

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐

๑_หลักสูตรวิชาสุขศึกษา

๒_แผนการจัดการเรียนรู้

๓_PowerPoint_ประกอบการสอน

๔_ใบงาน_เฉลย

๕_ข้อสอบประจำหน่วย_เฉลย

๖_ข้อสอบ_เฉลย

๗_การวัดและการประเมินผล

๘_เสริมสาระ

๙_สื่อเสริมการเรียนรู้

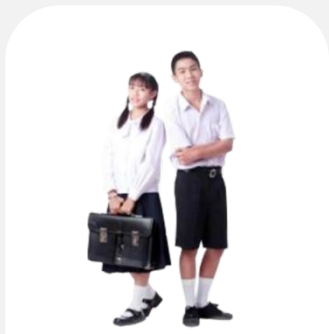


การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

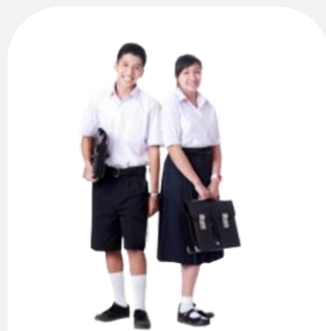
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่นได้
๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบท่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่นได้

วัยรุ่นและการเปลี่ยนแปลง



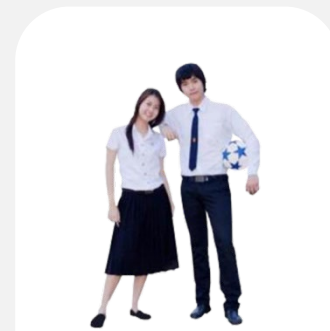
วัยรุ่นแรกเริ่ม อายุ ๑๐-๑๓ ปี

- มีการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบ
- กังวลกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย หงุดหงิดแปรปรวนง่าย



วัยรุ่นตอนกลาง อายุ ๑๔-๑๖ ปี

- เป็นหนุ่ม-สาว หาเอกลักษณ์ของตัวเอง
- ร่างกายเติบโตสมบูรณ์เต็มที่

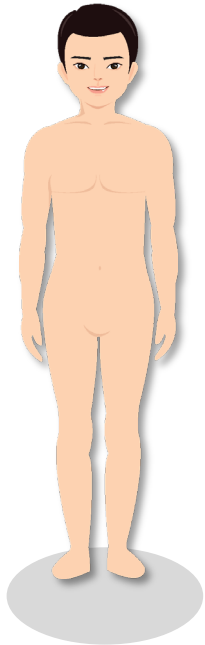


วัยรุ่นตอนปลาย อายุ ๑๗-๑๙ ปี

- มีความคิดของตัวเอง มีอุดมการณ์
- มีความผูกพันแน่นแฟ้นกับเพื่อนต่างเพศ

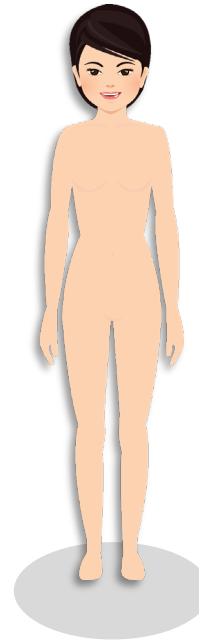
การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นชาย



- ส่วนสูงและน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น
- ลูกกระเดือกโต เสียงแตกหนุ่ม
- นมแตกพาน
- อวัยวะเพศโตขึ้นและแข็งตัว
- ออกกว้าง ไหล่กว้าง แขนยาวาว
- มีสิ่ว มีกลิ่นตัว
- มีหนวดเครา และขนขึ้นตามรักแร้
หน้าอก ขน ขา อวัยวะเพศ
- มีความรู้สึกทางเพศ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของวัยรุ่นหญิง



- ส่วนสูงและน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้น
- เอวคอด สะโพกผาย กระดูก
เชิงกรานขยายกว้างขึ้น
- เสียงเล็กแหลม
- มีความรู้สึกทางเพศ
- มีขนขึ้นบริเวณอวัยวะเพศ
และใต้รักแร้
- หน้าอกขยาย ใบหน้าและ
ผิวหนังเปลี่ยนแปลง

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์



- กังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย
- วิดกกังวลกับอารมณ์ทางเพศที่สูงขึ้น
- ต้องการความรักความห่วงใย
- ต้องการเป็นตัวของตัวเอง
- ต้องการความตื่นเต้นท้าทาย
- กลัวการเป็นผู้ใหญ่
- กังวลในความงามของร่างกาย
- ต้องการเป็นอิสระทำอะไรด้วยตนเอง
- ต้องการความถูกต้อง ยุติธรรม
- มีความอยากรู้ อยากเห็น อยากลอง

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม



- ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน
- เชื่อถือและรับฟังเพื่อนมากกว่าพ่อแม่
- มีพฤติกรรมการเล่นแบบคนดัง
- พยายามปลีกตัวออกห่างจากพ่อแม่
- เริ่มมีความรักกับเพื่อนต่างเพศ
- ชอบเปรียบเทียบระหว่างตนเองและเพื่อน
- ชอบเที่ยวเตร่ จัดกิจกรรม และหาความรู้เป็นหมู่คณะ
- พยายามปรับตัวให้เข้ากับกระแสสังคมและสมัยนิยม

การเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญา



- ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน
- เชื่อถือและรับฟังเพื่อนมากกว่าพ่อแม่
- มีพฤติกรรมการเลียนแบบคนดัง
- พยายามปลีกตัวออกห่างจากพ่อแม่
- เริ่มมีความรักกับเพื่อนต่างเพศ
- ชอบเปรียบเทียบระหว่างตนเองและเพื่อน
- ชอบเที่ยวเตร่ จัดกิจกรรม และหาความรู้เป็นหมู่คณะ
- พยายามปรับตัวให้เข้ากับกระแสสังคมและสมัยนิยม

ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น

