ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

ការទប់ស្កាត់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន

បំណិនជីវិតសម្រាប់មធ្យមសិក្សាបឋមភូមិ
គម្រោងកែលម្អអប់រំកម្រិតមូលដ្ឋាននៅកម្ពុជា

USAID
ជំនួយពីពលរដ្ឋអាមេរិក

អង្គការអប់រំពិភពលោក
WORLD EDUCATION

ឧបត្ថម្ភដោយ ទីភ្នាក់ងារសហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីអភិវឌ្ឍអន្តរជាតិ
រៀបចំដោយ អង្គការអប់រំពិភពលោក សហការជាមួយអង្គការសកម្មភាពសម្រាប់បឋមសិក្សានៅកម្ពុជា

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
លេខ: [illegible] អយក.ប្រក

ប្រកាស
ស្តីពី
ការអនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ពផ្សាយ
សៀវភៅ " ការទប់ស្កាត់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន "

រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា

- បានឃើញរដ្ឋធម្មនុញ្ញនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រឹត្យលេខ នស/រកត/០៩០៨/១០៥៥ ចុះថ្ងៃទី២៥ ខែកញ្ញា ឆ្នាំ២០០៨ ស្តីពីការតែងតាំងរាជរដ្ឋាភិបាលនៃព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ ០២/នស/៩៤ ចុះថ្ងៃទី២០ ខែកក្កដា ឆ្នាំ១៩៩៤ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ ស្តីពីការរៀបចំនិងការប្រព្រឹត្តទៅនៃគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
- បានឃើញព្រះរាជក្រមលេខ នស/រកម/០១៩៦/០១ ចុះថ្ងៃទី២៤ ខែមករា ឆ្នាំ១៩៩៦ ដែលប្រកាសឱ្យប្រើច្បាប់ ស្តីពីការបង្កើតក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា
- បានឃើញអនុក្រឹត្យលេខ ៨៨អនក្រ.បក ចុះថ្ងៃទី០៨ ខែមិថុនា ឆ្នាំ២០០៨ស្តីពីការរៀបចំ និងការប្រព្រឹត្តទៅរបស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និង កីឡា
- យោងគោលនយោបាយសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធីសិក្សាចំណេះទូទៅ២០០៥-២០០៩
- យោងសេចក្តីណែនាំលេខ០៣ អយក. សណន.ចុះថ្ងៃទី១៧ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៣ របស់ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា ស្តីពីប្រព័ន្ធអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេស
- យោងសំណើរបស់អង្គការអប់រំពិភពលោក ចុះថ្ងៃទី២៥ ខែតុលា ឆ្នាំ២០១២
- យោងកំណត់ហេតុប្រជុំរបស់លេខាធិការដ្ឋានក្រុមប្រឹក្សាអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេសនាថ្ងៃទី២៣ ខែមករា ឆ្នាំ២០១៣
- តាមសំណើរបស់ប្រធានក្រុមប្រឹក្សាអនុម័តសៀវភៅសិក្សា និងសម្ភារឧបទេស

សម្រេច

ប្រការ១- អនុញ្ញាតឱ្យបោះពុម្ពផ្សាយសៀវភៅ" ការទប់ស្កាត់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន " ដែលជាស្នាដៃនិពន្ធនិងរៀបរៀងរបស់អង្គការអប់រំពិភពលោកសហការជាមួយក្រសួងអប់រំ យុវជននិងកីឡា ដើម្បីប្រើប្រាស់ជាឯកសារជំនួយក្នុងការបង្រៀននិងរៀនកម្មវិធីបំណិនជីវិតនៅតាមអនុវិទ្យាល័យ ។

ប្រការ២ - អគ្គនាយកដ្ឋានរដ្ឋបាល និងហិរញ្ញវត្ថុ អគ្គនាយកដ្ឋានអប់រំ នាយកដ្ឋានអភិវឌ្ឍកម្មវិធីសិក្សា នាយកដ្ឋានមធ្យមសិក្សាចំណេះទូទៅ និងអង្គការអប់រំពិភពលោក មានភារកិច្ចអនុវត្តប្រកាសនេះ។

រាជធានីភ្នំពេញ, ថ្ងៃទី [illegible] ខែ កុម្ភៈ ឆ្នាំ២០១៣

អ៊ឹម សុធី

កន្លែងទទួល :
- អគ្គលេខាធិការដ្ឋានព្រឹទ្ធសភា
- អគ្គលេខាធិការដ្ឋានរដ្ឋសភា
- ទីស្តីការគណៈរដ្ឋមន្ត្រី
  "ដើម្បីជូនជ្រាបជាព័ត៌មាន"
- ដូចប្រការ២
- កាលប្បវត្តិ- ឯកសារ ខ.អកស.

គណៈកម្មការអភិវឌ្ឍសៀវភៅ
"ការទប់ស្កាត់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន"

គណៈកម្មការនិពន្ធ និងរៀបរៀង

១. លោក អេង សុខ
២. លោក ស៊ី ប៉េងគ្រុយ
៣. លោក វីលៀម វ៉ាន់ឌឺវ៉ាល់

គណៈកម្មការកែសម្រួល

១. លោក ឈុំ វណ្ណធន
២. លោក ប៊ុត សុភាន់
៣. លោក ផុក ចាន់ថុល

គណៈកម្មការពិនិត្យ

១. លោកស្រី យឹម យីហ៊ុប
២. លោកស្រី សៀក ពុទ្ធារី

ឧបត្ថម្ភថវិកាដោយ ទីភ្នាក់ងារសហរដ្ឋអាមេរិកដើម្បីអភិវឌ្ឍអន្តរជាតិ(USAID)

សហការរៀបចំដោយ
អង្គការអប់រំពិភពលោក និង ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

មាតិកា

អារម្ភកថា.. ក

វត្ថុបំណងរួម.. ខ

ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀន.. ខ

ខ្លឹមសារសង្ខេប.. គ

មេរៀនទី ១: តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ?.. ១

មេរៀនទី ២: ការញៀន.. ១៧

មេរៀនទី ៣: ផលប៉ះពាល់គ្រឿងញៀន.. ២១

មេរៀនទី ៤: លទ្ធផល.. ២៥

មេរៀនទី ៥: គ្រឿងញៀន.. ៣១

អារម្ភកថា

វិស័យអប់រំជាវិស័យគន្លឹះមួយ រួមចំណែកយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការអភិវឌ្ឍសង្គម និងសេដ្ឋកិច្ចពិសេសការអភិវឌ្ឍធនធាន មនុស្ស។ ដោយសង្គមជាតុយើងមានការអភិវឌ្ឍលើគ្រប់វិស័យ ការអប់រំក៏ត្រូវបានយកចិត្តទុកដាក់យ៉ាងខ្លាំង ដើម្បីបណ្តុះបណ្តាលធនធានមនុស្សប្រកបដោយគុណភាពនិងមានជំនាញខ្ពស់ សម្រាប់បំពេញលើគ្រប់លក្ខខណ្ឌការងារ។

ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងតម្រូវការរីកចម្រើននៃទីផ្សារសេរីរបស់សង្គមជាតុក្រសួងអប់រំយុវជននិងកីឡាបានបង្កើតគោលនយោបាយសម្រាប់អភិវឌ្ឍន៍កម្មវិធីចំណេះទូទៅនិងគោលនយោបាយអប់រំបំណិនជីវិតសម្រាប់អនុវត្តន៍នៅតាមសាលារៀនចំណេះទូទៅ។

កម្មវិធីបំណិនជីវិតនៅតាមមូលដ្ឋាន គឺជាស្នូលនៃការបង្កើនគុណភាព និងប្រសិទ្ធិភាពក្នុងវិស័យអប់រំ ដែលនឹងផ្តល់ឲ្យសិស្សនូវចំណេះដឹងមូលដ្ឋានយ៉ាងជ្រៅជ្រះ និងពង្រឹងជំនាញផ្សេងៗដែលមានសារៈសំខាន់សម្រាប់ការស្រូបយកបទពិសោធន៍ល្អៗ ក្នុងការពង្រឹងចំណេះដឹង និងបំណិនចាំបាច់ដើម្បីបម្រើជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ។

ចំនួនអ្នកញៀនគ្រឿងញៀនជាច្រើន បានកើនឡើងដោយប៉ាន់ប្រមាណទៅ មានចំនួន ៦០០,០០០នាក់ នៅក្នុងឆ្នាំ២០០៦ ដែលជាចំនួនមួយបង្ហាញឱ្យឃើញ នូវការកើនឡើងដែលមិនធ្លាប់មាននៅដើមទសវត្សឆ្នាំ១៩៩០ រហូតមកដល់បច្ចុប្បន្ន។ តម្រូវការចាំបាច់បន្ទាន់មួយ ត្រូវប្រាប់ដល់ក្មេងជំទង់ៗ អំពីគ្រោះថ្នាក់ និងផលប៉ះពាល់នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន។ គោលបំណងនៃឯកសារនេះ គឺចង់ផ្តល់ព័ត៌មានដល់ពួកគេ ស្តីអំពីកិនភាគនៃគ្រឿងញៀនជាច្រើន ដែលមានប្រជាប្រិយភាពបំផុតនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាក៏ដូចជាផ្តល់នូវចំណេះដឹង ស្តីអំពីផលប៉ះពាល់រយៈពេលយូរ និងរយៈពេលខ្លីនៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ចំពោះជីវិតរស់នៅផ្ទាល់របស់ពួកគេនិងការជះឥទ្ធិពលមកលើក្រុមគ្រួសារនិងមិត្តភក្តិ។

១. វត្ថុបំណងរួម

បំណិនជីវិត គឺជាបំណិនបញ្ញា បុគ្គលិកលក្ខណៈ អន្តរបុគ្គល និងវិជ្ជាជីវៈ ដែលអាចជួយដល់ការធ្វើការ សម្រេចចិត្ត ការធ្វើទំនាក់ទំនងប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ដោយអាចដោះស្រាយ និងគ្រប់គ្រងខ្លួនឯងបាន ។ហើយបំណិនទាំងនេះ រួមចំណែកក្នុងការលើកស្ទួយសុខុមាលភាព និងជីវិតប្រកបដោយផលិតភាពដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាជីវិតប្រចាំថ្ងៃបាន យ៉ាងជោគជ័យ។

គោលបំណងទូទៅនៃឯកសារនេះ គឺផ្តល់ឱ្យសិស្សនូវចំណេះដឹង និងជំនាញដើម្បីមានជំហរ សមហេតុផលចំពោះគ្រឿងញៀន ដោយអាចធ្វើការវិភាគមានប្រសិទ្ធភាពលើគ្រោះថ្នាក់នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន។ ចំពោះចំណុចទាំងនេះនឹងត្រូវបានសិក្សាតាមរយៈ៖

- ការធ្វើបទបង្ហាញនូវចំណេះដឹងរបស់សិស្ស ស្តីអំពីគ្រឿងញៀន ដល់គ្នាទៅវិញទៅមកនិងសហគមន៍
- ការវិភាគស្ថានការទាំងឡាយ ដែលអាចនាំឱ្យមានការរួមចំណែកដល់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន
- ការកំណត់បាននូវផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមាន នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនដល់សារពាង្គកាយ ចិត្ត និងទំនាក់ទំនងសង្គម ។

២. ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀន

ម៉ូឌុលនេះចែកចេញជាច្រើនផ្នែកផ្សេងៗគ្នា ហើយមានគោលបំណងខុសៗគ្នា។ ការត្រៀមលក្ខណៈមុនពេលបង្រៀនសិស្ស ជាដំណាក់កាលត្រៀមរបស់គ្រូ។ ព័ត៌មានទាក់ទងនឹងការបង្រៀន និងរៀន ពិសេសមេរៀន ត្រូវបានគ្រូត្រៀមទុកជាមុន។

- សម្ភារឧបទេស

នេះអាចផ្តល់នូវការសង្ខេបគំនិត ដែលស្តីអំពីសម្ភារៈចាំបាច់មួយចំនួន ។ ភាគច្រើនរបស់របរ ទាំងអស់នោះគឺជាសម្ភារៈមូលដ្ឋានដែលមានដូចជា ប៊ិក ឬក្រដាស។ សម្ភារៈដទៃៗទៀតដែលមាននៅក្នុងមេរៀននេះ នឹងត្រូវផ្តល់ជូនតាម រយៈឯកសារសម្រាប់សិស្ស ត្រូវបានភ្ជាប់មកជាមួយនៅក្នុងម៉ូឌុលនេះ ។ ពេលខ្លះវាមានការជាន់គ្នាផង ដែរ។

- **វត្ថុបំណង**

ផ្តល់នូវឃ្លាបញ្ជាក់នូវអ្វីនឹងត្រូវសម្រេចបាន និងវាយតម្លៃនៅខាងចុងមេរៀន ។ ឃ្លាទាំងនេះទាក់ទងនឹងគោលដៅរួមរបស់បំណិនជីវិត ដែលបានកំណត់នៅក្នុងគោលការណ៍ណែនាំបំណិនជីវិតនៅមធ្យមសិក្សាបឋមភូមិ ព្រមទាំងកំណត់នៅក្នុង*បំណិនមូលដ្ឋាន ការសិក្សាជំនួញ បំណិនសេដ្ឋកិច្ច និងបំណិនអាជីពងាយៗ។*

- សញ្ញាសម្គាល់សម្រាប់សកម្មភាពនីមួយៗ

ខាងក្រោមនេះ ជាសញ្ញាសម្គាល់សកម្មភាពងាយៗដើម្បីឱ្យគ្រូអនុវត្តបានជោគជ័យក្នុងការបង្រៀន និងរៀន។

✋ ធ្វើសកម្មភាព ៖ គ្រូចាំបាច់ត្រូវធ្វើសកម្មភាពផ្ទាល់ខ្លួន

✏ សរសេរ ៖ អ្វីមួយដែលចាំបាច់ត្រូវធ្វើការសរសេរ ដែលភាគច្រើនគឺសរសេរនៅលើក្តារខៀន

◈ សួរ ៖ មានសំណួរសំខាន់ៗមួយចំនួនដែលអាចត្រូវសួរទៅកាន់សិស្ស

👄 ពន្យល់ ៖ ពន្យល់ឬក៏ប្រាប់នូវព័ត៌មានសំខាន់ៗទៅកាន់សិស្សនៅក្នុងថ្នាក់។

● **លំនាំបង្រៀន**

មេរៀននីមួយៗចែកជា ៣ផ្នែក។ ផ្នែកទី១ គឺជាសេចក្ដីផ្ដើមដែលយើងព្យាយាមផ្សារភ្ជាប់ទៅនឹងចំណេះដឹង ដែលសិស្សមានស្រាប់ ឬរំលឹកទៅមេរៀនចាស់។ ផ្នែកទី២ យើងនឹងបង្រៀនសកម្មភាពសំខាន់ៗ ដោយផ្អែកលើវិធីសាស្ត្របង្រៀនបែបការងារគម្រោង(ចុះស្រាវជ្រាវ ប្រមូលព័ត៌មាន សម្ភាស ចងក្រងឯកសារ បទបង្ហាញ...។) និងយុទ្ធវិធីបង្រៀនផ្សេងៗទៀត។ ផ្នែកទី៣ ជាផ្នែកបញ្ចប់ យើងអាចធានាបានថា រាល់លទ្ធផលនៃការសិក្សារបស់យើង គឺបានឆ្លងកាត់នូវយុទ្ធវិធីខុសៗគ្នាជាច្រើន។

៣. ខ្លឹមសារសង្ខេប

មេរៀនសង្ខេបត្រូវបានផ្ដល់ជូនឱ្យគ្រូក្នុងផ្នែកនេះ ដើម្បីជាទុនខ្លះក្នុងការបង្រៀន ហើយក៏ជាសញ្ញាណមួយជាក់លាក់បញ្ជាក់ពីទំនាក់ទំនង និងសារៈសំខាន់រវាងមេរៀននីមួយៗ ។

ខាងក្រោមនេះ គឺជាសេចក្ដីសង្ខេបរួមទាំង ១០ មេរៀនដែលមាននៅក្នុងម៉ូឌុលបំណិនជីវិតនេះ ៖

ចំណងជើងមេរៀន	ពេលវេលា	ខ្លឹមសារសង្ខេប	ទំព័រ
១.តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ?	២ ម៉ោង	នៅក្នុងសប្ដាហ៍នេះ យើងនឹងសិក្សា អំពីគ្រឿងញៀន ដែលមានប្រជាប្រិយភាព បំផុតនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា និងអំពីផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែង និងរយៈពេលខ្លីរបស់វា។	១
២.ការញៀន	២ ម៉ោង	យើងនឹងសិក្សាអំពីនិយមន័យនៃពាក្យថា ញៀន និង ឥទ្ធិពលថ្នាំញៀន ទាំងនេះផ្ដល់ផលប៉ះពាល់ផ្នែកផ្លូវ ចិត្ត និងផ្លូវកាយ។ ទាំងនេះជាសេចក្ដី សង្ខេបមួយ ដែលស្ដីអំពី គ្រោះថ្នាក់ខុសៗគ្នាជាច្រើន និង ផលប៉ះពាល់របស់វាមក លើសង្គម។	១៧
៣. ផលប៉ះពាល់គ្រឿងញៀន	២ ម៉ោង	ចំពោះហេតុផលសំខាន់សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ គ្រឿងញៀន គឺត្រូវប្រមូលបានតាមរយៈការពិភាក្សាគ្នា និងការបង្កើត នូវគំនិត។ យើងទាំងអស់គ្នានឹង ពិភាក្សា ពីកត្តាទាំងឡាយ ដែលអាចទប់ស្កាត់ការប្រើ ប្រាស់គ្រឿងញៀន។ មាន ជម្រើសជាច្រើន ដែលគ្រប់គ្នា អាចជ្រើសរើសយក នឹងត្រូវ បានបង្ហាញតាមរយៈករណី សិក្សា។	២១
៤. លទ្ធផល	២ ម៉ោង	ចំណេះដឹងសាមញ្ញត្រូវបានប្រមូលផ្ដុំ ហើយនឹងចាប់ផ្ដើម បង្ហាញ ទៅកាន់ អ្នកដទៃ ប្រកបទៅដោយការច្នៃប្រឌិត។ នេះមានន័យថា យើងត្រូវធ្វើការសង្ខេប និងចែករំលែកឱ្យ គ្នានូវគំនិតច្នៃប្រឌិត នៅពេលបង្កើតល្បែង "រ៉ូកប៊ូន"។	២៥
៥. គ្រឿងញៀន	២ ម៉ោង	តាមរយៈការធ្វើបទបង្ហាញទៅកាន់ សិស្សដទៃទៀត និងការ លេងល្បែង ដូច្នេះយើងទាំងអស់គ្នានឹងបង្ហាញពីខ្លឹមសារ ដែលយើងបានរៀន។ ចំពោះការបំពេញលើសន្លឹកវាយតម្លៃ យើងអាចកំណត់បាននូវជំហរថ្មីរបស់យើង ចំពោះការប្រើ ប្រាស់គ្រឿងញៀន។	៣១

៤. ការវាយតម្លៃ

ការវាយតម្លៃមាន២ផ្នែកសំខាន់ៗ។ មួយផ្នែកជាការវាយតម្លៃនៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ូឌុលនីមួយៗ និងជាវិញ្ញាសាសរសេរ ដែលយើងត្រូវបញ្ចូលនៅផ្នែកខាងចុងម៉ូឌុល ។ ផ្នែកមួយទៀត ជាការវាយតម្លៃទៅលើឥរិយាបថសិស្ស ដោយគ្រូជាអ្នកសង្កេត ផ្ទាល់រៀងរាល់ថ្ងៃ ហើយដាក់ពិន្ទុ។ វិធីវាយតម្លៃទាំងពីរចំណុចនេះមានសារៈសំខាន់ក្នុងការវាស់ចំណេះដឹង និងឥរិយាបថរបស់សិស្សម្នាក់ៗ ។ ចំពោះការវាយតម្លៃសិស្សនេះ យើងគិតពិន្ទុ ៥០ ស្មើទៅនឹងមុខវិជ្ជាមួយចំនួនផងដែរ គឺយើងឱ្យពិន្ទុ ៣៥ ទៅលើឥរិយាបថ និងពិន្ទុ ១៥ ទៅលើវិញ្ញាសាសរសេរ។

នៅតាមមេរៀននីមួយៗ គ្រូទុកពេលឱ្យសិស្សពិភាក្សាក្រុមតូចឱ្យបានច្រើន នៃចំណុចសំខាន់ៗនៅពាក់កណ្តាលមេរៀននីមួយៗ។ កំឡុងពេលសិស្សពិភាក្សាក្រុមតូច ជាពេលវេលាដែលគ្រូអាចសង្កេតឥរិយាបថសិស្សក្នុងការដាក់ពិន្ទុ។ ជាការល្អគ្រូគួរដាក់ពិន្ទុឥរិយាបថសិស្សចាប់ពីមេរៀនទី ៦ តទៅ។

៥. ឯកសារបន្ថែម

ផ្នែកនេះផ្តល់នូវព័ត៌មានរួមសម្រាប់គ្រូប្រើប្រាស់ រួមទាំងផ្ទាំងរូបភាពសម្រាប់គ្រូប្រើប្រាស់នៅក្នុងមេរៀននេះ។

មេរៀនទី ១: តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ?

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ:

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)។

📖 សម្ភារឧបទេស/ធនធានដែលត្រូវការ

- ឯកសារសម្រាប់សិស្ស ១.១ ១.២ និង ១.៣
- ក្រដាសពណ៌បៃតងសម្រាប់កាត់ធ្វើជាស្លឹកឈើ
- ក្រដាសធំទុកសម្រាប់សរសេរនិយមន័យរបស់គ្រឿងញៀន
- ក្រដាសស្អិត ឬក្រដាសតូច

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់ សិស្សទាំងអស់អាច :

- ប្រាប់ឈ្មោះគ្រឿងញៀនដែលមានពេញនិយមបំផុតនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា
- កំណត់បានពីសារៈសំខាន់នៃផលប៉ះពាល់រយៈពេលយូរ និងរយៈពេលខ្លីរបស់គ្រឿងញៀន
- ញែកគ្រឿងញៀនទៅតាមផ្នែកនៃការជំរុញកម្លាំងចិត្ត និងធ្វើឱ្យថយកម្លាំងចិត្ត

ចំណងជើងមេរៀនទី ១: តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ? 🕑 ២០ នាទី

សេចក្តីផ្តើម

នៅក្នុងម៉ោងនេះ យើងនឹងធ្វើការសិក្សាអំពីគ្រឿងញៀន។ មុនពេលចាប់ផ្តើមសិក្សា ខ្ញុំចង់ឱ្យអ្នកទាំងអស់គ្នា គិតអំពីបញ្ហាចំនួនពីរដែលអ្នកចង់រៀនអំពីគ្រឿងញៀន។ ចូរសរសេរនូវចំណុចទាំងពីរនោះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់អ្នក ហើយយើងនឹងត្រឡប់មក និយាយពីវានៅពេលក្រោយ។

✏ គូររូបរុក្ខជាតិមួយនៅលើក្តារខៀន ដោយគូរតែឫស និងមែកមួយចំនួនប៉ុន្តែកុំទាន់គូរស្លឹក។ អ្នកអាចគូរនៅលើក្រដាសធំមួយ ដូច្នេះវាអាចក្លាយទៅជាសម្ភារៈរំលឹកចំណេះដឹងរបស់សិស្សបានជារៀងរហូត។

👄 ចំពោះស្លឹករុក្ខជាតិមួយនេះ គឺជាកញ្ឆាដែលអាចហៅម្យ៉ាងទៀតថា កាណាប៊ីស(Cannabus) ឬ ម៉ារីហ្វូណា(Marifouna)។ វាជាគ្រឿងញៀនដែលមានឈ្មោះល្បីល្បាញមួយផងដែរ ។ យើង នឹងគូរស្លឹកមួយចំនួននៅលើវា។ ជាដំបូងខ្ញុំចង់ឱ្យអ្នកទាំងអស់គ្នា គិតអំពីពាក្យសំខាន់ៗដែលទាក់ទងគ្រឿងញៀន។ បន្ទាប់មកឱ្យពួកគសរសេរពាក្យទាំងនោះនៅលើស្លឹកឈើពណ៌បៃតងនោះ។

ឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាឡើងមកខាងមុខ។ វាមិនថ្វីទេ ប្រសិនបើពួកគេប្រកបពាក្យទាំងនោះមិនត្រឹមត្រូវ។ បន្ទាប់ពីពាក្យទាំងអស់ត្រូវបានសរសេររួចរាល់ ចូរព្យាយាមរៀបពាក្យទាំងនោះ ទៅតាមផ្នែកនីមួយៗ។

ចូរនាំគ្នាមើលទាំងអស់គ្នាប្រសិនបើយើងអាចភ្ជាប់បាននូវពាក្យមួយចំនួន។ តើមានពាក្យណា ទាក់ទងគ្នាដែរ ឬទេ? ឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាញែកពាក្យទាំងនោះទៅតាមផ្នែកនីមួយៗ។ ប្រសិនបើ ពាក្យទាំងអស់មិនទាក់ទងគ្នា ដូច្នេះយើងអាចដាក់វាជាមួយគ្នានៅលើមែកឈើនោះបាន។

សកម្មភាពសំខាន់។ ៤០ នាទី

លោកគ្រូ/អ្នកគ្រូសរសេរនិយមន័យនៃពាក្យថា *គ្រឿងញៀន* នៅលើក្ដារខៀន

"គ្រឿងញៀន" គឺជាសារធាតុម៉្យាង ដែលមានធាតុគីមីពិសេសមួយ។ គ្រឿងញៀននីមួយៗ មានធាតុគីមីខុសៗគ្នា។ នៅពេលដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាប្រើប្រាស់ធាតុគីមីទាំងនេះមុខងារទូទៅនិងសរពាង្គកាយនិងខួរក្បាលរបស់អ្នកមានការប្រែប្រួល។ដូច្នេះអ្នកឃើញអ្វីៗ ក៏ប្លែក គិតក៏ប្លែក មានអារម្មណ៍ចម្លែក ហើយអ្នកក៏ធ្វើសកម្មភាពប្លែកៗ បន្ទាប់ពីអ្នកបានប្រើប្រាស់វារួច។ គ្រឿងញៀន ក៏ផ្ដល់ផលប៉ះពាល់រយៈពេលយូរផងដែរ ប្រសិនបើអ្នកចេះតែបន្តប្រើវាម្ដងហើយម្ដងទៀត។

ខាងលើនេះគឺជានិយមន័យរបស់គ្រឿងញៀន យើងទាំងអស់គ្នានឹងពិនិត្យមើលគ្រឿងញៀន ខុសៗគ្នាជាច្រើនទៀតដែលត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា។គ្រូនឹងហុចប្រអប់ឬថង់មួយឱ្យសិស្ស។រាល់សិស្សដែលមានលេខរៀងទី៥ត្រូវតែយកប័ណ្ណមួយសន្លឹកហើយត្រូវអានឱ្យឮនូវអ្វីដែលបានសរសេរនៅខាងលើវា។បន្ទាប់មកអ្នកអាចឡើងមកខាងមុខហើយបិទវាឱ្យជាប់នឹងរូបភាពដែលត្រឹមត្រូវនៃគ្រឿងញៀននោះ។

ផ្ដល់ឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច ១.១ ទៅឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នា ហើយឱ្យពួកគេពិនិត្យខ្លឹមសារ។ បន្ទាប់មកយកវាទៅបិទនៅលើជញ្ជាំង។

ផ្ដល់ឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច ១.២ ទៅឱ្យសិស្ស ដែលមាននៅក្នុងប្រអប់ ឬថង់មួយ ហើយសិស្ស ដែលមានលេខរៀងទី៥ ជាអ្នកជ្រើសយកប័ណ្ណនោះ។

តើមានអ្វីផ្សេងទៀតទេ ដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាដឹងអំពីគ្រឿងញៀន ក្នុងចំណោមគ្រឿងញៀនទាំងនេះ?

សិស្សទាំងអស់គ្នា ដែលដឹងនូវអ្វីបន្ថែមទៀតនឹងគ្រឿងញៀនខាងលើ អាចសរសេរនៅលើក្រដាសស្អិត ហើយយកវាទៅបិទភ្ជាប់នៅជិតនឹងរូបភាព។

គ្រឿងញៀនអាចត្រូវបានបែងចែកជាពីរផ្នែក។ ទី(១) គ្រឿងញៀនជំរុញកម្លាំងចិត្ត និង ទី(២) គ្រឿងញៀនបន្ថយកម្លាំងចិត្ត។

គ្រឿងញៀនជំរុញកម្លាំងចិត្ត៖ បង្កើននូវអត្រាចង្វាក់បេះដូង ធ្វើឱ្យឈាមរត់កាត់បេះដូងកាន់តែលឿន ហើយនឹងធ្វើឱ្យមនុស្សមានអារម្មណ៍កាន់តែស្វាហាប់រវើក និងប្រកបទៅដោយថាមពល។ អ្នកដែលប្រើប្រាស់ពពួកថ្នាំប្រភេទនេះ គឺមិនអាចដេកបានទេ។

គ្រឿងញៀនបន្ថយកម្លាំងចិត្ត៖ កាត់បន្ថយអត្រាចង្វាក់បេះដូង ហើយធ្វើឱ្យមនុស្សងងុយគេង និងធូរក្នុងខ្លួន។ គ្រឿងញៀនជំរុញកម្លាំងចិត្តអាចធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ថាមានថាមពលខ្លាំងនិងមានកម្លាំងខ្លាំង។គ្រឿងញៀនប្រភេទនេះបង្ខំរាងកាយឱ្យធ្វើការលើសពីសមត្ថភាពធម្មតារបស់ខ្លួន។ នៅពេលដែលឥទ្ធិពលគ្រឿងញៀនកន្លងផុតទៅរាងកាយរបស់អ្នកនឹងត្រូវបំផ្លាញហើយព្យាយាមត្រឡប់មករកសភាពដើមវិញ។ មួយសន្ទុះក្រោយមកគ្រឿងញៀននោះ

នឹងធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍សោប់សេល់ ហើយសង្ស័យគេឯងច្រើន។ រាល់លើក នៅពេលដែលអ្នកសេពគ្រឿងញៀន អ្នកត្រូវការគ្រឿងញៀនច្រើនជាងមុនជានិច្ច ដើម្បីឱ្យរាងកាយកទទួលនូវសភាពដូចមុន ហើយប្រការនេះធ្វើឱ្យរាងកាយរបស់អ្នកត្រូវបំផ្លាញកាន់តែខ្លាំងទៅៗ។ គ្រឿងញៀនបន្ថយកម្លាំងចិត្តរបស់រាងកាយធ្វើឱ្យរាងកាយមិនមានអារម្មណ៍ឈឺចាប់និងភាពតានតឹងដែលជាហេតុធ្វើឱ្យអ្នកទៅជាមានកម្លាំងខ្លាំងហើយមានថាមពលក្នុងមួយខណៈពេល។

បែងចែកសិស្សក្រុមទៅជាក្រុមតូចៗ ដែលមានសិស្ស៥/៦នាក់ ដោយឱ្យពួកគេធ្វើការពិភាក្សាគ្នាថា តើគ្រឿងញៀនមួយណាជាគ្រឿងញៀនជំរុញកម្លាំងចិត្ត និងជាគ្រឿងញៀនបន្ថយកម្លាំងចិត្ត។

រយៈពេល៥/១០នាទីក្រោយមក ឱ្យក្រុមទាំងអស់រាយការណ៍ ពីលទ្ធផលពិភាក្សារបស់ពួកគេ និង ពន្យល់ពីមូលហេតុដែលពួកគេគិតដូច្នោះ។

គ្រូអាចធ្វើការកែតម្រូវ សិស្សបានតែនៅពេលចុងបញ្ចប់ដោយការប្រាប់ឱ្យដឹងនូវចម្លើយដែលត្រឹមត្រូវ។ អ្នកអាចប្រើប្រាស់សេចក្តីណែនាំគ្រូសម្រាប់ចម្លើយទាំងនោះបាន។បន្ទាប់ពីនេះចូរធ្វើការផ្តោតសំខាន់ទៅលើសំណួរដទៃទៀត។

តើការញៀន គឺជាអ្វី?

បន្ទាប់ពីទទួលបាននូវចម្លើយមួយចំនួនពីសិស្ស ចូរធ្វើការពន្យល់ពួកគេ។

ការញៀនមានន័យថា ជាសភាពដែលរាងកាយ និងចិត្តរបស់អ្នកស្រេកឃ្លានគ្រឿងញៀនកាន់តែខ្លាំង នៅពេលដែលកម្រិតគ្រឿងញៀននៅក្នុងខ្លួនថយចុះ។ ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់ញៀនថ្នាំ ហើយមិនសេពគ្រឿងញៀនដែលខ្លួនញៀននោះរាង កាយនិងចិត្តរបស់គេ នឹងធ្វើឱ្យគេចង់សេពគ្រឿងញៀននោះម្តងទៀត។ ជួនកាលរាងកាយរបស់អ្នកមានសភាពញ័រ ឬធ្វើឱ្យអ្នកឈឺក្បាល ច្រើនលើកច្រើនសារ ឬមួយទៀតវានឹងធ្វើឱ្យអ្នកមានអារម្មណ៍វេទនានិងអស់សង្ឃឹមហើយឈឺហួតទាល់តែអ្នកប្រើគ្រឿងញៀន។ ការញៀន គឺកើតឡើងនៅពេលដែលគ្រឿងញៀនចាប់ផ្តើមគ្រប់គ្រងអារម្មណ៍អ្នក តែអ្នកមិនអាចគ្រប់គ្រងវាបាន។

ថ្នាំញៀនទាំងអស់ដែលមាននៅលើជញ្ជាំង គឺត្រូវបានបង្ហាញឱ្យឃើញថា សុទ្ធតែជាសារធាតុញៀន។

បញ្ចប់មេរៀន ៣០ នាទី

ចែកឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច ១.៣

នៅលើក្រដាសនេះ គេរៀបរាប់មនុស្សពីរបីនាក់ ដែលជាអ្នកញៀនថ្នាំ។ ចូរ ក្រឡេកមើលអាកប្ប កិរិយារបស់ពួកគេ ហើយធ្វើការស្វែងរកមើលថា តើប្រភេទគ្រឿងញៀនមួយណាដែលពួកគេញៀន។ អ្នកទាំងអស់គ្នា ត្រូវតែពិភាក្សាគ្នាអំពីចំណុចនេះនៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក។ ក្នុងរយៈពេល ២០ នាទី អ្នកអាចធ្វើការពន្យល់នូវជម្រើសរបស់អ្នកទៅកាន់សិស្សដែលនៅសល់ក្នុងថ្នាក់។

តើនរណា អាចធ្វើការពន្យល់បានពីជម្រើសមួយចំនួនរបស់ពួកគេ?

មនុស្សដែលប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ជាទូទៅគឺមិនមានអាកប្បកិរិយាដូចនោះទេ ប៉ុន្តែអ្វីដែលសំខាន់បំផុតនោះ គឺថាអ្នកទាំងអស់គ្នាដឹងអំពីផលប៉ះពាល់រយៈពេលយូរ និងរយៈពេលខ្លី របស់គ្រឿងញៀន។

ព័ត៌មានសម្រាប់គ្រូ

ឈ្មោះថ្នាំញៀន	ឥទ្ធិពលរយៈពេលខ្លី ដែលអាចកើតមានឡើង	ឥទ្ធិពលរយៈពេលវែង ដែលអាចកើតមានឡើង	ធ្វើឱ្យញៀន ឬទេ ?
យ៉ាម៉ា ឬយ៉ាបា (មេតំហ្វេតាមីន) *គ្រឿងជម្រុញកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់កើនឡើង* • មានអារម្មណ៍កាន់តែខ្លាំង និងក្លាហាន កាន់តែចង់ប្រថុយប្រថាន ឈានចូលទៅក្នុងការវាយតប់គ្នាជាមួយអ្នកដែលខ្លាំង ជាងខ្លួន... • ធ្វើអ្វីដែលអ្នកមិនធ្វើជាធម្មតា ធ្វើឱ្យខ្លួនឯងខ្មាសអៀន • មិនទទួលទានដំណេក ឬបរិភោគអាហារ • ព្រឹកឡើងមានអារម្មណ៍ល្ហើយ ហើយក្រៀមក្រំ • អាចមានអារម្មណ៍ចេះតែសង្ស័យគេ • ងាយរួមភេទដោយមិនប្រើស្រោមអនាម័យ	• មានបញ្ហាដល់បេះដូង • ភ័យៗ ហើយច្រើនតែមានចលនាជានិច្ច • ស្គមខ្លាំង ស្បែកឆាប់ចាស់ • ងាយរងការឈឺចាប់ពេលវាយដំគ្នា គ្រោះថ្នាក់ពេលជិះកង់ ។ល។ • មនុស្សញៀនថ្នាំនិយាយថាគេ លួច (លុយឪពុកម្ដាយ ឬឆក់កាបូបគេ) មានច្រើនទៀត និយាយថាគេយករបស់ទៅបញ្ចាំ ដូចជា ទូរស័ព្ទ ដើម្បីយកលុយទិញថ្នាំញៀនថែមទៀត • មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំខ្លាំង ពេលគ្មានថ្នាំញៀន • ប្រឈមនឹងការឆ្លងមេរោគអេដស៍	• ញៀន
កេតាមីន (ខេ ឬខេពិសេស) *គ្រឿងបន្ថយកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់ថយចុះ* • មានសភាព ឬមានសកម្មភាពដូចមនុស្សស្រវឹង ឬងុយគេង • ពិបាកចងចាំ ឬគិតពិចារណា • ពិបាកបើកម៉ូតូ ឬមានគ្រោះថ្នាក់ច្រើន	• មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំ • ចេះតែមានការសង្ស័យ • ខួរក្បាលរបស់អ្នកមិនមានដំណើរការល្អ ភ្លេចច្រើន ហើយគិតច្រើនយឺត	• ញៀន
កូកាអ៊ីន *គ្រឿងជម្រុញកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់កើនឡើង* • មិនត្រូវការដេក ឬបរិភោគអាហារ • ច្រើនតែមានឈាមតាមច្រមុះ • មានអារម្មណ៍កាន់តែខ្លាំង ហើយក្លាហាន កាន់តែចង់ប្រថុយ ប្រថាន ឈានចូលទៅក្នុងការវាយគ្នា ជាមួយមនុស្សដែលខ្លាំង ជាងខ្លួន... • ធ្វើអ្វីដែលអ្នកមិនធ្វើជាធម្មតា ធ្វើឱ្យខ្លួនឯងខ្មាសអៀន • អ្នកខ្លះមិនអាចគ្រប់គ្រងការគិតរបស់ខ្លួន ហើយមានតែពេល មិនល្អ	• ធ្វើឱ្យខូចដល់ច្រមុះ បំពង់ក សួត និងបេះដូង • ជម្ងឺផ្លូវចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ • លែងដឹងរសជាតិ និងក្លិន • ភ័យៗ ហើយច្រើនតែមានចលនា • ស្គមខ្លាំង ស្បែកឆាប់ចាស់ • មនុស្សញៀនថ្នាំនិយាយថា គេលួច (លុយឪពុកម្ដាយ ឬឆក់កាបូបគេ) មានច្រើនទៀតនិយាយថា យករបស់ទៅបញ្ចាំ ដូចជា ទូរស័ព្ទ ដើម្បីយកលុយទិញថ្នាំញៀនថែមទៀត • មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំខ្លាំង ពេលគ្មានថ្នាំញៀន	• ញៀន

ឈ្មោះថ្នាំញៀន	ឥទ្ធិពលរយៈពេលខ្លី ដែលអាចកើតមានឡើង	ឥទ្ធិពលរយៈពេលវែង ដែលអាចកើតមានឡើង	ធ្វើឱ្យញៀន ឬទេ ?
មិចស្កាស៊ី *គ្រឿងជម្រុញកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់កើនឡើង* • មានអារម្មណ៍ចង់រួមភេទ តែជារឿយៗមិនអាចរួមភេទ បាន • អាចសន្លប់ដោយសារខ្វះជាតិទឹក ឈឺក្បាល ត្រូវការផឹក ទឹក • មានចលនាគ្រប់ពេល	• មានបញ្ហាតម្រងមូត្រ (តម្រងនោម) ថ្លើម និងលំពែង • ញ័រដៃគ្រប់ពេល • ស្គមខ្លាំង • មានបញ្ហាចេះតែសង្ស័យកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ • មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំខ្លាំងគ្រប់ពេល	• ញៀន
ហេរ៉ូអ៊ីន *គ្រឿងជម្រុញកម្លាំងចិត្ត*	• មានអារម្មណ៍សប្បាយខ្លាំងជ្រុល • មានអាកប្បកិរិយាដូចជាងោក ពេលនៅដើរខ្លួន • ភ្លេចភ្លាំង • មានបញ្ហាក្នុងការគិតឱ្យបានត្រឹមត្រូវ • ភាពសប្បាយខ្លាំងជ្រុលនោះ មានរយៈពេលកាន់តែតិចទៅៗ	• មានជម្ងឺផ្លូវចិត្ត • ស្គមខ្លាំង • ឱកាសញៀនថ្នាំខ្ពស់ • ឱកាសស្លាប់ដោយប្រើថ្នាំហួសកំណត់ខ្ពស់ • មានបញ្ហាបេះដូង សរសៃឈាមខ្មៅ និងបញ្ហាស្បែក • ប្រសិនបើអ្នកជក់: មានជម្ងឺមហារីក និងបញ្ហាសួត • ប្រសិនបើចាក់:ប្រឈមមុខនឹងមេរោគអេដស៍ និងថ្លើមប្រភេទ ជ (ស៊ី) • មនុស្សញៀនថ្នាំនិយាយថាគេលួច - លុយឪពុកម្ដាយ ឬឆក់កាបូបគេ។ មានច្រើនទៀតនិយាយថា យករបស់ទៅបញ្ចាំ ដូចជា ទូរស័ព្ទ ដើម្បីយកលុយទិញថ្នាំញៀនថែមទៀត	• ញៀន
កាវ *គ្រឿងបន្ថយកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់ថយចុះ* • មានអាកប្បកិរិយាដូចអ្នកស្រវឹង • វិលមុខ ធឹងធោងគ្មានលំនឹង • រលាកមាត់ និងច្រមុះ	• ខូចដល់ខួរក្បាល មិនអាចធ្វើការគិតបានល្អ ភ្លេចភ្លាំងច្រើន • មានជម្ងឺផ្លូវចិត្ត និងសង្ស័យច្រើន • មានការធ្លាក់ទឹកចិត្ត • ដៃញាក់គ្រប់ពេល	• ញៀន

ឈ្មោះថ្នាំញៀន	ឥទ្ធិពលរយៈពេលខ្លី ដែលអាចកើតមានឡើង	ឥទ្ធិពលរយៈពេលវែង ដែលអាចកើតមានឡើង	ធ្វើឱ្យញៀន ឬទេ ?
កញ្ឆា *គ្រឿងបន្ថយកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់ថយចុះ* • មានអារម្មណ៍ងុយគេង ឬល្ងិល្ងើ • អ្នកខ្លះមិនអាចគ្រប់គ្រងការគិតរបស់ខ្លួន ហើយមានតែពេលមិនល្អ	• មានបញ្ហាសុខភាពផ្លូវចិត្ត • មិនអាចធ្វើការគិតបានល្អ ភ្លេចភ្លាំងច្រើន • ស្គមខ្លាំង • បាត់បង់ទឹកចិត្ត និងមហិច្ឆិតា	• ញៀន
គ្រឿងស្រវឹង *គ្រឿងបន្ថយកម្លាំងចិត្ត*	*ដំណើរបេះដូងរត់ថយចុះ* បន្ទាប់ពីផឹកអស់បរិមាណច្រើន • ប្រថុយប្រថាន ឧ: រួមភេទដោយគ្មានការការពារ • ពន្យឺតការឆ្លើយតប ងាយមានគ្រោះថ្នាក់ ដូចជាបុកឡាន/ម៉ូតូ បុកគុ ធ្វើឱ្យកំពប់គ្រឿងស្រវឹង ដួល ។ល។	• ខូចស្បែក • អ្នកញៀន (ផុះមេ ឬអត់ស្រាមិនបាន) ជារឿយៗ បាត់ការងារ មិត្តភក្តិ និងដៃគូ • ខូចថ្លើម និងខួរក្បាល	• ញៀន • ញៀន

យោងតាមការស្ទង់មើល ដែលបានមកពីអង្គការខុសៗគ្នាជាច្រើន បានឱ្យដឹងថា ចំនួននៃអ្នកដែលកំពុងប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន បានកើនឡើង ១០ ដង នៅក្នុងរយៈពេល ១០ ឆ្នាំចុងក្រោយនេះ។

រូបភាពគ្រឿងញៀននៅប្រទេសកម្ពុជា

១.អាភៀន

ផ្កា និងផ្លែអាភៀន

ជ័រអាភៀនព៌ណខ្មៅជួបនៅកម្ពុជា

ម្សៅហេរ៉ូអ៊ីនជួបនៅកម្ពុជា

ហេរ៉ូអ៊ីនគ្រាប់ជួបនៅកម្ពុជា

២.កញ្ឆា

រុក្ខជាតិកញ្ឆា

ជ័រកញ្ឆាពណ៌ខ្មៅ និងពណ៌ត្នោតជួបនៅកម្ពុជា

៣.កូកាអ៊ីន

រុក្ខជាតិកូកា

កូកាអ៊ីនបាសបានមកពីបន្លែសារធាតុគីមី

៤.មេតំហ្វេតាមីន - យ៉ាម៉ា (ថ្នាំឆ្កួត)

មេតំហ្វេតាមីនជួបនៅប្រទេសកម្ពុជា

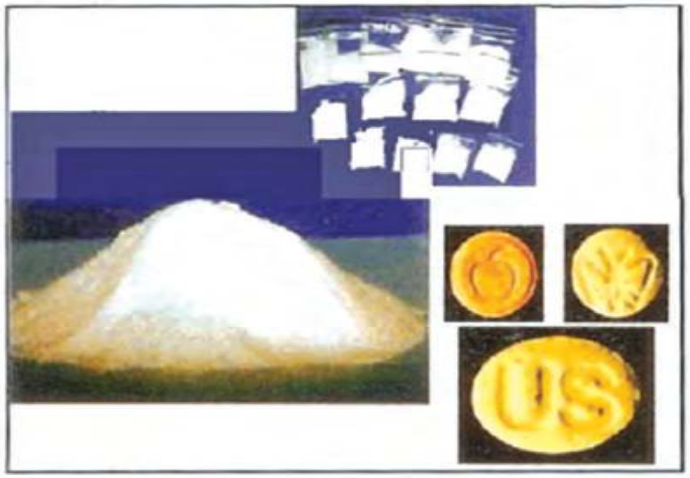
មេតំហ្វេតាមីនជួបនៅប្រទេសកម្ពុជា

ម្សៅមេតំហ្វេតាមីនជួបនៅប្រទេសកម្ពុជា

៥.កាវ

៦.ថ្នាំគ្រាប់កេតាមីន

៦.ថ្នាំកេតាមីចាក់



ម្សៅគ្រាប់កេតាមីន

៧.អ៊ិចស្តាស៊ី

១- ហេរ៉ូអ៊ីន

- ហេរ៉ូអ៊ីនត្រូវបានបង្កើតឡើងពីអាភៀន ដែលបង្កើតមកពីរុក្ខរសរបស់ដើមអាភៀន។
- ហេរ៉ូអ៊ីនគឺជាថ្នាំប្រើដោយស្រូបតាមច្រមុះក៏បាន ជក់ក៏បាន ចាក់ក៏បាន។
- អ្នកប្រើប្រាស់ហេរ៉ូអ៊ីន ច្រើនតែធ្លាប់មានបទពិសោធន៍សប្បាយច្រើនជ្រុល ថយចុះសមត្ថភាពការគិតមានហេតុផល ហើយធ្វើដូចគេដេកលក់ នៅពេលដែលគេនៅដឹងខ្លួននៅឡើយ។
- ហេរ៉ូអ៊ីនអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនខ្លាំង។

២- កញ្ឆា

- កញ្ឆា គឺជាគ្រឿងញៀនសម្រាប់ជក់ ឬបរិភោគជាមួយអាហារ ប្រើដើម្បីបន្ថយកម្លាំងចិត្ត។
- អ្នកប្រើប្រាស់កញ្ឆា មានអារម្មណ៍ធូរស្រាល ហើយជួនកាលងងុយគេង ហើយច្រើនតែមានអារម្មណ៍ងងុយគេង និងភ្លើៗមិនដឹងអ្វី។
- កញ្ឆាអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

៣- កូកាអ៊ីន

- កូកាអ៊ីន គឺជាគ្រឿងម្យ៉ាងប្រើដើម្បីជម្រុញកម្លាំងចិត្ត ដែលអាចស្រូបតាមច្រមុះបាន។
- អ្នកប្រើប្រាស់កូកាអ៊ីន ច្រើនតែធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ទទួលបានថាមពលច្រើនសម្បើមភ្លាមៗតែម្តង ទទួលបានការកើនឡើងនូវចំណង់ប្រថុយប្រថានធ្វើអ្វីមួយ ថយចុះចំណង់បរិភោគអាហារ និងធ្វើឱ្យរាងកាយប្រែប្រួលជាប់ជានិច្ច។
- កូកាអ៊ីនអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

៤- យ៉ាម៉ា (មេតំហ្វេតាមីន)

- យ៉ាម៉ា គឺជាថ្នាំគ្រាប់ប្រើដើម្បីជម្រុញកម្លាំងចិត្ត ដែលអាចលេប ឬជក់បាន។
- អ្នកប្រើប្រាស់យ៉ាម៉ា ច្រើនតែធ្លាប់មានបទពិសោធន៍សប្បាយច្រើនជ្រុល ទទួលបានថាមពលច្រើនសម្បើមភ្លាមៗតែម្តង ទទួលបានការកើនឡើងនូវចំណង់ប្រថុយប្រថានធ្វើអ្វីមួយ ថយចុះចំណង់បរិភោគអាហារ និងធ្វើឱ្យរាងកាយប្រែប្រួលជាប់ជានិច្ច។
- យ៉ាម៉ាអាចធ្វើមនុស្សញៀនបាន។

៥- កាវ

- កាវ គឺជាគ្រឿងញៀនសម្រាប់ហិត ប្រើដើម្បីបន្ថយកម្លាំងចិត្ត។
- អ្នកប្រើប្រាស់កាវ ច្រើនតែមានអារម្មណ៍វិលមុខ ច្របូកច្របល់ ហើយស្រវឹង។
- កាវអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

៦- ថ្នាំកេតាមីន (ខេ ឬខេពិសេស)

- កេតាមីន គឺជាថ្នាំគ្រាប់ប្រើដើម្បីបន្ថយកម្លាំងចិត្ត ដែលអាចលេបបាន។
- អ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំកេតាមីន ច្រើនតែមានអារម្មណ៍ងងុយគេង ឬ "ស្រវឹង"។ អ្នកប្រើប្រាស់ទាំងនោះមានអារម្មណ៍ស្ថិតនៅឆ្ងាយពីពិភពពិត។ ជួនកាលពួកគេមានសញ្ញាវិបល្លាស (មមាល)។
- កេតាមីនអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

៧- អ៊ិចស្តាស៊ី (ស្លាយ)

- អ៊ិចស្តាស៊ី គឺជាថ្នាំគ្រាប់ប្រើដើម្បីជម្រុញកម្លាំងចិត្ត ដែលអាចលេបបាន។
- អ្នកប្រើប្រាស់អ៊ិចស្តាស៊ី ច្រើនតែធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ទទួលនូវអារម្មណ៍ជិតស្និទ្ធកក់ក្តៅជាមួយអ្នកផ្សេងៗ និងមានចំណង់ធ្វើនេះ ធ្វើនោះឥតឈប់ ហើយថែមទាំងមានការថប់ អារម្មណ៍ទៀត។
- អ៊ិចស្តាស៊ីអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

គ្រឿងស្រវឹង

- គ្រឿងស្រវឹង គឺជាគ្រឿងញៀនសម្រាប់ផឹក ឬលេបប្រើដើម្បីបន្ថយកម្លាំងចិត្ត។
- អ្នកប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង ច្រើនតែមានប្រតិកម្មតបយឺត និងមានអារម្មណ៍វិលមុខ ឬច្របូកច្របល់ហើយមិនដឹងថាត្រូវទៅណា ឬត្រូវធ្វើអ្វី។
- គ្រឿងស្រវឹងអាចធ្វើឱ្យមនុស្សញៀនបាន។

មិត្តភក្តិរបស់អ្នកសុកលមានបូកពារចម្លែកនៅពេលថ្មីៗនេះ។ គាត់មានទឹកមុខក្រៀមក្រំហើយចេះតែដើរ គេចពីមុខអ្នក។ អ្នកក៏ដឹងផងដែរថា គាត់បានមាននូវពិធីជប់លៀងមួយចំនួនជាមួយនឹងមិត្តភក្តិរបស់គាត់ ប៉ុន្តែនោះជាអ្វីដែលបានកើតឡើងជាយូរមកហើយ។

រឿងមួយផ្សេងទៀតគឺថាគាត់ស្គមខ្លាំងណាស់។ គាត់ធ្លាប់តែជាមនុស្សរឹងមាំ និងសង្ហារ ក៏ប៉ុន្តែឥឡូវនេះគាត់ បែរជាមានរូបរាងស្គមទៅវិញ។

✂ ....

រុត គឺមានការផ្លាស់ប្តូរអត្តចរិត។ អ្នកចងចាំថាអ្នកធ្លាប់លេងជាមួយនឹងនាងកាលពីឆ្នាំទៅហើយនៅពេលនោះផងដែរនាងមិនដែលចេះប្រកាន់អ្វីនោះទេនៅពេលដែលនាងចាញ់នៅក្នុងការប្រគូតឬក៏នៅពេលដែល នាងត្រូវរង់ចាំដល់វេន របស់នាងដើម្បីចាប់ផ្តើមលេង។

ឥឡូវនេះនាងតែងតែខឹង។ កាលពីសប្តាហ៍មុននាងបានវាយគ្នាជាមួយនឹងអ្នកផ្សេងម្នាក់ទៀតដែលបាននិយាយថានារី ម្នាក់នោះបានលួចលុយរបស់នាង។

តើអ្នកដឹងថានាងមានរឿងអ្វីកើតឡើងទេ? ខ្ញុំគិតថានាងពិតជាបានលួចលុយមែនដោយសារតែឥឡូវនាង ត្រូវចំណាយលុយជាច្រើនហើយខ្លួនប្រាណរបស់នាងមើលទៅញ័រគ្រប់ពេលទាំងអស់។

✂ ....

ខ្ញុំបានឃើញក្មេងប្រុសម្នាក់នេះនៅតាមផ្លូវ មើលទៅគាត់មានសម្លៀកបំពាក់កខ្វក់ណាស់ និងមានទឹកមុខ ក្រៀមក្រំណាស់។ ខ្ញុំគិតថាគាត់គឺជាក្មេងកំព្រា ដូច្នេះគ្មាននរណាម្នាក់ថែរក្សាគាត់ទេ។ គាត់តែងតែសុំលុយរបស់ខ្ញុំហើយនៅថ្ងៃមួយខ្ញុំមានអារម្មណ៍អាណិតគាត់ ខ្លាំងណាស់ និង បានឲ្យលុយមួយចំនួនទៅគាត់ហើយក៏បានឃើញដៃរបស់គាត់ញ័រយ៉ាងខ្លាំង។ ខ្ញុំក៏បានសួរគាត់ថា តើគាត់ធ្លាប់ឃើញខ្ញុំពីមុនដែរឬទេប៉ុន្តែគាត់បាននិយាយថាគាត់តែងតែភ្លេចនូវអ្វីៗលឿនណាស់។

ក្មួយប្រុសរបស់ខ្ញុំបានទទួលគ្រោះថ្នាក់ដោយសាររថយន្ត។ កាលពីម្សិលមិញគាត់បានត្រឡប់មកពីពិធីជប់លៀងមួយ ហើយក៏មានគ្រោះថ្នាក់ដោយឡានបានបុកដើមឈើមួយដើម។ សំណាងល្អគាត់មិនទទួលរងគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរនោះទេ ប៉ុន្តែនេះជារឿងមួយដែលអាក្រក់បំផុត។

មិត្តភក្តិរួមដំណើរជាមួយគាត់នៅក្នុងរថយន្ត បានរត់គេចខ្លួនបាត់ ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដឹងថាតើពួកគេជាមិត្តភក្តិល្អ ឬក៏អត់នោះទេ ពីមុនក្មួយប្រុសរបស់ខ្ញុំធ្លាប់មានមិត្តល្អៗជាច្រើន ប៉ុន្តែពួកគេនិយាយថាគាត់មានការប្រែប្រួលច្រើនដែលជាហេតុធ្វើឱ្យពួកគេមិនចូលចិត្តគាត់ទៀត។

យើងទាំងអស់គ្នាបានញ៉ាំអាហារពេលល្ងាចជាមួយនឹងក្រុមគ្រួសារ។ ភ្លាមៗនោះលោកយាយរបស់ខ្ញុំក៏បានស្រែកយ៉ាងខ្លាំង។ ពូរបស់ខ្ញុំបានហូរឈាមតាមច្រមុះ ហើយគាត់មិនអាចបញ្ឈប់វាបាននោះទេ។

មីងរបស់ខ្ញុំបាននិយាយថា គាត់តែងតែហូរឈាមជាច្រើនលើកមកហើយ តាំងពីពីរបីខែមកម្លេះប៉ុន្តែពូរបស់ខ្ញុំវិញបាននិយាយថានោះមិនពិតទេ។ វាទើបតែកើតមានឡើងពេលដែលគាត់ឈឺតែប៉ុណ្ណោះ។ ដូច្នេះហើយ ទើបគាត់មិនញ៉ាំច្រើនទេ។ គាត់និយាយបន្ថែមទៀតថារបស់ទាំងនោះគឺមានរសជាតិមិនឆ្ងាញ់ ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដឹងទេ។ ខ្ញុំគិតថា ច្បាស់ជាមានអ្វីមួយខុសប្រក្រតីហើយ។

នៅក្នុងភូមិរបស់យើងមានស្ត្រីម្នាក់ ដែលមានជម្ងឺធ្ងន់។ មនុស្សម្នាទាំងអស់គ្នានិយាយថា នាងមានជម្ងឺអេដស៍ ប៉ុន្តែនោះដូចជាចម្លែក ដោយសារតែនាងមិនបានរៀបការ ហើយក៏មិនមានកូនផងដែរ។ ខ្ញុំក៏ស្គាល់នាងដែរ។ ពីមុនខ្ញុំធ្លាប់ជួយបោសសម្អាតផ្ទះរបស់នាងដោយសារតែនាងភ្លេចធ្វើវា។ ថ្ងៃមួយខ្ញុំបានឃើញម្ជុលដ៏ស្រួចមួយនៅកៀនផ្ទះរបស់នាង។ នាងបាននិយាយថា នាងប្រើវាទុកសម្រាប់ចាក់ថ្នាំ។ ម្តាយរបស់ខ្ញុំបានប្រាប់ខ្ញុំនៅថ្ងៃនោះថា ខ្ញុំមិនអាចទៅជួយស្ត្រីម្នាក់នោះទៀតទេ។

មិត្តភក្តិរបស់អ្នក សុកលមានបូកពារចម្លែកនៅពេលថ្មីៗនេះ។ គាត់មានទឹកមុខក្រៀមក្រំ ហើយចេះតែដើរគេចពីមុខពីអ្នក។ អ្នកក៏ដឹងផងដែរថា គាត់បានមាននូវពិធីជប់លៀងមួយចំនួនជាមួយនឹងមិត្តភក្តិរបស់គាត់ ប៉ុន្តែនោះជាអ្វីដែលបានកើតឡើងជាយូរមកហើយ។

រឿងមួយផ្សេងទៀតគឺថា គាត់ស្គមខ្លាំងណាស់។ គាត់ធ្លាប់តែជាមនុស្សរឹងមាំ និងសង្ហារ ក៏ប៉ុន្តែឥឡូវនេះវិញគាត់បែរជាមានរូបរាងស្គមទៅវិញ។

គ្រឿងញៀនដែលអាចប្រើ : ស្កាយ

រុត គឺមានការផ្លាស់ប្តូរ។ អ្នកចងចាំថា អ្នកធ្លាប់លេងជាមួយនឹងនាងកាលពីឆ្នាំទៅ ហើយនៅពេលនោះផងដែរនាងមិនដែលចេះប្រកាន់អ្វីនោះទេ នៅពេលដែលនាងចាញ់នៅក្នុងការប្រគួត ឬក៏នៅពេលដែលនាងត្រូវរង់ចាំដល់វេណរបស់នាង ដើម្បីចាប់ផ្តើមលេង។

ឥឡូវនេះនាងតែងតែខឹង។ កាលពីសប្តាហ៍មុននាងបានវាយគ្នាជាមួយនឹងអ្នកផ្សេងម្នាក់ទៀតដែលបាននិយាយថា នារីម្នាក់នោះបានលួចលុយរបស់នាង។

ហើយអ្នកដឹងថានាងមានរឿងអ្វីកើតឡើងទេ? ខ្ញុំគិតថា នាងពិតជាបានលួចលុយមែនដោយសារតែឥឡូវ នាងត្រូវចំណាយលុយជាច្រើន ហើយខ្លួនប្រាណរបស់នាងមើលទៅញ័រគ្រប់ពេលទាំងអស់។

គ្រឿងញៀនដែលអាចប្រើ : យ៉ាម៉ា

នៅក្នុងភូមិរបស់យើងមានស្ត្រីម្នាក់ ដែលមានជម្ងឺធ្ងន់។ មនុស្សម្នាទាំងអស់គ្នានិយាយថា នាងមានជម្ងឺអេដស៍ ប៉ុន្តែនោះដូចជាចម្លែក ដោយសារតែនាងមិនបានរៀបការ ហើយក៏មិនមានកូនផងដែរ។ ខ្ញុំក៏ស្គាល់នាងដែរ។ ពីមុនខ្ញុំធ្លាប់ជួយបោសសម្អាតផ្ទះរបស់នាងដោយសារតែនាងភ្លេចធ្វើវា។ ថ្ងៃមួយខ្ញុំបានឃើញម្ជុលដ៏ស្រួចមួយនៅកៀនផ្ទះរបស់នាង។ នាងបាននិយាយថា នាងប្រើវាទុកសម្រាប់ចាក់ថ្នាំ។ ម្តាយរបស់ខ្ញុំបានប្រាប់ខ្ញុំនៅថ្ងៃនោះថា ខ្ញុំមិនអាចទៅជួយស្ត្រីម្នាក់នោះទៀតទេ។

ក្មួយប្រុសរបស់ខ្ញុំបានទទួលគ្រោះថ្នាក់ដោយសាររថយន្ត។ កាលពីម្សិលមិញគាត់បានត្រឡប់មកពីពិធីជប់លៀងមួយ ហើយក៏មានគ្រោះថ្នាក់ដោយឡានបានបុកដើមឈើមួយដើម។ សំណាងល្អគាត់ មិនទទួលរងគ្រោះថ្នាក់ធ្ងន់ធ្ងរនោះទេ ប៉ុន្តែនេះជារឿងមួយដែលអាក្រក់បំផុត។ មិត្តភក្តិរួមដំណើរជាមួយគាត់នៅក្នុងរថយន្ត រត់គេចខ្លួនបាត់ពីមុន ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដឹងថាតើពួកគេជាមិត្តភក្តិល្អឬក៏ អត់នោះទេរបស់ខ្ញុំធ្លាប់មានមិត្តល្អៗជាច្រើនប៉ុន្តែពួកគេនិយាយថាគាត់មានការប្រែប្រួលជាច្រើនដែលជាហេតុធ្វើឲ្យពួកគេមិនចូល ចិត្តគាត់ទៀត។

គ្រឿងញៀនដែលអាចប្រើ : គ្រឿងស្រវឹង

យើងទាំងអស់គ្នាបានញ៉ាំអាហារពេលល្ងាចជាមួយនឹងក្រុមគ្រួសារ។ ភ្លាមៗនោះផងដែរលោកយាយរបស់ខ្ញុំ ក៏បានស្រែកយ៉ាងខ្លាំង។ ពូរបស់ខ្ញុំបានហូរឈាមតាមច្រមុះ ហើយគាត់មិនអាចបញ្ឈប់វាបាននោះទេ។ មីងរបស់ខ្ញុំបាននិយាយថា គាត់តែងតែហូរឈាមជាច្រើនលើកមកហើយតាំងពីពីរបីខែមកម្លេះប៉ុន្តែពូរបស់ខ្ញុំវិញបាននិយាយថានោះមិនពិតទេ។វាទើបតែកើតមានឡើង ពេលដែលគាត់ឈឺតែប៉ុណោះ។ដូច្នេះហើយទើបគាត់មិនញ៉ាំច្រើនទេ។ គាត់និយាយ បន្ថែមទៀតថា របស់ទាំងនោះគឺ មានរសជាតិមិនឆ្ងាញ់ ប៉ុន្តែខ្ញុំមិនដឹងទេ។ ខ្ញុំគិតថា ច្បាស់ជាមានអ្វីមួយខុសប្រក្រតីហើយ។

គ្រឿងញៀនដែលអាចប្រើ : កូកាអ៊ីន

នៅក្នុងភូមិរបស់យើងមានស្ត្រីម្នាក់ ដែលមានជម្ងឺធ្ងន់។ មនុស្សម្នាទាំងអស់គ្នានិយាយថា នាងមានជម្ងឺអេដស៍ ប៉ុន្តែនោះដូចជាចម្លែក ដោយសារតែនាងមិនបានរៀបការ ហើយក៏មិនមានកូនផងដែរ។ ខ្ញុំក៏ស្គាល់នាងដែរ។ ពីមុនខ្ញុំធ្លាប់ជួយបោសសម្អាតផ្ទះរបស់នាដោយសារ តែនាងភ្លេចធ្វើវា។ថ្ងៃមួយខ្ញុំបានឃើញម្ជុលដ៏ស្រួចមួយនៅកៀនជញ្ជាំងផ្ទះរបស់នាង នាងបាននិយាយថា នាងប្រើវាទុកសម្រាប់ចាក់ថ្នាំ។ ម្ដាយរបស់ខ្ញុំបានប្រាប់ខ្ញុំនៅថ្ងៃនោះថា ខ្ញុំមិនអាចទៅជួយស្ត្រីម្នាក់នោះទៀតទេ។

មេរៀនទី ២: ការញៀន

🕑 រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណ:

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)។

📖 សម្ភារឧបទេស/ធនធានដែលត្រូវការ

- ក្ដារខៀន ដីស
- ក្រដាសទទេស្អាត សម្រាប់សិស្សសរសេរបញ្ជីសំណួរចុងក្រោយរបស់ពួកគេ

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់ សិស្សទាំងអស់អាច :

- កំណត់និយមន័យនៃពាក្យថាការញៀន
- រៀបរាប់ពីអាកប្បកិរិយារបស់អ្នកញៀននឹងគ្រឿងញៀន
- បង្ហាញពីគ្រោះថ្នាក់ខុសៗគ្នា មនុស្សញៀនថ្នាំជួបប្រទះ ឬគ្រោះថ្នាក់ ដែលអ្នកជួបនៅពេលដែលអ្នកស្ថិតនៅក្រោមឥទ្ធិពលរបស់គ្រឿងញៀន

ចំណងជើងមេរៀនទី ២: ការញៀន

🕑 ១០ នាទី

សេចក្ដីផ្ដើម

តើអ្នកទាំងអស់គ្នាមានចងចាំពីប្រភេទគ្រឿងញៀនខុសៗគ្នាជាច្រើន ដែលបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជាដែរឬទេ? យើងទាំងអស់គ្នានឹងលេងល្បែងតូចមួយ ជាមួយនឹងវា។ ខ្ញុំ នឹងគូររូបរាងថ្នាំញៀននៅលើក្ដារខៀន ហើយអ្នកទាំងអស់គ្នា ត្រូវទាយថា តើគ្រឿងញៀនមួយណា ដែលត្រូវនឹងរូបភាពនោះ។

✎ គ្រាន់តែគូរទម្រង់ខាងក្រៅនៃកំប៉ុងស្រាបៀរនេះ

ឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាឡើងមកខាងមុខ ហើយគូរផ្នែកមួយនៃគ្រឿងញៀនមួយ។ ប្រសិនបើពួកគេនឹកឃើញថាការធ្វើបែបនេះមានការពិបាក អ្នកអាចប្រាប់ឧទាហរណ៍មួយចំនួនដល់សិស្សដូចជា គូរស៊ីហ្គាំងមួយ ស្លឹកកញ្ឆា ថ្នាំគ្រាប់ ការមួយកំប៉ុង។

នៅពេលដែលសិស្សទាយថា វត្ថុនោះជាអ្វី អ្នកក៏អាចស្នើពួកគេឱ្យប្រាប់បន្ថែមទៀតអំពីគ្រឿងញៀននេះ ។

សកម្មភាពសំខាន់។ 50 នាទី

តើនរណាអាចប្រាប់ខ្ញុំបានទេអំពីនិយមន័យនៃពាក្យ *ការញៀន*?

ការញៀន គឺកើតមាននៅពេលដែលរូបរាងកាយ ឬចិត្តរបស់អ្នក ជំរុញឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនដោយសារតែវាបានញៀនទៅនឹងថ្នាំនោះ។ ការញៀនក៏កើតមានផងដែរនៅពេលដែល ថ្នាំញៀនចាប់ផ្តើមគ្រប់គ្រងលើខ្លួនរបស់អ្នក។ នៅពេលដែលករណីនេះចាប់ផ្តើមឡើង គឺមានន័យថាអ្នកនឹងបង្ហាញនូវអាកប្បកិរិយាប្លែកៗជាងពេលធម្មតា ហើយពេលនោះមនុស្សក៏ចាប់ផ្តើមមានការផ្លាស់ប្តូរ។

តើអ្នកទាំងអស់គ្នាអាចប្រាប់ខ្ញុំ អំពីអាកប្បកិរិយាមួយចំនួនរបស់អ្នកញៀនបានដែរឬទេ?

ឧទាហរណ៍៖ ការប្រើប្រាស់លុយទាំងអស់របស់ពួកគេដើម្បីទិញថ្នាំញៀន ឬក៏ចាប់ផ្តើមផឹកញឹកញាប់។ បន្ទាប់ពីអ្នកបានបង្កើតនូវបញ្ជីនៃអាកប្បកិរិយានេះរួចហើយអ្នកអាចនឹករកនូវវិធីសម្តែងចេញធ្វើជាកាយវិការបង្ហាញអំពីអាកប្បកិរិយាដល់មិត្តរួមថ្នាក់ ទាំងអស់គ្នា។

រយៈពេល១០នាទីក្រោយឱ្យក្រុមនីមួយៗ ធ្វើគ្រាប់តាមអាកប្បកិរិយារបស់អ្នកញៀនទាំងនោះជាជាងអាននូវគំនិតរបស់ពួកគ។

បន្ទាប់ពីនេះមក ចូរពន្យល់ប្រាប់សិស្សថា ឥឡូវនេះពួកគេនឹងត្រូវគិតអំពីគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមាន នៅពេលដែលពួកគេប្រើគ្រឿងញៀន។ ចូរឆ្លើយនូវសំណួរ ទាំងអស់នេះនៅក្នុងក្រុម របស់អ្នក ៖

តើថ្នាំញៀនមួយណា ដែលនឹងផ្តល់ឱ្យអ្នកនូវគ្រោះថ្នាក់?

តើគ្រោះថ្នាក់ប្រភេទអ្វីខ្លះ ដែលថ្នាំញៀនទាំងនោះបានផ្តល់ឱ្យអ្នក?

តើអ្នកបានឃើញអាកប្បកិរិយាអ្វីខ្លះ? (រំលឹកប្រាប់សិស្សថាយើងទាំងអស់គ្នាចាំបាច ត្រូវជៀសវាងការបង្ហាញឈ្មោះមនុស្ស ប៉ុន្តែអាចបង្ហាញត្រឹមតែអាកប្បកិរិយារបស់ពួកគេបាន។)

នៅពេលដែលសិស្សទាំងអស់គ្នាកំពុងធ្វើការពិភាក្សា អំពីសំណួរទាំងនេះនៅក្នុងក្រុមរបស់ពួកគេវាជាពេលវេលាល្អមួយសម្រាប់គ្រូ ដើម្បីធ្វើការបំពេញនៅក្នុងក្រដាសវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្ស សម្រាប់វាយតម្លៃការចូលរួមរបស់សិស្សទាំងអស់គ្នា។

បន្ទាប់ពីនោះមកទៀត គ្រូអាចសួរទៅកាន់ក្រុមខុសៗគ្នាស្តីអំពីគ្រោះថ្នាក់ទាំងឡាយ និង អាកប្បកិរិយាដែលពួកគេបានកត់ត្រាចូល។

ចូរឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាធ្វើការចែករំលែកនូវគំនិតរបស់ពួកគេ។

បន្ទាប់ពីការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន និងការផឹកគ្រឿងស្រវឹងជារឿយៗ មនុស្សតែងតែជួបប្រទះគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងណាស់។ គ្រោះថ្នាក់មួយក្នុងចំណោមគ្រោះថ្នាក់ដែលធ្ងន់ធ្ងរបំផុតនោះគឺ ការរួមភេទដោយមិនប្រើស្រោមអនាម័យ។ នៅក្នុងការស្ទង់មតិជាច្រើន បានបង្ហាញឱ្យដឹងថា មនុស្សជាច្រើនចូលចិត្តនិយាយថា ៖ "ពេលដែលខ្ញុំប្រើថ្នាំយ៉ាម៉ា ខ្ញុំមានភាពក្លាហាន ហើយជួនកាលខ្ញុំក៏មិនបានខ្វាយខ្វល់អំពីការប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យអនាម័យផងដែរ។ នៅពេលនោះផងដែរ ខ្ញុំក៏មិនបានគិតគូរពីវាសនាអនាគតរបស់ខ្ញុំផងដែរ" ឬ "ពេលដែលខ្ញុំចេញទៅផឹកជាមួយនឹងមិត្តភក្តិរបស់ខ្ញុំ ខ្ញុំតែងតែ ផឹកច្រើន ហើយយើងក៏បាននាំគ្នាទៅកន្លែងផ្សេងៗទៀត ដូចជាផ្ទះបនស្រី។ លុះពេលព្រឹកឡើង ខ្ញុំក៏មានការព្រួយ បារម្ភយ៉ាងខ្លាំង។"

មនុស្សជាច្រើនប្រព្រឹត្តអ្វីមួយចំនួន ខុសពីក្នុងបញ្ជីនៃរឿងមិនល្អដែលពួកគេបានកត់ត្រា ដូចជា៖ ការបើកបរលឿន ការវាយតប់គ្នា ការលួចរបស់របរអ្វីមួយ រួមភេទជាមួយនឹងមនុស្សដែលពួកគេមិនបានខ្វាយខ្វល់ច្រើន អំពីអ្វីមួយ ការ

រំលោភបំពានលើក្មេងស្រី ហើយនៅមានជាច្រើនទៀត។ ចំណុចទាំងនេះគឺសុទ្ធតែមានផលវិបាកជាច្រើន។ អ្នកទាំងអស់ គ្នា អាចអានអំពីចំណុចទាំងអស់នេះបន្ថែមទៀត នៅក្នុងកាសែតនិងព័ត៌មានផ្សេងៗពីមនុស្សដទៃទៀត។ អ្នកទាំងអស់គ្នាក៏បានធ្វើការបង្ហាញរួចរាល់ផងដែរអំពីលទ្ធផល និងអាកប្បកិរិយាមួយចំនួននៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក។ ខ្ញុំទើប តែបានអានអំពីឧទាហរណ៍ជាច្រើនស្តីពីចំណុចទាំងនោះនៅក្នុងកាសែត៖ មនុស្សដែលបានទទួលរងគ្រោះថ្នាក់ចរាចរ មនុស្សស្លាប់នឹងជំងឺ ការឈឺចាប់ដោយសារមនុស្សដែលអ្នកស្រលាញ់ និងការធ្វើឱ្យពួកគេមិនមានការទុកចិត្តមកលើអ្នក និងបញ្ហាជាមួយនឹងប៉ូលីស។

ការបាត់បង់ភាពកក់ក្តៅ និងការគាំទ្រពីមិត្តភក្តិរបស់អ្នក ការរំលោភបំពានលើក្មេងស្រី និង ស្ត្រី ។ល។ ទាំងអស់នេះ គឺសុទ្ធតែជារឿងមិនល្អ ហើយក៏មិនល្អដើម្បីដឹងឮផងដែរ ប៉ុន្តែវាជាការពិត ។

លោក មួន ម៉ារ៉ា បានតែងចម្រៀងមួយបទ ទាក់ទងទៅនឹងគ្រឿងញៀន ដែលមានចំណងជើងថា *"កុំប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន"* ហើយគាត់ក៏បានច្រៀងចម្រៀងនោះផងដែរ។ ចូរស្តាប់បទចម្រៀងនេះមួយសន្ទុះសិន ហើយនាំគ្នាគិតអំពីអ្វីដែលយើងទាំងអស់គ្នាទើបតែបានស្តាប់ឮ។

អ្នកអាចចាក់ចម្រៀងរបស់លោក មួន ម៉ារ៉ា ដែលមានចំណងជើងថា *"កុំប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន"* ហើយប្រសិនបើអ្នកមិនអាចចាក់បាន អ្នកអាចអាននូវពាក្យជាច្រើនចេញពីក្នុងបទចម្រៀងនោះផងដែរ។មើលនៅក្នុង សេចក្តីណែនាំគ្រូ។

បញ្ចប់មេរៀន 🕑 **30** នាទី

មនុស្សជាច្រើនពិតជាបានដឹងពីឈ្មោះនៃប្រភេទថ្នាំញៀនខុសៗគ្នាជាច្រើន ប៉ុន្តែពួកគេមិនបានដឹងអំពីគ្រោះថ្នាក់ នៃការញៀន និងផលប៉ះពាល់នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនទេ។ យើងទាំងអស់គ្នាបានរៀនរួចមកហើយ ស្តីអំពីថ្នាំញៀនខុសៗគ្នាជាច្រើនផងដែរ។ គ្រប់ៗគ្នាៗចាំបាច់ត្រូវបង្កើតបញ្ជីសំណួរសម្រាប់សួរមិត្តរួមថ្នាក់ទាំងអស់ និងញាតិ មិត្តរបស់អ្នកផងដែរ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យថា តើពួកគេអាចចង ចាំបាននូវ ការពិតទាំងឡាយ ស្តីអំពីគ្រឿងញៀនដែលបានរៀនកាលពីពីរមេរៀនមុនដែរឬទេ។ នៅពេលចាប់ផ្តើមមេរៀនក្រោយយើងទាំងអស់គ្នានឹងធ្វើការជាដៃគូដើម្បីព្យាយាមស្វែងរកនូវ ចម្លើយ។

ចូរធ្វើការគិតយ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបានសំណួរ ៥ខុសៗគ្នា។

តើនរណាអាចឱ្យនូវឧទាហរណ៍ ពីសំណួរល្អមួយបានឬទេ?
ឧទាហរណ៍ ៖ "តើអ្នកមានអារម្មណ៍ដូចម្តេច នៅពេលដែលអ្នកបានហិតការ?"

ប្រសិនបើនៅសល់ម៉ោង អ្នកអាចលើកសំណួរដោយផ្ទាល់ បន្ទាប់ពីការបង្កើតបញ្ជីសំណួររួចរាល់។

ព័ត៌មានសម្រាប់គ្រូ

បទចម្រៀងរបស់លោកមួនម៉ារ៉ា អាចទាញយកបានពីគេហទំព័រ www.ibec.worlded.org

"កុំប្រើថ្នាំញៀន"

ច្រៀងដោយ លោក មួន ម៉ារ៉ា

I- ដឹងហើយឮហើយថា អាភានកញ្ឆា យ៉ាម៉ាហេរ៉ូអ៊ីន និងហេរ៉ូអ៊ីន មិនខុសពីគ្រាប់មីនបំផ្លាញជីវិត។ ដឹងហើយ
យើងត្រូវគិត ចៀសវាងឱ្យឆ្ងាយ។ ឥទ្ធិពលវាខ្លាំងណាស់ អាចប្តូរផ្លាស់ក្នុងរាងកាយ... មែន! បានសប្បាយតែមួយគ្រា
ធ្វើឱ្យកាយលែងមាំមួន ប្រាជ្ញាស្ពឹកវក់ស្មារតី... អូ!!... មុនក្ស័យ បាត់អស់សម្ផស្ស ...

R១- ថ្នាំញៀន ចៀសវាងកុំចង់ប្រើថ្នាំញៀន គេបបួលកុំប្រើថ្នាំញៀន ញៀនហើយឈឺចាប់...
ពិបាកព្យាបាល ថ្នាំញៀន កុំចង់សាក កុំប្រើថ្នាំញៀន ចៀសវាងចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន
បើយើងខូចស្មារតី ... ចៀសចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន។

II- សាកលេប ចាក់ ផឹក ហិត ប្រយត្ន័អាប់ក្សយ័ យើងជាយុវវ័យ ទោះប្រុស ឬស្រី...
នាំឱ្យកើតទុក្ខភ័យដល់ក្រុមគ្រួសារ រស់ដូចជាស្លាប់លំបាកកាយា ...
ឥទ្ធិពលវាខ្លាំងណាស់ អាចប្តូរផ្លាស់ក្នុងរាងកាយ... មែន! បានសប្បាយតែមួយគ្រា
ធ្វើឱ្យកាយលែងមាំមួន ប្រាជ្ញាស្ពឹកវក់ស្មារតី ...អូ!!... មុនក្ស័យបាត់អស់សម្ផស្ស...

R២- ថ្នាំញៀន ចៀសវាងកុំចង់ប្រើថ្នាំញៀន គេបបួលកុំប្រើថ្នាំញៀន ញៀនហើយឈឺចាប់....
ពិបាកព្យាបាល ថ្នាំញៀន កុំចង់សាក កុំប្រើថ្នាំញៀន ចៀសវាងចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន
បើយើងខូចស្មារតី... ចៀសចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន។

R៣- បើមិនខ្លាច អ្នកអាចបាត់បង់ជីវិត អ្នកត្រូវចេះគិតកុំប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន អូ!!
សូមចៀសវាងចេញឱ្យឆ្ងាយ... អូហូ... (ថ្នាំញៀន) បើមិនខ្លាច អ្នកអាចបាត់បង់ជីវិត
អ្នកត្រូវចេះគិតកុំប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន អូ!! សូមចៀសវាងចេញឱ្យឆ្ងាយ អូហូ!!។

III- ថ្នាំញៀន ចៀសវាងកុំចង់ប្រើថ្នាំញៀន គេបបួលកុំប្រើថ្នាំញៀន ញៀនហើយឈឺចាប់
ពិបាកព្យាបាលថ្នាំញៀន កុំចង់សាក កុំប្រើថ្នាំញៀន ចៀសវាងចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន
បើយើងខូចស្មារតី ចៀសចេញឱ្យឆ្ងាយថ្នាំញៀន។

មេរៀនទី ៣: ផលប៉ះពាល់គ្រឿងញៀន

រយៈពេលបង្រៀន: ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពត្រូវនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ ?
- សរសេរសំណួរលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)។

សម្ភារឧបទេស/ធនធានដែលត្រូវការ

- ក្រដាសA4 ទទេស្អាតចំនួន១០សន្លឹកសម្រាប់ធ្វើការបង្កើតគំនិត
- ក្រដាសA3 ទទេស្អាតចំនួន១០សន្លឹក សម្រាប់សរសេររឿង
- ប្រសិនបើអាច គួរតែមានសៀវភៅ *"កុំប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន"* ដែលបានមកពីសេវាកម្ម យេស៊ូ ប្រទេសកម្ពុជា

☼ វត្ថុបំណង:

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់ សិស្សទាំងអស់អាច :

- បង្កើតបញ្ជី ហេតុផលដែលមនុស្សព្យាយាមប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន
- បង្កើតបញ្ជីហេតុផលដែលមនុស្សមិនព្យាយាមប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន
- ស្វែងយល់ពីផលប៉ះពាល់នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀននៅក្នុងជីវិតរបស់បុគ្គល និងគ្រួសារ

ចំណាងជើងមេរៀនទី ៣: ផលប៉ះពាល់គ្រឿងញៀន ៣០ នាទី

សេចក្ដីផ្ដើម

តើអ្នកទាំងអស់គ្នាមានបានយកកិច្ចការផ្ទះមកដែរឬទេ? ប្រសិនបើយកមក អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចសួរមិត្តភក្ដិ ក្នុងថ្នាក់ នូវសំណួរចំនួន១០ ដែលអ្នកបានបង្កើតឡើង។ ចូរប្រាប់ពួកគេផងដែរថា តើសំណួរចំនួនប៉ុន្មានដែលពួកគេឆ្លើយបានត្រឹមត្រូវ។អ្នកមិនចាំបាច់សរសេរចម្លើយចូលនោះទេ។ អ្នកទាំងអស់គ្នាក៏អាចជ្រើសរើសសិស្សបន្ថែមទៀត ដើម្បីឱ្យឆ្លើយសំណួររបស់អ្នក។

បិទរូបថតរបស់វាសនា នៅលើក្ដារខៀន។

វាសនាមកពីខេត្តកំពង់ចាម។ នៅពេលធំឡើង គេចង់ធ្វើជាកីឡាករលេងបាល់ទាត់។ គេគិតថាគេបានលង់ស្រឡាញ់នារីម្នាក់នៅក្នុងថ្នាក់រៀនដែលគេមានបំណងចង់រៀបការជាមួយនាងនៅថ្ងៃណាមួយ។ រៀងរាល់ថ្ងៃចុងសប្ដាហ៍ គេចូលចិត្តដើរលេងជាមួយនឹងមិត្តភក្ដិរបស់គេ និងទៅរាំផងដែរ។ គេជាមនុស្សដែលមិនចូលចិត្តឱ្យអ្នកដទៃមើលងាយនោះទេ។ គេចង់ឯករាជ្យ និងមានទ្រព្យសម្បត្តិ។ វាសនាមិនដែលប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀននោះទេប៉ុន្តែជារៀងរាល់ថ្ងៃដូចជាមានអ្វីមួយកើតឡើងឬក៏មាននរណាម្នាក់និយាយអ្វីមួយទៅកាន់គេដែលធ្វើឱ្យគេគិត និងប្រហែលជាធ្វើឱ្យគេគួរតែសាកល្បងប្រើគ្រឿងញៀន។

តើអ្វីទៅដែលអាចបណ្ដាលឱ្យវាសនាសាកល្បងប្រើគ្រឿងញៀន?

បង្កើតក្រុមដែលមានសិស្ស៥/៦នាក់ ហើយចែកក្រដាសទទេស្អាតមួយសន្លឹកក្នុងមួយក្រុម ដើម្បីគូរផែនទីគំនិត។

នៅក្នុងក្រុមរបស់អ្នក អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចគិតនូវហេតុផលទាំងឡាយដែលអាចកើតមាន។ រាល់ហេតុផលទាំងអស់គឺត្រូវបានសរសេរចូលដែលមានលក្ខណៈជាផែនទីគំនិត។ ៥នាទីក្រោយមកតំណាងក្រុមធ្វើបទ បទបង្ហាញអំពីលទ្ធផលរបស់ក្រុមខ្លួនទៅកាន់ក្រុមដទៃៗទៀត។

ប្រសិនបើសិស្សមិនទាន់ស្គាល់ច្បាស់ពីរបៀបក្នុងការបង្កើតផែនទីគំនិត គ្រូអាចបង្ហាញពួកគេនូវក្រដាស (ទទេ) មួយសន្លឹកធ្វើជាឧទាហរណ៍ ដូចដែលបានបង្ហាញខាងក្រោម។

សម្គាល់សម្រាប់គ្រូ ៖ ហេតុផលទាំងឡាយដែលសិស្សទាំងអស់គ្នាបានបង្ហាញ គឺសុទ្ធតែសំខាន់ ដោយសារតែពួកគេបានប្រាប់យើងអំពីសំពាធពិតៗដែលមាននៅក្នុងជីវិតរបស់ពួកគេ។ ប្រសិនបើពួកគេនឹករកហេតុផលមួយដែលមិនមាននៅក្នុងបញ្ជីខាងលើចូរធ្វើការកត់ចំណាំវា ដូច្នេះអ្នកអាចប្រើប្រាស់វានៅពេលក្រោយទៀត។

ជ្រើសរើសសិស្សម្នាក់ដែលបង្កើតនូវផែនទីគំនិតដ៏ធំមួយ ដោយហេតុផលទាំងនោះត្រូវបានធ្វើការបង្ហាញពីក្រុមជាច្រើនដែលត្រូវបានរួមបញ្ចូលគ្នា។ គេអាចសរសេរអំពីចំណុចទាំងនោះនៅលើក្ដារខៀនហើយចម្លងវាទៅដាក់ក្រដាស ផ្សេងមួយទៀត ធ្វើដូច្នេះវាអាចរក្សាទុកបានសម្រាប់មេរៀនក្រោយៗទៀត។

សកម្មភាពសំខាន់។ ៖ ហេតុអ្វីបានជាមិនអាច? ៥០ នាទី

នាំគ្នាក្រឡេកមើលរូបភាពរបស់វាសនាម្ដងទៀត។ ឥឡូវនេះ យើងដឹងពីមូលហេតុ ដែលគេព្យាយាមចង់សាកល្បងប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ។ តើយើងទាំងអស់គ្នាអាចគិតអំពីហេតុផលដែលគេមិនបានព្យាយាមចង់សាកល្បងប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនបានដែរឬទេ?

សិស្សម្នាក់ៗ អាចគិតអំពីហេតុផលទាំងអស់នេះរយៈពេលពីរបីនាទី។ បន្ទាប់ពីនោះមកយើងនឹងធ្វើការប្រមូលនូវហេតុផលទាំងអស់នោះ។

- គេខ្លាចយឪពុកម្តាយរបស់គេខឹងឬមិនសប្បាយចិត្ត
- គេខ្លាចបាត់បង់ការគ្រប់គ្រងខ្លួនឯង
- គេបានឃើញមនុស្សវ័យក្មេងដទៃទៀត ប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ដូច្នេះហើយគេខ្លាចក្លាយខ្លួនដូចពួកគេ។
- គេខ្លាចប៉ះពាល់ដល់គោលបំណងទៅអនាគតរបស់គេ ដែលចង់ក្លាយទៅជាកីឡាករបាល់ទាត់មួយរូប ចង់មានភាពឯករាជ្យ និងមិនចង់ក្រ ចង់រៀបការជាមួយនឹងនារីដែលគេលង់ស្រលាញ់ ។
- គេខ្លាចចំណាយលុយជាច្រើនហើយត្រូវមានអ្វីៗជាច្រើនទៀត ដែលគេចង់ទិញ
- គ្រឿងញៀន គឺប្រឆាំងទៅនឹងជំនឿផ្ទាល់ខ្លួនរបស់គេ
- គេមិនត្រូវការវា
- គេមិនចាប់អារម្មណ៍នឹងវា
- ភ័យខ្លាចបាត់បង់មិត្តភក្តិជាច្រើន
- ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន គឺប្រឆាំងទៅនឹងច្បាប់

☞ ឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នានូវក្រដាសចំនួនមួយសន្លឹក ដើម្បីទុកកត់ត្រា ។
គ្រូជ្រើសរើស បន្ទប់កុំព្យូទ័រ ដើម្បីឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាអាចវាយពីរឿងរ៉ាវរបស់ពួកគេ។ ជម្រើសមួយផ្សេងទៀត គឺត្រូវឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាបង្កើតសៀវភៅសំណើច/សៀវភៅរូបភាព ស្តីអំពីរឿងរបស់ពួកគេ។ ដាក់ស្លាកឈ្មោះរបស់ក្រុមដែលមានគ្នា៣ ឬ៤នាក់ ចូលក្នុង "ចំណុចល្អ" និង "ចំណុចមិនល្អ" ហើយឱ្យពួកគេធ្វើកិច្ចការខុសៗគ្នា។ ក្រុមទាំងឡាយណាដែលមានស្លាកឈ្មោះថា "ល្អ" អាចធ្វើការស្រមៃថាតើអ្វីដែលនឹងកើតមានឡើងចំពោះជីវិត របស់វាសនាក្នុង *នៅរយៈពេលខ្លី និងវែង*នៅពេលដែលមិនសម្រេចចិត្តមិនប្រើប្រាស់ថ្នាំយ៉ាម៉ា។ ចំណែកឯក្រុមដែលមានស្លាកឈ្មោះថា"មិនល្អ"គិតអំពីផលវិបាកដែលមានរយៈពេលវែងនិង ខ្លីចំពោះឆាកជីវិតរបស់ វាសនានៅពេលប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន។ ក្រុមនីមួយៗត្រូវតែសរសេរអំពីជីវិតរបស់វាសនា។

☞ ចូរដើរជុំវិញដើម្បីពិនិត្យមើលថា តើក្រុមទាំងអស់អាចធ្វើការចាប់ផ្តើមជាមួយនឹងរឿងរបស់ ពួកគេបានដែរឬទេ។ ប្រសិនបើចាំបាច់គ្រូអាចជួយលើកកម្លាំងចិត្តពួកគេ ដោយសួរៈ

តើវាសនាអាចក្លាយទៅជាអ្នកញៀនដែរឬទេ?
តើគេនឹងមានជីវភាពធូរធា ឬក្រលំបាក?
តើគេអាចរក្សាមិត្តភក្តិរបស់គេបានដែរឬទេ?
តើគេអាចរក្សាការងាររបស់គេបានដែរឬទេ?
តើអ្នកដទៃនឹងគិតអ្វីមកលើខ្លួនគេ?
តើនារីម្នាក់ដែលនៅក្នុងថ្នាក់របស់គេ នឹងគិតអ្វីចំពោះគេ?

ជំរុញសិស្សឱ្យប្រើប្រាស់ឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច១.១ និង១.២ ដើម្បីពិនិត្យមើលពីផលប៉ះពាល់រយៈពេលយូរនិងវែង របស់ថ្នាំយ៉ាម៉ា។

បញ្ចប់មេរៀន ⏲ ១០ នាទី

☞ បិទរឿងទាំងអស់នៅលើជញ្ជាំង ហើយប្រសិនបើអ្នកមានពេល ចូរឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាអានឱ្យឮៗនូវរឿងទាំងអស់នោះ។ ប្រសិនបើមិនមានពេលគ្រប់គ្រាន់ អ្នកអាចធ្វើការ ឆ្លុះបញ្ចាំងពីវានៅសប្តាហ៍ក្រោយទៀត។

ព័ត៌មានសម្រាប់គ្រូ

សៀវភៅ *"កុំសាកគ្រឿងញៀន"* បានបង្កើតឡើងដោយសេវាកម្មយេស៊ូកម្ពុជា ដែលត្រូវបាន ផ្តល់ឱ្យទៅសាលាជាច្រើន។ ប្រសិនបើអ្នកមានសៀវភៅនេះ អ្នកអាចប្រើប្រាស់វាសម្រាប់ករណីសិក្សា ជាជាងការសិក្សាអំពីរឿងរបស់វាសនា។

ចំពោះសៀវភៅនេះផងដែរ អាចអានបាននៅក្នុងក្រុមគេមានគ្នា៥នាក់។ វាមានសំណួរជាច្រើនដែលអាចធ្វើកាពិភាក្សានៅក្នុងក្រុមតូចៗហើយប្រសិនបើគ្រូសម្រេចចិត្តធ្វើដូច្នោះវាអាចវាយតម្លៃនិងចែករំលែកនៅក្នុងក្រុមធំមួយ។

មេរៀននេះ គឺផ្អែកទៅលើតួអង្គមួយដែលបានប្រឌិតឡើង គេមានឈ្មោះថា វាសនា។ ប្រសិន បើមានមនុស្សណាម្នាក់ឈ្មោះវាសនានៅក្នុងថ្នាក់នោះ ត្រូវធ្វើការប្តូរឈ្មោះតួអង្គទៅឈ្មោះផ្សេងវិញ។ ក្មេងប្រុសម្នាក់ដែលមានឈ្មោះវាសនា រស់នៅក្នុងខេត្តកំពង់ចាម។ ប្រសិនបើសាលា របស់អ្នកស្ថិតនៅក្នុងតំបន់ផ្សេង ដូច្នេះអ្នកប្រហែលជាត្រូវប្រែប្រួលទៅតាមរឿង ដោយត្រូវធ្វើឱ្យកាន់តែដូចទៅនឹងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់សិស្សទាំងអស់គ្នា។

ដូចគ្នាផងដែរ អ្នកត្រូវធ្វើការសម្រេចចិត្តបង្កើតតួអង្គនារី ក្នុងគោលបំណង ដើម្បីឱ្យមានយេនឌ័រនៅក្នុងសាច់រឿង។ ចំពោះឧទាហរណ៍នេះក៏ផ្តោតផងដែរទៅលើ "យ៉ាម៉ា" និងផ្តោតបន្តិចបន្តួចទៅលើហេរ៉ូអ៊ីន ប៉ុន្តែប្រសិនបើអ្នកដឹងថាមានថ្នាំញៀនដទៃទៀត ដែលត្រូវបានប្រើប្រាស់ជាធម្មតានៅក្នុងតំបន់របស់អ្នកនោះអ្នកអាចធ្វើការផ្តោតទៅលើថ្នាំញៀនប្រភេទនោះបាននៅក្នុងរឿងមួយនេះ។

ការស្រាវជ្រាវបានបង្ហាញថា យ៉ាម៉ា ឬមេតំហ្វេតាមីន ឬ "ថ្នាំឆ្កួត" គឺជាថ្នាំញៀនដែលមានការ ពេញនិយមបំផុត ហើយចំនួននៃយុវជន យុវនារី ដែលប្រើប្រាស់វា ក៏មានការកើនឡើងផង ដែរ។

យោងតាមការធ្វើបទបង្ហាញមួយពីNACD១ *(អាជ្ញាធរជាតិប្រយុទ្ធនឹងគ្រឿងញៀន)* បានឱ្យដឹងថា ៧០% នៃអ្នកដែលប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀន នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា គឺបានប្រើប្រាស់ថ្នាំញៀនមេតំហ្វេតាមីន ឬយ៉ាម៉ា។ ការប៉ាន់ប្រមាណមួយបានឱ្យ ដឹងផងដែរថា មានចំនួន១៥% គឺជា អ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំហេរ៉ូអ៊ីន និង១៥% ទៀត ត្រូវបានគេរាយការណ៍ថាជាអ្នកដែកកំពុងតែប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនប្រភេទផ្សេងៗទៀត។

ចូរមើលគេហទំព័រមួយនេះ ដែលទទួលបានមកពីUNODC ដើម្បីធ្វើការអានបន្ថែមទៀតអំពី ការពិតទាំងឡាយនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា (ស្រុកខ្មែរ)។

http://www.unodc.org/eastasiaandpacific/en/cambodia/index.html

មេរៀនទី ៤: លទ្ធផល

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពគ្រូវ នឹងការបង្រៀនដែរឬទេ?
- សរសេរសំណួរលើក្ដារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្ដារខៀន...)។

📖 សម្ភារឧបទេស/ធនធានដែលត្រូវការ

- ឯកសារម្រាប់សិស្សចំណុច ៤.១ ដែលជាគំរូបានមកពីល្បែងទៅស្ទូចត្រី ដែលត្រូវថតចម្លងនៅលើក្រដាសA4ចំនួន៨ដង សម្រាប់ក្រុមទាំងអស់ដែលមានសិស្ស៦នាក់
- ឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច ៤.២ ដែលជាក្រដាសឧទាហរណ៍សម្រាប់ល្បែងរ៉ូកប៊ូន
- ខ្មៅដៃពណ៌
- កន្ត្រៃ និងជ័រការ

☼ វត្ថុបំណងៈ

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់ សិស្សទាំងអស់អាច :

- បង្កើតនូវចំណេះដឹងរបស់ពួកគេសារជាថ្មីពីការច្នៃប្រឌិត
- កំណត់បានពីប្រធានបទ ដែលមានសារៈសំខាន់បំផុត របស់ទិដ្ឋភាពខុសៗគ្នា នៃការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន

ចំណងជើងមេរៀនទី ៤: លទ្ធផល 🕑 ៣០នាទី

សេចក្ដីផ្ដើម

បិទរឿងខុសៗគ្នាទាំងអស់នៅលើជញ្ជាំងផ្សេងៗគ្នានៅក្នុងថ្នាក់រៀន។

យើងនឹងនាំគ្នាលេងល្បែងមួយ ជាមួយនឹងរឿងទាំងអស់នេះ ដែលត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅក្នុង មេរៀនមុន ។ ជាដំបូងអ្នកទាំងអស់គ្នាចាំបាច់ត្រូវតែអានរឿងទាំងនោះសិន ។ ប្រសិនបើអ្នកអានរួចហើយ ខ្ញុំនឹងធ្វើការជ្រើសរើសសិស្សម្នាក់ៗ គេត្រូវតែធ្វើត្រាប់តាមរឿងណាមួយដែលគេទើបតែបានអានរួច។ ចំណែកឯសិស្សដទៃទៀតមើលការធ្វើត្រាប់នេះ ដោយឈរនៅជិតរឿង ដែលពួកគេគិតថាសិស្សម្នាក់នោះនឹងធ្វើត្រាប់តាម។

តើនរណាអាចធ្វើត្រាប់តាមរឿង ដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាទើបតែបានអានរួច?

នៅពេលដែលសិស្សម្នាក់កំពុងតែបង្ហាញរឿងរបស់ពួកគេ (ធ្វើកាយវិការដោយមិនប្រើពាក្យសំដី) ភ្លាមៗ នោះសិស្សដទៃទៀតអាចដើរទៅជិតរឿង ដែលពួកគេគិតថាអ្នកសម្ដែងចង់និយាយអំពីវា។

សកម្មភាពសំខាន់ៗ ⌚ ៦០ នាទី

នៅពេលដែលអ្នកកំពុងតែឈរនៅក្នុងថ្នាក់រៀន ចូរនាំគ្នាគិតពិខ្លឹមសារសំខាន់ៗ ដែលយើងបានរៀននៅក្នុងមេរៀនមុន។ អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចក្រឡេកមើលឯកសារសម្រាប់សិស្សដែលស្តីអំពីគ្រឿងញៀនផែនទីគំនិតខុសៗគ្នាជាច្រើនឬក៏រឿងដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាទើបតែបានអានរួច។ចូរគិតអំពីខ្លឹមសារសំខាន់ៗចំនួនបីដែលអ្នកបានរៀនរួចហើយ។

បន្ទាប់ពីនោះ អ្នកនឹងត្រូវដើរជុំវិញនៅក្នុងថ្នាក់រៀននេះ ហើយប្រាប់នូវខ្លឹមសារដែលអ្នកបានសិក្សាកន្លងមក ។ ចំណែកឯអ្នកដទៃទៀត ក៏នឹងត្រូវប្រាប់អ្នកវិញពីខ្លឹមសារ ដែលពួកគេបានរៀនកន្លងមក ផងដែរ។

ចូរលេងល្បែងមួយនេះរយៈពេល ១០ ទៅ ១៥នាទី ដូច្នេះសិស្សទាំងអស់គ្នាអាចចែករំលែកនូវគំនិត និងបទពិសោធន៍រវាងគ្នាទៅវិញទៅមក។

យើងនឹងធ្វើបទបង្ហាញនូវចំណេះដឹងនេះទៅកាន់អ្នកដទៃទៀតនៅពេលក្រោយ ប៉ុន្តែពេលនេះ ជាពេលដែលត្រូវលេងល្បែងមួយផ្សេងទៀត។ ល្បែងនេះ គឺមានឈ្មោះ ថា *"ទៅស្ទូចត្រី"* ជាភាសា អង់គ្លេស ប៉ុន្តែយើងក៏អាចហៅវាថា *"រ៉ូប៊ីន"*។

អ្នកទាំងអស់គ្នាព្រមទាំងសិស្ស៦នាក់ទៀត នឹងត្រូវនាំគ្នាបង្កើតល្បែងប័ណ្ណមួយ ដែលអ្នក អាចលេងជាមួយនឹងមិត្តភក្តិ ឬក្រុមគ្រួសាររបស់អ្នក។ ជាដំបូងខ្ញុំនឹងបង្ហាញអ្នកទាំងអស់គ្នានូវឧទាហរណ៍មួយ។

យកឯកសារសម្រាប់សិស្សចំណុច ៤.១ ហើយបង្ហាញសិស្សពីប្រភេទ និងប័ណ្ណទាំង៤ ដែលមាននៅក្នុងឯកសារនេះ។ បន្ទាប់ពីនេះមកទៀត ចូរពន្យល់អំពីរបៀបលេងល្បែងល្បែង។ ចំពោះការពន្យល់ប្រហែលជាមានការពិបាក ដូច្នេះប្រសិនបើពួកគេមិនយល់អ្នកអាចលេងល្បែងនេះ ជាមួយនឹងសិស្ស ២ឬ៣ នាក់ហើយឱ្យសិស្សដទៃទៀតសង្កេតមើលលេងល្បែងនោះក្នុង រយៈពេលខ្លី។

ល្បែងនេះមានប័ណ្ណចំនួន២៤សន្លឹក។ នៅលើប័ណ្ណទាំងអស់នេះ ជារូបភាពដែលនិយាយអំពីគ្រឿងញៀនចំនួន ៦ ប្រភេទខុសៗគ្នា។ មុនពេលចាប់ផ្តើមលេងល្បែង ប័ណ្ណទាំងអស់ត្រូវបានក្រឡុកបញ្ចូលគ្នា ហើយអ្នកលេងនីមួយៗ អាចចាប់យកប័ណ្ណចំនួន៤សន្លឹកតែប៉ុណ្ណោះ។ ប្រសិនបើមានប័ណ្ណនៅសល់ពួកគេអាចដាក់វាជាគំនរនៅចំកណ្តាលគុ។

ចូរកុំបង្ហាញប័ណ្ណរបស់អ្នកឱ្យអ្នកដទៃឃើញ!

គោលបំណងនៃល្បែងនេះ: ប្រមូលប័ណ្ណដែលនិយាយពីគ្រឿងញៀនក្នុងប្រភេទតែមួយ ដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាកាន់នៅក្នុងដៃរបស់អ្នក។

ឧទាហរណ៍ ៖ អ្នកអាចធ្វើដូច្នោះបានដោយសួរថា ៖ *"វាសនា តើអ្នកមានប័ណ្ណថ្នាំកូកាអ៊ីនដែលបានមកពីប្រភេទជំរុញផ្លូវចិត្តទេ?"*

ប្រសិនបើវាសនាមានប័ណ្ណនោះគេត្រូវតែឱ្យវាទៅអ្នក។ ប្រសិនបើគេមិនមានវា អ្នកអាចរើសយកប័ណ្ណមួយចេញពីគំនរនោះហើយបន្តសួរទៅកាន់វាសនាទៀត។ បន្ទាប់មកវាជាវេណរបស់វាសនាត្រូវសុំប័ណ្ណមួយផ្សេងទៀតចេញពីប្រភេទនោះ ដែលមាននៅក្នុងដៃរបស់គេ។

វិន័យ ៖

- អ្នកអាចស្នើសុំប័ណ្ណចេញពីប្រភេទទាំងឡាយដែលមាននៅក្នុងដៃរបស់អ្នក។
- គ្រប់គ្នាត្រូវតែចូលរួម ដូច្នេះកុំសួរមនុស្សដដែលៗ។

ឱ្យសិស្សទាំងអស់បង្កើតក្រុមដែលមានសមាជិក ៦នាក់ និងផ្តល់ឱ្យពួកគេនូវក្រដាសA4 ជាច្រើន។ ក្រដាសទាំងអស់នេះ គឺសុទ្ធតែមានព័ណ៌ដូចគ្នា។ វាជាការប្រសើរប្រសិនបើអ្នកអាចរកបាន ក្រដាសដែលក្រាស់បន្តិចជាងក្រដាស A4ធម្មតា ប៉ុន្តែប្រសិនបើមិនអាចរកបាន អ្នកអាចឱ្យ ជ័រការ ព្រមទាំងក្រដាសចំនួន ២សន្លឹកទៅពួកគេ។

ល្បែងប័ណ្ណនេះនិយាយអំពីគ្រឿងញៀន។ ចំណុចទីមួយដែលយើងត្រូវធ្វើគឺត្រូវគិតអំពីប្រភេទខុសៗគ្នាជាច្រើនដែលយើងអាចបង្កើតប័ណ្ណចំនួន៤សន្លឹក។

តើនរណាដែលដឹងនូវប្រភេទល្អមួយ?

១. បង្កើនកម្លាំងចិត្ត

២. បន្ថយកម្លាំងចិត្ត

៣. ផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែង

៤. ផលប៉ះពាល់រយៈពេលខ្លី

៥. ហេតុផល (សម្រាប់ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន)

៦. ផលប៉ះពាល់ (ពីការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន)

ប្រភេទដែលអាចមានផ្សេងទៀតគឺ ៖

- យ៉ាម៉ា - ផលប៉ះពាល់រយៈពេលវែង និងរយៈពេលខ្លី (មើលសេចក្តីណែនាំគ្រូក្នុង មេរៀនទី១)
- ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន- ការផឹក ការហិត ការហូប ការជក់ ការចាក់

អ្នកអាចបង្កើតក្រុមដែលមានសិស្ស៦នាក់ ហើយចាប់ផ្តើមបង្កើតប័ណ្ណ។ សិស្សម្នាក់ៗត្រូវតែបង្កើតប័ណ្ណឱ្យបាន ៤សន្លឹកដែលទាក់ទងនឹងគ្រឿងញៀនតែមួយប្រភេទ។ ប្រសិនបើអ្នកគិតថាការធ្វើបែបនេះមានលក្ខណៈពិបាកអ្នកក៏អាចក្រឡេកមើលឧទាហរណ៍ទាំងឡាយឬឯកសារសម្រាប់សិស្សប៉ុន្តែវាក៏សំខាន់ផងដែរដើម្បីជួយគ្នាទៅវិញទៅមក។

ឱ្យជាគំរូដល់សិស្សទាំងអស់គ្នាដោយប្រើប័ណ្ណទទេ ហើយឱ្យពួកគេសរសេរ និងគូរនូវអ្វីដែល គួរតែមាននៅលើប័ណ្ណទាំងនោះ។ លើកទឹកចិត្តសិស្សឱ្យបង្កើតប្រភេទទាំងអស់ឱ្យបានច្រើនជាង៦ប្រភេទ ហើយវាកាន់តែមានភាពសប្បាយរីករាយក្នុងការលេងល្បែងនេះ ពេលដែលអ្នកមានប័ណ្ណចំនួន៤សន្លឹក ពី៨ ឬ១០សំណុំ ។ សិស្សទាំងអស់គ្នានឹងត្រូវការពេលមួយចំនួនដើម្បីលេងល្បែងនេះ ដូច្នេះចូរចាប់ផ្តើមលេងវារយៈពេល២០ នាទី។

នៅចន្លោះពេលនោះផងដែរ គ្រូអាចដើរជុំវិញ ហើយបំពេញនៅក្នុង*ក្រដាសវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្ស* ។

បញ្ចប់មេរៀន ១០ នាទី

បន្ទាប់ពីសិស្សបង្កើតល្បែងរួចរាល់ ពួកគេអាចចាប់ផ្តើមលេងវាបាន។ នៅក្នុងមេរៀនបន្ទាប់ យើងនឹងធ្វើការពន្យល់ អំពីល្បែងនេះ នូវអ្វីដែលយើងបានរៀននិងបង្រៀនសិស្សនៅថ្នាក់ដទៃៗទៀត។ យើងនឹងអញ្ជើញពួកគេឱ្យមកចូលរួម និង បង្ហាញពីអ្វីដែលយើងបានរៀន ដោយធ្វើការពន្យល់ផ្ទាំង រូបភាពធំៗ ហើយ បោះពុម្ពវាយក មកបិទលើជញ្ជាំងប៉ុន្តែយើងក៏នឹងពន្យល់ផងដែរនូវអ្វីដែលមានលើប័ណ្ណទាំងនោះដោយសិស្សម្នាក់ៗត្រូវពន្យល់យ៉ាងហោចណាស់មួយសំណុំនៃប័ណ្ណទាំងនោះ។

នេះមានន័យថា អ្នកត្រូវតត្រៀមនៅផ្ទះ ដោយត្រូវយកប័ណ្ណរបស់អ្នកទៅផ្ទះ និងអនុវត្ត ពីរបៀបដែលអ្នកនឹងធ្វើបទបង្ហាញខ្លីៗពីវា។

បន្ទាប់ពីការពន្យល់ យើងនឹងលេងល្បែងជាមួយនឹងសិស្សដទៃៗទៀត។

សេចក្តីណែនាំរបស់គ្រូ

● ការពិត ការលេងល្បែងនេះគឺសប្បាយរីករាយណាស់ ប្រសិនបើយើងអាចចែករំលែកនូវប័ណ្ណល្បែងនេះដល់សិស្សទាំងអស់គ្នា ដូច្នេះពួកគេអាចលេងល្បែងនេះនៅផ្ទះពួកគេបាន។ នេះមានន័យថា ល្បែងនេះអាចថតចម្លងដូច្នេះគ្រប់ៗគ្នាមានប័ណ្ណទាំងនោះមួយសំណុំ ដើម្បីយកទៅអនុវត្តនៅផ្ទះ។

● អ្នកក៏អាចអញ្ជើញឪពុកម្តាយ ឬបងប្រុស និងស្រីឱ្យមកចូលរួមនៅក្នុងការបង្ហាញនោះផងដែរ ប៉ុន្តែវានឹងត្រូវចំណាយពេលត្រឹមតែមួយម៉ោង ដូច្នេះការបង្ហាញនោះ នឹងមិនចាំវែងពេកទេ។

● ចូរឯកភាពគ្នាចំពោះរយៈពេលនៃការធ្វើបទបង្ហាញនេះ ជាមួយនឹងថ្នាក់ដទៃៗទៀត។ វាជាគំនិតល្អមួយដើម្បីអញ្ជើញសិស្សពីរ ឬបីថ្នាក់ ដែលអាចមានថ្នាក់ទី៨ ៩ ឬទី១០ឱ្យមកចូលរួម។ សួរគ្រូ ដែលមកពីថ្នាកទាំង់នោះដើម្បីធ្វើការពិនិត្យមើលក្រុមទាំងឡាយដែលនឹងបង្កើតនៅក្នុងមេរៀនទី៥។ សិស្សទាំងអស់គ្នា នឹងត្រូវអង្គុយកន្លែងខុសៗគ្នា ដូច្នេះវាជាគំនិតល្អមួយ ដោយមានមនុស្សបន្ថែមមួយ ចំនួនទៀតដែលអាចមើលដំណើរការនោះបាន។

គ្រឿងញៀនដែលជំរុញកម្លាំងចិត្ត

ស្តាយ-អិចស្តាស៊ី

យ៉ាម៉ា
កូកាអ៊ីន
ហេរ៉ូអ៊ីន

គ្រឿងញៀនដែលជំរុញកម្លាំងចិត្ត

យ៉ាម៉ា

ស្តាយ-អិចស្តាស៊ី
កូកាអ៊ីន
ហេរ៉ូអ៊ីន

គ្រឿងញៀនដែលជំរុញកម្លាំងចិត្ត

កូកាអ៊ីន

ស្តាយ-អិចស្តាស៊ី
យ៉ាម៉ា
ហេរ៉ូអ៊ីន

គ្រឿងញៀនដែលជំរុញកម្លាំងចិត្ត

ហេរ៉ូអ៊ីន

ស្តាយ-អិចស្តាស៊ី
យ៉ាម៉ា
កូកាអ៊ីន

មេរៀនទី ៥: គ្រឿងញៀន

🕑 រយៈពេលបង្រៀនៈ ២ ម៉ោង

☑ ការត្រៀមលក្ខណៈ

មុនពេលបង្រៀនលោកគ្រូ អ្នកគ្រូត្រូវ

- អាន និងពិនិត្យមេរៀនដោយហ្មត់ចត់ និងធ្វើកិច្ចតែងការបង្រៀន
- ពិនិត្យមើលឯកសារសិស្ស ដើម្បីចង់ដឹងថាតើមានព័ត៌មាន និងសំណួរ សម្រាប់សកម្មភាពត្រូវនឹងការបង្រៀនដែរឬទេ ?
- សរសេរសំណួរលើក្តារខៀន ឬនៅលើក្រដាសផ្ទាំងធំ។ ប្រសិនបើសិស្សមានសៀវភៅ គេអាចមើលព័ត៌មាននេះនៅក្នុងសៀវភៅរបស់គេបាន
- មើលកាលវិភាគប្រចាំថ្ងៃ
- រៀបចំបន្ទប់រៀន (តុ កៅអី ក្តារខៀន...)។

📖 សម្ភារឧបទេស/ធនធានដែលត្រូវការ

- ប័ណ្ណសម្រាប់លេងល្បែង
- ក្រដាសវាយតម្លៃ ដែលបានថតចម្លងសម្រាប់សិស្សទាំងអស់គ្នា

☼ វត្ថុបំណងៈ

នៅពេលរៀនមេរៀននេះចប់ សិស្សទាំងអស់អាច :

- ចែករំលែកចំណេះដឹងអំពីគ្រឿងញៀន ជាមួយនឹងសិស្សដទៃៗទៀត
- ស្ទង់មើល និងវាយតម្លៃចំណេះដឹងផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេ ស្តីអំពីប្រធានបទ

ចំណងជើងមេរៀនទី ៥: គ្រឿងញៀន 🕑 ១០ នាទី

សេចក្តីផ្តើម

តើអ្នកទាំងអស់គ្នាបានរៀបចំការធ្វើបទបង្ហាញ អំពីប័ណ្ណទាំង៤សន្លឹក ដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាបានបង្កើតរួចហើយឬនៅ ?

យើងនឹងអញ្ជើញសិស្សទាំងអស់ ដែលមកពីថ្នាក់ផ្សេងៗទៀតដើម្បីចូលរួម។ រាល់ក្រុមទាំងអស់ នឹងធ្វើការអញ្ជើញសិស្ស ៤ នាក់ទៀត ដែលសរុបទាំងអស់មានចំនួន១០នាក់។ វាជាការល្អផងដែរ ដែលអ្នកអង្គុយនៅកន្លែងស្ងៀមស្ងាត់ដើម្បីនិយាយនិងពន្យល់គ្នាបានងាយស្រួល។ អ្នកទាំងអស់គ្នា ក៏នឹងត្រូវស្វែងរកកន្លែងមួយសម្រាប់ធ្វើសកម្មភាពទាំងនោះ។ អ្នកអាចអង្គុយនៅខាងក្រៅ ឬ នៅជ្រុងនៃថ្នាក់រៀន។

យើងទាំងអស់គ្នានឹងចាប់ផ្តើមធ្វើនៅក្នុងថ្នាក់រៀនដោយសារតែក្រុមទាំងអស់ត្រូវតែមើលផ្ទាំងរូបភាពធំៗនិងសម្ភារៈរបស់យើង។

បន្ទាប់ពីអនុវត្តបានបន្តិចនៅក្នុងថ្នាក់ អ្នកអាចធ្វើការពន្យល់ និងលេងល្បែង "រ៉ូកប៊ូន"។ ការពន្យល់ និងលេងល្បែងនេះមានរយៈពេល ៣០នាទី។

ចូរឱ្យប្រាកដថា ដើមឈើគំនិត ដែលមាននៅក្នុងមេរៀនទី១ គឺនៅតែស្ថិតនៅលើជញ្ជាំង ព្រមទាំងឯកសារ សម្រាប់សិស្សចំណុច១.១ និង១.២។ សិស្សទាំងអស់គ្នាក៏អាចធ្វើការបង្ហាញបញ្ជីសំណួររបស់ ពួកគេឬអានរឿងដែលពួកគេបានបង្កើតស្តីអំពីរឿងរ៉ាវរបស់វាសនា។

សកម្មភាពសំខាន់។ ⌚ ៤៥ នាទី

សិស្សទាំងអស់គ្នាគួរតែមានភាពសកម្ម និងពន្យល់នូវចំណេះដឹងរបស់ពួកគេ។
រយៈពេល៣០នាទីក្រោយមក អ្នកអាចហៅគ្រប់ៗគ្នាឱ្យត្រឡប់មកថ្នាក់រៀនវិញ ហើយអរគុណសិស្សមកពីថ្នាក់ផ្សេងៗ ដែលបានចូលរួមទស្សនា។

រៀបចំការវាយតម្លៃតូចមួយ ជាមួយនឹងសិស្សទាំងអស់គ្នា

តើអ្វីខ្លះដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាគិតថា បានបង្រៀនសិស្សមកពីថ្នាក់ផ្សេងៗ?
តើពួកគេទាំងនោះ បានដឹងអ្វីខ្លះទាក់ទងទៅនឹងគ្រឿងញៀនទាំងនោះ?
តើអ្នកគិតថា វាសំខាន់ទេ ដែលអ្នកបានបង្ហាញពួកគេនូវព័ត៌មានមួយចំនួនទាក់ទងទៅនឹង គ្រឿងញៀន?

ឱ្យសិស្សទាំងអស់គិតអំពីសំណួរទាំងអស់នេះ ហើយយល់ល្អគឺសិស្សមួយចំនួនដែលមកពីក្រុមទាំងអស់។

បញ្ចប់មេរៀន ⌚ ៣៥ នាទី

ឥឡូវនេះវាជាពេលដែលអ្នកទាំងអស់គ្នាត្រូវបង្ហាញនូវអ្វីដែលអ្នកដឹងអំពីប្រធានបទនេះ។ ខ្ញុំនឹងឱ្យឯកសារ សម្រាប់សិស្សសម្រាប់វាយតម្លៃ/ការប្រលង ដែលគ្រប់ៗគ្នាត្រូវតែធ្វើ។ អ្នកទាំងអស់គ្នានឹងមានរយៈពេល ២០ នាទី ដើម្បីធ្វើការប្រលង។

បន្ទាប់ពីនោះមកអ្នកអាចត្រួត ពិនិត្យក្រដាសទាំងឡាយជាមួយសិស្ស ឬក៏អ្នកអាចលេងល្បែងមួយទៀតបាន ប្រសិនអ្នកមានពេលនៅសល់។ ចំពោះល្បែងនេះផងដែរ អ្នកអាចលេងល្បែងមួយ ដែលមានឈ្មោះថា "តើនរណាជាអ្នកដឹកនាំ?"សិស្សម្នាក់ចេញពីបន្ទប់រៀន ហើយគេ គឺជាអ្នកសង្កេតមើល។ ចំណែកឯសិស្សផ្សេងៗទៀតជាអ្នកធ្វើការជ្រើសរើសនូវអ្នកដឹកនាំម្នាក់ ។ ចំពោះអ្នកដឹកនាំម្នាក់នោះ ត្រូវធ្វើចលនាមួយ រយៈពេល ១០ វិនាទី បន្ទាប់មក ផ្លាស់ប្តូរចលនាទៅជាអ្វីមួយផ្សេងទៀត។សិស្សដទៃទៀតត្រូវតែធ្វើតាមអ្នកដឹកនាំ ប៉ុន្តែត្រូវជៀសវាងកុំក្រឡេកមើលទៅអ្នកដឹកនាំ។

អ្នកសង្កេតត្រឡប់ចូលមកវិញ ហើយត្រូវព្យាយាមស្វែងរកមើលអ្នកដឹកនាំ។

ព័ត៌មានសម្រាប់គ្រូ

● ដើម្បីទទួលបានលទ្ធផលអតិបរិមាពីការធ្វើបទបង្ហាញ គ្រូអាចប្រាប់សិស្សទាំងអស់គ្នាឱ្យស្វែងរកកន្លែងដែលស្ងៀមស្ងាត់មួយ ដើម្បីធ្វើការពន្យល់ប័ណ្ណរបស់ពួកគេ។ ការធ្វើបែបនោះ គឺអាចធ្វើនៅខាងក្រៅ ឬនៅកន្លែងទំនេរដែលមានក្នុងថ្នាក់រៀន។

● ដើម្បីបញ្ចប់ឯកសារនេះ និងផ្តល់ឱ្យសិស្សនូវអ្វីមួយចំនួនទៀតដែលមានសារៈសំខាន់ គ្រូអាចថតចម្លងប័ណ្ណល្បែង "រ៉ូកប៊ូន" ពីរបីដងធ្វើជាឯកសារសម្រាប់សិស្ស។ ពួកគេអាចយកប័ណ្ណទាំងនោះទៅផ្ទះ ហើយលេងជាមួយ នឹងសមាជិកគ្រួសាររបស់ពួកគេ។ មធ្យោបាយនេះ គឺអាចធ្វើឱ្យ ចំណេះដឹងរបស់ពួកគេមានភាពទូលំទូលាយ និងការមានការចូលរួមពីមនុស្សជាច្រើន គឺអាចជាគុណប្រយោជន៍មួយពីមេរៀនរបស់អ្នក។

● គ្រូឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នា ធ្វើការត្រួតពិនិត្យមើលការប្រលង ដោយខ្លួនរបស់ពួកគេ ផ្ទាល់។ សិស្សទាំងអស់គ្នាធ្វើការដោះដូរ ក្រដាសចម្លើយ ហើយកែក្រដាសដែលបានមកពីសិស្សដទៃទៀត។ នេះគឺជាវិធីដែលមានសុវត្ថិភាពបំផុតមួយ ប៉ុន្តែអ្នកក៏អាចជ្រើសរើសឱ្យសិស្សទាំងអស់គ្នាធ្វើការត្រួតពិនិត្យមើលនូវការប្រលងផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ពួកគេ។ ការធ្វើបែបនេះ មិនយប៉ះពាល់ដល់សិស្សទាំងឡាយណា ដែលមានភាពមិនច្បាស់លាស់ពីសមត្ថភាពរបស់ពួកគេ។ ចំពោះការត្រួតពិនិត្យដោយសិស្ស គឺមានសារប្រយោជន៍សំខាន់ៗជាច្រើន។

- ០ សិស្សម្នាក់ក្នុងចំណោមសិស្សទាំងអស់ អាចផ្តល់ជាមតិរិះគន់ភ្លាមៗ ទៅពួកគេ ស្តីអំពីការប្រឡងរបស់ពួកគេ។
- ០ វាជួយសន្សំពេលវេលារបស់អ្នកបានច្រើន ដោយសារតែសិស្សទាំងអស់ជាអ្នកកែចម្លើយ។
- ០ វាជួយជំរុញសិស្សទាំងអស់ឱ្យធ្វើការគិត និងវាយតម្លៃពីការប្រឹងប្រែង និងចម្លើយរបស់ពួកគេដោយផ្ទាល់។

ឈ្មោះ : ____________________

1. តើអ្នកអាចបង្ហាញពីផលប៉ះពាល់ចំនួន២ ស្តីពីការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន នៅក្នុងបញ្ជី បានដែរឬទេ?

	ផលប៉ះពាល់ទី១	ផលប៉ះពាល់ទី២
យ៉ាម៉ា		
ការ		
កូកាអ៊ីន		

2. ហេតុអ្វីគេហៅយ៉ាម៉ា ជា "ថ្នាំឆ្កួត"?

3. តើមូលហេតុអ្វីដែលអាចកើតមានចំពោះមនុស្សវ័យក្មេង ក្នុងការចាប់ផ្តើមប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន? ចូរបង្ហាញហេតុផលឱ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

4. ហេតុអ្វីបានជាថ្នាំញៀន មិនល្អចំពោះអ្នក? ចូរបង្ហាញហេតុផលយ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបានចំនួន ២។

5. តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបាន នៅពេលដែលអ្នកញៀនថ្នាំ?

ពិន្ទុសរុប:

និទ្ទេស:

ឯកសារបន្ថែម

● សម្រាប់គ្រូ

កូនសៀវភៅដែលមានឈ្មោះថា ទទួលការពិត

រៀបរៀងដោយ UNODC សៀវភៅតូចនេះផ្តល់នូវព័ត៌មានពិស្តារ ទាក់ទងទៅនឹងការប្រើ ប្រាស់គ្រឿងញៀន និង គ្រឿងស្រវឹង នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ។ វាអាចត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងសៀវភៅនេះ និងនៅក្នុងសៀវភៅដែលនិយាយ អំពីការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹង ។

សៀវភៅតូចនេះ អាចទាញយក(Download) តាមរយៈគេហទំព័រខាងក្រោម

http://www.unodc.org/documents/eastasiaandpacific//Publications/Projects/cambodia/TheFacts Booklet.pdf

របាយការណ៍ស្តីអំពីទិន្នន័យគ្រឿងញៀន-២០០៧

របាយការណ៍ដ៏ទូលំទូលាយមួយ ពីUNODC និងអជ្ញាធរជាតុ ប្រឆាំងគ្រឿងញៀន ស្តីអំពីទំនោរ និងទិន្នន័យទៅលើ ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន ការជួញដូរ និងការផលិត។ របាយការណ៍នេះ គឺទទួលបានពីឆ្នាំ២០០៧ និងបានផ្តល់ឱ្យ គ្រូនូវព័ត៌មានជាច្រើន។

http://www.unodc.org/documents/eastasiaandpacific//Publications/Projects/NACD_Annual_report2007.pdf

ព័ត៌មានស្តីអំពី មនុស្សវ័យក្មេង

ប្រធានបទមួយចំនួន ដែលមាននៅក្នុងសៀវភៅនេះ គឺត្រូវបានដកស្រង់ចេញពីព័ត៌មាននេះ ដែលបានផ្តល់នូវ ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីវិធីក្នុងការបង្រៀនសិស្សឱ្យយល់ដឹងអំពីប្រធានបទ ទាក់ទងទៅនឹងការប្រើប្រាស់គ្រឿងស្រវឹងនិង គ្រឿងញៀន ។ ចំពោះកំណែថ្មីជាភាសាខ្មែរ អាចយកបាន ដោយការទាក់ទងទៅកាន់ GIZ ឬ ក្រសួងកិច្ចការនារី ។

http://www.engagingmen.net/files/resources/2010/clara/A_Young_Peoples_Tookit_English.pdf

Carter , Hilton e.a (២០១០) ដែលជាព័ត៌មានស្តីពីមនុស្សវ័យក្មេង ទៅលើបញ្ហាដែលជាប់ទាក់ទងទៅនឹងអំពើ ហិង្សាដែលមានមូលដ្ឋានមកលើយែនឌ័រ ក្រសួងកិច្ចការនារីនៃកម្ពុជា(MOWA) សហការជាមួយនឹង Deutsche Gesellschaft Internationale Zusammenarbeit (GIZ)mbh ដែលលើកកម្ពស់គម្រោងសិទ្ធស្ត្រី នៅភ្នំពេញ ។

អង្គការ KHANA

KHANAមានបំណងចង់ឱ្យប្រទេសកម្ពុជា ដែលជាកន្លែងប្រជាជនទាំងអស់មានសិទ្ធិស្មើគ្នា ដើម្បីទទួលបានការ ការពារមិនឲ្យឆ្លងមេរោគហ៊ីវ និងអេដស៍ ការព្យាបាល ការថែទាំ និងការទំនុកបម្រុង ជួយបន្ថយផលប៉ះពាល់ និង ឱកាស ទាក់ ទងទៅ នឹងសុខភាព និងការអភិវឌ្ឍ។ ពួកគេក៏បានបង្កើនវិធីបង្រៀន ដែលទាក់ទងទៅនឹងប្រភេទខុសៗគ្នារបស់ គ្រឿងញៀន។ ប្រសិនបើអាចពួកគផ្តល់សៀវភៅតូចៗដែលមានរូបភាពព្រមទាំងព័ត៌មានជាច្រើន និងផ្ទាំងរូបជាច្រើន ទៀតផងដែរ។ពួកគេក៏មានប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណែតនិងក្រដាសផ្ទាំងធំដែលពួកគេអាចធ្វើការបោះពុម្ពនិងប្រើប្រាស់នៅក្នុង សហគមន៍ និងថ្នាក់រៀន។ www.khana.org.kh

● សម្រាប់សិស្ស និងសហគមន៍

បញ្ហាគ្រួសារ

ការណែនាំមួយស្តីអំពីការពិភាក្សាគ្នា ទាក់ទងទៅនឹងបញ្ហាគ្រឿងញៀនជាមួយនឹងកុមារ និងមនុស្សវ័យក្មេងទាំង ឡាយ គឺរួមមានទាំងព័ត៌មានដែលស្តីអំពីគ្រឿងញៀន និងគ្រឿងស្រវឹងដែលស្របច្បាប់ និងមិនស្រប ច្បាប់ ព្រមទាំង មានការផ្តល់ដំបូន្មានជាច្រើនទៀត សម្រាប់ទំនាក់ទំនងជាមួយក្មេងៗ និងមនុស្សវ័យក្មេង ទាំងឡាយ។ ចំណុចទាំង នេះ គឺត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅខាងក្រៅប្រទេសកម្ពុជា ប៉ុន្តែត្រូវបានផ្តល់ឱ្យនៅ ក្នុងប្រទេសកម្ពុជា។

http://www.mhcs.health.nsw.gov.au/publication_pdfs/7860/OTH-7860-KHM.pdf

ឧបសម្ព័ន្ធ ១.១ : គំរូប័ណ្ណវាយតម្លៃ (សម្រាប់គ្រូ)

ប័ណ្ណវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្សម្នាក់ៗ

ឈ្មោះសិស្ស .... សាលា...................... . ខេត្ត.............. ស្រុក................. ថ្នាក់ទី .... ប្រធានបទ................

	ចំណុចត្រូវដាក់ពិន្ទុ	ពិន្ទុ (១-១៥)	និទ្ទេស
កិច្ចការទី ១: តេស្តចំណេះដឹង (សំណួរសរសេរ)			
សំណួរសរសេរមានពិន្ទុសរុប ១៥ ពិន្ទុ បើពិន្ទុ 0 ដល់ ៧=ខ្សោយ/ បើ ៨ ដល់ ១០=មធ្យម / បើ ១១ ដល់ ១៥=ល្អ)			
	សង្កេតឥរិយាបថសិស្ស	ពិន្ទុ (១-៥)	និទ្ទេស
១	**ការប្រាស្រ័យទាក់ទង និងការសហការ :** សកម្មភាពពិភាក្សាជាមួយសមាជិកទាំងអស់ក្នុងក្រុម និងធ្វើការបានប្រសើរ ជាមួយក្រុម ។ សិស្សស្តាប់គ្នាទៅវិញទៅមក និងផ្តល់យោបល់គ្នាទៅវិញទៅមក ។		
២	**ការវិភាគល្អិតល្អន់ និងការដោះស្រាយបញ្ហា :** ផ្តល់ចម្លើយដោយមានហេតុផល និងអំណះអំណាងច្បាស់លាស់ និងអាចកំណត់ដំណោះស្រាយចំពោះបញ្ហាងាយៗដែលជួបប្រទះ ។		
៣	**ការធ្វើសេចក្តីសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯង :** មិនមានការបារម្ភច្រើន ក្នុងការធ្វើសេចក្តីសំរេចចិត្ត និងដឹងច្បាស់ថាខ្លួនគេកំពុងនិយាយឬធ្វើអ្វីមួយ ។		
៤	**ទំនុកចិត្តលើខ្លួនឯង :** កំឡុងពេលធ្វើបទបង្ហាញនិងពិភាក្សាក្រុម សិស្សមានទំនុកចិត្តក្នុងការនិយាយ និងចូលរួមក្នុងក្រុម		
៥	**ការលើកទឹកចិត្ត និងការយល់ចិត្ត:** សិស្សចង់បន្តរៀនសូត្របន្ថែមពីប្រធានបទនេះ ហើយយល់ច្បាស់ខ្លឹមសារក្នុង ប្រធានបទ និងការអនុវត្តផ្ទាល់ ។		
៦	**ចរិត : សិស្ស**មានចិត្តអំណត់និងអារម្មណ៍ល្អនៅក្នុងការសិក្សា ។		
៧	**ការបង្កើតថ្មី :** សិស្សបង្ហាញនូវភាពច្នៃប្រឌិតក្នុងការរៀបចំការធ្វើបទបង្ហាញផលិតផល នៅកំឡុងពេលសិក្សា ដោយបង្ហាញចេញនូវគំនិតជាច្រើន ។		
	សរុបសង្កេតឥរិយាបថសិស្ស		
សង្កេតឥរិយាបថសិស្សមានពិន្ទុសរុប ៣៥ ពិន្ទុ (បើពិន្ទុ 0 ដល់ ១៧ =ខ្សោយ/ បើ ១៨ ដល់ ២៣=មធ្យម / បើ ២៤ ដល់ ៣៥=ល្អ)			
ពិន្ទុសរុបសំណួរសរសេរ និងសង្កេតឥរិយាបថសិស្ស (បើពិន្ទុ 0 ដល់ ២៤=ខ្សោយ/ បើ ២៥ ដល់ ៣៣=មធ្យម / បើ ៣៤ ដល់ ៥0=ល្អ)			

ថ្ងៃទី .... ខែ .... ឆ្នាំ ....

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះគ្រូ

ឧបសម្ព័ន្ធ ១.២ : តារាងបូកសរុបរខ្វាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្សប្រចាំថ្នាក់

ខេត្ត .... ស្រុក ....សាលា .... ថ្នាក់ទី .... ប្រធានបទ ....

ល.រ	ឈ្មោះសិស្ស	សំណួរសរសេរ		តរិយាបថ		សរុប	
		ពិន្ទុ	និទ្ទេស	ពិន្ទុ	និទ្ទេស	ពិន្ទុ	និទ្ទេស
១							
២							
៣							
៤							
៥							
៦							
៧							
៨							
៩							
១០							
១១							
១២							
១៣							
១៤							
១៥							
១៦							
១៧							
១៨							
១៩							
២០							
២១							
២២							
២៣							
២៤							
២៥							
២៦							

បានឃើញ និងឯកភាព

នាយកសាលា

ថ្ងៃទី .... ខែ .... ឆ្នាំ ....

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះគ្រូបង្រៀន

ការអង្កេតថ្នាក់រៀន	ការវាយតម្លៃគ្រូបំណិនជីវិត

សាលារៀន	គ្រូ	អ្នកសង្កេត

កាលបរិច្ឆេទ	ការចាប់ផ្ដើមមេរៀន	ការបញ្ចប់មេរៀន	ថ្នាក់	ចំនួនសិស្សដែលបានចុះឈ្មោះ/មានវត្តមាន	ប្រធានបទបំណិនជីវិត:

តើមេរៀនបង្ហាញពីអ្វី?

លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ – ការរៀបចំ – តើបន្ទប់រៀន..	ពិន្ទុ	កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង
មានសណ្ដាប់ធ្នាប់ ហើយ ត្រៀមសម្ភារៈរួចជាស្រេចសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងមេរៀននេះ?	1-2-3-4-5	
បង្ហាញសិស្សនូវសម្ភារៈដែលបានធ្វើកាលពីមេរៀនមុន	1-2-3-4-5	
លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ - ការសិក្សា - តើសិស្ស...	**ពិន្ទុ**	**កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង**
មានចំណាប់អារម្មណ៍ និងចូលរួមក្នុងការងាររបស់ពួកគេដែរឬទេ?	1-2-3-4-5	
ធ្វើការក្នុងក្រុមខុសៗគ្នាក្នុងកំឡុងពេលបង្រៀនដោយមានតួនាទីក្រុមច្បាស់លាស់	1-2-3-4-5	
រីករាយជាមួយមេរៀនដែលគ្រូបង្រៀន	1-2-3-4-5	
បង្ហាញចំណេះដឹង ឬបំណិនពីមេរៀនមុន	1-2-3-4-5	
លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ – ការបង្រៀន – តើគ្រូ..	**ពិន្ទុ**	**កំណត់សម្គាល់យោងតាមភស្តុតាង**
អនុវត្តតាមកិច្ចតែងការបង្រៀនដែលមានឬទេ?	1-2-3-4-5	*សូមបញ្ជាក់ធាតុណាមួយដែលត្រូវបានប្រើ*
ប្រើប្រាស់ធនធានសហគមន៍ក្នុងការបង្រៀនមេរៀននេះ ឬប្រើប្រាស់សហគមន៍ទាំងស្រុង?	1-2-3-4-5	

ប្រើប្រាស់វិធីសាស្ត្របង្រៀនបែបអន្តរកម្ម/សកម្ម ឧ.ផែនទីគំនិត, ករណីសិក្សា, ការសម្តែងតួ, ល្បែងកំសាន្ត...	1-2-3-4-5	
ប្រើប្រាស់ប្រភេទសំណួរផ្សេងៗ	1-2-3-4-5	
ប្រើប្រាស់ធនធានបង្កើតឡើងដោយខ្លួនឯង ឬឯកសារបន្ថែមដើម្បីពន្យល់មេរៀន	1-2-3-4-5	
ចាប់ផ្តើមតាមពេលកំណត់ និងប្រើប្រាស់ពេលវេលាយ៉ាងមានប្រសិទ្ធភាព	1-2-3-4-5	
ផ្តល់មតិយោបល់វិជ្ជមានដើម្បីជំរុញការសិក្សា និងបង្កើនទំនុកចិត្តដល់សិស្ស	1-2-3-4-5	
ជួយសិស្សជាលក្ខណៈបុគ្គលចំពោះសិស្សណាដែលមានការលំបាក	1-2-3-4-5	
កត់ត្រាការវិវត្តនៃអត្តចរិតសិស្សក្នុងតារាងវាយតម្លៃការសិក្សារបស់សិស្ស?	1-2-3-4-5	

បន្ទាប់ពីផ្នែកនេះ ចូរប្រើប្រាស់កំណត់ត្រារបស់អ្នកដើម្បីពិភាក្សាជាមួយគ្រូ។ **សុំឱ្យគ្រូកំណត់ចំណុចល្អរបស់មេរៀន** ហើយស្នើសុំការផ្លាស់ប្តូរ ឬការកែលម្អ។ ធ្វើការជាមួយគ្រូដើម្បីកំណត់ភាពខ្លាំង។ ធ្វើការផ្តល់គំនិតចំពោះការកែលម្អ។ ការសង្កេតត្រូវបានបញ្ចប់ ដោយធ្វើការសម្ភាសន៍។

ចំណុចខ្លាំង	**គំនិតសម្រាប់កែលម្អ**

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះរបស់អ្នកវាយតម្លៃ ....

ហត្ថលេខា និងឈ្មោះរបស់គ្រូ ....

គ្រឿងញៀននៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា

កូកាអ៊ីន

តើវាជាអ្វីទៅ?

- ត្រូវបានផលិតចេញមកពីរុក្ខជាតិកូកា
- អាចជក់ ឬប្រើសឺរ៉ាំងចាក់
- ធ្វើឲ្យអ្នកមានថាមពលពេញ និង ចង់ទៅប្រថុយនឹងគ្រោះថ្នាក់ជាច្រើន

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ ពិបាកគិតអ្វីមួយ បើកបរម៉ូតូ មានគ្រោះថ្នាក់ច្រើន
- ➢ មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំ និងឆ្កួត
- ➢ ធ្វើឲ្យមនុស្សញៀនយ៉ាងខ្លាំង

កញ្ឆា

តើវាជាអ្វីទៅ?

- អាចហៅម្យ៉ាងទៀតថា កញ្ឆា ពពួករុក្ខជាតិតូចៗ ស្រដៀងដើមក្រចៅ
- ផលិតចេញពីរុក្ខជាតិម្យ៉ាង ដែលមានដាំនៅប្រទេសកម្ពុជាផងដែរ
- ធ្វើឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ងងុយដេក ល្ងីល្ងើ។ អ្នកមិនអាចគ្រប់គ្រង ការគិតរបស់អ្នកបាន។

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ មានបញ្ហាខាងផ្នែកសុខភាពខួរក្បាល
- ➢ បាត់បង់នូវការប៉ងប្រាថ្នា និងមហិច្ឆិតា
- ➢ មានរូបរាងស្គមស្គាំង

អិចស្តាស៊ី

តើវាជាអ្វីទៅ?

- អាចហៅម្យ៉ាងទៀតថា អឹមឌីអឹមអេអិចធីសី ឬស្កាយ
- ធ្វើឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ចង់រួមភេទ
- លេបវាដូចជាថ្នាំគ្រាប់ធម្មតា
- អ្នកប្រើប្រាស់ទាំងឡាយ ធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ទទួលនូវអារម្មណ៍ជិតស្និទ្ធ ជាមួយនឹងអ្នកដទៃ និងមានចំណង់ធ្វើនេះធ្វើនោះឥតឈប់

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ធ្វើឲ្យមានការឈឺចាប់យ៉ាងធ្ងន់ធ្ងរដល់ការផ្សំនឹងទឹក ដែលធ្វើឲ្យដៃរបស់អ្នកញ័រ
- មានបញ្ហានៅក្នុងថ្លើម លំពែង និងក្រលៀនរបស់អ្នក
- ឆ្កួត និងមានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំ

យ៉ាម៉ា

តើវាជាអ្វី?

- ជាថ្នាំញៀនដែលពេញនិយមបំផុតនៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា
- ហៅម្យ៉ាងទៀតបានថា យ៉ាប៉ា ឬមេតំហ្វេតាមីុន
- អាចជក់ លេបដូចជាថ្នាំគ្រាប់
- អ្នកប្រើថ្នាំនេះធ្លាប់មានបទពិសោធន៍សប្បាយច្រើនជ្រុល និងកើនឡើងនូវចំណង់ប្រថុយប្រថានធ្វើអ្វីមួយ ដែលពោរពេញទៅដោយគ្រោះថ្នាក់។

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ យ៉ាម៉ា គឺញៀនខ្លាំង
- ➢ បង្កឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ខ្ពស់ សម្រាប់ការនាំជម្ងឺតាមរយៈការរួមភេទ
- ➢ បាត់បង់នូវការស្រេកឃ្លានផ្សេងៗ ហើយមានរូបរាងស្គមស្គាំង
- ➢ ញ័រខ្លួនប្រាណ និងអៀនខ្មាស់ខ្លួនរបស់ អ្នកផ្ទាល់

កេតាមីន

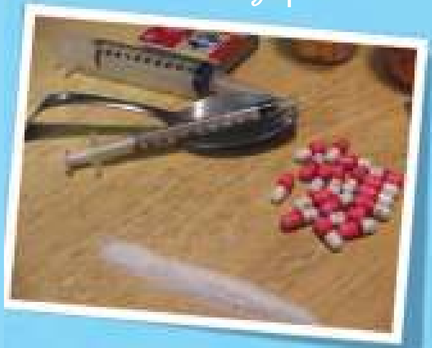
តើវាជាអ្វីទៅ?

- ប្រើសម្រាប់ធ្វើជាថ្នាំស្ពឹក នៅតាមមន្ទីរពេទ្យ
- អាចហៅម្យ៉ាងទៀតថា "ខេពិសេស"
- អាចលេបដូចជាថ្នាំគ្រាប់បាន ប៉ុន្តែក៏អាចចាក់បានផងដែរ
- បណ្តាលឲ្យមានសញ្ញាវិបល្លាស់(មមាល) និងងងុយដេក

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ ធ្វើឲ្យខូចសួត ច្រមុះ បំពង់ក និងបេះដូង
- ➢ មានជម្ងឺខាងខួរក្បាល
- ➢ មិនអាចហិតដឹងក្លិន និងមិនអាចភ្លក់ដឹងរសជាតិបាន
- ➢ លួចលុយ ដើម្បីយកទៅទិញថ្នាំញៀនបន្ថែមទៀត
- ➢ មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំ ពេលគ្មានថ្នាំញៀន

ហេរ៉ូអ៊ីន



តើវាជាអ្វី?

- ត្រូវបានបង្កើតឡើងពីអាភៀន
- អាចស្រូបតាមច្រមុះក៏បាន ជក់ក៏បាន ចាក់ក៏បាន
- អ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំហេរ៉ូអ៊ីន ច្រើនតែធ្លាប់មានបទពិសោធន៍សប្បាយច្រើនជ្រុល ថយចុះសមត្ថភាពការគិតមាន ហេតុផល ហើយធ្វើដូចគេគេងលក់ នៅពេលដែលគេនៅដឹងខ្លួននៅឡើយ
- អ្នកប្រើប្រាស់នឹងត្រូវធ្វើរឿងរ៉ាវជាច្រើនទៀត នៅពេលដែលទទួលបានផលប៉ះពាល់ដូចគ្នា បន្ទាប់ពីមួយរយៈក្រោយមក។

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន

- ➢ ហេរ៉ូអ៊ីនធ្វើឲ្យមនុស្សញៀនខ្លាំងណាស់
- ➢ ពិបាកក្នុងការគិត និងធ្វើការចងចាំ
- ➢ ស្លាប់ដោយសារតែមានជាតិគ្រឿងញៀនច្រើន
- ➢ ការប្រើម្ជុលរួមគ្នាបណ្តាលឲ្យមានជម្ងឺឆ្លងជាច្រើនជាច្រើន ដូចជាមេរោគហ៊ីវ និងមេរោគថ្លើមប្រភេទ សេ
- ➢ ធ្វើឲ្យមានរូបរាងស្គមស្គាំង

ការ

តើវាជាអ្វី?

- ការ ប្រើសម្រាប់ហិត និងធ្វើឲ្យមនុស្សញៀន
- អ្នកប្រើប្រាស់ការ ច្រើនតែមានអារម្មណ៍វិលមុខ ច្របូកច្របល់ ហើយស្រវឹង

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ ក្តៅមាត់ និងច្រមុះ
- ➢ ធ្វើឲ្យខូចខួរក្បាល
- ➢ មានអារម្មណ៍ក្រៀមក្រំ និងមានជម្ងឺខួរក្បាល

គ្រឿងស្រវឹង

តើវាជាអ្វី?

- អ្នកប្រើប្រាស់ច្រើនតែមានប្រតិកម្មយឺត និងមានអារម្មណ៍វិលមុខ
- ការផឹកគ្រឿងស្រវឹងនៅពេលអ្នកមានអាយុក្រោម១៨ឆ្នាំ គឺវាអាចបំផ្លាញនូវការលូតលាស់របស់ខួរក្បាល
- សំពាធពីមិត្តភក្តិ គឺជាមូលហេតុចម្បងមួយក្នុងចំណោមមូលហេតុទាំងអស់ ចំពោះមនុស្សវ័យក្មេង ដែលចាប់ផ្តើមផឹកគ្រឿងស្រវឹង

ផលប៉ះពាល់ដែលអាចកើតមាន?

- ➢ បំផ្លាញថ្លើមនឹងខួរក្បាល
- ➢ ធ្វើប្រតិកម្មយឺត
- ➢ បាត់បង់មិត្តភក្តិ ការងារ ដែលសុទ្ធតែលទ្ធផលបានមកពីការញៀន
- ➢ ធ្វើឲ្យខូចស្បែក
- ➢ បង្កឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ វាយតប់គ្នា ការរួមភេទដោយមិនមានការការពារ ត្រឹមត្រូវ ដែលជាលទ្ធផល នៃការស្រវឹង

ក្រសួងកិច្ចការនារី

កិច្ចសហប្រតិបត្តិការ អាល្លឺម៉ង់
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

Implemented by giz

aecid