าวะเหล่านั้นพร้อมกันให้คล่องแคล่วมากขึ้น</li> <li>2) ครูฝึกให้เด็กใช้อุปกรณ์ช่วยพยุงสภาพของภาวะบกพร่องนั้น</li> <li>3) ปรับกิจกรรมที่เด็กต้องทำให้ง่ายลงหรือสั้นลง เพื่อช่วยให้เด็กสามารถทำกิจกรรมนั้นได้ (หากยากเกินไป ครั้งต่อไป เด็กจะไม่ยอมมาเรียนหรือไม่ยอมทำสิ่งที่ครูสั่ง)</li> </ol>

ที่มา: คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก, Save the Children, 2564

## การประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลเด็กที่มีความต้องการพิเศษ นิยมใช้การประเมินตามสภาพจริง คือ การให้เด็กปฏิบัติในสถานการณ์จริงเพื่อตรวจสอบว่าเด็กเข้าใจและทำได้ตามครูสอนหรือไม่ และการเก็บผลงานตั้งแต่เริ่มสอนจนถึงสิ้นสุดการสอน เพื่อเปรียบเทียบการพัฒนาหรือการได้เรียนรู้มากขึ้นเพียงใด

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

## บทที่ 5

### การติดตามและประเมินผล

การติดตามและประเมินผลเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้การดำเนินงานป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิเศษ (เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก) เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง โดยเฉพาะในระดับชุมชน ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เด็กอาศัยอยู่และมีกิจกรรมประจำวันร่วมกับครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และสิ่งแวดล้อมรอบตัว

การประเมินผลจะช่วยให้ชุมชนสามารถตรวจสอบความก้าวหน้าในการดำเนินงาน ทั้งผลการดำเนินงาน ปัญหา อุปสรรค และนำข้อมูลที่ได้มาพัฒนาแนวทางให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ทั้งในด้านการเฝ้าระวัง ดูแล การให้ความรู้/ทักษะ และการจัดการสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยสำหรับเด็กพิเศษ

#### ตัวอย่างแนวทางการติดตามประเมินผลในแต่ละประเด็น

##### 1. การดำเนินงานของเครือข่าย

กิจกรรม	มี	ไม่มี
แผนปฏิบัติการป้องกันการจมน้ำในพื้นที่		
การจัดตั้งคณะทำงานหรือเครือข่ายป้องกันการจมน้ำในเด็กพิเศษในพื้นที่		
การประชุม วางแผน และกำหนดบทบาทหน้าที่ของแต่ละหน่วยงาน หรือในชุมชน		
การอบรมบุคลากรของเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เช่น เจ้าหน้าที่ ครู อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) อาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน (อปพร.)		
การอบรมถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้ปกครอง ผู้ดูแล หรือคนในชุมชน		
การจัดกิจกรรม/รณรงค์เพื่อส่งเสริมความปลอดภัยและป้องกันการจมน้ำในชุมชน		

## 2. การเฝ้าระวังและการดูแลเด็ก

กิจกรรม	มี	ไม่มี
ผู้ปกครอง ผู้ดูแล และชุมชน จัดให้มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัย (Playpen)/คอกกั้นเด็ก		
ผู้ปกครอง ผู้ดูแล และชุมชนเฝ้าระวังและดูแล เมื่อเด็กอยู่ในใกล้แหล่งน้ำ		
ผู้ปกครองและผู้ดูแลได้รับความรู้เรื่องการป้องกันการจมน้ำ		
ผู้ปกครองและผู้ดูแลมีความรู้และทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)		
โรงเรียน/สถานศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก มีมาตรการควบคุมและเฝ้าระวัง เช่น การจัดเวรดูแล การใช้รั้วกั้นแหล่งน้ำ หรือระบบการแจ้งเตือน/การแจ้งเหตุ		
ชุมชนมีการบันทึกเหตุการณ์จมน้ำทั้งเสียชีวิตและไม่เสียชีวิต และนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อดำเนินการป้องกัน		
ชุมชนมีระบบแจ้งเตือนและการสื่อสารในเมื่อเกิดเหตุจมน้ำ		

## 3. การจัดการสภาพแวดล้อม

กิจกรรม	มี	ไม่มี
ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล สำรวจแหล่งน้ำที่อยู่ภายในบ้าน และรอบ ๆ บ้าน		
ครูสำรวจแหล่งน้ำที่อยู่ภายในโรงเรียน/สถานศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก		
ชุมชนสำรวจแหล่งน้ำที่อยู่ในชุมชน		
ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล จัดการแหล่งน้ำที่อยู่ภายในบ้าน และรอบ ๆ บ้าน ให้เกิดความปลอดภัย เช่น เหน้าทึบ ปิดฝา ฝักรวม สร้างรั้ว		
ครูจัดการแหล่งน้ำที่อยู่ภายในโรงเรียน/สถานศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ให้เกิดความปลอดภัย เช่น ฝักรวม ปิดฝา สร้างรั้ว ติดป้ายเตือน ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยชีวิต		
ชุมชนจัดการแหล่งน้ำที่อยู่ในชุมชนให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้ว ติดป้ายเตือน ติดตั้งอุปกรณ์ช่วยชีวิต		
ผู้ประกอบการ/เจ้าของ จัดการสระว่ายน้ำ/สวนน้ำ ให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้ว ติดป้ายคำแนะนำ จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยชีวิต		
ชุมชนกำหนดให้มีผู้รับผิดชอบดูแลและตรวจสอบแหล่งน้ำอย่างสม่ำเสมอ		
ชุมชนมีระบบการแจ้งเหตุและช่วยเหลือกรณีเกิดเหตุจมน้ำ		

#### 4. การเรียนรู้และฝึกทักษะของเด็ก

กิจกรรม	มี	ไม่มี
เด็กได้รับการเรียนรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ		
เด็กได้รับการฝึกทักษะการช่วยเหลือ เช่น การร้องขอความช่วยเหลือ การช่วยด้วยการตะโกน โยน ยื่น		
เด็กได้รับการฝึกทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำขั้นพื้นฐาน เช่น การลอยตัว		

#### 5. ผลการดำเนินงาน/ตัวชี้วัด

- จำนวนครอบครัวที่มีการสำรวจแหล่งน้ำที่อยู่ภายในบ้าน และรอบบ้าน
- จำนวนครอบครัวที่มีการจัดการแหล่งน้ำที่อยู่ภายในบ้าน และรอบบ้าน เพื่อให้เกิดความปลอดภัย
- จำนวนโรงเรียน/สถานศึกษา ที่มีการสำรวจแหล่งน้ำ
- จำนวนโรงเรียน/สถานศึกษา ที่มีการจัดการแหล่งน้ำให้เกิดความปลอดภัย
- จำนวนศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ที่มีการสำรวจแหล่งน้ำ
- จำนวนศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ที่มีการจัดการแหล่งน้ำให้เกิดความปลอดภัย
- จำนวนแหล่งน้ำในชุมชนที่มีการสำรวจแหล่งน้ำ
- จำนวนแหล่งน้ำในชุมชนที่มีการจัดการแหล่งน้ำให้เกิดความปลอดภัย
- จำนวนเด็กพิเศษที่ได้เรียนรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ
- จำนวนเด็กพิเศษได้รับการฝึกทักษะการช่วยเหลือ
- จำนวนเด็กพิเศษได้รับการฝึกทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำ
- จำนวนเด็กพิเศษที่สามารถจดจำสัญลักษณ์และกติกาด้านความปลอดภัยทางน้ำได้
- จำนวนเด็กพิเศษที่มีพฤติกรรมปลอดภัยเพิ่มขึ้น เช่น ไม่เล่นน้ำตามลำพัง ไม่วิ่งเล่นใกล้น้ำ ไม่ลงไปเก็บของที่อยู่ในน้ำ
- จำนวนเด็กพิเศษที่มีทักษะการช่วยเหลือ
- จำนวนเด็กพิเศษที่มีทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำขั้นพื้นฐาน
- จำนวนเด็กพิเศษที่มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัย (Playpen)/คอกกั้นเด็ก
- จำนวนผู้ปกครอง/ผู้ดูแล ที่ได้รับความรู้เรื่องการป้องกันการจมน้ำ
- จำนวนผู้ปกครอง/ผู้ดูแล ที่ผ่านการฝึกอบรมการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)
- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแล ครู และชุมชนมีความตระหนักและพฤติกรรมปลอดภัยทางน้ำเพิ่มขึ้น
- การเสียชีวิตจากการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิเศษลดลง
- การเกิดเหตุจมน้ำแต่ไม่เสียชีวิตในกลุ่มเด็กพิเศษลดลง

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

## เอกสารอ้างอิง

1. Blue Wave Swim School. Swimming lessons for children with autism [Internet]. 2020 [cited 2025 Oct 22]. Available from: <https://www.bluewaveswim.co.uk/blog/swimming-lessons-for-children-with-autism>.
2. Ishmael HA, Begleiter ML, Butler MG. Drowning as a cause of death in Angelman Syndrome. *Am J Ment Retard*. 2002; 107(1): 69–70.
3. Izquierdo-Gomez R, Diaz-Cueto M. Young with Down Syndrome and recreation swimming activity: Inclusion possibilities [Internet]. 2017 [cited 2025 Oct 22]. Available from: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista65/artjoven791.htm>
4. Vincenten J, Gerdmongkolgan S. The role of policy in prevention. In: Bierens JJLM, editor. *Drowning: Prevention, Rescue, Treatment*. 2nd ed. Heidelberg: Springer; 2014.
5. Seattle Children’s Hospital. Water Safety for Children Birth to 5 Years [Internet]. Seattle (WA): Seattle Children’s Hospital; [cited 2025 Oct 27]. Available from: <https://www.seattlechildrens.org/health-safety/injury-prevention/water-safety-for-children-birth-to-5-years/>.
6. United Nations Thailand. Sustainable Development Goals: SDGs [Internet]. 2017 Jul 22 [cited 2025 Oct 20]. Available from: <https://www.un.or.th/globalgoals/th/the-goals/>.
7. United Nations General Assembly. United Nations Resolution: Global Drowning Prevention [Internet]. 2021 [cited 2023 Oct 20]. Available from: <https://undocs.org/en/A/RES/75/273>.
8. World Health Organization. International Classification of Diseases (ICD) [Internet]. 2009 Sep 15 [cited 2025 Oct 20]. Available from: <https://www.who.int/classifications/icd/en/>.
9. World Health Organization. Preventing drowning: an implementation guide [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2017 [cited 2018 Nov 4]. Available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/255196>.

## เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

10. World Health Organization. Global report on drowning: Preventing a leading killer [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2014 [cited 2025 Oct 20]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/global-report-on-drowning>.
11. World Health Organization. World report on child injury prevention [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2008 [cited 2018 Mar 1]. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241563574>.
12. กมลทิพย์ วงศ์สุทธภากร, อติศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์, อภิชาติ เมฆมาสิน. การศึกษาปัจจัยเสี่ยงของการจมน้ำในเด็ก พ.ศ. 2543–2545. วารสารควบคุมโรค. 2546; 29 (ตุลาคม–ธันวาคม): 229–36.
13. กุลยา ก่อสุวรรณ, ยุวดี วิริยางกูร. การสอนและการช่วยเหลือบุคลากรที่มีภาวะบกพร่องทางสติปัญญาและเรียนรู้ช้า. พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2562ก.
14. กุลยา ก่อสุวรรณ, ยุวดี วิริยางกูร. ออทิสติก สอนไม่ยาก หากเข้าใจ. กรุงเทพฯ: เนชั่น; 2562ข.
15. กระทรวงศึกษาธิการ. ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง กำหนดประเภทและหลักเกณฑ์ของคณพิการทางการศึกษา พ.ศ. 2552 [อินเทอร์เน็ต]. 2552 [เข้าถึงเมื่อ 22 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.mua.go.th/users/he-comm/mission/doc/law/ministry%20law/1-42%20handicap%20MoE.pdf>.
16. กองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. ยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี ด้านสาธารณสุข (พ.ศ. 2560–2579) [อินเทอร์เน็ต]. 2561 [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: [https://bps.moph.go.th/new\\_bps/StrategyPlanAndPA](https://bps.moph.go.th/new_bps/StrategyPlanAndPA).
17. ณัฐศักดิ์ ท้าวอุดม. ครูพายุ สอนว่ายน้ำ [อินเทอร์เน็ต]. 2562 [เข้าถึงเมื่อ 22 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.facebook.com/krupayufc/photos/a.819332241420925/2793638887323574/>
18. องค์การช่วยเหลือเด็กระหว่างประเทศ. คู่มือการสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำและการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: องค์การช่วยเหลือเด็กระหว่างประเทศ; 2564.
19. กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในชุมชน (Drowning Prevention Course for Community). นนทบุรี, ประเทศไทย; 2568.
20. กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค. ระบบรายงานการบาดเจ็บจากการจมน้ำ (Drowning Report System) [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://drowningreport.ddc.moph.go.th/satdrowning/#/>

## เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

21. กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค. หลักสูตรป้องกันการจมน้ำสำหรับประชาชนทั่วไป (Drowning Prevention Course for Public). นนทบุรี, ประเทศไทย; 2566.
22. กองป้องกันการบาดเจ็บ. แนวทางประเมินผู้ก่อการดี การดำเนินงานป้องกันการจมน้ำ (MERIT MAKER plus). กรมควบคุมโรค; 2567.
23. กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ. ภารกิจ อำนาจหน้าที่. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://dspd.go.th/About/3>.
24. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. โครงสร้าง อำนาจหน้าที่กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ [อินเทอร์เน็ต]. 2565 มี.ค. 25 [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: [https://www.m-society.go.th/news\\_view.php?nid=1731](https://www.m-society.go.th/news_view.php?nid=1731).
25. กลุ่มข้อมูลข่าวสารสุขภาพ. จำนวนและอัตราการเสียชีวิตจากการจมน้ำ ปี พ.ศ. 2552–2567 [ไฟล์ข้อมูล]. กองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข; 2568.
26. สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ. วิสัยทัศน์ [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ; [เข้าถึงเมื่อ 24 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://special.obec.go.th/seb/about/vision>.
27. สำนักงานคณะกรรมการการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น. อำนาจหน้าที่ของคณะกรรมการการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรฯ [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี; [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: <https://odloc.go.th/อำนาจหน้าที่ของคณะกรรมการการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น/>.
28. กรมควบคุมโรค. หลักสูตรว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดและคู่มือการสอน (Survival Swimming Curriculum and Handbook) [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 27 ต.ค. 2568]. เข้าถึงได้จาก: [https://www.ddc.moph.go.th/dip/journal\\_detail.php?publish=14170&deptcode=dip](https://www.ddc.moph.go.th/dip/journal_detail.php?publish=14170&deptcode=dip).

## แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism

### ภาคผนวก

- ก แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในบ้าน และรอบ ๆ บ้าน
- ข แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน
- ค สรุปเนื้อหา สื่อการสอน วิธีการสอน และการวัดผลการเรียนรู้ เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ วิธีการช่วยเหลือและการเอาชีวิตรอดในน้ำ ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
- ง ภาพสื่อสำหรับการสอน
- จ กฎความปลอดภัยทางน้ำที่สำคัญ
- ฉ ความแตกต่างระหว่างเสื้อชูชีพและเสื้อพุงตัว
- ช การช่วยเหลือคนตกน้ำ
- ฌ การปฐมพยาบาลคนจมน้ำ
- ญ การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก และลักษณะคอกกั้นเด็กที่ปลอดภัย
- ฎ โครงสร้างและเนื้อหาแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
- ฐ รายชื่อผู้ร่วมพัฒนาแนวปฏิบัติฯ
- ฒ แหล่งสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติม

## ภาคผนวก ก: แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในบ้าน และรอบ ๆ บ้าน

ชื่อ-นามสกุลเจ้าของบ้าน: .....

ที่อยู่: บ้านเลขที่..... หมู่ที่..... ถนน..... ตำบล.....

อำเภอ..... จังหวัด.....

มือถือ/โทร..... วันที่.....

แหล่งน้ำเสี่ยง	จำนวน (แห่ง)	ระบุสถานที่	วิธีการจัดการแหล่งน้ำ
<b>ในบ้าน</b>			
อ่างอาบน้ำ/ กะละมัง			
โถ่งน้ำ/ถังน้ำ			
สระว่ายน้ำยาง			
แหล่งน้ำใต้ถุนบ้าน			
อื่น ๆ (ระบุ)			
<b>รอบ ๆ บ้าน</b>			
แอ่งน้ำขัง			
ท่อระบายน้ำ			
บ่อน้ำโยก			
อ่างเลี้ยงปลา			
สระน้ำ เพื่อการเกษตร			
อื่น ๆ (ระบุ)			

## ภาคผนวก ข: แบบสำรวจและจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน

ชื่อชุมชน: .....

ที่อยู่: บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....ถนน.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....

แหล่งน้ำ	จำนวน (แห่ง)	ระบุสถานที่	วิธีการจัดการแหล่งน้ำ
สระว่ายน้ำ/สวนน้ำ			
สระน้ำเพื่อการเกษตร			
ฝายน้ำล้น			
คลองส่งน้ำ/ คลองชลประทาน			
น้ำตก			
คลอง			
แม่น้ำ			
เขื่อน/อ่างเก็บน้ำ			
ทะเล			
แหล่งน้ำที่จัดให้เป็น สถานที่ท่องเที่ยว (ระบุ)			
อื่น ๆ (ระบุ)			

ชื่อ-นามสกุลผู้สำรวจ .....

ตำแหน่ง..... หน่วยงาน.....

จังหวัด..... มือถือ/โทร..... วันที่.....

## ภาคผนวก ค: สรุปเนื้อหา สื่อการสอน วิธีการสอน และการวัดผลการเรียนรู้ เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ วิธีการช่วยเหลือ และการเอาชีวิตรอดในน้ำ ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>การสอนบนบก</b>			
<b>1. ความหมายของคำสำคัญ</b>			
<b>1) ความหมายของ “ตื้น” “ลึก” “ลอย” “จม”</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ความหมายของ “ตื้น”                             <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพแหล่งน้ำตื้น ๆ</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มองเห็นใต้น้ำ ว่า มีก้อนหิน ตอไม้ กิ่งไม้ เศษแก้ว</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มีเด็กกระโดดลงไปในน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพแหล่งน้ำตื้น ๆ</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มองเห็นใต้น้ำ ว่า มีก้อนหิน ตอไม้ กิ่งไม้ เศษแก้ว</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มีเด็กกระโดดลงไปในน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ อธิบายว่า น้ำตื้นคือ เมื่อเด็กยืนที่พื้นแล้ว ผิวน้ำอยู่ระดับอกของเด็ก หรือต่ำกว่านั้น</li> <li>■ พาเด็กไปดูแหล่งน้ำของจริง</li> <li>■ แสดงภาพให้เด็กดู แล้วบอกเด็กว่า แหล่งน้ำแบบนี้ จะเป็นอันตรายได้อย่างไร                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กอาจล้มหน้าคว่ำลงไปน้ำ ทำให้ไม่มีอากาศหายใจ และตาย</li> <li>● ร่างกายอาจกระแทกพื้น ขาหัก เดินไม่ได้ หรือทำให้ศีรษะแตกหมดสติ</li> <li>● ในน้ำอาจมีของที่เป็นอันตราย เช่น ก้อนหิน ตอไม้ ทำให้บาดเจ็บ เลือดไหล ติดเชื้อ ป่วย พิกการ หรือตายได้</li> </ul> </li> <li>■ สอนเด็กว่า เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำ เด็กต้องระวังตัว ไม่วิ่งเล่น ไม่แก่งกัน ไม่ผลักกัน ไม่ป้อนพายที่ขอบแหล่งน้ำ ไม่กระโดดลงไปในน้ำ และไม่ลงน้ำตามลำพัง (ต้องมีผู้ใหญ่อยู่ใกล้ ๆ และต้องบอกผู้ใหญ่ก่อนลงไปน้ำ)</li> </ul> <p>** เด็กภาษาน้อย อาจไม่ได้ตอบด้วยคำพูด แต่ใช้ท่าทาง ยกภาพ ชี้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ เด็กตอบได้ว่า                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ภาพใด/สถานที่ใด เป็นแหล่งน้ำตื้น</li> <li>○ แหล่งน้ำตื้นใกล้ตัวอยู่ที่ใดบ้าง</li> <li>○ ภาพใดเป็นอันตรายจากแหล่งน้ำตื้น</li> <li>○ ภาพใดเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำตื้น</li> </ul> </li> <li>➤ สังเกตพฤติกรรมในสถานที่/สถานการณ์จริงด้วย (ตอบได้ตามที่ผู้ใหญ่สอน แต่อาจทำไม่ได้)</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ความหมายของ “ลึก”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กกำลังจมน้ำ โดยมีกิ่งไม้พันขา</li> <li>■ ภาพเด็กจมน้ำ</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ อธิบายโดยใช้ภาพและท่าทางว่า “ลึก” หมายถึง ผิวน้ำอยู่ระดับปากจมูก หรือสูงกว่านั้น ทำให้เด็กไม่สามารถยืนในน้ำได้</li> <li>■ ชวนเด็กพูดคุยว่าแหล่งน้ำลึกใกล้ตัวเด็กคือที่ใดบ้าง โดยใช้ภาพถ่ายหรือพาไปสถานที่จริง</li> <li>■ สอนโดยใช้ภาพหรือวิดีโอที่สั้น และอธิบายถึง อันตรายที่เกิดในแหล่งน้ำลึกคือ ยืนไม่ถึง ถูกร้ำพัดจนล้ม มีสิ่งอื่นพันขา เป็นตะคริวทำให้ว่ายน้ำไม่ได้ จมน้ำ ไม่มีอากาศหายใจ และทำให้ตายได้</li> <li>■ สอนเด็กว่า เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำ เด็กต้องระวังตัว ไม่วิ่งเล่น ไม่แก้มก้น ไม่ผลักรักกัน ไม่ปีนป่ายที่ขอบแหล่งน้ำ ไม่กระโดดลงไปในน้ำ และไม่ลงน้ำตามลำพัง (ต้องมีผู้ใหญ่อยู่ใกล้ ๆ และต้องบอกผู้ใหญ่ก่อนลงไปในน้ำ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ เด็กตอบได้ว่า                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ภาพใด/สถานที่ใด เป็นแหล่งน้ำลึก</li> <li>○ แหล่งน้ำลึกใกล้ตัวอยู่ที่ใดบ้าง</li> <li>○ ภาพใดเป็นอันตรายจากแหล่งน้ำลึก</li> <li>○ ภาพใดเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำ</li> </ul> </li> <li>➤ สังเกตพฤติกรรมในสถานที่/สถานการณ์จริงด้วย</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ความหมายของ “ลอย” และ “จม”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพวัสดุที่ลอยน้ำ เช่น ขวดน้ำ ถังแกลลอน ห่วงชูชีพ เสื้อชูชีพ แท่งโฟม ลูกมะพร้าว แผ่นโฟม</li> <li>■ วัสดุที่จมน้ำ เช่น แก้วน้ำ ก้อนหิน รองเท้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ช่วงแรก อธิบายโดยใช้ของจริง นำวัสดุต่าง ๆ ไปใส่ในกะละมัง หรือแหล่งน้ำ เพื่อให้เด็กเห็น</li> <li>■ อธิบายโดยใช้ภาพว่า วัสดุที่ลอยน้ำได้ คือ สิ่งๆ เมื่อนำไปใส่ในน้ำแล้วลอยอยู่บนผิวน้ำ เช่น ขวดน้ำ ถังแกลลอน ห่วงชูชีพ เสื้อชูชีพ แท่งโฟม ลูกมะพร้าวที่ยังไม่เปิด แผ่นโฟม</li> <li>■ อธิบายโดยใช้ภาพว่า วัสดุที่จมน้ำ คือ สิ่งๆ เมื่อนำไปใส่ในน้ำแล้วจมลงไปใต้น้ำ เช่น แก้วน้ำ ก้อนหิน รองเท้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ เด็กตอบได้ว่า วัสดุใดที่ลอยน้ำได้</li> <li>➤ เด็กตอบได้ว่า วัสดุใดที่จมน้ำ</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p>2) ความหมายของ “จมน้ำ” และ “อันตราย”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กสลบ</li> <li>■ ภาพเด็กจมน้ำ</li> <li>■ ภาพเด็กยิ้ม และภาพเด็กร้องไห้</li> <li>■ ภาพเด็กเล่นใกล้แหล่งน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มีเด็กกระโดดลงไปในน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แสดงภาพให้เด็กดู และอธิบาย                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● จมน้ำ หมายถึง เด็กหายใจไม่ได้ และจะทำให้ตาย</li> <li>● อันตราย หมายถึง เด็กจะขยับตัวไม่ได้ หายใจไม่ได้ ซึ่งจะทำให้ตายในที่สุด</li> </ul> </li> <li>■ อธิบายโดยใช้ตุ๊กตา ว่าพื้นที่อันตราย คือ พื้นที่ที่เด็กยืนไม่ถึง หายใจไม่ได้ และตายได้</li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า ภาพใดคือ พฤติกรรมอันตราย</p>
<p>3) ความหมายของ “ช่วยชีวิต” และ “ปลอดภัย”</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กยิ้ม และภาพเด็กร้องไห้</li> <li>■ ภาพเด็กจมน้ำ</li> <li>■ ภาพโยนวัสดุช่วยคนตกน้ำ</li> <li>■ ภาพยื่นวัสดุช่วยคนตกน้ำ</li> <li>■ ภาพเด็กใส่เสื้อชูชีพก่อนลงน้ำ</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แสดงภาพให้เด็กดู และอธิบาย                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● ช่วยชีวิต หมายถึง การทำให้คนหรือสัตว์รอดจากอันตราย หรือช่วยไม่ให้ตาย</li> </ul> </li> <li>■ อธิบายโดยใช้ตุ๊กตาและของจริง                             <ul style="list-style-type: none"> <li>● ปลอดภัย หมายถึง ไม่อันตราย ไม่ทำให้บาดเจ็บ</li> <li>● พื้นที่ปลอดภัย คือ พื้นที่ที่เด็กยืนได้และหายใจได้</li> </ul> </li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า ภาพใดคือ พฤติกรรมปลอดภัย</p>
<p>4) ทุกอย่างที่ทำตัวเองต้องปลอดภัยเป็นอันดับแรก</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กเล่นใกล้แหล่งน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำ ที่มีเด็กกระโดดลงไปในน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพเด็กใส่เสื้อชูชีพก่อนลงน้ำ</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แสดงภาพให้เด็กดู แล้วถามว่า ภาพไหนปลอดภัย</li> <li>■ สอนเด็กว่า ก่อนทำอะไร ต้องดูว่าปลอดภัยไหม (“อะไร” อธิบายให้ชัดว่าคืออะไร)</li> <li>■ ถ้าไม่แน่ใจ ให้หยุด แล้วถามครูหรือผู้ใหญ่ (ปัญหาของเด็กพิเศษส่วนใหญ่คือ แน่ใจทุกครั้ง ถึงแม้จะเป็นอันตราย)</li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า ภาพใดคือ พฤติกรรมปลอดภัย</p>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>2. แหล่งน้ำเสี่ยง</b>			
<p>1) ตัวอย่างแหล่งน้ำที่มองเห็น</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพแหล่งน้ำเสี่ยงในบ้าน เช่น กะละมัง ถังน้ำ โอ่งน้ำ อ่างอาบน้ำ สระว่ายน้ำพลาสติก</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำเสี่ยงรอบบ้าน เช่น บ่อเลี้ยงปลา สระน้ำ แอ่งน้ำในถุน</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน เช่น สระน้ำ บึง อ่างเก็บน้ำ เขื่อน น้ำตก คลอง แม่น้ำ</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำเสี่ยงในโรงเรียน เช่น ห้องน้ำ บ่อน้ำ/สระน้ำ</li> <li>■ ภาพแหล่งน้ำธรรมชาติ เช่น สระน้ำ น้ำตก คลอง แม่น้ำ ทะเล</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> <li>■ ภาพเด็กชี้บอกให้ผู้ใหญ่รู้ว่า มีของเล่นอยู่ในน้ำ</li> <li>■ ภาพเด็กผลักเพื่อนให้ตกน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพเด็กยื่นมือลงไปแหล่งน้ำเพื่อเก็บของเล่น และมีกากบาทสีแดง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แสดงภาพแหล่งน้ำแบบต่าง ๆ ให้เด็กดู แล้วถามเด็กว่าเคยเห็นแหล่งน้ำเหล่านี้ไหม แล้วอธิบาย (ด้วยของจริง ทำทาง ภาพ) ว่า <ul style="list-style-type: none"> <li>● แหล่งน้ำเสี่ยง หมายถึง แหล่งน้ำที่อาจทำให้เด็กจมน้ำ เป็นอันตรายหรือตายได้</li> <li>● แหล่งน้ำเสี่ยงใกล้ตัว หมายถึง แหล่งน้ำในบ้าน รอบบ้าน ใกล้บ้าน ในโรงเรียน ในชุมชน หรือสถานที่ต่าง ๆ ที่เด็กไป</li> <li>● แหล่งน้ำที่มีน้ำสูงเพียง 1 นิ้ว (แสดงตัวอย่างให้เด็กเห็นว่า น้ำสูง 1 นิ้วคือแค่ไหน) ก็สามารถทำให้เด็กจมน้ำเสียชีวิตได้</li> </ul> </li> <li>■ แสดงภาพแหล่งน้ำธรรมชาติให้เด็กดู แล้วสอนว่า แหล่งน้ำแบบนี้ไม่มีทางขึ้น-ลงที่ปลอดภัย ไม่มีความลึกที่ชัดเจน ขอบบ่อมีหญ้าหรือโคลน มักมีบริเวณที่ลื่นและลึกลับไม่แน่นอน และอาจมีสิ่งอันตรายอยู่ใต้น้ำ เช่น ก้อนหิน ตอไม้ กิ่งไม้ เศษแก้ว</li> <li>■ สอนเด็กว่า เมื่อพบแหล่งน้ำเสี่ยง ต้องปฏิบัติตัวดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> <li>● ไม่เข้าใกล้แหล่งน้ำตามลำพัง ต้องไปกับผู้ใหญ่ทุกครั้ง</li> <li>● ไม่ลงไปเล่นในน้ำ ไม่เล่นน้ำตามลำพัง ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง</li> <li>● ไม่เดินใกล้ ไม่วิ่งเล่น ไม่ผลักกัน ไม่ปีนป่าย บริเวณข้าง ๆ แหล่งน้ำ</li> <li>● ไม่ทำกิจกรรมใกล้แหล่งน้ำ ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง</li> </ul> </li> <li>■ พาเด็กไปสำรวจแหล่งน้ำเสี่ยง ชี้ให้เด็กดู แล้วถามเด็กว่า สถานที่ใดเป็นแหล่งน้ำเสี่ยง และควรทำอย่างไร</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ครูให้เด็กชี้/บอกว่า <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ภาพใดคือแหล่งน้ำเสี่ยง</li> <li>○ แหล่งน้ำเสี่ยงเป็นอันตรายอย่างไร</li> </ul> </li> <li>➢ เด็กบอกได้ว่า เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำเสี่ยง พฤติกรรมใด "ถูก" หรือ "ผิด"</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p>2) ตัวอย่างแหล่งน้ำที่มองไม่เห็น</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพแหล่งน้ำที่มีจอกแหวนปกคลุม</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> <li>■ ภาพเด็กผลักเพื่อนให้ตกน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ แสดงภาพให้เด็กดูและอธิบายว่า แหล่งน้ำที่มองไม่เห็น คือ แหล่งน้ำที่สังเกตเห็นได้ยาก อาจเป็นเพราะมีวัตถุหรือมีบางสิ่งปกคลุมไว้ เช่น หลุมที่มีหญ้าปกคลุม สระน้ำที่มีจอกแหวนปกคลุม</li> <li>■ อธิบาย (ด้วยของจริง ท่าทาง ภาพ) ว่า แหล่งน้ำแบบนี้เป็นอันตรายเพราะ                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● เด็กอาจเหยียบแล้วตกลงไป ขึ้นจากแหล่งน้ำนั้นไม่ได้ ติดอยู่นาน จนขาดอากาศ ขาดอาหาร และตาย</li> <li>● ถ้าน้ำลึก เด็กอาจจมน้ำ</li> <li>● ในน้ำอาจมีสิ่งที่เป็นอันตราย เช่น ก้อนหิน ตอไม้ เศษแก้ว หรือ สัตว์มีพิษ</li> </ul> </li> <li>■ สอนการปฏิบัติตัว เมื่อเข้าใกล้แหล่งน้ำ                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● ไม่เข้าใกล้บริเวณนั้นตามลำพัง ต้องไปกับผู้ใหญ่เท่านั้น</li> <li>● เดินอย่างระมัดระวัง เพื่อป้องกันไม่ให้ตกลงไป</li> <li>● ไม่เล่นน้ำ ไม่ลงไปในน้ำ</li> <li>● ไม่ทำกิจกรรมใกล้แหล่งน้ำ</li> <li>● ไม่วิ่ง ผลักกัน หรือแก้งกันบริเวณแหล่งน้ำ</li> </ul> </li> <li>■ ชวนเด็ก ๆ ให้บอกแหล่งน้ำที่มองไม่เห็นใกล้ตัวที่อยู่ใกล้บ้าน ใกล้โรงเรียน ในชุมชน หากเด็กตอบไม่ได้ ครูเฉลยโดยใช้ภาพหรือพาไปยังสถานที่จริง (เด็กที่พูดได้น้อย อาจคิดคำไม่ออก)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ เด็กตอบได้ว่า                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ภาพใดเป็นแหล่งน้ำที่มองไม่เห็น</li> <li>○ แหล่งน้ำที่มองไม่เห็นเป็นอันตรายอย่างไร</li> <li>○ เมื่อไปแหล่งน้ำที่ไม่คุ้นเคย ควรทำตัวอย่างไร</li> </ul> </li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p><b>3) การลงน้ำและขึ้นจากน้ำอย่างปลอดภัย</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ภาพการลงน้ำ/ขึ้นจากน้ำโดยเกาะต้นไม้</li> <li>▪ ภาพเด็กใช้ไม้ตรงยาวในการค้ำยันและค่อยๆ ก้าวเท้าไปข้างหน้า</li> <li>▪ ภาพการลงสระว่ายน้ำโดยจับบันได</li> <li>▪ ภาพการขึ้นจากสระว่ายน้ำโดยจับราวบันได</li> <li>▪ ภาพการลงน้ำโดยทำนั่งที่ขอบสระ</li> <li>▪ ภาพการขึ้นจากน้ำทางขอบสระ</li> </ul>	<p>แสดงภาพให้เด็กดู และอธิบาย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สอนให้เด็กมองหาที่ยึดเพื่อช่วยทรงตัว (เช่น ต้นไม้ใหญ่ บันไดสระว่ายน้ำ)</li> <li>▪ กรณีเป็นสระว่ายน้ำ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ขึ้น-ลงทางบันได ให้หันหน้าเข้าขอบสระ และหันหลังให้สระ</li> <li>• ขึ้น-ลงทางขอบสระบริเวณน้ำตื้น เวลาลงสระให้หรือนั่งที่ขอบสระหันหน้าเข้าสระ ใช้มือและแขนค้ำตัวขึ้นและดันไปข้างหน้า หมุนเอวแล้วค่อย ๆ หย่อนตัวลงน้ำ เวลาขึ้นจากสระ ให้วางมือบนขอบสระแล้วดันตัวขึ้นจากน้ำ ปิดเอวมานั่งบนขอบสระ</li> </ul> </li> <li>▪ สอนให้เด็กใช้ไม้ตรงยาว (เช่น กิ่งไม้ ท่อ) ในการค้ำยัน จากนั้น ค่อย ๆ วางเท้าลงในน้ำ ยืนให้มั่นคง ทรงตัวให้ดี ก่อนก้าวขาอีกข้างอย่างช้า ๆ</li> <li>▪ หากไม่มีวัสดุที่จะช่วยการทรงตัว ขอให้จับมือของผู้ใหญ่</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ เด็กตอบได้ว่า                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ เด็กควรลงแหล่งน้ำธรรมชาติอย่างไรให้ปลอดภัย</li> <li>○ เด็กควรขึ้นจากแหล่งน้ำธรรมชาติอย่างไรให้ปลอดภัย</li> <li>○ เด็กลงสระว่ายน้ำอย่างไร</li> <li>○ เด็กขึ้นจากสระว่ายน้ำอย่างไร</li> </ul> </li> </ul>
<p><b>4) ป้ายเตือน</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ภาพป้ายอันตรายห้ามเล่นน้ำ</li> <li>▪ ภาพสัญลักษณ์ห้ามว่ายน้ำ</li> <li>▪ ภาพสัญลักษณ์น้ำลึก</li> <li>▪ ภาพสัญลักษณ์ห้ามกระโดดน้ำ</li> <li>▪ ภาพธงแดง</li> <li>▪ ภาพผู้ปกครองนั่งดูเด็กขณะเล่นน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แสดงภาพให้เด็กดู และอธิบาย                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ป้ายห้ามเข้า หมายถึง ห้ามเดินหรือวิ่งไปยังบริเวณนั้น</li> <li>• ป้ายห้ามลงว่ายน้ำ หมายถึง ห้ามลงไปเล่นในน้ำ ห้ามว่ายน้ำ ห้ามเล่นน้ำ</li> <li>• ป้ายห้ามกระโดดน้ำ หมายถึง น้ำในบริเวณนั้นอาจเป็นน้ำตื้นหรือมีสิ่งที่เป็นอันตรายอยู่ในน้ำ การกระโดดลงน้ำจะทำให้เป็นอันตราย</li> <li>• ป้ายน้ำลึก หมายถึง น้ำในบริเวณนั้นมีระดับสูงกว่าปาก จมูก หรือทวารศีรษะ</li> <li>• ธงแดง หมายถึง ห้ามลงไปเล่นในน้ำ ห้ามว่ายน้ำ ห้ามเล่นน้ำ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ เด็กอธิบายความหมายของป้ายเตือนที่พบบ่อยได้</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>3. ภัยธรรมชาติ</b>			
<p>1) ฝนตกหนัก ระวังน้ำท่วม</p>	<p>ภาพน้ำท่วมระดับเข้า</p>	<p><b>น้ำท่วม</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ น้ำท่วม คือ การมีน้ำเหนือพื้นดินในปริมาณมากกว่าปกติ ซึ่งอาจเกิดจากฝนตกหนัก เขื่อนกักเก็บน้ำแตก น้ำทะเลหนุน ฯลฯ</li> <li>■ สอนเด็กว่า ห้ามเด็กลงไปเดินหรือเล่นน้ำในบริเวณที่เกิดน้ำท่วม เพราะ                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● น้ำจะขุ่น ทำให้มองไม่เห็นสิ่งที่อยู่ในน้ำ (ไม้ เศษแก้ว สัตว์มีพิษ ท่อ หลุม บ่อ) อาจทำให้เกิดการบาดเจ็บ และจมน้ำตายได้</li> <li>● น้ำที่ขังอยู่นาน ๆ หรือน้ำที่ไหลมาจากที่อื่น อาจมีเชื้อโรค ซึ่งทำให้เด็กเจ็บป่วย</li> <li>● หากบริเวณนั้นมีไฟฟ้ารั่ว คนที่อยู่ในน้ำอาจถูกไฟดูดตายได้ ควรอยู่ให้ห่างจากเสาไฟฟ้า ป้ายโฆษณา รั้วเหล็ก สายไฟห้อยต่ำ อย่างน้อย 1-1.5 เมตร</li> </ul> </li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ภาพใดคือน้ำท่วม</li> <li>○ น้ำท่วมเป็นอันตรายอย่างไร</li> </ul>
<p>2) ถ้าน้ำท่วม ปีนขึ้นที่สูง</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพน้ำท่วมระดับเข้า</li> <li>■ ภาพน้ำท่วมถึงหลังคาบ้าน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เมื่อเกิดน้ำท่วม ควรไปยังพื้นที่ปลอดภัยโดยเร็ว เช่น ชั้นบนของบ้าน หลังคาบ้าน บริเวณที่สูงกว่าน้ำท่วมขัง</li> <li>■ สอนเด็กว่า                         <ul style="list-style-type: none"> <li>● เมื่ออยู่ในบริเวณที่มีน้ำท่วมขัง ห้ามให้เด็กลงไปในน้ำ หรือลงเล่นน้ำ หรือจับปลาในน้ำเด็ดขาด</li> <li>● หากไม่สามารถออกจากบริเวณนั้นได้ สอนให้เด็กขอความช่วยเหลือด้วยการทำเสียงดัง (เช่น ตะโกนสุดเสียง ใช้วัตถุเคาะกัน เป่านกหวีด) หรือทำให้เกิดแสงในเวลากลางคืน (เช่น ส่องไฟฉาย)</li> </ul> </li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า เมื่อพบน้ำท่วม เด็กควรทำอย่างไร เพื่อให้ตัวเองปลอดภัย</p>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>4. พฤติกรรมเสี่ยง</b>			
<p>1) อย่าใกล้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กเดินใกล้ขอบบ่อ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ตู๊กตาคนพลาสติก</li> <li>■ กะละมัง/ภาชนะใส่น้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนโดยใช้ภาพหรือตุ๊กตา โดยสอนว่า เมื่อเด็กเข้าใกล้แหล่งน้ำ เด็กต้องไม่ทำพฤติกรรมเหล่านี้               <ul style="list-style-type: none"> <li>● ไม่เข้าใกล้แหล่งน้ำตามลำพัง เพราะอาจหกล้มหรือลื่นลงไปใต้น้ำว่ายน้ำไม่ได้ ไม่มีคนมาช่วย</li> <li>● ไม่วิ่งเล่นใกล้แหล่งน้ำ เพราะอาจหกล้มหรือลื่นลงไปแหล่งน้ำ</li> <li>● ไม่แก้มก้นในบริเวณแหล่งน้ำ เช่น ผลักกัน ต่อกัน เพราะอาจหกล้มหรือลื่นลงไปแหล่งน้ำ</li> <li>● ไม่เดินตามเบ็ด หรือสุนัข ลงไปในน้ำ เพราะจะจมน้ำ</li> </ul> </li> </ul> <p>** ครูไม่ควรแสดงท่าทางเหล่านี้ หรือให้เด็กแสดงพฤติกรรมเหล่านี้ เพื่อไม่ให้เด็กเข้าใจผิดว่า เขาทำพฤติกรรมเหล่านี้ได้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมใดที่ไม่ควรทำ เพราะเป็นอันตราย โดยให้ตุ๊กตาแสดงท่าทางที่เป็นพฤติกรรมเสี่ยงแล้วให้เด็กบอกว่า ควรทำหรือไม่ (พูด ทำท่าทาง บัตรภาพ)</li> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมเหล่านั้นจะทำให้เขาเป็นอันตรายได้อย่างไร</li> </ul>
<p>2) อย่าเก็บ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กยื่นมือลงไปแหล่งน้ำเพื่อเก็บของเล่น และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ตู๊กตาคนพลาสติก</li> <li>■ กะละมัง/ภาชนะใส่น้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนโดยใช้ภาพหรือตุ๊กตา โดยสอนว่า เมื่อมีของตกลงไปในน้ำ               <ul style="list-style-type: none"> <li>● ให้บอกผู้ใหญ่</li> <li>● ไม่ลงไปแหล่งน้ำ และไม่เอื้อมเก็บสิ่งของในน้ำ เช่น ลูกบอล กระเป๋าสองล้อ โทรศัพท์มือถือ กระบุง เพราะอาจตกลงไปในน้ำ เชือกพันขา ขาเป็นตะคริว จมน้ำ หายใจไม่ได้ และตาย</li> </ul> </li> </ul> <p>** ครูไม่ควรแสดงท่าทางเหล่านี้ หรือให้เด็กแสดงพฤติกรรมเหล่านี้ เพื่อไม่ให้เด็กเข้าใจผิดว่า เขาทำพฤติกรรมเหล่านี้ได้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมใดที่ไม่ควรทำ เพราะเป็นอันตราย โดยให้ตุ๊กตาแสดงท่าทาง แล้วให้เด็กบอก (พูด ทำท่าทาง บัตรภาพ)</li> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมเหล่านั้นจะทำให้เขาเป็นอันตรายได้อย่างไร</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p>3) อย่าก้ม</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กก้มลงไปอยู่ในแหล่งน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ตุ๊กตาคนพลาสติก</li> <li>■ กระดาษ/ภาชนะใส่น้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนโดยใช้ภาพหรือตุ๊กตา โดยสอนว่า ไม่ก้มลงไปอยู่ในแหล่งน้ำ เพราะอาจล้มหรือตกลงไปในแหล่งน้ำ</li> <li>** ครูไม่ควรแสดงท่าทางเหล่านี้ หรือให้เด็กแสดงพฤติกรรมเหล่านี้ เพื่อไม่ให้เด็กเข้าใจผิดว่า เขาทำพฤติกรรมเหล่านี้ได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมใดที่ไม่ควรทำ เพราะเป็นอันตราย โดยให้ตุ๊กตาแสดงท่าทาง แล้วให้เด็กบอก (พูด ทำท่าทาง บัตรภาพ)</li> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมเหล่านั้นจะทำให้เขาเป็นอันตรายได้อย่างไร</li> </ul>
<p>4) อย่าไปเล่นน้ำคนเดียว ต้องบอกผู้ใหญ่ ต้องไปกับผู้ใหญ่</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กกระโดดลงไปน้ำ และมีกากบาทสีแดง</li> <li>■ ภาพผู้ใหญ่จูงมือเด็ก เดินอยู่ข้างแหล่งน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนเด็กว่า <ul style="list-style-type: none"> <li>● ไม่เข้าใกล้แหล่งน้ำตามลำพัง ต้องไปกับผู้ใหญ่ทุกครั้ง</li> <li>● ไม่ลงไปเล่นน้ำ ไม่เล่นน้ำตามลำพัง ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง</li> <li>● ไม่เดินใกล้ ไม่วิ่งเล่น ไม่ผลักรถ ไม่ปีนป่าย บริเวณข้าง ๆ แหล่งน้ำ</li> <li>● ไม่ทำกิจกรรมใกล้แหล่งน้ำ ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยทุกครั้ง</li> <li>● ไม่กดหัวเพื่อนลงในน้ำ จะทำให้เพื่อนจมน้ำ สำลักน้ำ หายใจไม่ได้ และตาย</li> <li>● ไม่เดินตามเบ็ด หรือสุนัข ลงไปในน้ำ เพราะจะหายใจไม่ได้ จมน้ำ และตาย</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า พฤติกรรมใดที่ไม่ควรทำ เพราะเป็นอันตราย</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>5. การช่วยคนตกน้ำอย่างปลอดภัย</b>			
1) การตะโกนขอความช่วยเหลือ	ภาพตะโกนขอความช่วยเหลือ	<ul style="list-style-type: none"> <li>สอนให้เด็กตะโกนเรียกผู้ใหญ่ โดยตะโกน “ช่วยด้วย ช่วยด้วย มีคนตกน้ำ”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เด็กบอกได้ว่า ต้องทำอย่างไร เมื่อเห็นคนตกน้ำ</li> </ul>
2) การวิ่งไปขอความช่วยเหลือ	ภาพวิ่งไปขอความช่วยเหลือ	<ul style="list-style-type: none"> <li>สอนให้เด็กวิ่งไปเรียกผู้ใหญ่</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เด็กบอกได้ว่า ต้องทำอย่างไร เมื่อเห็นคนตกน้ำ</li> </ul>
3) การโทร 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือ	ภาพโทรศัพท์ที่มีหมายเลข 1669	<ul style="list-style-type: none"> <li>สอนเด็กว่า เมื่อพบคนตกน้ำ ห้ามกระโดดลงไปช่วย เพราะคนตกน้ำจะกอดรัดเรา จมน้ำ หายใจไม่ออก และตายได้</li> <li>สอนเด็กให้ตะโกนเรียกผู้ใหญ่ และสอนให้บอกผู้อื่นโทรไปเบอร์ 1669</li> <li>จำลองสถานการณ์และใช้โทรศัพท์จำลอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เด็กสามารถตะโกนขอความช่วยเหลือได้</li> <li>เด็กสามารถบอกให้ผู้อื่นโทรไปยังเบอร์ 1669 ได้</li> </ul>
4) อะไรบ้างที่ลอยได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>ภาพขวดพลาสติกเปล่า</li> <li>ภาพถังแกลลอนพลาสติกเปล่า</li> <li>ภาพเสื้อชูชีพ</li> <li>ภาพห่วงชูชีพ</li> <li>ภาพแท่งโฟม</li> <li>ภาพแผ่นโฟม</li> <li>ภาพของที่ลอยได้ที่อยู่ใกล้ตัวเด็ก</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>อธิบายโดยใช้ภาพว่า วัสดุอะไรบ้างที่ลอยน้ำได้ เช่น ขวดน้ำพลาสติก ถังแกลลอนพลาสติก ห่วงชูชีพ เสื้อชูชีพ แท่งโฟม แผ่นโฟม ลูกมะพร้าวที่ยังไม่เปิด</li> <li>อธิบายโดยนำวัสดุต่าง ๆ ไปใส่ในกะละมัง หรือแหล่งน้ำ เพื่อให้เด็กเห็นภาพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เด็กตอบได้ว่า วัสดุใดลอยน้ำได้บ้าง</li> </ul>
5) วิธีการโยนของที่ลอยน้ำได้ เพื่อช่วยคนตกน้ำ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ขวดพลาสติกเปล่า</li> <li>ถังแกลลอนพลาสติกเปล่า</li> <li>เสื้อชูชีพ</li> <li>ห่วงชูชีพ</li> <li>ภาพการโยนวัสดุลอยน้ำให้คนตกน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>อธิบายด้วยภาพถึงวิธีการโยนวัสดุแต่ละประเภท เช่น เมื่อจะโยนขวด ให้เด็กจับที่คอขวด แล้วแกว่งแขน ปลอยมือ เมื่อขวดไปตกที่ข้างหน้าคนตกน้ำแล้ว ครูสอนให้เด็กตะโกนว่า “จับขวดไว้ จับขวดไว้”</li> <li>สาธิตให้เด็กเห็น</li> <li>ให้เด็กฝึกฝนด้วยสถานการณ์สมมติ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เด็กสามารถโยนวัสดุลอยน้ำให้คนตกน้ำได้</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
6) อะไรบ้างที่ยื่นให้คนตกน้ำได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ภาพท่อพีวีซี</li> <li>▪ ภาพไม้กวาด กิ่งไม้ ไม้ไผ่ ไม้เท้า ไม้สอยผลไม้ เข็มขัด เสื้อผ้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ อธิบายโดยใช้ภาพว่า วัสดุอะไรบ้าง ที่มีความยาวและแข็งแรงที่ใช้นั้นได้ เช่น ท่อน้ำ ไม้กวาด กิ่งไม้ ไม้ไผ่ ไม้สอยผลไม้ ไม้เท้า เข็มขัด เสื้อผ้า</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า วัสดุใดที่ยื่นช่วยคนตกน้ำได้</li> </ul>
7) วิธียื่นอุปกรณ์ช่วยเหลือคนตกน้ำ	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ท่อพีวีซี</li> <li>▪ อุปกรณ์ที่ใช้นั้นได้ (ของจริง) เช่น ไม้กวาด กิ่งไม้ ไม้ไผ่ ไม้สอยผลไม้ ไม้เท้า เข็มขัด เสื้อผ้า</li> <li>▪ ภาพการยื่นไม้ให้คนตกน้ำจับ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ อธิบายด้วยภาพถึงวิธีการยื่นวัสดุไปที่คนตกน้ำ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• สอนเด็กให้ยื่นอย่างมั่นคง มีเท้า นำ เท้าตาม จากนั้น ให้เด็กยื่นไม้ โดยวาดไม้ไปแตะที่ไหล่ของคนตกน้ำ และตะโกนว่า “จับไว้ จับไว้”</li> <li>• เมื่อคนตกน้ำจับไม้แล้ว สอนให้เด็กดึงอุปกรณ์นั้นเข้าหาตัว เพื่อดึงคนตกน้ำเข้าฝั่ง</li> </ul> </li> <li>▪ สาธิตให้เด็กเห็น</li> <li>▪ ให้เด็กฝึกฝนด้วยสถานการณ์สมมติ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กสามารถยื่นวัสดุช่วยเหลือคนตกน้ำได้</li> </ul>
8) ห้ามลงไปช่วยคนตกน้ำ	ภาพกำลังกระโดดลงน้ำไปช่วยคนตกน้ำ และมีกากบาทสีแดง	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สอนเด็กว่า เมื่อพบคนตกน้ำ ต้องไม่ลงไปช่วยด้วยตนเอง แต่ให้ช่วยด้วยการ “ตะโกน โยน ยื่น”</li> <li>▪ ให้เด็กท่องจำว่า “ตะโกน โยน ยื่น”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า เมื่อเจอคนตกน้ำ จะไม่กระโดดไปช่วย แต่ช่วยด้วยตะโกน โยน ยื่น</li> </ul>
<b>6. จำลองสถานการณ์คนตกน้ำ</b>			
1) ทบทวน “ตะโกน โยน ยื่น”	ภาพขั้นตอนการตะโกน โยน ยื่น	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ทบทวนเนื้อหาที่สอน เรื่อง ตะโกน โยน ยื่น                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ตะโกนขอความช่วยเหลือ</li> <li>• โยนวัสดุที่ลอยน้ำได้ให้คนตกน้ำ</li> <li>• ยื่นวัสดุที่ยาว ๆ เพื่อช่วยเหลือ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กสามารถช่วยคนตกน้ำด้วยการตะโกน โยน ยื่น</li> </ul>
2) ทำทุกอย่างในเวลาเดียวกัน		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สร้างสถานการณ์จำลอง และให้เด็กแสดงบทบาทสมมติในการช่วยคนตกน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เมื่อเจอคนตกน้ำ เด็กไม่กระโดดไปช่วย แต่ช่วยด้วยการตะโกน โยน ยื่น</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>7. การเดินทางทางน้ำ</b>			
<b>1) การแต่งกายที่เหมาะสม</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กใส่เสื้อยืด กางเกงขาสั้น รองเท้าแตะ</li> <li>■ ภาพเด็กชาย-หญิงใส่ชุดว่ายน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็กรู้ว่า ก่อนเดินทาง               <ul style="list-style-type: none"> <li>● ควรตรวจสอบสภาพอากาศ (แนะนำแหล่งข้อมูลที่เด็กควรตรวจสอบสภาพอากาศ) หากมีคำเตือนเรื่องพายุหรือคลื่นลมแรง เรืออาจล่ม เด็กไม่ควรเดินทาง</li> <li>● ควรใส่เสื้อผ้าและรองเท้าที่ไม่อุ่มน้ำ ใส่และถอดได้ง่าย และไม่ใส่เครื่องประดับ (ยกตัวอย่างเยอะ ๆ ด้วยของจริงและภาพ อาจสาธิตให้ดูว่า “อุ่มน้ำ” คืออะไร)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า เขาควรเตรียมตัวอย่างไรก่อนการเดินทาง</li> </ul>
<b>2) วิธีขึ้นลงเรืออย่างปลอดภัย</b>	ภาพเด็กสวมเสื้อชูชีพขึ้นเข้าแถวรอลงเรืออย่างเป็นระเบียบ	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็ก รู้ถึงวิธีการขึ้นเรือโดยสาร               <ul style="list-style-type: none"> <li>● เข้าแถวเป็นระเบียบ ไม่เล่นกัน ไม่แกล้งเพื่อน และขึ้นรออยู่บนท่าเรือ</li> <li>● ไม่ควรลงไปทีโป๊ะ เพราะไม่มั่นคงและรับน้ำหนักได้น้อย</li> </ul> </li> <li>■ สอนให้เด็ก รู้ถึงวิธีการลงเรือโดยสาร               <ul style="list-style-type: none"> <li>● ควรให้เรือเทียบท่าและจอดสนิทจึงก้าวลงไปเรือ</li> <li>● ขอให้จับราวบันไดหรือจับมือของผู้ใหญ่ที่ยืนมาช่วยเหลือ พร้อมก้าวช้า ๆ และมั่นคง</li> <li>● ไม่กระโดดลงเรือ เพราะอาจลื่นตกน้ำ หรือกระทบกับของแข็ง ทำให้บาดเจ็บได้</li> <li>● ควรลงเรืออย่างเป็นระเบียบ (ไม่แย่งกัน ไม่ผลักหรือเบียดกัน)</li> </ul> </li> <li>■ สอนให้เด็ก รู้ถึงวิธีการขณะอยู่บนเรือ               <ul style="list-style-type: none"> <li>● นั่งเรียบร้อย (ไม่วิ่งไปมา ไม่ยื่นมือออกนอกเรือ ไม่จับกราบเรือ)</li> <li>● นั่งกลางลำเรือ และกระจายกันนั่งเพื่อไม่ให้เรือเอียงไปด้านใดด้านหนึ่ง</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กตอบได้ว่า               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ หากเรือโดยสารยังไม่มา เด็กควรทำตัวอย่างไร</li> <li>○ ควรลงเรืออย่างไรให้ปลอดภัย</li> <li>○ เมื่ออยู่บนเรือ ควรทำตัวอย่างไร</li> <li>○ ควรขึ้นจากเรืออย่างไรให้ปลอดภัย</li> </ul> </li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● สวมเสื้อชูชีพตลอดเวลาที่อยู่บนเรือโดยสาร</li> <li>● เมื่อเรือโคลง ให้นั่งนิ่ง ๆ แล้วจับเสาหรือเก้าอี้เพื่อทรงตัว ไม่ต้องตกใจ (ไม่ลุกยืนหรือร้องตะโกน)</li> <li>■ สอนให้เด็ก รู้ถึงวิธีการขึ้นจากเรือโดยสาร <ul style="list-style-type: none"> <li>● ควรรอให้เรือเทียบท่าและจอดสนิทจึงก้าวขึ้นจากเรือ</li> <li>● จับราวบันไดหรือจับมือของผู้ใหญ่ที่ยืนมาช่วยเหลือ พร้อมก้าวช้า ๆ และมั่นคง</li> <li>● ไม่กระโดดขึ้นจากเรือเพราะอาจก้าวพลาด ตกน้ำ หรือกระแทกกับของแข็งทำให้บาดเจ็บได้</li> <li>● ควรขึ้นจากเรืออย่างเป็นระเบียบ (ไม่แย่งกัน ไม่ผลักหรือเบียดกัน)</li> </ul> </li> <li>■ สอนให้เด็ก รู้ถึงวิธีการที่ปลอดภัย เมื่อเรือล่มและเด็กตกลงในน้ำ <ul style="list-style-type: none"> <li>● พยายามลอยตัวให้นานที่สุดเพื่อรอความช่วยเหลือ ถ้าเป็นไปได้ สอนให้เด็กมองหาอุปกรณ์ช่วยลอยตัว</li> <li>● สอนไม่ให้เด็กเกาะผู้อื่นและไม่ให้ผู้อื่นเกาะตัวเอง เพราะจะจมน้ำไปด้วยกัน</li> <li>● สอนให้เด็กเคลื่อนที่เข้าฝั่ง (ถ้าฝั่งอยู่ใกล้)</li> </ul> </li> </ul>	
<p><b>3) การใส่และถอดเสื้อชูชีพ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ เสื้อชูชีพ (ของจริง)</li> <li>■ ภาพเสื้อชูชีพที่ชำรุด</li> <li>■ ภาพเด็กใส่เสื้อชูชีพที่ไม่ชำรุดและขนาดพอดีตัว</li> <li>■ ภาพเด็กสอดแขนเข้าไปในเสื้อชูชีพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็กรู้จักเสื้อชูชีพและเสื้อพุงตัว (ถ้าเด็กมีความสามารถในการรับรู้ท่า อาจเรียกเสื้อทั้ง 2 แบบว่าเสื้อชูชีพ)</li> <li>■ สอนเด็กว่า <ul style="list-style-type: none"> <li>● ก่อนลงเรือ เด็กต้องใส่เสื้อชูชีพทุกครั้ง และใส่ตลอดเวลาที่อยู่บนเรือ อาจให้เด็กท่องว่า "ใส่บนบก ถอดบนบก"</li> </ul> </li> </ul>	<p>➤ เด็กตอบได้ว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ เมื่อต้องโดยสารเรือ ต้องใส่ชูชีพเมื่อใด และถอดเมื่อใด</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ภาพเด็กใส่ตัวลือกที่หน้าอก</li> <li>▪ ภาพเด็กใส่ตัวลือกที่เอว</li> <li>▪ ภาพเด็กใส่ตัวลือกที่ต้นขาซ้าย</li> <li>▪ ภาพเด็กใส่ตัวลือกที่ต้นขาขวา</li> <li>▪ ภาพเด็กดึงเชือก 4 จุดให้กระชับ</li> <li>▪ ตัวลือกสำหรับฝึกใส่และถอด</li> <li>▪ ตีนตุ๊กแก</li> <li>▪ กะละมังใส่น้ำ</li> <li>▪ เรือของเล่นและตุ๊กตาบนเรือ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• เมื่อตกน้ำ เสื้อชูชีพจะช่วยให้เด็กลอยตัวในน้ำได้นาน จนกว่าจะมีคนมาช่วยเหลือ หรือจนกว่าเด็กจะว่ายน้ำถึงฝั่ง</li> <li>• เสื้อชูชีพที่พอดีตัว ต้องมีขนาดไม่ใหญ่หรือเล็กเกินไป</li> <li>• เสื้อชูชีพขำรด หมายถึง เสื้อขาด เสื้อที่ไม่มีโฟม เสื้อที่มีตัวลือกไม่ครบ เชือก/สายลือกขาด เสื้อขึ้นรา</li> <li>▪ เมื่อเด็กได้เสื้อชูชีพที่เหมาะสมแล้ว                         <ul style="list-style-type: none"> <li>• สอนวิธีใส่ชูชีพที่ถูกต้อง เริ่มจากการสวมแขนทั้ง 2 ข้าง แล้วให้ลือกทั้ง 4 จุดจากบนลงล่าง ได้แก่ หน้าอก ตรงกลางลำตัว และสายคล้องขา 2 ข้าง</li> <li>• สอนให้เด็กดึงเชือกให้กระชับตัว และเก็บปลายเชือกให้เรียบร้อย</li> <li>• สอนให้เด็กเป่านกหวีดเพื่อขอความช่วยเหลือ แต่ต้องไม่เป่าเล่น</li> <li>• สอนให้เด็กถอดเสื้อชูชีพโดยเริ่มจากล่างขึ้นบน</li> </ul> </li> <li>▪ หลังจากสอนแล้ว ให้เด็กฝึกปฏิบัติ</li> <li>▪ เด็กที่มีปัญหาด้านกล้ามเนื้อ อาจใส่ตัวลือกไม่ตรงคู่ หรือทำไม่ได้ครูอาจใช้...                         <ul style="list-style-type: none"> <li>• ตัวลือกที่มีขนาดใหญ่ขึ้น</li> <li>• ทาสีที่ตัวลือกสองข้างให้ตรงกัน</li> <li>• เปลี่ยนตัวลือกให้เป็นตีนตุ๊กแก</li> <li>• ย่อยงานให้เป็นขั้นตอนเล็ก ๆ แล้วค่อย ๆ สอนไปที่ละขั้น จนกว่าเด็กจะทำได้เองทุกขั้นตอน</li> </ul> </li> </ul> <p>** ควรใช้เสื้อชูชีพที่มีขนาดพอดีกับตัวเด็ก</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ เพราะเหตุใดเขาจึงต้องใส่เสื้อชูชีพขณะโดยสารเรือ</li> <li>➢ เด็กเลือกเสื้อชูชีพที่ขนาดพอดีตัวได้</li> <li>➢ เด็กใส่เสื้อชูชีพได้ถูกต้องตามขั้นตอน</li> <li>➢ เด็กถอดเสื้อชูชีพได้ถูกต้องตามขั้นตอน</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<b>การฝึกปฏิบัติในน้ำ</b>			
<b>8. การลอยตัว เคลื่อนที่เข้าหาฝั่ง</b>			
<p>1) การลอยตัว                      รอคอยความช่วยเหลือ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพการลอยตัวคว่ำ</li> <li>■ ภาพการลอยตัวหงาย</li> </ul>	<p><b>การลอยตัวคว่ำ (ปลาตาว)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็กเกาะขอบสระ ก้มหน้าลงในน้ำ ยกขาขึ้นเพื่อให้ร่างกายลอยอยู่ผิวน้ำ เมื่อเด็กลอยตัวได้แล้ว ครูสอนให้เด็กกางแขน กางขา ก้มหน้า เป่าลม ตามองพื้น ตัวขนานกับผิวน้ำ</li> <li>■ กรณีเด็กกลัวสภาพที่เท้าหลุดจากพื้น ช่วงแรก ครูจับที่ท้องแขนของเด็ก เมื่อเด็กรู้สึกมั่นคง ครูให้เด็กจับมือหรือแขนครูแทน แล้วให้เด็กปล่อยมือในเวลาสั้น ๆ จากนั้นให้เด็กลองทำเองโดยที่ครูต้องอยู่ด้านหน้าของเด็ก</li> </ul> <p><b>การฝึกยืนจากท่าลอยตัว</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็กพับเอว แล้วกดเท้าลงมายืนที่พื้นสระ เมื่อเท้ายืนบนพื้นได้มั่นคงแล้ว สอนให้เด็กตั้งตัวตรงเพื่ออยู่ในท่ายืน</li> <li>■ เด็กบางคนอาจไม่เข้าใจ และไม่สามารถกดขาและเท้าลงในน้ำเพื่อยืนบนพื้นได้ อาจช่วยด้วยการกดแผ่นหลังของเด็กลงในน้ำเพื่อให้สะโพกของเด็กจม และลำตัวอยู่ในแนวตั้ง</li> </ul> <p><b>การลอยตัวหงาย</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ สอนให้เด็กนอนหงายในน้ำ กางแขนและขาออก แล้วปล่อยให้ตัวลอยอยู่ที่ผิวน้ำ</li> <li>■ ถ้าเด็กกลัว อาจเริ่มจากการจัดให้ศีรษะเด็กอยู่ที่ไหล่ของผู้สอนเพื่อให้เด็กมั่นใจ จากนั้นลดการช่วยเหลือ โดยการใช้มือรองใต้ศีรษะของเด็ก เพื่อช่วยพยุงให้ศีรษะอยู่เหนือน้ำ เมื่อเด็กมั่นใจ ให้เด็กทดลองทำเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กสามารถยกขาขึ้นเพื่อให้ร่างกายลอยอยู่ผิวน้ำ</li> <li>➢ เด็กทำท่าลอยตัวคว่ำได้ 5 วินาที</li> <li>➢ เด็กสามารถยืนจากท่าลอยตัวได้</li> <li>➢ เด็กลอยตัวหงายได้นาน 3 นาที</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p>2) การจับของที่คนโยนหรือยื่นให้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ขวดพลาสติกเปล่า</li> <li>▪ ถังแกลลอนพลาสติกเปล่า</li> <li>▪ เสื้อชูชีพ</li> <li>▪ ห่วงชูชีพ</li> <li>▪ เชือก</li> </ul>	<p>เมื่อตกน้ำ สอนเด็กว่า ไม่ต้องตกใจ ให้ทำดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ พยายามลอยตัวให้ได้ โดยใช้ท่าที่เด็กถนัดที่สุด และไม่ควรเกาะคนที่มาช่วย เพราะจะจมน้ำไปด้วยกัน</li> <li>▪ พาตัวเองเข้าฝั่ง โดยการนอนหงายและเตะขา</li> <li>▪ ครูสอนให้เด็กจับวัสดุลอยน้ำที่มีคนโยนมาให้เพื่อรอคนมาช่วย หรือเคลื่อนที่เข้าหาฝั่ง</li> <li>▪ ครูสอนให้เด็กจับเชือกหรือวัสดุที่มีคนโยนมาให้เพื่อให้คนช่วยดึงเข้าฝั่ง</li> </ul> <p>** เน้นการสอนเด็กบนบกก่อน หากเด็กพอทำได้ จึงจะสอนปฏิบัติในน้ำ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เมื่อมีคนโยนวัสดุลอยน้ำให้เด็กใช้ได้อย่างเหมาะสม</li> <li>➢ เมื่อมีคนยื่นวัสดุให้เด็กใช้ได้อย่างเหมาะสม</li> </ul>
<p>3) การกอดขวดหนีบขวด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ภาพขั้นตอนการกอดขวด               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) มือขวาจับคอขวด</li> <li>2) มือซ้ายกอดแนบหน้าอก</li> <li>3) ลอยตัวอยู่ในน้ำ</li> </ol> </li> <li>▪ ภาพขั้นตอนการหนีบขวด               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) เด็กลอยตัวนอนหงายและกอดขวดที่หน้าอก</li> <li>2) เด็กเลื่อนขวดลงไปไว้ที่หว่างขา</li> <li>3) เด็กใช้ขาหนีบขวด</li> <li>4) เด็กปล่อยมือจากขวด</li> </ol> </li> </ul>	<p><b>ฝึกวิธีการจับขวด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สอนให้เด็กใช้มือข้างที่ถนัดจับที่คอขวด ส่วนอีกมือกอดขวดแนบหน้าอก แล้วนอนหงายบนผิวน้ำ เหยหน้า ให้ตา จมูกและปากอยู่เหนือน้ำ แต่หูจมน้ำ</li> <li>▪ จากนั้น ให้เด็กนับ 1-10 ก่อนยืนขึ้น</li> </ul> <p><b>ฝึกหนีบขวด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ เริ่มจากการให้เด็กลอยตัวในท่านอนหงายและกอดขวดไว้ที่หน้าอก</li> <li>▪ เมื่อเด็กลอยตัวนิ่งได้แล้ว ให้สัญญาณเพื่อให้เด็กเลื่อนขวดที่แนบลำตัวจากหน้าอกมาวางไว้ระหว่างต้นขาทั้ง 2 ข้าง และใช้ต้นขาหนีบขวดไว้</li> <li>▪ ให้เด็กปล่อยมือจากขวด แล้วกางแขนออกช้า ๆ</li> <li>▪ หากเด็กยังไม่มั่นใจที่จะลอยตัวนิ่ง ๆ สามารถใช้อุปกรณ์ช่วยลอยตัวได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กจับขวดได้ถูกต้อง</li> <li>➢ เด็กกอดขวดเพื่อลอยตัวได้</li> <li>➢ เด็กหนีบขวดเพื่อลอยตัวได้</li> <li>➢ เด็กเปลี่ยนจากกอดขวดไปหนีบขวดได้</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
<p>4) การเคลื่อนที่ เข้าหาฝั่ง</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ภาพเด็กนั่งขอบสระและเตะขา</li> <li>■ ภาพเด็กเกาะขอบสระและเตะขา</li> <li>■ ภาพการเตะเท้าหงาย</li> </ul>	<p><b>ปลาเข็ม</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กสุดลมหายใจเข้าทางปาก ปิดปาก ก้มหน้าลงน้ำ มือทั้งสองทับกัน และยึดแขนตรงเหนือศีรษะ พร้อมถีบตัวออกจากขอบสระ</li> <li>■ หากเด็กกลัวน้ำ ให้เด็กจับมือครูหรืออุปกรณ์ลอยน้ำได้ เช่น ขวดน้ำพลาสติก แท่งโฟม แล้วให้เด็กอยู่ในท่าปลาเข็มเพียงไม่กี่วินาทีในช่วงแรก เมื่อเด็กคุ้นเคยแล้ว จึงค่อย ๆ ลดความช่วยเหลือ ลดขนาดวัตถุ และเพิ่มระยะเวลาให้นานขึ้น</li> </ul> <p><b>การเตะขา</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ นั่งขอบสระเตะขา : ให้เด็กนั่งที่ขอบสระ เขยียดขาตรง เท้าชี้ไปข้างหน้า และให้เด็กเตะขาขึ้นลง หากเด็กไม่เข้าใจ ให้จับขาเด็กเตะสลับขึ้นลง หรือชี้ให้เด็กดูเพื่อน</li> <li>■ จับขอบสระเตะขา : สอนให้เด็กจับขอบสระ เขยียดขาไปข้างหลัง เพื่อให้ตัวลอยอยู่ในน้ำ จากนั้นสอนให้เด็กเตะขาในท่านอนคว่ำ หากเด็กทำไม่ถูก ให้จับปลายเท้า แล้วยกขาของเด็กขึ้นลง</li> <li>■ จับอุปกรณ์ลอยน้ำได้เตะขา : สอนให้เด็กจับแท่งโฟม/แผ่นโฟม/ขวดน้ำพลาสติก/ถังแก๊สลอยน้ำพลาสติก เขยียดขาไปข้างหลัง เพื่อให้ตัวลอยอยู่ในน้ำ จากนั้นสอนให้เด็กเตะขาในท่านอนคว่ำ</li> </ul> <p><b>ลูกหมาตักน้ำ (เหมือนการเตะเท้าคว่ำ แต่เอาอุปกรณ์ช่วยออก)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กนั่งที่ขอบสระ สอนให้เด็กเคลื่อนไหวมือ ในท่าที่ถูกต้อง</li> <li>■ เมื่อเด็กทำมือได้แล้ว พาเด็กลงน้ำ ยืนในท่าย่อเข่า มือพยุ้น้ำอยู่ในน้ำ</li> <li>■ ครูให้เด็กฝึกใช้มือพยุ้น้ำและเตะเท้า โดยใช้แท่งโฟมรองใต้รักแร้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กเตะขาขึ้นลงได้</li> <li>➢ เด็กเตะขาซ้ายและขวา สลับกัน 20 ครั้ง</li> <li>➢ เด็กใช้มือพยุ้น้ำ และเตะเท้าได้</li> <li>➢ เด็กลอยตัวหงายและเตะเท้าได้</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
		<p><b>การเตะเท้าหางาย</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ทำน้ำเด็กต้องใช้แขนและขาพร้อมกัน ดังนั้นจึงต้องสอนทีละส่วน โดยเริ่มจากสอนเรื่องการโบกมือและแขนเพื่อช่วยพยุงตัว เมื่อเด็กเข้าใจการโบกมือแล้ว จึงสอนการเตะขา</li> <li>▪ หากเด็กลอยตัวไม่ได้ อาจใช้อุปกรณ์หรือมือช่วยพยุงตัว</li> </ul> <p><b>การเตะเท้าคว่ำสลับหางาย</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ เริ่มจากการให้เด็กทำท่าลูกหมาตกน้ำ จากนั้นครูให้สัญญาณเพื่อให้เด็กพลิกตัวเปลี่ยนจากท่าลูกหมาตกน้ำไปเป็นท่าเตะเท้าหางาย โดยปิดหน้าไหล่ เอว และพนมออก (ช่วงแรก ครูอาจต้องช่วยเหลือในการพลิกตัว)</li> <li>▪ เมื่อต้องการพลิกตัวจากท่าเตะเท้าหางายไปเป็นท่าลูกหมาตกน้ำ ครูให้สัญญาณ บอกให้เด็กสูดอากาศแล้วเก็บลมหายใจไว้ แล้วให้เด็กพลิกตัวกลับไปเป็นท่าลูกหมาตกน้ำ (โดยครูอาจช่วยยกแขนของเด็กขึ้นเพื่อพาตไปอีกด้าน แล้วให้เด็กว่ายน้ำต่อไปด้วยท่าลูกหมาตกน้ำ)</li> </ul>	
<b>9. อื่น ๆ</b>			
สำรวจสระว่ายน้ำ (บนบก)	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ พาเด็กเดินรอบสระว่ายน้ำ และบอกเด็กว่า บริเวณใดเป็นน้ำลึก บริเวณใดเป็นน้ำตื้น</li> </ul>	-
สำรวจสระว่ายน้ำ (ในน้ำ)	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ พาเด็กลงสระว่ายน้ำบริเวณน้ำตื้น โดยให้เด็กจับขอบสระ แล้วให้ขยับไปทางด้านน้ำลึกทีละน้อย เมื่อน้ำถึงปาก สอนให้เด็กตะโกนว่า “น้ำลึก”</li> <li>▪ เมื่อเด็กตะโกนน้ำลึก ให้เด็กหยุดเดิน แล้วอธิบายว่าพื้นที่นี้อันตราย เพราะเด็กยืนไม่ถึง หายใจไม่ได้ และตายได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ เด็กตอบได้ว่า                             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ พื้นที่ตื้นและพื้นที่ลึก</li> <li>○ พื้นที่ปลอดภัย</li> <li>○ พื้นที่อันตราย</li> </ul> </li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
		<ul style="list-style-type: none"> <li>■ จากนั้น ให้เด็กขยับกลับมาทางด้านน้ำตื้น จนน้ำถึงระดับเอวหรืออก แล้วอธิบายว่า พื้นที่นี้ปลอดภัยเพราะเด็กยืนได้และหายใจได้</li> </ul>	
การอบอุ่นร่างกาย	-	<p>6 ท่าตุ๊กตา (ต่อแถว, ตัวแน่น, ล้มลุก, ขาเลข 4, ขาสามเหลี่ยม, จี๊เอ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ ต่อแถว: ให้เด็ก ๆ เกาะไหล่เพื่อนต่อแถวเป็นรถไฟ แล้วเดินรอบสระ</li> <li>■ ตัวแน่น: ให้เด็กชูมือทั้ง 2 ข้างขึ้นเหนือศีรษะ และให้ประกบฝ่ามือเป็นท่าปลาเข็ม</li> <li>■ ล้มลุก: ให้เด็กยืนตรง แล้วพับขาขวาไปด้านหลัง ใช้มือขวาจับข้อเท้าขวา</li> <li>■ ขาเลข 4: ให้เด็กนั่งบนพื้น ขาขวาเหยียดตรงไปข้างหน้า ส่วนขาซ้ายพับ 90 องศา เพื่อให้ข้อเท้าซ้ายพาดบนหัวเข่าหรือหน้าขาของขาขวา แล้วก้มตัวลงเพื่อให้มือทั้งสองข้างจับฝ่าเท้าขวา</li> <li>■ ขาสามเหลี่ยม: ให้เด็กนั่งงอเข่า เพื่อให้ฝ่าเท้าประกบกัน จากนั้นโน้มตัวไปข้างหน้าเพื่อให้มือแตะพื้น</li> <li>■ จี๊เอ: ให้เด็กนั่งย่นเท้าไปข้างหน้า ยกขาขวามาวางพาดบนขาซ้าย จากนั้นบิดเอวเพื่อวางศอกซ้ายที่หัวเข่าขวา แล้วก้มศีรษะมองต่ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กทำท่าอบอุ่นร่างกายได้ทั้ง 6 ท่า (ท่าละ 10 วินาที)</li> </ul>
การทำควมคุ้นเคยกับน้ำ	ภาพเด็กเกาะไหล่ต่อแถวกัน	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็ก ๆ เกาะไหล่เพื่อน ต่อแถวเป็นรถไฟ แล้วพาเด็กเดินผ่านฝักบัว ถ้าเด็กกลัวน้ำมาก อาจให้เด็กเปิด-ปิดฝักบัวด้วยตัวเอง</li> <li>■ ถ้าเด็กไม่กล้าลงสระน้ำ ให้เด็กยืนบนนบก เกาะไหล่กันเป็นรถไฟ แล้วพารถไฟค่อย ๆ เดินลงน้ำด้วยกัน</li> <li>■ ถ้าเด็กยอมลงไปยืนในสระแล้ว ให้เด็กยืนในน้ำตื้น เกาะไหล่เป็นรถไฟ แล้วเดินไปรอบ ๆ สระน้ำตื้น</li> <li>■ เมื่อเด็กสามารถเคลื่อนที่สำรวจสระว่ายน้ำแล้ว ให้เพิ่มบทเพลงในขณะที่เดิน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กยอมให้ใบหน้าโดนน้ำ</li> <li>➢ เด็กเดินลงสระว่ายน้ำด้วยตัวเอง</li> <li>➢ เด็กเดินในน้ำตื้นได้</li> </ul>

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
การยืนทรงตัวและเดิน ในน้ำตื้น	ภาพเด็กกอดอยู่ในน้ำจับแท่งโฟมโดย มีครูจับแท่งโฟมช่วยพยุง	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ให้เด็กเดินไปข้างหน้าโดยใช้แขนและมือช่วยพยุงน้ำ</li> <li>▪ หากเด็กไม่กล้าเดิน ให้เริ่มจาก ผู้สอนหันหน้าเข้าหาเด็ก จับมือเด็ก แล้วพาเด็กเดินไปข้างหน้า (ครูเดินถอยหลัง)</li> <li>▪ หากเด็กทำได้ ให้เปลี่ยนจากจับมือครูไปเป็นจับอุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้ โดยมีครูช่วยพยุง หลังจากนั้น ฝึกให้เด็กเดินไปข้างหน้าด้วยตนเอง</li> <li>▪ หากสอนเด็กหลายคน ให้เด็กเดินต่อแถวเป็นรถไฟ แล้วพาเดินในน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กสามารถยืนทรงตัว ในน้ำได้ 5 วินาทีโดยไม่ จับมือครูหรือใช้อุปกรณ์</li> <li>➢ เด็กเคลื่อนที่ในน้ำตื้น เป็นระยะทาง 1 เมตร โดยไม่ต้องใช้อุปกรณ์</li> </ul>
การเป่าน้ำ	ภาพเด็กเป่าลมออกทางปาก	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ การเป่าน้ำ คือ การหายใจเข้าทางปากและออกทางปาก</li> <li>▪ กิจกรรมแก้วันเกิด : ครูชูนิ้ว สมมติให้เป็นเทียน ครูเป่านิ้วให้ดู แล้วให้เด็กทำตามครู ครูสังเกตว่า มีลมขณะที่เด็กเป่าหรือไม่</li> <li>▪ ถ้าเด็กเป่าลมได้แล้ว ครูสอนให้เด็กเป่าน้ำ โดยเริ่มจากการเป่าน้ำที่ฝ่ามือครู ตั้งแต่ฝ่ามืออยู่เหนือหน้า ระดับน้ำ และใต้น้ำเล็กน้อย หรือ เป่าลูกบอลที่ลอยน้ำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กสามารถเป่าน้ำ (พ่นลมออกทางปากได้)</li> </ul>

### การอบอุ่นร่างกาย (6 ท่าตึกตา)



ตึกตาต่อแถว



ตึกตาทัวแน่น



ตึกตาล้มลุก



ตึกตาขาลง 4



ตึกตาขาสวมเหลี่ยม



ตึกตาจ๊ะเอ๋

หัวข้อ-เนื้อหาที่ควรสอน	สื่อการสอน	วิธีการสอน	การวัดผลการเรียนรู้
การดำน้ำ	ภาพเด็กสูดลม ดำน้ำ และเป่าลมออกทางปาก	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กเกาะขอบสระ หายใจเข้าตามปกติ แล้วจุ่มหน้าลงไปในน้ำ ฟันลมออกทางปาก เยกหน้าขึ้นเหนือน้ำ แล้วหายใจเข้าอีกครั้ง ทำซ้ำ ๆ จนเกิดความชำนาญ</li> <li>■ หากเด็กมีอาการสำลักน้ำ ให้สอนขั้นตอนให้ละเอียดยิ่งขึ้น แล้วค่อยพาเด็กฝึกไปด้วยกันอย่างช้า ๆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กก้มหน้าลงในน้ำหรือย่อตัวให้น้ำท่วมศีรษะได้</li> <li>➢ เด็กสามารถเป่าน้ำ (ฟันลมออกทางปากเมื่อปากอยู่ใต้น้ำ) ได้</li> </ul>
ลืมนตาใต้น้ำ	ภาพเด็กกอดูใต้น้ำลืมนตา มองดูครูที่ยกนิ้วสองนิ้วอยู่	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ให้เด็กลืมนตาใต้น้ำ 1-2 วินาที แล้วค่อย ๆ เพิ่มระยะเวลาให้นานขึ้น</li> <li>■ ครูใช้เกมกิ้งนัว โดยให้เด็กดำน้ำ ครูยกสองนิ้วใต้น้ำ แล้วให้เด็กบอกว่าครูยกกิ้งนัว</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เด็กบอกได้ว่า ครูยกกิ้งนัว</li> </ul>

- หมายเหตุ
- ข้อที่ 8 และ 9 เป็นวิธีการสอนสำหรับเด็กทั่วไปที่ไม่ได้แก่ลัวมาก แต่ถ้าเด็กพิเศษลัวมาก ครูควรย่องานเป็นขั้นเล็ก ๆ แล้วพาทำซ้ำ ๆ ทีละขั้น และเสริมแรงเยอะ ๆ
  - การสอนฝึกปฏิบัติใต้น้ำ ควรคัดเลือกเด็กที่มีทักษะใกล้เคียงกัน มาสอนด้วยกัน และควรมีการทำแผนการสอนรายบุคคล

- สื่อการสอนอื่น ๆ ได้แก่
- ป้ายเครื่องหมาย “ถูก”
  - ป้ายภาพแสดงของรางวัล
  - ป้ายสะสมคะแนน
  - ป้ายเครื่องหมาย “ผิด”
  - ของรางวัล
  - เบี้ยเพื่อสะสมคะแนน เช่น คลิปหนีบกระดาษ ลูกปัด สติกเกอร์

### ตัวอย่างอุปกรณ์ที่ใช้สอน



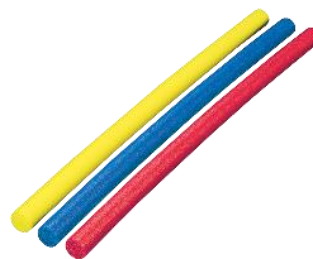
ขวดน้ำพลาสติก



ถังแก๊สพลาสติก



ไม้/ท่อ PVC



แท่งโฟม

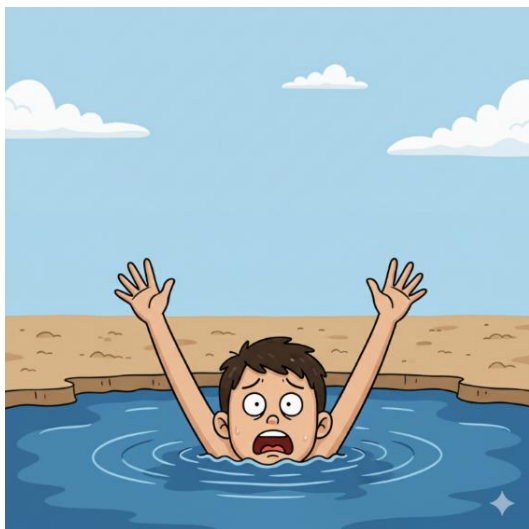


แผ่นโฟม



ตุ๊กตา

## ภาคผนวก ง: ภาพสื่อสำหรับการสอน



เด็กกำลังจมน้ำ



ภาพเด็กจมน้ำ



ภาพเด็กสลบ



ภาพเด็กหายใจไม่ออก



เด็กยิ้ม



เด็กร้องไห้

# ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



น้ำตื้น



ใต้น้ำอาจมีก้อนหิน ตอไม้ กิ่งไม้ เศษแก้ว



กิ่งไม้ที่อยู่ใต้น้ำพันขา จะทำให้จมน้ำ



แหล่งน้ำธรรมชาติ มักมีจอกแหนปกคลุมที่ผิวหน้า



วัสดุที่ลอยน้ำ: ขวดน้ำ ถังแกลลอน ห่วงชูชีพ  
เสื้อชูชีพ แท่งโฟม ลูกมะพร้าว แผ่นโฟม



วัสดุที่จมน้ำ: แก้วน้ำ ก้อนหิน รองเท้า

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



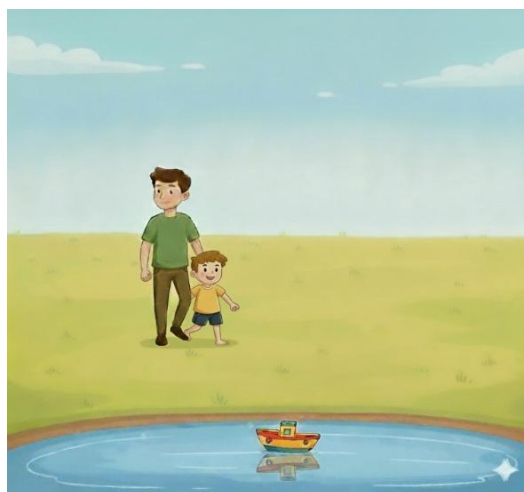
ห้ามกระโดดลงไป在水里



ห้ามแกล้งผลักเพื่อนให้ตกน้ำ



เวลาไปใกล้แหล่งน้ำ ต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วยเสมอ



เมื่อมีของเล่นอยู่ในน้ำ บอกผู้ใหญ่ให้เก็บให้



ห้ามยื่นมือลงไปแหล่งน้ำเพื่อเก็บของเล่น



ผู้ปกครองต้องดูแลตลอดเวลาที่เด็กเล่นน้ำ

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



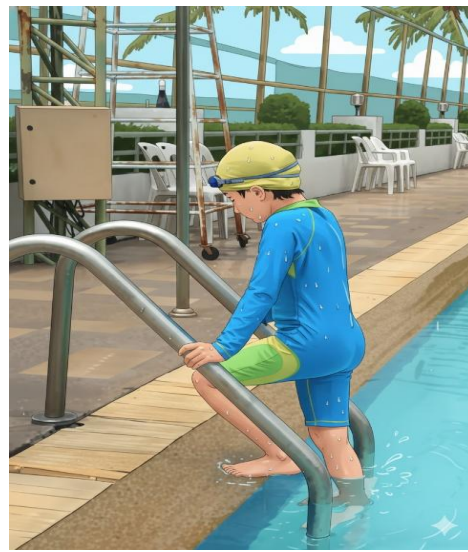
การลงหรือขึ้นจากแหล่งน้ำธรรมชาติ  
ควรรหาสิ่งยึดเกาะที่แข็งแรงมั่นคง



การเดินในแหล่งน้ำธรรมชาติ ต้องใช้ไม้ยาว  
ในการค้ำยัน และค่อยๆ ก้าวเท้าไปข้างหน้า



การลงสระว่ายน้ำทางบันได



การขึ้นจากสระว่ายน้ำทางบันได



การลงสระว่ายน้ำทางขอบสระ



การขึ้นจากสระว่ายน้ำทางขอบสระ

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



ท่วมระดับเข่า



น้ำท่วมถึงหลังคาบ้าน



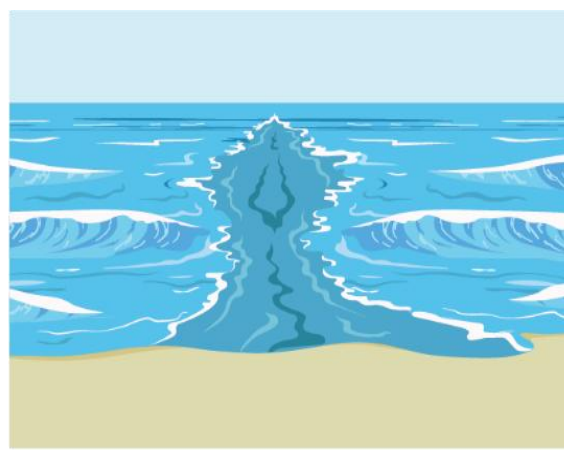
น้ำป่า



น้ำหลาก



น้ำวน



กระแสน้ำไหลกลับ

ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



อย่าใกล้



ตะโกน



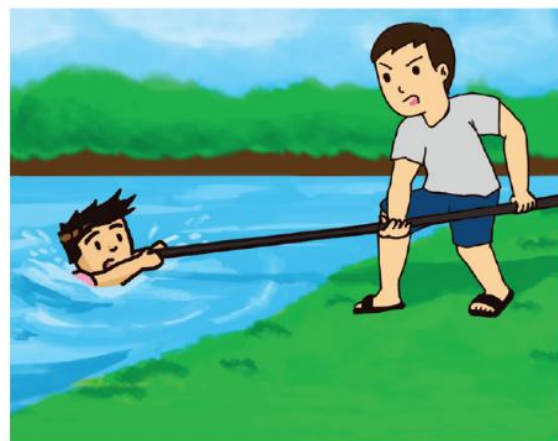
อย่าเก็บ



โยน



อย่าก้ม



ยื่น

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



โยนขวดพลาสติกเปล่า



โยนถังแกลอนพลาสติกเปล่า



โยนเสื้อชูชีพ



โยนห่วงชูชีพขนาดเล็ก



จับที่คอขวด มีเพื่อนำ เฝ้าตาม



เด็กถือขวดแกว่งแขนไปด้านหลัง

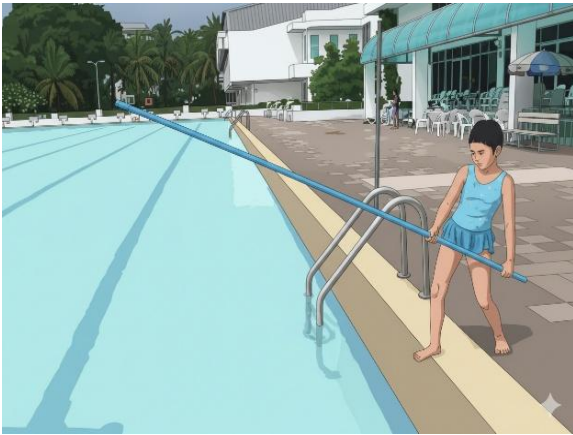


ปล่อยมือ โดยมีขวดลอยไปข้างหน้า

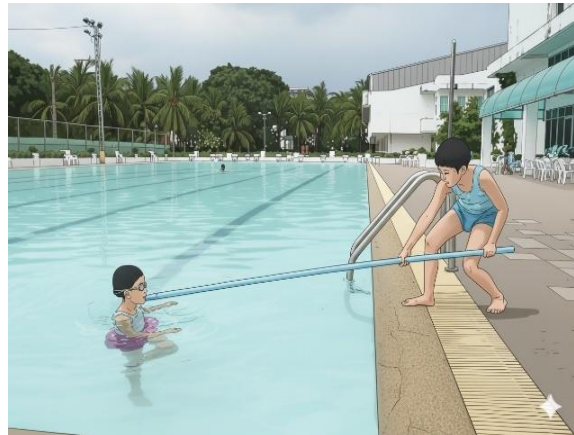


ตะโกนว่า “จับขวดไว้ จับขวดไว้”

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



ยื่นทำนำทำตาม และยกไม้ขึ้นเตรียมยื่น



เด็กยื่นไม้ไปแตะที่ไหล่ของคนตกน้ำ



คนตกน้ำจับไม้



ดึงไม้กลับ



จับมือคนตกน้ำพาดที่ขอบสระ

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



ตะโกนขอความช่วยเหลือ



วิ่งไปขอความช่วยเหลือ



ห้ามกระโดดลงไปช่วย



โทรหมายเลข 1669

### ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



สิ่งที่ลอยน้ำได้: ขวดพลาสติกเปล่า



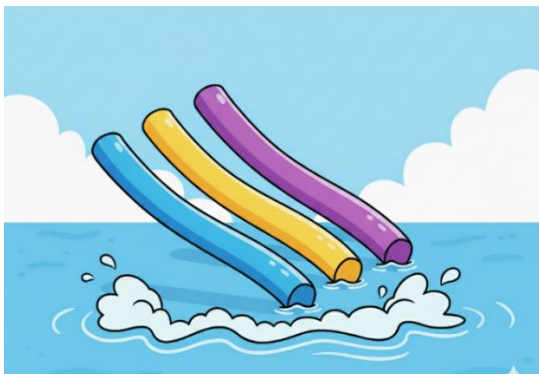
สิ่งที่ลอยน้ำได้: ถังแกลอนพลาสติกเปล่า



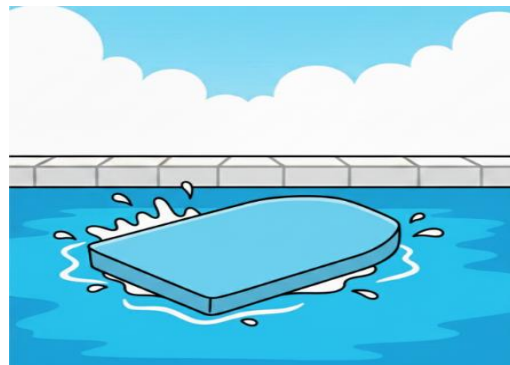
สิ่งที่ลอยน้ำได้: เสื้อชูชีพ



สิ่งที่ลอยน้ำได้: ห่วงชูชีพ

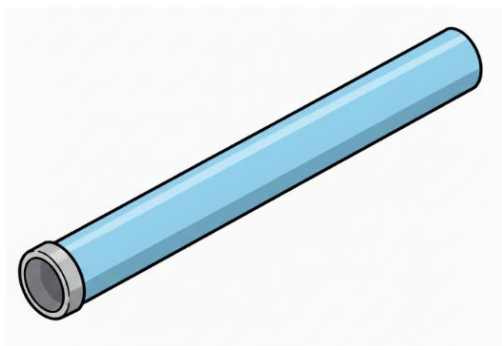


สิ่งที่ลอยน้ำได้: แท่งโฟม

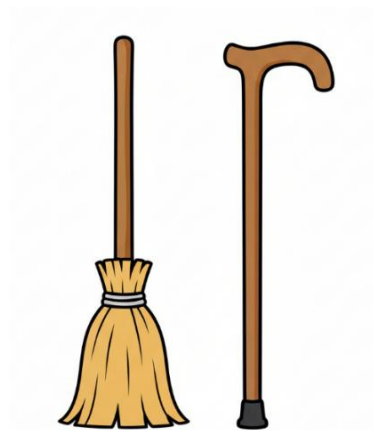


สิ่งที่ลอยน้ำได้: แผ่นโฟม

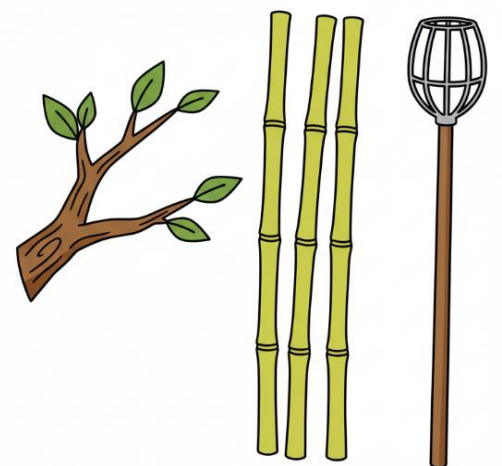
## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



วัสดุที่ใช้ยื่นช่วยคนตกน้ำ: ท่อพีวีซี



วัสดุที่ใช้ยื่นช่วยคนตกน้ำ: ไม้กวาด ไม้เท้า



วัสดุที่ใช้ยื่นช่วยคนตกน้ำ: กิ่งไม้ ไม้ไผ่ ไม้สอย  
ผลไม้



วัสดุที่ใช้ยื่นช่วยคนตกน้ำ: เข็มขัด เสื้อผ้า



ป้ายเครื่องหมาย “ถูก”



ป้ายเครื่องหมาย “ผิด”

ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



เวลาเดินทางทางน้ำ/นั่งเรือ  
ควรใส่เสื้อยัด กางเกงขาสั้น รองเท้าแตะ



หากลงเล่นน้ำในสระว่ายน้ำ  
ควรใส่ชุดว่ายน้ำ



ใส่เสื้อชูชีพให้เรียบร้อยก่อนลงเรือ



ยืนเข้าแถวอย่างเป็นระเบียบ เพื่อรอลงเรือ



เสื้อชูชีพ



เสื้อชูชีพที่ชำรุด

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



สอดแขนเข้าไปในเสื้อชูชีพ



ใส่ตัวล็อกที่หน้าอก



ใส่ตัวล็อกที่เอว



ใส่ตัวล็อกที่ต้นขาซ้าย และขวา



ดึงเชือก 4 จุดให้กระชับ



## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



ควรสวมเสื้อชูชีพ



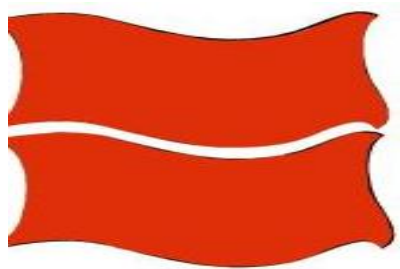
ระวัง! น้ำลึก



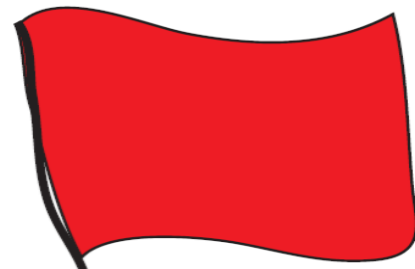
ห้ามกระโดดน้ำ



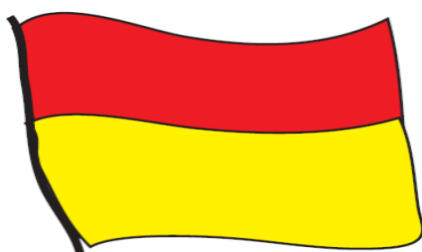
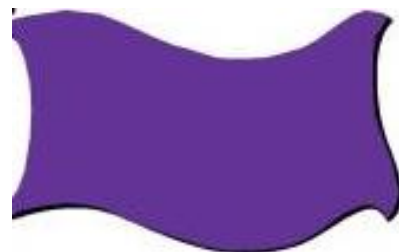
ห้ามว่ายน้ำ



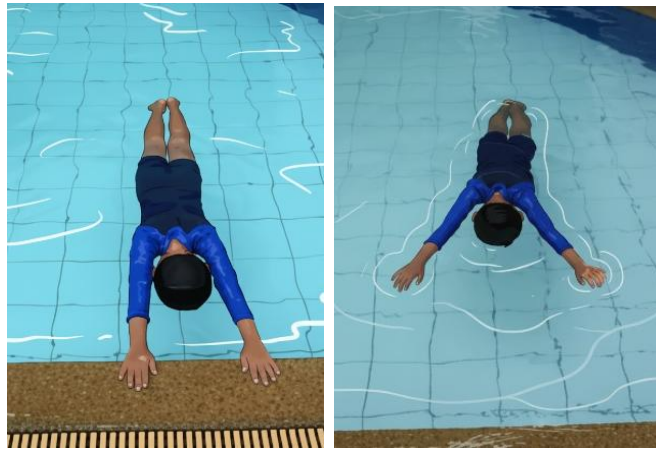
อันตรายมาก ห้ามเล่นน้ำเด็ดขาด



อันตราย ห้ามเล่นน้ำ

บริเวณนี้มีเจ้าหน้าที่ Lifeguard  
สามารถเล่นน้ำได้ระวัง! สัตว์ทะเล  
(แมงกะพรุน ปลากระเบน อื่น ๆ)

## ภาคผนวก ง (ต่อ): ภาพสื่อสำหรับการสอน



การลอยตัวคว่ำ: 1) เกาะขอบสระ ก้มหน้าลงในน้ำ ยกขาขึ้นเพื่อให้ร่างกายลอยอยู่ผิวน้ำ และ 2) ปล่อยมือออกจากขอบสระ กางแขน กางขา ก้มหน้า เป่าลม ตามองพื้น ตัวขนานกับผิวน้ำ



การลอยตัวหงาย: นอนหงายในน้ำ กางแขนและขาออก แล้วปล่อยให้ตัวลอยอยู่ที่ผิวน้ำ



การกอดขวดลอยตัว: 1) มือขวาจับที่คอขวดน้ำพลาสติก 2) นำขวดน้ำพลาสติก มาวางทับที่หน้าอก และมือซ้ายกอดแนบหน้าอก 3) ลอยตัวนอนหงายในน้ำ โดยกอดขวดที่หน้าอก 4) เลื่อนขวดลงไปไว้ที่หว่างขา และ 5) ใช้ขาหนีบขวด และปล่อยมือจากขวด



ฝึกการดำน้ำและเป่าน้ำ : 1) สูดลมเข้า 2) ย่อตัวลงไปได้ น้ำเพื่อเป่าลมออกทางปาก



ฝึกเตะเท้า: นั่งขอบสระ เหยียดขาตรงเท้าชี้ไปข้างหน้า และเตะขาขึ้นลง

# ภาคผนวก จ: กฎความปลอดภัยทางน้ำที่สำคัญ

## กฎความปลอดภัยทางน้ำที่สำคัญ

**1** ผู้ปกครอง ต้องเฝ้าดูแลเด็ก ตลอดเวลา

**2** ลงเล่นน้ำ หรือว่ายน้ำ ในบริเวณที่จัดไว้ให้ หรือมีเจ้าหน้าที่ คอยดูแล

**3** ห่วงยางพลาสติก ปลอกแขนพลาสติก ไม่ใช่อุปกรณ์ช่วยชีวิต แต่เป็นเพียงของเล่น

**4** ไม่ควร ใส่กางเกงขยาว โดยเฉพาะกางเกงยีนส์ ขณะเดินทางทางน้ำ หรือลงเล่นน้ำ หรือว่ายน้ำ

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control

**5** ใส่เสื้อชูชีพทุกครั้ง และตลอดเวลา ที่อยู่บนเรือ หรือทำกิจกรรมทางน้ำ

**6** ไม่กระโดดลงน้ำ ในบริเวณน้ำตื้น หรือน้ำขุ่น หรือไม่ทราบ สภาพใต้น้ำ

**7** ไม่สวมใส่ เครื่องประดับ (แหวน กำไล ต่างหู หรือนาฬิกา) เมื่อลงเล่นน้ำ

**8** ห้ามเล่น หรือแก่ง จมน้ำ

ช่วยด้วย!

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control

**9** ควรว่ายน้ำ ขนานฝั่ง

**10** ไม่ควร ลงเล่นน้ำขณะฝนตก หรือฝนฟ้าคะนอง

**11** ไม่ว่ายน้ำ/เล่นน้ำ ในเวลากลางคืน

**12** ไม่ควร ลงเล่นน้ำ หากดื่มสุรา เมายา อดนอน อ่อนเพลีย

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control

## ภาคผนวก ฉ: ความแตกต่างระหว่างเสื้อชูชีพและเสื้อพยุงตัว

### ความแตกต่างระหว่างเสื้อชูชีพและเสื้อพยุงตัว

#### เสื้อชูชีพ



- มีแรงลอยตัวสูง ใช้ได้ทุกสภาพอากาศ ทั้งในทะเล น้ำเชี่ยว น้ำไหล
- ถูกออกแบบให้พลิกตัวผู้ประสบภัยให้หงายหน้าขึ้น จึงสามารถใช้กับผู้ประสบภัยที่ไม่รู้สึกตัว/หมดสติ/สลบได้

#### ข้อจำกัด

เกาะทะ และจำกัดการเคลื่อนไหว



#### เสื้อพยุงตัว



- เหมาะสำหรับกีฬาทางน้ำ เช่น สกีนน้ำ เจ็ทสกี เรือใบ เรือแคนู เรือคายัค
- ใส่สบาย และเคลื่อนไหวได้คล่องตัว
- หากใส่เสื้อพยุงตัว ต้องมีคนช่วยเพื่อให้หน้าไม่คว่ำ และสามารถเคลื่อนที่ไปในน้ำได้

#### ข้อจำกัด

- ถูกออกแบบให้เป็นตัวช่วยลอยอยู่ในน้ำ มากกว่าเป็นอุปกรณ์ช่วยชีวิต
- เหมาะสำหรับผู้ที่สติ และรู้สึกตัว (ไม่เหมาะกับการใช้ในกรณีกับผู้ประสบภัยที่ไม่รู้สึกตัว/หมดสติ/สลบ) เพราะเสื้อพยุงตัวจะไม่ช่วยพลิกให้หน้าของผู้สวมใส่หงายขึ้นเหมือนน้ำเหมือนกับเสื้อชูชีพ

**หมายเหตุ :**  
เพื่อความปลอดภัย เมื่อใส่เสื้อชูชีพ/เสื้อพยุงตัวแล้ว ควรล็อกในทุกจุด รวมทั้งสายคล้องขา



กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control



เสื้อชูชีพ



เสื้อพยุงตัว

# ภาคผนวก ข: การช่วยเหลือคนตกน้ำ



## การช่วยเหลือ

( สแกนเพื่อรับข้อมูลเพิ่มเติม )

1



ตะโกน

ตะโกน... "ช่วยด้วย มีคนตกน้ำ"  
(เพื่อขอความช่วยเหลือ)

2



โยน

โยน... อุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้ให้คนตกน้ำจับ  
เช่น ถังแกลอนพลาสติกเปล่า หัวชูชีพ

3



ยื่น

ยื่น... อุปกรณ์ให้คนตกน้ำจับ เช่น ไม้ เชือก เสื้อ  
กางเกง ผ้าขาวม้า เข็มขัด

4



สาวไม้ดึงคนตกน้ำเข้าหาฝั่ง

กรณีคนตกน้ำอยู่ไกลฝั่ง และหากจำเป็นจะต้องลงไปช่วย  
ควรนำอุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้ติดตัวไปด้วย และโยนให้คนตกน้ำจับ  
(ห้ามให้คนตกน้ำสัมผัสร่างกายคนช่วยเหลือ)

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control



ถังแกลอนพลาสติก



เชือกสำหรับโยน



ถังแกลอนพลาสติกผูกเชือก



ท่อนช่วยชีวิต (rescue tube)

## ภาคผนวก ฉ: การปฐมพยาบาลคนจมน้ำ



# การปฐมพยาบาล

(สแกนเพื่อรับข้อมูลเพิ่มเติม)

### 1



โทรศัพท์แจ้งหมายเลข **1669**  
หรือหน่วยพยาบาลใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด

### 2



**ห้าม** จับผู้ประสบภัยล้มพาดป่า กระโดด หรือวิ่งรอบสนาม  
เพื่อเอาหน้าออก

### 3



จับคนจมน้ำนอนบนพื้นราบ แหง และแข็ง

### 4



**ตรวจสอบว่ารู้สึกตัวหรือไม่** โดยใช้มือทั้ง 2 ข้างจับไหล่ซ้าย  
พร้อมเรียกเสียงดังๆ

**กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค**  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control



# การปฐมพยาบาล

### 5



**กรณีรู้สึกตัว :** เช็ดตัวให้แห้ง เปลี่ยนเสื้อผ้า และห่มผ้า  
เพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และนำส่งโรงพยาบาลทุกราย

### 6



**กรณีไม่รู้สึกตัว ไม่ตอบสนอง :**  
**1. ช่วยหายใจ** ทำดังนี้  
- เปิดทางเดินหายใจ โดยการกอดหน้ามาก เขย่งคาง  
- เป่าปากโดยวางปากครอบปากผู้ป่วย ปิดจมูกเป่าลมเข้า  
ให้หน้าอกผู้ป่วยยกขึ้น (เป่าปาก 2 ครั้ง)

### 7



**2. กดนวดหัวใจ** ทำดังนี้  
- วางสันมือขนานกับแนวึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางหัวนมทั้งสองข้าง)  
ประสานมือ (ตามภาพ) แขนตั้งฉาก  
- กดหน้าอกให้ยุบประมาณ 1 ใน 3 ของความหนาของหน้าอก  
ความเร็ว 100 ครั้งต่อนาที  
- นวดหัวใจ 30 ครั้ง สลับกับเป่าปาก 2 ครั้ง ทำไปจนกว่าผู้ประสบภัย  
จะรู้สึกตัว และหายใจเองได้

### 8



**จับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง**  
ศีรษะหงายไปข้างหลัง เพื่อให้น้ำไหลออกทางปาก ใช้ผ้าห่ม  
คลุมผู้ป่วย เพื่อให้เกิดความอบอุ่น ดื่มน้ำและอาหาร และ  
นำส่งโรงพยาบาลทุกราย

**คู่มือฯ :**

- หลังจากช่วยเหลือคนตกน้ำ จมน้ำ ขึ้นมาแล้ว ห้ามจับอุ้มพาดป่าหรือห้อยหัว หรือคตท้องเพื่อกระแทกเอาหน้าออก เพราะความพยายามที่จะเอาหน้าออกไม่มีความจำเป็น และอาจก่อให้เกิดผลเสีย เพราะคนตกน้ำจมน้ำ จะอาเจียน และอาจทำให้สำลัก อีกทั้งทำให้การช่วยชีวิตเด็กช้าลงไปอีก
- "การเป่าปาก" ยังจำเป็นสำหรับผู้จมน้ำ (เป็นข้อยกเว้นของ CPR 2015) เพราะผู้ที่จมน้ำหมดสติ เนื่องจากขาดอากาศหายใจ จึงยังคงต้องเริ่มต้นจากการเป่าปาก เพื่อช่วยหายใจ

## ภาคผนวก ญ: ป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก และลักษณะคอกกั้นเด็กที่ปลอดภัย

# 3 ข้อควรจำ กับการป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก



### อย่าใกล้

เมื่อเจอแหล่งน้ำ อย่าเข้าใกล้ เพราะอาจลื่นพลัดตกลงไปในน้ำ



### อย่าเก็บ

เมื่อเห็นสิ่งของตกลงไปในน้ำ อย่าเก็บเอง ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วยเก็บให้



### อย่าก้ม

อย่าก้ม หรือชะโงกลงไปใต้อ่างน้ำ ตุ่มน้ำ ถังน้ำ เพราะอาจจะหัวทิ่มลงไปใต้อ่างน้ำ

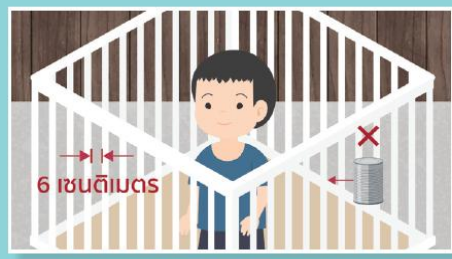
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control



## ลักษณะคอกกั้นเด็กที่ปลอดภัย



**หมายเหตุ :**  
คอกกั้นเด็กเหมาะสำหรับเด็กอายุ 0 - 2 ปี หรือหยุดใช้เมื่อเด็กสามารถปีนได้



- ควรมีความสูงอย่างน้อย 51 เซนติเมตรขึ้นไป
- คอกกั้นเด็กที่มีซี่ราว ซี่ราวควรห่างไม่เกิน 6 เซนติเมตร หรือกระป๋องนมชั้นหวานไม่สามารถลอดผ่านได้ และควรเป็นแนวตั้ง เพราะแนวขวางเด็กสามารถเหยียบป็นได้
- หากมีประตูเปิด - ปิด ต้องมีตัวล็อกหรือตัวยึดที่แน่นหนา
- ไม่ควรมีส่วนที่ยื่นออกมาด้านบนของคอกกั้น
- วัสดุที่ใช้ต้องมีความปลอดภัยสำหรับเด็ก ตามมาตรฐาน

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค  
Division of Injury Prevention, Department of Disease Control

## ภาคผนวก ก: โครงสร้างและเนื้อหาแนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำ ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

(Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities and Autism)

### ชื่อหลักสูตร

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก  
Guidelines for Drowning Prevention among Children with Intellectual Disabilities  
and Autism

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าเรียนมีความรู้ในเรื่องป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
2. เพื่อให้ผู้เข้าเรียนสามารถสอนเรื่องความปลอดภัยทางน้ำให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
3. เพื่อให้ผู้เข้าเรียนสามารถสอนทักษะการช่วยคนตกน้ำให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
4. เพื่อให้ผู้เข้าเรียนสามารถสอนทักษะการเอาชีวิตรอดในน้ำเบื้องต้นให้แก่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก
5. เพื่อให้ผู้เข้าเรียนสามารถถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้อื่นได้

### กลุ่มเป้าหมาย

- บุคลากรหน่วยงานสาธารณสุข/บุคลากรหน่วยงานท้องถิ่น
- ครูจากสถานศึกษาในกำกับสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ
- อาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน (อปพร.) อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) มูลนิธิ จิตอาสา

### คุณสมบัติผู้เข้าอบรม

ต้องผ่านการอบรมหลักสูตรว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด (Survival Swimming Curriculum)

### ลักษณะการเรียนรู้/อบรม

- การอบรมเชิงปฏิบัติการ
- การเรียนแบบ e-Learning

## หน่วยการเรียนรู้และเนื้อหา

แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก  
แบ่งเป็น 3 หน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหา	วิทยากร
<b>บทนำ</b>	แพทย์หญิงศิริรัตน์ สุวรรณฤทธิ์ ผู้อำนวยการกองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 สถานการณ์การจมน้ำ และความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเด็กพิเศษ</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>สถานการณ์การจมน้ำของเด็กไทย และกลุ่มเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและออทิสติก</li> </ul>	นางสาวลิตร้า กำวี กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
<ul style="list-style-type: none"> <li>ลักษณะเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก</li> </ul>	ผศ.ดร.ยวดี วิริยางกูร นายกสมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย
<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>วัตถุประสงค์และขอบเขต</li> </ul>	นางสุชาดา เกิดมงคลการ นางสาวสั้ม เอกเฉลิมเกียรติ กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
<ul style="list-style-type: none"> <li>แนวทางและเทคนิคการสอน</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>การป้องกันการจมน้ำ</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>บทบาทและแนวทางการดำเนินงานของเครือข่าย</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>การบูรณาการการป้องกันการจมน้ำในกลุ่มเด็กพิเศษของหน่วยงานในสังกัดสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ และการเชื่อมประสานเครือข่ายในพื้นที่</li> </ul>	ดร.คณิตย์ ผามะณี สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ
<b>หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เทคนิคการสอนเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและเด็กออทิสติก</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>เทคนิคการสอนเด็กพิเศษ</li> </ul>	ผศ.ดร.ยวดี วิริยางกูร นายกสมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย
<ul style="list-style-type: none"> <li>ตัวอย่างการสอนเด็กพิเศษบนบก</li> </ul>	นางสาวอรุณรัตน์ วัฒนผลิน ผู้เชี่ยวชาญการสอนเด็กพิเศษ
<ul style="list-style-type: none"> <li>ตัวอย่างการสอนเด็กพิเศษในน้ำ</li> </ul>	นายณัฐศักดิ์ ท้าวอุดม ผู้เชี่ยวชาญการสอนว่ายน้ำสำหรับเด็กพิการและเด็กด้อยโอกาส
<ul style="list-style-type: none"> <li>เทคนิคการสอนเด็กพิเศษฝึกปฏิบัติในน้ำ</li> </ul>	นายณัฐศักดิ์ ท้าวอุดม ผู้เชี่ยวชาญการสอนว่ายน้ำสำหรับเด็กพิการและเด็กด้อยโอกาส

## ภาคผนวก รู: รายชื่อผู้ร่วมพัฒนาแนวปฏิบัติฯ

1. นางสาวรัตนภรณ์ อภิชาติ เทศบาลตำบลเทพนคร จังหวัดกำแพงเพชร
2. นายสรรพสิทธิ์ ชมภูนุช องค์การบริหารส่วนจังหวัดกำแพงเพชร
3. นายอุดม ร่อเซ็น องค์การบริหารส่วนตำบลดอนฉิมพลี จังหวัดฉะเชิงเทรา
4. นายสมศักดิ์ โต๊ะมิน องค์การบริหารส่วนตำบลสาวชะโงก จังหวัดฉะเชิงเทรา
5. นายจักรพงษ์ วรรัชช์ โรงพยาบาลสนามชัยเขต จังหวัดฉะเชิงเทรา
6. นายวิบูลย์ญา พุทธานุกุศล ศูนย์การเรียนรู้ชมรมกัญญาสว่าง จังหวัดชลบุรี
7. จำเริญ ภัทริน พูนมี เทศบาลตำบลบ่อขวางทอง จังหวัดชลบุรี
8. นายอาทิตย์ เนตรพงษ์ องค์การบริหารส่วนตำบลบ่อวิน จังหวัดชลบุรี
9. นางสาวประกายรุ่ง รุวันมอม เทศบาลตำบลบ่อขวางทอง จังหวัดชลบุรี
10. นายประกาศิต บุญช่วย องค์การบริหารส่วนตำบลกวางโจน จังหวัดชัยภูมิ
11. นางสาวรัชนิพร อ่อนอุทัย องค์การบริหารส่วนตำบลกวางโจน จังหวัดชัยภูมิ
12. นายจักรพันธ์ ชะยันโต องค์การบริหารส่วนตำบลกวางโจน จังหวัดชัยภูมิ
13. นายปรมัตต์ ศรีเสมอ องค์การบริหารส่วนตำบลกวางโจน จังหวัดชัยภูมิ
14. นายวิชาญ สุวรรณพิศ องค์การบริหารส่วนตำบลกวางโจน จังหวัดชัยภูมิ
15. นายธีระพันธ์ ทองสูงเนิน มูลนิธิอาสาเพื่อนพึ่ง (ภาฯ) ยามยาก สภากาชาดไทย
16. นายบัณฑิต วรรณชัย มูลนิธิอาสาเพื่อนพึ่ง (ภาฯ) ยามยาก สภากาชาดไทย
17. นายจักรกริช กิ่งโคกกรวด มูลนิธิสว่างแสงธรรมสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา
18. นางสาววรรณนิสา บัวเมืองเก่า องค์การบริหารส่วนตำบลนากลาง จังหวัดนครราชสีมา
19. จำเริญ ญัตตัญญู นฤมลดี เทศบาลตำบลท่าน้ำอ้อยม่วงหัก จังหวัดนครสวรรค์
20. นายทวีศักดิ์ มีสวัสดิ์ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 3 จังหวัดนครสวรรค์
21. นางสาวธิดารัตน์ งอมสันเทียะ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 3 จังหวัดนครสวรรค์
22. นางสาวสิริวรรณ สีตาชมภู โรงเรียนวัดคลองสวน (พรหมอุทิศวิทยาคาร) จังหวัดสมุทรปราการ
23. นายชลธิ เลาหกรรณวนิช ทีมปฏิบัติการไต้ฝุ่น จังหวัดสมุทรสงคราม
24. นายสุทธิศักดิ์ หาวิเชียร ทีมปฏิบัติการไต้ฝุ่น จังหวัดสมุทรสงคราม
25. นางสาวสลิลลา เพิ่มเจริญ ทีมปฏิบัติการไต้ฝุ่น จังหวัดสมุทรสงคราม
26. นายไพโรจน์ พุ่มไสว ทีมปฏิบัติการไต้ฝุ่น จังหวัดสมุทรสงคราม
27. นายนิวัฒน์ เพ็ญเพียร ทีมปฏิบัติการไต้ฝุ่น จังหวัดสมุทรสาคร
28. นายสัญญา ตั้งสายัณห์ มูลนิธิการกุศลสมุทรสาคร
29. นางสาวเกษศิริราณี เจริญรักษ์ฤกษ์ องค์การบริหารส่วนตำบลนอกเมือง จังหวัดสุรินทร์
30. นายพิสิทธิ์ จันครา องค์การบริหารส่วนตำบลนอกเมือง จังหวัดสุรินทร์
31. นายสุริเชศ เงามาม องค์การบริหารส่วนตำบลนอกเมือง จังหวัดสุรินทร์

## ภาคผนวก ฅ: แหล่งสืบค้นข้อมูลเพิ่มเติม

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

<https://ddc.moph.go.th/dip>

[www.facebook.com/thaiinjury](http://www.facebook.com/thaiinjury)

มูลนิธิช่วยเหลือเด็ก ประเทศไทย (Save the Children Thailand)

<https://www.savethechildren.or.th/>

สมาคมครูการศึกษาพิเศษไทย

<https://www.spedthailand.com/>

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

<https://nicfd-member.mahidol.ac.th/>

สำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

<http://special.obec.go.th/seb/>

สถานศึกษาสังกัดสำนักบริหารงานการศึกษาพิเศษ

- โรงเรียนเฉพาะความพิการ

[http://special.obec.go.th/seb/schools?category\\_uid=9044898065847869](http://special.obec.go.th/seb/schools?category_uid=9044898065847869)

- โรงเรียนการศึกษาสงเคราะห์

[http://special.obec.go.th/seb/schools?category\\_uid=5563448126161352](http://special.obec.go.th/seb/schools?category_uid=5563448126161352)

- ศูนย์การศึกษาพิเศษ

[http://special.obec.go.th/seb/schools?category\\_uid=6935054960458976](http://special.obec.go.th/seb/schools?category_uid=6935054960458976)

กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

<https://dep.go.th/th/homepage>



# แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการจมน้ำ ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเด็กออทิสติก

Guidelines for Drowning Prevention  
among Children with Intellectual Disabilities  
and Autism

**กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข**

Division of Injury Prevention, Department of Disease Control,  
Ministry of Public Health

<https://ddc.moph.go.th/dip>, [www.facebook.com/thaiinjury](http://www.facebook.com/thaiinjury)

