

# คู่มือ

การเสริมสร้างวินัยนักเรียน  
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ  
กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ  
และเคารพสิทธิผู้อื่น



สํานักงานเลขาธิการสภาการศึกษา  
กระทรวงศึกษาธิการ



คู่มือ  
การเสริมสร้างวินัยนักเรียน  
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น



สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา  
กระทรวงศึกษาธิการ





## คำนำ

การเสริมสร้างวินัยให้กับคนในชาติจำเป็นต้องปลูกฝังตั้งแต่เยาว์วัย เพราะเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้ การสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ให้เป็นคนมีระเบียบ วินัย เคารพกฎหมาย จึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่จะช่วยยกระดับคุณภาพของคนไทย สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการเมืองและการปกครอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันการศึกษาที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการเสริมสร้างวินัยปลูกฝังความรับผิดชอบ การตรงต่อเวลา มีจิตอาสา เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซื่อสัตย์สุจริต เคารพกติกาของสังคมและเคารพสิทธิของผู้อื่น ให้เยาวชนไทยเติบโตเป็นคนไทยที่สมบูรณ์

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษาในฐานะหน่วยงานที่รับผิดชอบด้านนโยบายการศึกษา เห็นความสำคัญของการเสริมสร้างวินัยของนักเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้สนับสนุนให้นักวิจัยจากมหาวิทยาลัยบูรพา ทำการศึกษาวิจัยองค์ความรู้ชุด “การวิจัยและพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น” ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งของนักเรียนในการปฏิบัติตนให้เป็นผู้ปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สำหรับเอกสารคู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินงานด้านการส่งเสริมวินัย โดยใช้กระบวนการและวิธีที่สอดคล้องกับสภาพบริบทและความพร้อมของสถานศึกษาแต่ละแห่ง ซึ่งสถานศึกษาสามารถปรับกิจกรรม เนื้อหาในการเสริมสร้างวินัยได้ตามความต้องการของตนเอง รวมทั้งสามารถปรับเป้าหมาย ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ เกณฑ์พิจารณาที่เหมาะสม ในการเสริมสร้างวินัยที่สอดคล้องกับบริบทและความพร้อมของสถานศึกษาแต่ละแห่ง

สำนักงาน ฯ คาดหวังว่าเอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานทุกสังกัด และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง สามารถใช้เป็นแนวทางในการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น เพื่อให้เป็นผู้มีวินัย ประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ขอขอบคุณคณะนักวิจัยและผู้เกี่ยวข้องที่มีส่วนในการดำเนินการให้เอกสารฉบับนี้สำเร็จลุล่วงจนสามารถเผยแพร่ไปยังสถานศึกษาและสาธารณชนในวงกว้าง

(นายสุภัทร จำปาทอง)

เลขาธิการสภาการศึกษา

## สารบัญ

|  | หน้า |
|--|------|
| - ความเป็นมาของโครงการ   | ก    |
| - ขั้นตอนการนำรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนลงสู่การปฏิบัติในโรงเรียน  | ข    |
| - นิยามและความหมายของคำที่นำมาใช้  | จ    |
| - คำอธิบายรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียน   | ฉ    |
| - คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ<br>กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น                    | 1    |
| - คู่มือพัฒนาวินัยนักเรียนด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น   | 19   |
| - คู่มือวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์<br>รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น (สำหรับคณะกรรมการวินัยนักเรียน) | 31   |
| - คณะผู้จัดทำ  | 48   |

## ความเป็นมาของโครงการ

โครงการพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น เป็นการพัฒนาและยกย่องรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน นำไปทดลองใช้ เพื่อให้ได้รูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัย โดยมีกระบวนการดำเนินงานที่สำคัญ คือ การศึกษาองค์ความรู้เพื่อใช้เป็นฐานในการ ยกย่องรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และถอดบทเรียน ความสำเร็จจากสถานศึกษาที่มีผลการปฏิบัติดี (Best practice) การยกย่องรูปแบบกลไกการเสริมสร้างวินัย นักเรียนในสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การตรวจสอบรูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียน ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การนำรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับ การศึกษาขั้นพื้นฐานไปทดลองใช้ในสถานศึกษา การศึกษาผลการใช้รูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัย นักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และการจัดทำรายงานผลการพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้าง วินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น พร้อมคู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้าน การปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น โดยกระบวนการการยกย่องรูปแบบ กลไก การเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การตรวจสอบรูปแบบกลไกการเสริมสร้าง วินัยในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่สำคัญคือ การระดมสมองจากผู้มีส่วนได้เสีย (Stakeholders) ที่ได้จากการมีส่วนร่วมคิด พิจารณาถึงความเหมาะสมของกิจกรรมและกลไกของรูปแบบที่จะนำไปใช้ใน โรงเรียนว่ามีความเหมาะสม ถูกต้อง เป็นไปได้ และมีประโยชน์เพียงใด นำไปสู่การนำรูปแบบ กลไกการเสริมสร้าง วินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานไปทดลองใช้ในสถานศึกษา ปีการศึกษา 2560 ต่อไป

## ที่มาและความหมายวินัย

ก่อนที่จะกล่าวถึงวิธีการหรือรูปแบบการสร้างวินัยให้กับนักเรียน ควรมีการศึกษาและทำความเข้าใจกับ ความหมายของคำว่า วินัย ซึ่งในที่นี้จะขอยกตัวอย่างความหมายตามแนวคิดของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุต. โต) บางตอนจากหนังสือ “วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด” ดังนี้

คำว่า วินัย เป็นคำที่ใหญ่มาก มีความหมายกว้างกว่าที่เราใช้กันทั่วไปมาก และเป็นคำศัพท์ที่มีความ สำคัญอย่างยิ่งในพระพุทธศาสนา มักใช้ควบคู่กับคำว่า ธรรม ดังที่มีคำเรียกพระพุทธศาสนาว่า “ธรรมวินัย” และคำทั้งสองนี้มีความหมายสัมพันธ์กัน

พระพุทธศาสนาถือว่าความจริงของสิ่งทั้งหลายเป็นเรื่องธรรมดา มีอยู่แล้วในธรรมชาติ ไม่ว่าจะ พระพุทธเจ้าจะเกิดหรือไม่เกิดมันก็เป็นอย่างนั้นเป็นธรรมดา ธรรมชาติและธรรมดานี้แหละ คือ ธรรม

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบธรรม คือ ความจริงนั้นแล้วก็ทรงนำมาประกาศเผยแผ่ สั่งสอนชี้แจงแสดง ให้เข้าใจง่าย หน้าที่ของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับธรรมก็เพียงค้นพบและเอามาประกาศและสั่งสอน เพราะธรรม เป็นความจริงที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ การที่จะให้ความจริงของธรรมชาติมีผลในทางปฏิบัติ เป็นประโยชน์ แก่หมู่มนุษย์ในสังคม ก็ต้องนำหลักความจริง คือ ธรรม นั้นมาจัดตั้ง วางเป็นระบบระเบียบ โดยนำเอา หลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ซึ่งเป็นเรื่องของกฎแห่งเหตุปัจจัย หรือความเป็นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่ง

ทั้งหลายที่เกิดขึ้น โดยเป็นเหตุเป็นผลแก่กันนั้น พุดสั้น ๆ ว่า เอาหลักเกณฑ์ในกฎธรรมชาตินั้น มาวางรูปเป็นกฎในหมู่มนุษย์ จากกฎในธรรมชาตินี้ก็มาเป็นกฎในหมู่มนุษย์ การจัดตั้งวางระเบียบในหมู่มนุษย์นี้แหละเรียกว่า วินัย

### กฎของธรรมชาติ เรียกว่า “ธรรม” กฎของมนุษย์ เรียกว่า “วินัย”

กฎ 2 อย่างนั้นมีความสัมพันธ์กัน คือ

ประการที่ 1 โดยหลักการสำคัญ วินัย ต้องตั้งอยู่บนฐานของธรรม คือ ต้องมีความจริงในธรรมชาติเป็นฐานอยู่ ถ้าไม่มีความจริงในธรรมชาติเป็นฐาน วินัยก็ไม่มีจุดหมาย

ประการที่ 2 การที่เราจัดวางกฎเกณฑ์ที่เป็นเหตุเป็นผลขึ้นในหมู่มนุษย์ ก็เพื่อให้ได้ตามผลธรรม และมีความมุ่งหมายเพื่อธรรมนั่นเอง กล่าวคือ เพื่อให้การทำตามธรรมนั้นเกิดผลเป็นจริงในหมู่มนุษย์ เราจึงได้วางกฎเกณฑ์ของมนุษย์ขึ้นมา พุดให้เข้าใจง่ายขึ้นว่า เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่ามนุษย์จะปฏิบัติตามและได้ประโยชน์จากกฎธรรมชาติ หรือใช้กฎธรรมชาติให้เป็นประโยชน์ได้ดีที่สุด เราจึงวางกฎมนุษย์ขึ้นมา

กฎธรรมชาติมีอยู่เป็นธรรมดา ส่วนกฎมนุษย์นั้นเป็นกฎสมมติ สมมติ คือ การตกลงร่วมกัน หรือยอมรับร่วมกัน สมมติ มาจาก “สัง” + “มติ” มติ แปลว่า การยอมรับ หรือการตกลง “สัง” แปลว่า ร่วมกัน “สมมติ” จึงมีความหมายว่า ข้อตกลงร่วมกัน ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Convention ในที่นี้ ขอยกตัวอย่างมาพอสังเขปเพื่อให้เราเข้าใจตรงกัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาารูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามแนวคิด “วินัย สร้างคนดี”

### ขั้นตอนการนำรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนลงสู่การปฏิบัติในโรงเรียน

การส่งเสริมวินัยนักเรียนจะประสบผลสำเร็จได้ ตัวนักเรียนเองจะต้องเป็นผู้ที่เห็นความสำคัญ และมีความศรัทธา โดยเชื่อว่าเมื่อมีวินัยในตนเองแล้ว จะเป็นผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข และการที่จะผลักดันให้สิ่งเหล่านั้นเกิดกับนักเรียนจำเป็นต้องมีกลุ่มคนที่สามารถเป็นผู้นำและคอยเป็นกัลยาณมิตรให้กับนักเรียนทุกคนในโรงเรียน

สิ่งแรกที่จะต้องดำเนินการ คือ การให้มี คณะกรรมการวินัยนักเรียน ในโรงเรียน เพื่อช่วยขับเคลื่อนให้กระบวนการส่งเสริมวินัยนักเรียนเกิดขึ้นในโรงเรียนอย่างยั่งยืน ซึ่งคณะกรรมการนักเรียนในระยะการทดลองใช้นี้ แต่งตั้งโดยความเห็นชอบจากคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานนั้น ๆ

### คณะกรรมการวินัยนักเรียนประกอบด้วย

1. ผู้อำนวยการโรงเรียน
2. ผู้บริหารโรงเรียนระดับรองที่ได้รับมอบหมาย จำนวน 1 คน
3. ตัวแทนครู (ซึ่งในปีการศึกษานี้ เป็นครูที่เข้าร่วมโครงการค่ายผู้นำทำวินัยเมื่อวันที่ 2 – 4 พ.ค. 60)
4. ตัวแทนนักเรียน (ซึ่งในปีการศึกษานี้ เป็นนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการค่ายผู้นำทำวินัยเมื่อ วันที่ 2 – 4 พ.ค. 60) และแต่งตั้งหัวหน้าชั้น ม.1 – ม. 3 โดยหัวหน้าห้องทุกห้องเรียนต้องเป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน
5. ตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 6 คน (ชั้นละ 2 คน)
6. ตัวแทนชุมชนอย่างน้อย 3 คน ประกอบด้วย ตัวแทนจากการปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่ตำรวจในพื้นที่

## หน้าที่ของคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1. มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบในส่วนที่เกี่ยวข้องให้ชัดเจน นำไปปฏิบัติ ในการสอดส่องดูแล กำกับ ติดตามและช่วยประสานงาน ในกรณีมีความผิดปกติ หรือพบเห็นนักเรียน หรือผู้คนที่ในพื้นที่ ที่ส่อไปในทาง ทำให้นักเรียนเสียวินัย
2. การประชุมอย่างน้อยสองครั้งต่อภาคการศึกษา เพื่อรับทราบแนวทางการดำเนินการตามรูปแบบ และประชุมเพื่อสรุปผลการดำเนินงานในการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน
3. จัดทำรายงานการประชุมเสนอผลการดำเนินการต่อประธานกรรมการ อันประกอบด้วย จุดอ่อน จุดแข็งและข้อเสนอแนะ เพื่อนำผลดังกล่าวมาใช้ปรับปรุงรูปแบบให้มีความครอบคลุม ถูกต้องเป็นประโยชน์ และมีความเหมาะสมสูงสุด ทั้งนี้เพื่อการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาวินัยนักเรียน

## รูปแบบและกลไกในการส่งเสริมวินัยนักเรียน

รูปแบบและกลไกในการส่งเสริมวินัยนักเรียน ประกอบด้วย กิจกรรม กลไก และองค์ประกอบ อันประกอบด้วยมิติของระบบ 3 ประการคือ ปัจจัยนำเข้า กระบวนการ และผลการดำเนินงาน ซึ่งอธิบาย ได้พอสังเขป ดังนี้

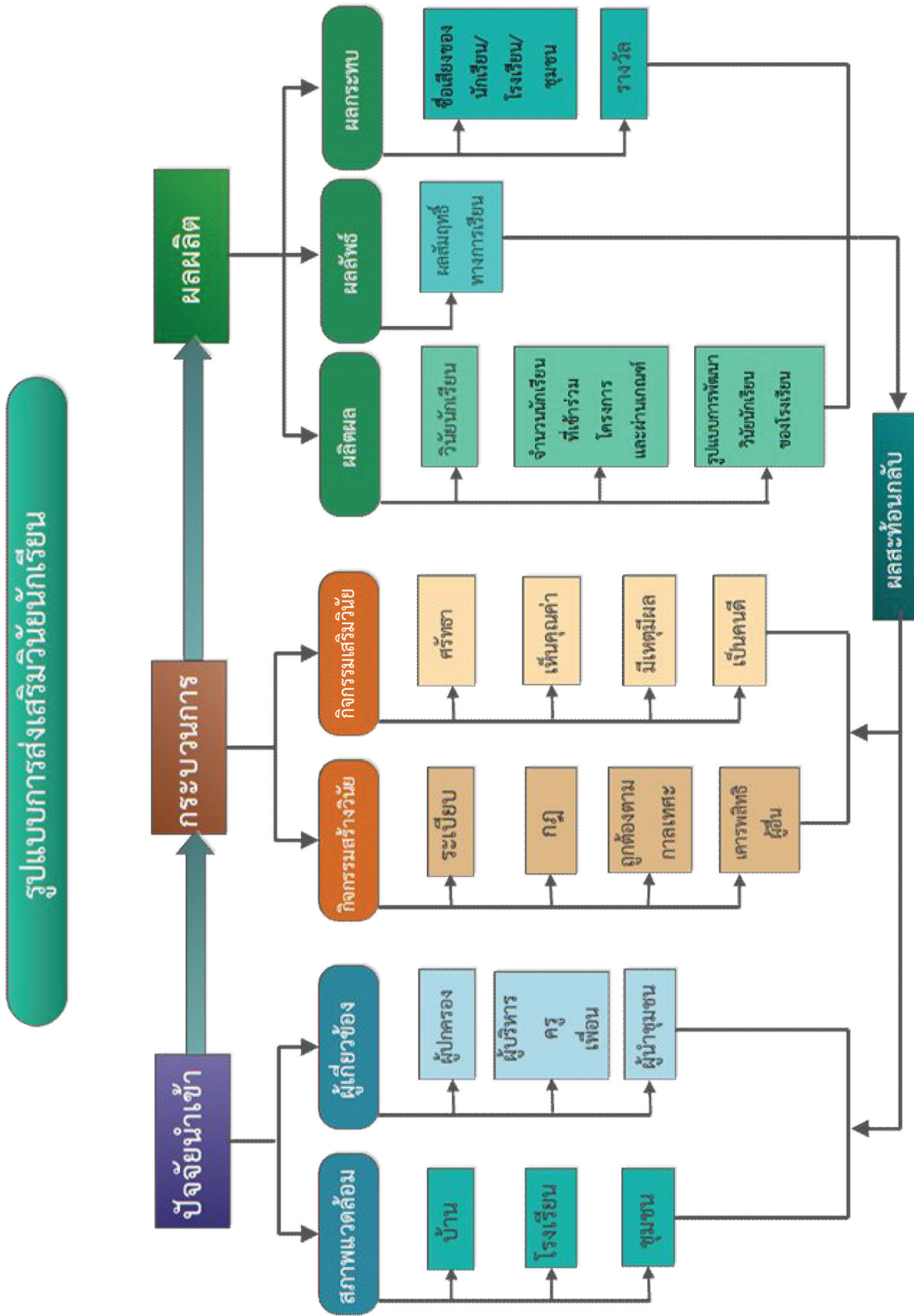
**ปัจจัยนำเข้า** ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม ซึ่งได้แก่ บ้าน โรงเรียน ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ปกครอง ผู้บริหาร ครู เพื่อนและผู้นำชุมชน

**กระบวนการ** ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การทำตามกฎ การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุมีผลและเป็นคนดี

**ผลการดำเนินงาน คือ ผลผลิต** ประกอบด้วย วินัยนักเรียน จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการ และผ่านเกณฑ์สุดท้าย ได้รูปแบบการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน **ผลลัพธ์** ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียน **ผลกระทบ** ได้แก่ ชื่อเสียงของนักเรียน โรงเรียน และการได้รับรางวัล



รูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนที่จะนำไปประยุกต์ใช้กับโรงเรียนนำร่องทั้ง 5 โรงเรียน



## นิยามและความหมายของคำที่นำมาใช้

**ปัจจัยนำเข้า** ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม ซึ่งได้แก่ บ้าน โรงเรียน ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ปกครอง ผู้บริหาร ครู เพื่อนและผู้นำชุมชน

**บ้าน** หมายถึง บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง ครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยกัน และสามารถเป็นกัลยาณมิตรในการช่วยเหลือ แนะนำให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีวินัยทุกด้าน

**โรงเรียน** หมายถึง สถาบันที่นักเรียนศึกษาหาความรู้ในปัจจุบัน ซึ่งในสถานศึกษามีนโยบายที่มุ่งเน้นส่งเสริมให้นักเรียนเป็นผู้มีวินัยทุกด้านอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรม

**ชุมชน** หมายถึง วัด หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนในพื้นที่ ผู้นำชุมชน และผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้น ที่ให้การช่วยเหลือโรงเรียน ขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัยนักเรียน ในด้านการสอดส่องดูแลขณะที่นักเรียนอยู่นอกโรงเรียน และเป็นส่วนหนึ่งของคณะกรรมการวินัยนักเรียน

**ผู้ปกครอง** หมายถึง บิดา มารดา หรือผู้ที่มีหน้าที่ดูแลนักเรียนแทนบิดา มารดา ที่ให้การช่วยเหลือ แนะนำนักเรียนให้เป็นผู้มีวินัยทุกด้าน และตัวแทนผู้ปกครองคนอื่น ๆ ที่เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

**ผู้บริหาร** หมายถึง ผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหน้าที่จากผู้อำนวยการ ให้ทำหน้าที่บริหารงานภายในโรงเรียน ซึ่งได้รับมอบหมายให้ดูแลนักเรียนและครูในการขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัย เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียนตามตำแหน่ง

**ครู** หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่สอนในคาบเรียน ทำหน้าที่เป็นครูที่ปรึกษา ครูฝ่ายปกครอง ครูเวรในแต่ละวัน ซึ่งครูทุกท่านต้องเป็นกัลยาณมิตร มีบทบาทในการขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัยนักเรียน แตกต่างกันไปตามบริบทของกิจกรรมนั้น ๆ และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

**เพื่อน** หมายถึง ผู้นำวินัยนักเรียน หัวหน้าชั้นเรียน และผู้ที่เรียนอยู่ในโรงเรียน ที่คอยเป็นกัลยาณมิตร แนะนำ ตักเตือน เมื่อเพื่อนทำผิด และช่วยกันฝึกฝนทั้งตนเองและเพื่อนให้มีวินัย และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

**ผู้นำชุมชน** หมายถึง ผู้ที่ได้รับการยอมรับจากชุมชนให้ช่วยดูแลคนในชุมชน และสามารถช่วยเหลือดูแล แนะนำนักเรียนให้มีวินัย เมื่ออยู่ภายนอกโรงเรียน และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

**กระบวนการ** ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การทำตามกฎ การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุมีผลและเป็นคนดี



## คำอธิบายรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียน

**ปัจจัยนำเข้า (Input)** การส่งเสริมวินัยนักเรียนมีกลไกสำคัญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามรูปแบบการส่งเสริมให้นักเรียนมีวินัย ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม กล่าวคือ บ้าน ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนต้องให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการประสานงานกับโรงเรียน ได้แก่ ครู ผู้บริหาร ในการแจ้งข่าวสารที่ได้พบเห็นพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่พึงประสงค์ ในส่วนของชุมชนที่มีทั้งพระ ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่บ้านเมือง ได้แก่ ตำรวจหรือเจ้าหน้าที่ด้านการรักษาความสงบ เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลนักเรียนในพื้นที่ใกล้เคียงโรงเรียน การประสานและช่วยเหลือในการเฝ้าระวังนักเรียนกระทำความผิดนอกโรงเรียน ทั้งในเวลาเรียนและนอกเวลาเรียน โดยการมีส่วนร่วมอาจเป็นการเข้ามามีส่วนร่วมเป็นคณะกรรมการโรงเรียน หรืออาจกำหนดเป็นกิจกรรมวินัยนักเรียนที่จะช่วยกันกวดขันความมีวินัยของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

**กระบวนการ** ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน การรู้จักกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุมีผลและเป็นคนดี กล่าวคือ

**การปฏิบัติตนตามระเบียบ** หมายถึง การปฏิบัติตนตามระเบียบของนักเรียนเกี่ยวกับการแต่งกาย การไว้ทรงผม การเข้าห้องเรียน การปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน การปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน การดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน การสร้างความรัก ความผูกพันภายในโรงเรียน การนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน การนำยานพาหนะมาโรงเรียน การปฏิบัติตนตามกฎหมายจราจรอย่างเคร่งครัด เพื่อความปลอดภัย การขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้านก่อนเวลาเลิกเรียน การรับประทาน อาหาร การพักกลางวัน การลาป่วย ลาจิจ และการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย

**การปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน** หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนตามกฎของโรงเรียนเกี่ยวกับการตรงต่อเวลา การเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่ การมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่ การใช้ห้องเรียนหรือห้องประกอบการ การมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน การนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน การเล่นให้เป็นเวลา การปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน การเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน การไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน การไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด การไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน และการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก

**การรู้จักกาลเทศะ** หมายถึง การวางตนให้ถูกต้องในเรื่องการแต่งกาย การพูด การมีความเกรงใจผู้อื่น การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น การแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษได้อย่างเหมาะสม การมีมารยาทในการทักทายให้เหมาะสมกับบุคคล การมีกิริยามารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่ การมีมารยาทในการยืนให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล การมีมารยาทในการเดิน การมีมารยาทในการนั่ง การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร และการมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง

**การเคารพสิทธิของผู้อื่น** หมายถึง การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นและสิทธิของเพื่อนและผู้อื่น ในเรื่องการพูด การฟัง การรู้จักถนอมใจ การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่น การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน การไม่แอบอ้างใช้สิทธิ์ของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตนเอง และการไม่หยับหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

**การสร้างให้เกิดความศรัทธาในตนเอง** หมายถึง การสร้างให้เกิดความศรัทธาในตนเองมีความสำคัญยิ่ง ถ้าบุคคลจะทำอะไรสิ่งหนึ่งโดยไม่มีศรัทธาจะไม่ประสบผลสำเร็จ ฉะนั้น การที่จะทำให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีวินัยในทุกด้าน จำเป็นที่เราจะต้องให้แนวคิดหรือปลูกฝังความคิด ให้เห็นความสำคัญของการมีวินัยเป็นการพูดย้ำ ซ้ำ เตือน บอก โดยครูต้องเป็นกัลยาณมิตรที่ดี ต้องให้คำชมเชย ละเว้นการตำหนิ หรือพูดเสียสติ เพราะคำเหล่านั้นไม่ทำให้เกิดความศรัทธา มีแต่จะทำให้เกิดภาพลบต่อการทำตามระเบียบ โดยบูรณาการกับรูปแบบกิจกรรมที่ให้นักเรียนปฏิบัติในแต่ละวันที่กำหนดไว้ โดยต้องมีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

**การทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง** หมายถึง การปฏิบัติตนตามกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งกำหนดเป็นรูปแบบที่ให้ปฏิบัติในแต่ละวันทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน โดยต้องมีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีครูและผู้นำวินัยนักเรียนเป็นกัลยาณมิตรที่คอยกระตุ้นเตือนสติ แนะนำ ช่วยเหลือ ไม่ให้นักเรียนเผลอทำผิดต่อระเบียบกฎเกณฑ์ที่ร่วมกันกำหนดไว้ ถ้านักเรียนปฏิบัติได้ตามนั้น จะส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีบุคลิกดี สุขุม ตั้งใจเรียน ทำให้ได้รับคำชมเชยจากคนรอบข้าง สิ่งเหล่านี้จะทำให้มีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตัวเอง แต่ย้ำว่านักเรียนต้องปฏิบัติให้เป็นนิสัย ให้เคยชิน

**ผลผลิตของรูปแบบการเสริมสร้างวินัย** ประกอบด้วย วินัยนักเรียนที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน กลุ่มเป้าหมาย จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการและผ่านเกณฑ์การมีวินัย สุดท้าย ได้รูปแบบการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน

**ผลลัพธ์ของรูปแบบเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการมีวินัยของนักเรียน** ซึ่งการที่นักเรียนมีวินัยจะก่อให้เกิดสมาธิ ความตั้งใจในการเรียน มุ่งมั่นในการทำความดี สิ่งดี ๆ ผลที่เกิดขึ้นที่ตามมา ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่มีพัฒนาการที่ดีขึ้น

**ผลกระทบจากการดำเนินการพัฒนาวินัย** นักเรียนเกิดวินัยทั้งโรงเรียนก่อให้เกิดผลดีต่อตนเองที่ทำให้การเรียนดีขึ้น ตัวนักเรียนเองจะได้รับการยอมรับ เช่น ระดับบุคคล นักเรียนมีชื่อเสียงของนักเรียนเอง โรงเรียนมีชื่อเสียงเป็นโรงเรียนตัวอย่าง โรงเรียนต้นแบบ และอาจนำไปสู่การรับผลตอบแทน และการได้รับรางวัลในระดับต่าง ๆ



คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียน  
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

## ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตาราง ต่อไปนี้

### 1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 1.1      | ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน  |
| 1.2      | ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง   |
| 1.3      | ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ                                   |
| 1.4      | ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย  |
| 1.5      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน   |
| 1.6      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน                        |
| 1.7      | ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน  |
| 1.8      | ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน                                 |
| 1.9      | ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน                                     |
| 1.10     | ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน  |
| 1.11     | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย                       |
| 1.12     | ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน                   |
| 1.13     | ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน  |
| 1.14     | ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ  |
| 1.15     | ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย |

## 2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 2.1      | กฎของการตรงต่อเวลา   |
| 2.2      | กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่  |
| 2.3      | กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่   |
| 2.4      | กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ   |
| 2.5      | กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน  |
| 2.6      | กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน  |
| 2.7      | กฎของการเล่นให้เป็นเวลา  |
| 2.8      | กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน  |
| 2.9      | กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน  |
| 2.10     | กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน  |
| 2.11     | กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด   |
| 2.12     | กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน |
| 2.13     | กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก                                       |

## 3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้  |
|----------|---|
| 3.1      | การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ                                |
| 3.2      | การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ                                    |
| 3.3      | การมีความเกรงใจผู้อื่น  |
| 3.4      | การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น                                    |
| 3.5      | การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม |
| 3.6      | การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล                     |
| 3.7      | การมีกิจกรรมารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล    |
| 3.8      | การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่             |
| 3.9      | การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล         |
| 3.10     | การมีมารยาทในการเดิน  |
| 3.11     | การมีมารยาทในการนั่ง  |
| 3.12     | การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม                         |
| 3.13     | การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร                                |
| 3.14     | การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง                                 |



## 4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 4.1      | การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น   |
| 4.2      | สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ                       |
| 4.3      | สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ   |
| 4.4      | การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต                               |
| 4.5      | การรู้จักรอคอย ไม่แข่งคิวเพื่อนหรือผู้อื่น   |
| 4.6      | การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ  |
| 4.7      | การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียดใจ |
| 4.8      | การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ผู้อื่นอับอายหรือเสียหาย           |
| 4.9      | การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน               |
| 4.10     | การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน                               |
| 4.11     | การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต            |
| 4.12     | การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด                                  |

## “วินัย ไคร ๆ ก็ทำได้”

## ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตนตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์ สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

## ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน

กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน ในความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ได้ใส่ใจกับมันว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่ได้นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตแล้ว ส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่าอยากตามรอยพ่อแล้วก็ยังมีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็มีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่ม่ระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลว กว่าจะรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นคนประเภทไหน

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

### 1. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่า์ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

| ลำดับ                                 | กิจกรรม   | กลไกในการดำเนินการ                         |
|---------------------------------------|---|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน</b> |   |  |
| 1.                                    | นักเรียนมาถึงโรงเรียน หุยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหุยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหุยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)   | นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย       |
| 2.                                    | นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง<br>- นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)  | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 3.                                    | ปฏิบัติตามภารกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ   | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 4.                                    | ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ<br>- พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น<br>- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด) | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 5.                                    | การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน   | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 6.                                    | หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ฟังสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)   | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 7.                                    | การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกรู้ลมหายใจ) ในขณะที่เดินแถว เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)   | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |

| ลำดับ                               | กิจกรรม  | กลไกในการดำเนินการ                               |
|-------------------------------------|--|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน</b> |  |  |
| 8.                                  | เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป  | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 9.                                  | กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติ ตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รั้วจังกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”   | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 10.                                 | เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 11.                                 | ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 12.                                 | หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 13.                                 | การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเก๊กมาก | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 14.                                 | การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปเติมน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 15.                                 | เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |

| ลำดับ   | กิจกรรม  | กลไกในการดำเนินการ                                    |
|---|--|---|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)</b> |  |   |
| 16.   | ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อยเป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น                                     | นักเรียน,<br>ครูเวร                                   |
| 17.   | การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น  | นักเรียน,<br>ชุมชน                                    |
| 18.   | กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง  | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 19.   | ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า   | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 20.   | ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ | นักเรียน,<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ผู้ปกครอง             |

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกไว้ ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

## 2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมเสริมสร้างวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวัน  
อย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

**ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น**

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเทห์ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทิมีวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย

## แบบสอบถามการปฏิบัติหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการมีวินัยของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

### คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้วัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการปฏิบัติและพฤติกรรมของนักเรียนในสถานศึกษาระดับ  
การศึกษาขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การปฏิบัติ/พฤติกรรมเกี่ยวกับด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและ  
เคารพสิทธิผู้อื่น

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

### ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

#### 1. โรงเรียน

- โรงเรียนนงครัตน์
- โรงเรียนเตรียมอุดมพัฒนาการ สระบุรี
- โรงเรียนสวนกุหลาบชลบุรี
- โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น
- โรงเรียนบ้านตามูล

#### 2. เพศ

- ชาย
- หญิง

#### 3. ระดับชั้นของผู้ตอบ

- ม. 1
- ม. 2
- ม. 3

#### 4. การเข้าค่ายผู้นำวินัย

- ไม่ได้เข้าค่าย
- เข้าค่าย

## ตอนที่ 2 การปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมเกี่ยวกับวินัยด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น

โปรดประเมินการปฏิบัติตาม ระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่นของนักเรียน  
ในแต่รายการโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านทั้งสภาพก่อนเข้าโครงการและ  
สภาพที่เป็นจริงหลังเข้าโครงการตามความหมาย ดังนี้

- 5 หมายถึง การปฏิบัติมากที่สุด                      4 หมายถึง การปฏิบัติมาก  
3 หมายถึง การปฏิบัติปานกลาง                      2 หมายถึง การปฏิบัติน้อย  
1 หมายถึง การปฏิบัติน้อยที่สุด

| ที่                                | รายการ การปฏิบัติหรือพฤติกรรม   | ระดับการปฏิบัติ<br>ก่อนโครงการ |   |   |   |   | ระดับการปฏิบัติ<br>หลังโครงการ |   |   |   |   |
|------------------------------------|---|--------------------------------|---|---|---|---|--------------------------------|---|---|---|---|
|                                    |   | 5                              | 4 | 3 | 2 | 1 | 5                              | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <b>1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ</b> |   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.1                                | ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.2                                | ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.3                                | ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ                                      |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.4                                | ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.5                                | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.6                                | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียนหรือในเวลาเรียน                            |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.7                                | ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.8                                | ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน                                    |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.9                                | ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.10                               | ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.11                               | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัด<br>เพื่อความปลอดภัย                    |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.12                               | ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน<br>ก่อนเวลาเลิกเรียน                   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.13                               | ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.14                               | ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.15                               | ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน<br>บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |







ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## บันทึกประจำวัน (DD Note)

เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ/สกุล.....ชั้น  ม. 1/...  ม. 2/...  ม. 3/....

| ลำดับ | กิจกรรม  | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|--|---|
| 1.    | นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพ ครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)  | เมื่อมาถึงโรงเรียนทำความเคารพครู และครูรับการทำความเคารพจากฉันด้วยความตั้งใจ<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....   |
| 2.    | นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง<br>- นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้ามาโรงเรียน)   | เดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....   |
| 3.    | ปฏิบัติตามภารกิจหรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ   | ปฏิบัติตามภารกิจหรือกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....  |
| 4.    | ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ<br>- พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น | ก่อนเคารพธงชาติ เข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ และมีการทบทวนข้อปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับระเบียบวินัย<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>..... |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)  |
|-------|---|--|
|       | <p>- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)</p>   |  |
| 5.    | <p>การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อนแล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี) การเคารพธงชาติปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน</p>  | <p>เตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติเดินเป็นแถว</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 6.    | <p>หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลิ้งระลึก (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)</p>  | <p>หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>         |
| 7.    | <p>การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัวระลึกคุณงามความดี) ในขณะที่เดินแถว เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)</p>   | <p>เดินแถวเข้าสู่การเรียนในคาบแรกอย่างมีสติ</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 8.    | <p>เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเองวางกระเป๋าแล้วรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็นต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป</p> | <p>สงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>   |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|---|---|
| 9.    | <p>กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัยนักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึงการมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน</p> <p>“ข้าพเจ้า เป็นผู้ที่มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามระเบียบกฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”</p> | <p>กล่าวคำปฏิญาณตน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>   |
| 10.   | <p>เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับในสมุดทุกคาบเรียน</p>                                   | <p>รับการเช็คชื่อ ในห้อง</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>   |
| 11.   | <p>ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อน แล้วค่อยถามหรือพูด</p>  | <p>ตั้งใจเรียน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ยกมือก่อนแล้วค่อยถาม</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 12.   | <p>หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอนเตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ผีกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)</p> | <p>นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ผีกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                             |

| ลำดับ | กิจกรรม  | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|--|---|
| 13.   | <p>การเดินทางเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเอง ให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก</p> | <p>เปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>            |
| 14.   | <p>การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารเช้าในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปตักน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน</p>  | <p>รับประทานอาหารเช้าในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                               |
| 15.   | <p>เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฟึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน</p>   | <p>นั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฟึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 16.   | <p>ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อย ตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อยเป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น</p>                                 | <p>ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน)</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)  |
|-------|---|--|
| 17.   | การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น   | ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียนและการจราจร<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....       |
| 18.   | กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียน ออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง  | ทำความเคารพเมื่อพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>..... |
| 19.   | ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุข ภูมิใจในตัวเองเป็นอย่างมากที่เป็นคนที่มีคุณค่า  | ช่วยเหลืองานบ้าน<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....                              |
| 20.   | ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตัวเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะ เป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตัวเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกคุณพ่อแม่ รู้สึกตัว ผีกลสติ เพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ | บันทึกข้อความลงใน (DD NOTE)<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....                   |

กรรมการวินัยนักเรียนรับทราบ (ลงชื่อ).....

(.....)

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

คู่มือพัฒนาวิสัยทัศน์นักเรียน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ  
และเคารพสิทธิผู้อื่น

โรงเรียน.....

ชื่อ - สกุล.....

ชั้น.....



## คำปฏิญาณตน สำหรับคนมีวินัย

“ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”

### ห้าข้อต่อไปนี่ ที่คนมีวินัยควรทำ

1. เป็นผู้ที่มีความเมตตา กรุณา ต่อคน สัตว์ และสิ่งต่าง ๆ
2. ไม่อยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของ ๆ ตนเอง ไม่โลภมาก
3. ไม่ประพฤติผิดทางกายต่อผู้อื่น
4. ไม่พูดเท็จ ไม่นินทาและให้ร้ายผู้อื่น ไม่ทำให้ผู้อื่นเสื่อมเสียด้วยวาจา
5. ต้องรู้จักรักตัวเอง ดูแลสุขภาพของตัวเอง ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งเสพติดทั้งหลาย

### ลองตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า ในทุก ๆ วันเราทำแบบนี้ได้กี่ข้อ

#### มาทำความเข้าใจกับวินัยกันเถอะ

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบธรรม คือ ความจริงแล้วทรงนำมาประกาศเผยแผ่ สั่งสอนชี้แจงแสดงให้เข้าใจง่าย หน้าที่ของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับธรรมก็เพียงค้นพบและเอามาประกาศและสั่งสอน เพราะธรรมเป็นความจริงที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ การที่จะให้ความจริงของธรรมชาติดีมีผลในทางปฏิบัติ เป็นประโยชน์แก่หมู่มนุษย์ในสังคม ก็ต้องนำหลักความจริง คือ ธรรมมาจัดตั้ง วางเป็นระบบระเบียบ โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติ มาวางรูปเป็นกฎในหมู่มนุษย์ จากกฎในธรรมชาติก็มาเป็นกฎในหมู่มนุษย์ การจัดตั้งวางระเบียบในหมู่มนุษย์นี้แหละเรียกว่า วินัย

#### กฎของธรรมชาติ เรียกว่า “ธรรม” กฎของมนุษย์ เรียกว่า “วินัย”

ฉะนั้น การที่เราจะอยู่ร่วมกันในบ้าน ในโรงเรียน ในสังคมอย่างมีระบบ ระเบียบ เพื่อให้เราและสังคมอยู่ได้อย่างเรียบร้อย จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องมีกฎเกณฑ์เฉพาะตัวเราเองและถือปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอจนเกิดเป็นนิสัย เป็นความเคยชิน และไม่ถือว่าเป็นภาระที่จะต้องทำ เพราะธรรมชาติมันก็มีกฎของมัน มีฝนตก มีน้ำท่วม อยากรมีต้นไม้ ก็ต้องปลูกต้นไม้ มนุษย์ก็ย่อมจะต้องมีกฎของมนุษย์ที่ต้องปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความสมดุลเช่นกัน

“เรามาดูกันเถอะว่า มีอะไรกันบ้างที่เราอยากให้เป็นกฎหรือข้อปฏิบัติสำหรับเรา”

## ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตารางต่อไปนี้

### 1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 1.1      | ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน  |
| 1.2      | ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง   |
| 1.3      | ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ                                   |
| 1.4      | ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย  |
| 1.5      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน   |
| 1.6      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน                        |
| 1.7      | ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน  |
| 1.8      | ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน                                 |
| 1.9      | ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน                                     |
| 1.10     | ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน  |
| 1.11     | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย                       |
| 1.12     | ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน                   |
| 1.13     | ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน  |
| 1.14     | ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ  |
| 1.15     | ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย |

## 2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 2.1      | กฎของการตรงต่อเวลา   |
| 2.2      | กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่  |
| 2.3      | กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่   |
| 2.4      | กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ   |
| 2.5      | กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน  |
| 2.6      | กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน  |
| 2.7      | กฎของการเล่นให้เป็นเวลา  |
| 2.8      | กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน  |
| 2.9      | กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน  |
| 2.10     | กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน  |
| 2.11     | กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด   |
| 2.12     | กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน |
| 2.13     | กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก                                       |

## 3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้  |
|----------|---|
| 3.1      | การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ                                |
| 3.2      | การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ                                    |
| 3.3      | การมีความเกรงใจผู้อื่น  |
| 3.4      | การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น                                    |
| 3.5      | การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม |
| 3.6      | การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล                     |
| 3.7      | การมีกิจกรรมารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล    |
| 3.8      | การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่             |
| 3.9      | การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล         |
| 3.10     | การมีมารยาทในการเดิน  |
| 3.11     | การมีมารยาทในการนั่ง  |
| 3.12     | การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม                         |
| 3.13     | การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร                                |
| 3.14     | การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง                                 |

#### 4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 4.1      | การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น   |
| 4.2      | สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ                       |
| 4.3      | สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ   |
| 4.4      | การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต                               |
| 4.5      | การรู้จักรอคอย ไม่แข่งคิวเพื่อนหรือผู้อื่น   |
| 4.6      | การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ  |
| 4.7      | การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียดใจ |
| 4.8      | การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ผู้อื่นอับอายหรือเสียหาย           |
| 4.9      | การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อให้ผู้อื่นเดือดร้อน                  |
| 4.10     | การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน                               |
| 4.11     | การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต            |
| 4.12     | การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด                                  |

#### “วินัย ใด ๆ ก็ทำได้”

##### ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตนตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์ สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

#### ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัย

ลองอ่านดูแล้วจะรู้ว่า จริง ๆ สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ใส่ใจกับมัน ว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่ได้นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่ายากตามรอยพ่อ แล้วก็ยังมีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็ยังมีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่ระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลวกว่าจะรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นประเภทไหนละ เลือกเอานะ

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

## 1. กิจกรรมและกลไก การเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

| ลำดับ                                 | กิจกรรม  | กลไกในการดำเนินการ                         |
|---------------------------------------|--|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน</b> |  |  |
| 1.                                    | นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกถึงลมหายใจ)   | นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย       |
| 2.                                    | นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง<br>- นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)   | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 3.                                    | ปฏิบัติตามภารกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ  | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 4.                                    | ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ<br>- พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่ชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น<br>- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่าจะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด) | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 5.                                    | การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกถึงลมหายใจ) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน  | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 6.                                    | หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ฟังสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)  | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 7.                                    | การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกถึงลมหายใจ) ในขณะที่เดินแถวเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)   | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |

| ลำดับ                               | กิจกรรม   | กลไกในการดำเนินการ                               |
|-------------------------------------|---|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน</b> |   |  |
| 8.                                  | เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป   | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 9.                                  | กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตนเพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”   | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 10.                                 | เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 11.                                 | ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 12.                                 | หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออกนอก ห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 13.                                 | การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึก บุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดิน ให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 14.                                 | การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทานอาหาร ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปเติมน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานอาหาร ให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 15.                                 | เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกรู้ ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |

| ลำดับ   | กิจกรรม   | กลไกในการดำเนินการ                                    |
|---|---|---|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)</b> |   |   |
| 16.   | ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่า การแต่งกายเรียบร้อย เป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น                                      | นักเรียน,<br>ครูเวร                                   |
| 17.   | การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเอง และผู้อื่น  | นักเรียน,<br>ชุมชน                                    |
| 18.   | กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง   | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 19.   | ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า  | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 20.   | ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้าง ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกบุญคุณพ่อแม่ รู้สึกรู้สิดูดี ฝึกสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ | นักเรียน,<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ผู้ปกครอง             |

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกสำนึก ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

## 2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมสร้างเสริมวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวัน  
อย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

**ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น**

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเทห์ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทิวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย



## กาพย์ยานี 11 วินัยนักเรียน โดย ครูคำพันธ์์ ตุลาภักษ์ โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น, 2560

### 1) ปฏิบัติตามระเบียบวินัย

|                      |                        |
|----------------------|------------------------|
| วินัยนั้นสำคัญ       | เร่งมุ่งมั่นหมั่นทำตาม |
| ทุกข้อเลิศดีงาม      | พยายามทำด้วยใจ         |
| ระเบียบการแต่งกาย    | ทิ้งหญิงชายจดจำไว้     |
| เครื่องแบบที่สวมใส่  | ภาคภูมิใจอาชีพรเรา     |
| มาเรียนตรงเวลา       | อย่าชักช้าเร่งฝีเท้า   |
| ชาติไทยเตือนใจเรา    | น้อมใจเข้ายืนตัวตรง    |
| มาสายขอขมา           | คุณครูขาคควรเสริมส่ง   |
| เข้าเรียนสมประสงค์   | ใจมั่นคงเรียนวิชา      |
| เครื่องมือการสื่อสาร | ต้องเสริมงานการศึกษา   |
| สืบเสาะและค้นหา      | สร้างปัญญาค่าของคน     |
| สัญญาณจรรยาจร        | พึงสังวรหมั่นฝึกฝน     |
| ปลอดภัยสุขใจล้ำ      | วินัยตนให้พากเพียร     |
| รักษาความสะอาด       | บรรยากาศในห้องเรียน    |
| ปลอดภัยเร่งอ่านเขียน | เป็นบทเรียนจำฝังใจ     |
| มุ่งมั่นพัฒนา        | เสริมปัญญาค่ายิ่งใหญ่  |
| เด็กดีมีวินัย        | สุขดวงใจไทยนิรันดร์    |

### 2) ปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน

|                     |                          |
|---------------------|--------------------------|
| ชื่อตรงต่อเวลา      | มีคุณค่าอันยิ่งใหญ่      |
| การทำงานสำเร็จได้   | สุขฤทัยชื่นชีวี          |
| คำสอนของผู้ใหญ่     | จดจำไว้ให้จงดี           |
| คุณครูผู้อารี       | หวังศิษย์ดีมีวินัย       |
| อ่อนน้อมและถ่อมตน   | หมั่นฝึกฝนให้ขยันใจ      |
| เคารพผู้ใหญ่ไซ้รี   | จิตผ่องใสสุขเปรมปรีดี    |
| ตั้งใจฟังครูสอน     | พึงสังวรเร่งเร็วรี       |
| วิชาความรู้ดี       | เสริมชีวีให้สุขสันต์     |
| อาหารและน้ำเปล่า    | ไม่นำเข้าห้องเรียนนั้น   |
| เล่นเกมโทษมหันต์    | ร่วมผลัดกันให้ไกลตัว     |
| สุรา ยาเสพติด       | พาชีวิตให้มีคมัว         |
| เตือนตนไม่เก้อกถ้ว  | พันภัยตัวขึ้นชีวัน       |
| ตั้งใจมีสติ         | สมาธิค่าอนันต์           |
| คิดทำสิ่งสร้างสรรค์ | เสริมสร้างฝันตั้งประสงค์ |
| เด็กดีมีน้ำใจ       | สร้างชาติไทยให้มั่นคง    |
| วินัยช่วยเสริมส่ง   | ล้านใจคงสุขนิรันดร์      |

### 3) การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| แต่งกายให้เหมาะสม    | ครูชื่นชมสมศักดิ์ศรี |
| เรียงร้อยถ้อยวลี     | ชื่นชวีเสนาะหู       |
| เกรงใจคนอื่นไว้      | ทั่วแดนไทยตระหนักรู้ |
| ให้เกียรติโลกเชิดชู  | เด็กพึงรู้ความดีงาม  |
| ใครช่วยให้ขอบคุณ     | ส่อสกุลเทิดทูนนาม    |
| ทำผิดอย่ามองข้าม     | วาจางามขออภัย        |
| ทักทายตามโอกาส       | มารยาทฝึกฝนได้       |
| อ่อนน้อมพร้อมกายใจ   | ไหว้ผู้ใหญ่สำรวมกาย  |
| การเดินทางกับผู้ใหญ่ | จดจำไว้เดินทางซ้าย   |
| นอบน้อมอย่าเดินสาย   | ตั้งใจกายให้มั่นคง   |
| การนั่งให้เรียบร้อย  | ทำอ่อนช้อยตั้งกายตรง |
| ลุกยืนค่อยบรรจง      | แนบมือลงข้างกายา     |
| ห้องเรียนห้องประชุม  | จงสุขุมถ้อยวาจา      |
| ฟังพูดมีคุณค่า       | เสริมปัญญาความรู้ดี  |
| ขึ้นรถพึงระวัง       | เว้นที่นั่งให้สตรี   |
| น้ำใจเอื้ออารี       | เป็นคนดีของสังคม     |
| กินข้าวรอผู้ใหญ่     | มีวินัยน่าชื่นชม     |
| พ่อแม่ไม่ตรอมตรม     | สุขรินรมย์สมฤทัย     |
| วางตนให้ถูกต้อง      | ตามครรลองงามแบบไทย   |
| วินัยหล่อหลอมใจ      | ให้เด็กไทยพัฒนา      |

## 4) เคารพสิทธิของผู้อื่น

|                       |                           |
|-----------------------|---------------------------|
| รับฟังความคิดเห็น     | จับประเด็นคำสำคัญ         |
| หลากหลายความคิดเห็น   | สังเคราะห์พหุคูณคุณค่า    |
| ก่อนพูดคิดใคร่ครวญ    | ไม่ก่อวุ่นสร้างปัญหา      |
| ตั้งใจใฝ่ศึกษา        | พัฒนาคุณวินัย             |
| สิทธิการฟังเพลง       | ไม่ครั้นเครงรบกวนใคร      |
| เปิดเผยความลับไซ้     | ผิดวินัยไร้จรรยา          |
| ฝึกตนรอกอยได้         | จิตผ่องใสไม่โกรธา         |
| แข่งคิวเพื่อนข้างหน้า | สร้างปัญหาขาดวินัย        |
| เข้าใจความแตกต่าง     | ทั้งรูปร่างปัญญาไซ้       |
| คำพูดต้องจากใจ        | सानสายใยใจเปรมปรีดี       |
| การพูดส่งเสียงดัง     | พึงระวังพลังวาที          |
| รบกวนเพื่อนน้องพี่    | คิดถ้วนถี่เปล่งวจี        |
| จุดด้อยไม่ล้อเพื่อน   | จงกลบเกลื่อนคิดทำดี       |
| ร่วมรักสามัคคี        | มิตรไมตรีสุขฤทัย          |
| ยอมรับและทำตาม        | กฎข้อห้ามจำขึ้นใจ         |
| ทำตนเดือดร้อนให้      | ผู้อื่นไซ้ใจโคสิ          |
| อ้างสิทธิ์หาประโยชน์  | บังเกิดโทษเสื่อมศักดิ์ศรี |
| วินัยสร้างคนดี        | เสริมชีวีค่าของคน         |
| ทรัพย์สินคนอื่นเขา    | ไม่หยิบเอาเป็นของตน       |
| ชื่อเสียงเกรงใจคน     | คุณค่าล้นชนเชิดชู         |
| วาจาให้พอเหมาะ        | เสียงไพเราะเสนาะหู        |
| แย่งพูดไม่น่าดู       | ผู้อื่นรู้อดสูใจ          |
| ผู้นำมีวินัย          | หล่อหลอมใจเด็กไทยได้      |
| คิดดีทำดีไซ้          | สุขดวงใจไทยนิรันดร์       |

คู่มือพัฒนาวินัยนักเรียน  
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น  
(สำหรับคณะกรรมการวินัยนักเรียน)

## ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตาราง ต่อไปนี้

### 1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 1.1      | ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน  |
| 1.2      | ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง   |
| 1.3      | ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ                                   |
| 1.4      | ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย  |
| 1.5      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน   |
| 1.6      | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน                        |
| 1.7      | ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน  |
| 1.8      | ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน                                 |
| 1.9      | ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน                                     |
| 1.10     | ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน  |
| 1.11     | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย                       |
| 1.12     | ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน                   |
| 1.13     | ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน  |
| 1.14     | ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ  |
| 1.15     | ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย |

## 2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 2.1      | กฎของการตรงต่อเวลา   |
| 2.2      | กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่  |
| 2.3      | กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่   |
| 2.4      | กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ   |
| 2.5      | กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน  |
| 2.6      | กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน  |
| 2.7      | กฎของการเล่นให้เป็นเวลา  |
| 2.8      | กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน  |
| 2.9      | กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน  |
| 2.10     | กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน  |
| 2.11     | กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด   |
| 2.12     | กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน |
| 2.13     | กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก                                       |

## 3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้  |
|----------|---|
| 3.1      | การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ                                |
| 3.2      | การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ                                    |
| 3.3      | การมีความเกรงใจผู้อื่น  |
| 3.4      | การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น                                    |
| 3.5      | การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม |
| 3.6      | การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล                     |
| 3.7      | การมีกิจกรรมารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล    |
| 3.8      | การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่             |
| 3.9      | การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล         |
| 3.10     | การมีมารยาทในการเดิน  |
| 3.11     | การมีมารยาทในการนั่ง  |
| 3.12     | การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม                         |
| 3.13     | การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร                                |
| 3.14     | การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง                                 |

## 4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

| ลำดับที่ | องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้   |
|----------|--|
| 4.1      | การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น   |
| 4.2      | สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ                       |
| 4.3      | สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ   |
| 4.4      | การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต                               |
| 4.5      | การรู้จักรอคอย ไม่แซงคิวเพื่อนหรือผู้อื่น  |
| 4.6      | การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ  |
| 4.7      | การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียดใจ |
| 4.8      | การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ผู้อื่นอับอายหรือเสียหาย           |
| 4.9      | การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน               |
| 4.10     | การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน                               |
| 4.11     | การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต            |
| 4.12     | การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด                                  |

## “วินัย ไคร ๆ ก็ทำได้”

## ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตนตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

## ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน

กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน ในความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ได้ใส่ใจกับมันว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่ได้นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตแล้ว ส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่าอยากตามรอยพ่อแล้วก็ยังมีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็มีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่ม่มีระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลว กว่าจะรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นคนประเภทไหน

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

### 1. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่า์ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

| ลำดับ                                 | กิจกรรม   | กลไกในการดำเนินการ                         |
|---------------------------------------|---|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน</b> |   |  |
| 1.                                    | นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี)  | นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย       |
| 2.                                    | นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง<br>- นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)  | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 3.                                    | ปฏิบัติตามภารกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ   | นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย               |
| 4.                                    | ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ<br>- พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น<br>- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด) | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 5.                                    | การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน   | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 6.                                    | หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)  | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |
| 7.                                    | การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกคุณงามความดี) ในขณะที่เดินแถวเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)  | นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย |



| ลำดับ                               | กิจกรรม  | กลไกในการดำเนินการ                               |
|-------------------------------------|--|--|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน</b> |  |  |
| 8.                                  | เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป  | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 9.                                  | กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติ ตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รั้วจังกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”   | นักเรียน,<br>ครูที่ปรึกษา,<br>นักเรียนผู้นำวินัย |
| 10.                                 | เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 11.                                 | ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 12.                                 | หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้สึกตนหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออก นอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 13.                                 | การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเก๊กมาก | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 14.                                 | การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปเติมน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทาน ให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน  | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |
| 15.                                 | เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกถึงลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน   | นักเรียน,<br>ครูผู้สอน,<br>นักเรียนผู้นำวินัย    |

| ลำดับ   | กิจกรรม  | กลไกในการดำเนินการ                                    |
|---|--|---|
| <b>กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)</b> |  |   |
| 16.   | ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อย เป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น                                      | นักเรียน,<br>ครูเวร                                   |
| 17.   | การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น  | นักเรียน,<br>ชุมชน                                    |
| 18.   | กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง  | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 19.   | ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า   | นักเรียน,<br>ผู้ปกครองและ<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ชุมชน |
| 20.   | ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้าง ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ | นักเรียน,<br>ตัวนักเรียนเอง,<br>ผู้ปกครอง             |

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกถึง ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

## 2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมเสริมสร้างวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวัน  
อย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

**ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น**

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเทห์ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทมีวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย

## แบบสอบถามการปฏิบัติหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการมีวินัยของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

### คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้วัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการปฏิบัติและพฤติกรรมของนักเรียนในสถานศึกษาระดับ  
การศึกษาขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การปฏิบัติ/พฤติกรรมเกี่ยวกับด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและ  
เคารพสิทธิผู้อื่น

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

### ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

#### 1. โรงเรียน

- โรงเรียนนงครัตน์
- โรงเรียนเตรียมอุดมพัฒนาการ สระบุรี
- โรงเรียนสวนกุหลาบชลบุรี
- โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น
- โรงเรียนบ้านตามูล

#### 2. เพศ

- ชาย
- หญิง

#### 3. ระดับชั้นของผู้ตอบ

- ม. 1
- ม. 2
- ม. 3

#### 4. การเข้าค่ายผู้นำวินัย

- ไม่ได้เข้าค่าย
- เข้าค่าย

## ตอนที่ 2 การปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมเกี่ยวกับวินัยด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น

โปรดประเมินการปฏิบัติตาม ระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่นของนักเรียน  
ในแต่รายการโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านทั้งสภาพก่อนเข้าโครงการและ  
สภาพที่เป็นจริงหลังเข้าโครงการตามความหมาย ดังนี้

- 5 หมายถึง การปฏิบัติมากที่สุด                      4 หมายถึง การปฏิบัติมาก  
3 หมายถึง การปฏิบัติปานกลาง                      2 หมายถึง การปฏิบัติน้อย  
1 หมายถึง การปฏิบัติน้อยที่สุด

| ที่                                | รายการ การปฏิบัติหรือพฤติกรรม   | ระดับการปฏิบัติ<br>ก่อนโครงการ |   |   |   |   | ระดับการปฏิบัติ<br>หลังโครงการ |   |   |   |   |
|------------------------------------|---|--------------------------------|---|---|---|---|--------------------------------|---|---|---|---|
|                                    |   | 5                              | 4 | 3 | 2 | 1 | 5                              | 4 | 3 | 2 | 1 |
| <b>1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ</b> |   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.1                                | ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.2                                | ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.3                                | ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ                                      |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.4                                | ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.5                                | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.6                                | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียนหรือในเวลาเรียน                            |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.7                                | ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.8                                | ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน                                    |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.9                                | ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน  |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.10                               | ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.11                               | ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัด<br>เพื่อความปลอดภัย                    |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.12                               | ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน<br>ก่อนเวลาเลิกเรียน                   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.13                               | ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.14                               | ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ   |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |
| 1.15                               | ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน<br>บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย |                                |   |   |   |   |                                |   |   |   |   |





ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## บันทึกประจำวัน (DD Note)

เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ/สกุล.....ชั้น  ม. 1/...  ม. 2/...  ม. 3/....

| ลำดับ | กิจกรรม  | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|--|---|
| 1.    | นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพ ครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกอุณหทัยใจ)   | เมื่อมาถึงโรงเรียนทำความเคารพครู และครูรับการทำความเคารพจากฉันด้วยความตั้งใจ<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....   |
| 2.    | นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง<br>- นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้ามาโรงเรียน)   | เดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....   |
| 3.    | ปฏิบัติตามภารกิจหรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ   | ปฏิบัติตามภารกิจหรือกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....  |
| 4.    | ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ<br>- พุดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น | ก่อนเคารพธงชาติ เข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ และมีการทบทวนข้อปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับระเบียบวินัย<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>..... |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|---|---|
|       | <p>- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)</p>   |   |
| 5.    | <p>การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อนแล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี) การเคารพธงชาติปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน</p>  | <p>เตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติเดินเป็นแถว<br/> <input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br/> <input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br/>                     บันทึกเพิ่มเติม.....<br/>                     .....<br/>                     .....<br/>                     .....</p> |
| 6.    | <p>หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลิ้งระลึก (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)</p>  | <p>หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ<br/> <input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br/> <input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br/>                     บันทึกเพิ่มเติม.....<br/>                     .....<br/>                     .....<br/>                     .....</p>         |
| 7.    | <p>การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัวระลึกคุณงามความดี) ในขณะที่เดินแถว เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)</p>   | <p>เดินแถวเข้าสู่การเรียนในคาบแรกอย่างมีสติ<br/> <input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br/> <input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br/>                     บันทึกเพิ่มเติม.....<br/>                     .....<br/>                     .....<br/>                     .....</p> |
| 8.    | <p>เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเองวางกระเป๋าแล้วรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็นต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป</p> | <p>สงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน<br/> <input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br/> <input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br/>                     บันทึกเพิ่มเติม.....<br/>                     .....<br/>                     .....<br/>                     .....</p>   |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|---|---|
| 9.    | <p>กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัยนักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึงการมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน</p> <p>“ข้าพเจ้า เป็นผู้ที่มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามระเบียบกฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”</p> | <p>กล่าวคำปฏิญาณตน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>   |
| 10.   | <p>เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับในสมุดทุกคาบเรียน</p>                                   | <p>รับการเช็คชื่อ ในห้อง</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>   |
| 11.   | <p>ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อน แล้วค่อยถามหรือพูด</p>  | <p>ตั้งใจเรียน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ยกมือก่อนแล้วค่อยถาม</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 12.   | <p>หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอนเตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ผึกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)</p> | <p>นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ผึกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                             |

| ลำดับ | กิจกรรม  | บันทึก (ต่อเดือน)   |
|-------|--|---|
| 13.   | <p>การเดินทางเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเอง ให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก</p> | <p>เปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>            |
| 14.   | <p>การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปตักน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน</p>  | <p>รับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                   |
| 15.   | <p>เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฟึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน</p>   | <p>นั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฟึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> |
| 16.   | <p>ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อย ตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อยเป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น</p>                                  | <p>ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน)</p> <p><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน    <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน    <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน</p> <p><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน    <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน</p> <p>บันทึกเพิ่มเติม.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>                                |

| ลำดับ | กิจกรรม   | บันทึก (ต่อเดือน)  |
|-------|---|--|
| 17.   | การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น   | ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียนและการจราจร<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....       |
| 18.   | กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง   | ทำความเคารพเมื่อพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>..... |
| 19.   | ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตัวเองเป็นอย่างมากที่เป็นคนที่มีคุณค่า  | ช่วยเหลืองานบ้าน<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....                              |
| 20.   | ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตัวเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะ เป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตัวเอง แล้วจึงสวดมนต์กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ผีกลสติ เพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ | บันทึกข้อความลงใน (DD NOTE)<br><input type="checkbox"/> ทำทุกวัน <input type="checkbox"/> ทำ 15-20 วัน <input type="checkbox"/> ทำ 10-14 วัน<br><input type="checkbox"/> ทำ 6-9 วัน <input type="checkbox"/> ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน<br>บันทึกเพิ่มเติม.....<br>.....<br>.....<br>.....                   |

กรรมการวินัยนักเรียนรับทราบ (ลงชื่อ).....

(.....)

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

## คณะผู้จัดทำ

คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

### ที่ปรึกษา

|                       |   |
|-----------------------|---|
| ดร.สุภัทธร จำปาทอง    | เลขาธิการสภาการศึกษา                                  |
| ดร.วัฒนาพร ระวังทุกข์ | รองเลขาธิการสภาการศึกษา                               |
| นายสำเนา เนื้อทอง     | ผู้อำนวยการสำนักมาตรฐานการศึกษา<br>และพัฒนการเรียนรู้ |

### รายชื่อนักวิจัย

|                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| ผศ.นาวาตรี ดร.พงศ์เทพ จิระโร | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| ผศ.ผลาดร สุวรรณโพธิ์         | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| ดร.ประชา อึ้ง                | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| ดร.ศจี จิระโร                | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| นางสาวจุฑามาศ จันทร์         | มหาวิทยาลัยบูรพา |

### บรรณาธิการเอกสาร

|                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ |
|----------------------|-------------------------|

### ออกแบบและประสานการจัดพิมพ์

|                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ |
|----------------------|-------------------------|

### ผู้รับผิดชอบโครงการ

|                            |   |
|----------------------------|---|
| นายสำเนา เนื้อทอง          | ผู้อำนวยการสำนักมาตรฐานการศึกษา<br>และพัฒนการเรียนรู้ |
| นางสาวจักษณา อธิรัตน์ปัญญา | นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ                          |
| นางสาวจันทิมา ศุภรพงศ์     | นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ                          |
| นางสาวสมพร พรหมดี          | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ                               |
| นางสาวณุตตรา แทนขำ         | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ                               |
| นายสมชาย นัยเนตร           | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ                               |
| นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี       | นักวิชาการศึกษาชำนาญการ                               |

### หน่วยงานที่รับผิดชอบ

กลุ่มพัฒนานโยบายด้านการเรียนรู้ สำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนการเรียนรู้  
สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ  
โทร. 02-668-7123 ต่อ 2516 และ 2560 โทรสาร 02-243-1129



สิ่งพิมพ์ สกศ. อันดับที่ 38/2562  
ISBN 978-616-270-208-2

