หนังสือชุด

ครูชุมวัย หัวใจแม่

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

โครงการสื่อสร้างสรรค์เพื่อการเรียนรู้อย่างองค์รวม (ครูหัวใจใหม่) สถาบันอาศรมศิลป์

หนังสือชุด
ครูชุมวัย หัวใจแม่

โครงการสื่อสร้างสรรค์เพื่อการเรียนรู้อย่างองค์รวม (ครูหัวใจใหม่)
โครงการความร่วมมือระหว่างกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ และ สถาบันอาศรมศิลป์

ชื่อหนังสือ **แม่ครูหัวใจใหม่**
จัดทำโดย สำนักพิมพ์สานอักษร โรงเรียนรุ่งอรุณ

บรรณาธิการ	เกื้อกมล นิยม
ข้อมูล	ฝ่ายสื่อสารองค์กร สถาบันอาศรมศิลป์
เรื่อง	เข็มเพชร ระหว่างงาน เกื้อกมล นิยม
ภาพ	
ภาพถ่าย	สุคนธา เจริญสุข คณะครูอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ
ภาพประกอบ	อรุณโรจน์ รัตนพันธ์
ออกแบบจัดรูปเล่ม	อรุณโรจน์ รัตนพันธ์
พิสูจน์อักษร	ศิริลักษ์ พุทธโคตร
เผยแพร่	ตุลาคม ๒๕๖๑

ขอบคุณที่ปรึกษาด้านข้อมูล

- รศ.ประภาภัทร นิยม อธิการบดีสถาบันอาศรมศิลป์ ผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ
- อาจารย์ปานใจ จารุวณิช อาจารย์ประจำหลักสูตรศึกษาศาสตร์ สถาบันอาศรมศิลป์
- อาจารย์อภิสิรี จรัลชวนะเพท ผู้ก่อตั้งโรงเรียนอนุบาลบ้านรัก
- คณะครูอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ โดย กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

คำนำ

ช่วงปฐมวัย เป็นช่วงวัยที่สำคัญของการบ่มเพาะ และวางรากฐานสำคัญของชีวิต ที่จะนำไปสู่การพัฒนาทั้งด้านกาย ใจ สติปัญญา และสังคมที่สมดุล

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์เล็งเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาเด็กและเยาวชน ซึ่งจะเกิดประสิทธิภาพ และมีคุณภาพได้ก็ต่อเมื่อมีผู้ใหญ่ที่แวดล้อมเด็ก ทั้ง พ่อ แม่ ครู เข้าใจในธรรมชาติเด็กอย่างแท้จริง

แล้วครู หรือ พ่อ แม่ ผู้ปกครอง ทำอะไรหรืออย่างไรได้บ้าง?

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ยินดีและวางใจที่**สถาบันอาศรมศิลป์** ซึ่งมีภาคีเครือข่ายการทำงานด้านการศึกษาอย่างยาวนาน รับผลิตหนังสือชุด *“ครูปฐมวัยหัวใจแม่”* ทั้ง ๗ เล่มนี้ พร้อมสื่อวีดิทัศน์อีก ๑๐ ตอน ควบคู่กันไป ซึ่งเปรียบเสมือนคู่มือ ที่รวบรวมทั้งหลักการและวิธีการ เอาไว้อย่างครบถ้วน ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วย เพื่อให้ผู้ใหญ่ได้นำไปใช้ได้ง่าย ไม่ซับซ้อน และถูกต้องตามหลักพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ซึ่งหนังสือ ๗ เล่มนี้ ประกอบไปด้วย ชุดกิจวัตรประจำวัน รากฐานการงานที่สำคัญเพื่อพัฒนาเด็ก (เล่ม ๑.แม่ครูพาทำงานครัว เล่ม ๒.แม่ครูพาทำงานบ้าน เล่ม ๓. แม่ครูพาทำงานสวน เล่ม ๔. แม่ครูพาคิดอ่านเขียน เล่ม ๕. แม่ครูพาเล่น) ชุดเพื่อพัฒนาครูและผู้ปกครอง (เล่ม ๖. ห้องเรียนพ่อแม่เลี้ยงลูกวิถีไทย และเล่ม ๗. แม่ครูหัวใจใหม่)

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าสื่อชุดนี้จะช่วยให้สังคมตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลเด็กตามพัฒนาการ และกระตุ้นให้ผู้ใหญ่เปิดโอกาสให้เด็ก ๆ ได้เรียนรู้ตามวัยอย่างเป็นธรรมชาติ เรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเอง มีสุขภาพแข็งแรง มีความมั่นคงทางอารมณ์ และจิตใจ

ขอขอบพระคุณ คณาจารย์ และผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่ถ่ายทอดองค์ความรู้สู่หนังสือชุดนี้ ขอบคุณภาคีเครือข่ายที่ร่วมแรงร่วมใจผลิตงานอันเป็นประโยชน์ไม่เพียงต่อวงการการศึกษา แต่ยังเป็นประโยชน์ต่อสังคมในวงกว้างอีกด้วย

กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์

คำนำ

หนังสือครูปฐมวัย....หัวใจแม่ หลอมรวมการเรียนรู้และกิจวัตรการดำรงชีวิตเป็นหนึ่งเดียว ซึ่งตรงตามธรรมชาติของหลักการเรียนรู้ที่ว่า *"ชีวิตคือการเรียนรู้และการเรียนรู้คือชีวิต"*

การจัดการเรียนรู้ด้วยวิถีนี้ เป็นการบูรณาการการเรียนรู้สาระวิชาต่างๆ และสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับการเติบโตในวัยต่อมา และเป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถดำรงความเป็นอยู่ด้วยการพึ่งตนเองได้ ไม่ต้องเริ่มต้นฝึกใหม่ ศักยภาพของนักการจัดการศึกษา ครู หรือ บุคลากรอื่นๆ ที่มีบทบาทการจัดการเรียนรู้ซึ่งมองเห็นการเรียนรู้ (Learning Visibility) และจัดโอกาสการเชื่อมโยงประสบการณ์จากภาคปฏิบัติ การฟัง การพูด การอ่าน การเขียน และการบันทึกเรื่องราวที่สามารถต่อยอดจากเรื่องหนึ่งไปสู่อีกเรื่องหนึ่ง ก่อให้เกิดเป็นเส้นสายทางเดินทางการเรียนรู้ เกิดผลงานการบันทึกหลากหลายอย่างเหมาะกับพัฒนาตามวัยของผู้เรียนในแต่ละระดับ เช่น ในระดับปฐมวัย ครูหรือผู้ใหญ่ที่ดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ พาคิดพาใคร่ครวญประสบการณ์ตรงด้านต่างๆ ที่ได้ลงมือปฏิบัติมาด้วยการพูดคุยบอกเล่า แล้วเชื่อมเข้าสู่การวาดภาพ ผู้ใหญ่ใจดีช่วยบันทึกสาระเนื้อหาที่เด็กต้องการสื่อสาร เกิดแฟ้มผลงานที่หลากหลายแตกต่างกันไปตามการรับรู้และการนำเสนอของผู้เรียนแต่ละคน

สภาพการเรียนรู้ดังกล่าว เป็นสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมพัฒนาการครบถ้วนทุกด้าน และทั้งยังส่งเสริมพัฒนาการของสมองอย่างสมบูรณ์ จุดเชื่อมโยงของปลายประสาทเซลล์สมองแต่ละเซลล์ได้รับการกระตุ้นให้แข็งแรง ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของพัฒนาสมรรถนะต่างๆ อย่างสมบูรณ์

สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์
ผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาปฐมวัย สถาบันอาศรมศิลป์

สารบัญ

บทที่ ๑ แม่ครูเตรียมตัว ๑๑

๑. ครูปฐมวัยต้องเป็นแม่ครู ๑๒

๒. ความแยบคายเกิดขึ้นได้อย่างไร ๑๖

๓. แม่ครูผู้เข้าใจวิธีการเรียนรู้ของเด็ก ๒๔

บทที่ ๒ แม่ครูเตรียมของ ๒๙

๑. ทำไมต้องเรียนรู้ผ่านกิจวัตร ๓๐

๒. การออกแบบตารางสอนให้สอดคล้องกับชุดกิจวัตร ๓๖

๓. การออกแบบห้องเรียนให้สอดคล้องกับชุดกิจวัตร ๔๒

บทที่ ๓ แม่ครูผู้สมบูรณ์ ๔๙

๑. ทำไมต้องมีเพื่อนช่วยโค้ช ๕๐

๒. ชุมชนครูมืออาชีพ (PLC) ๕๔

๓. หัวใจการเป็นโค้ช ๖๑

ภาคีเครือข่าย ๖๔

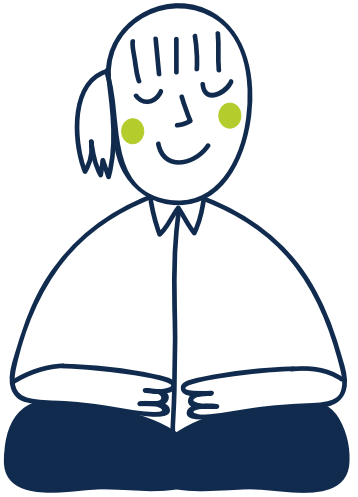
“

ต้นไม้นี่มันคล้ายๆ คน ต้นบานชื่นนี้ฉันไม่ได้ปลูกด้วยเมล็ด
แต่ไปซื้อต้นเล็กๆ ที่เขาเพาะแล้วมาปลูก
แต่มันก็งามและแข็งแรงดี เพราะอะไรหรือ
เพราะคนที่เขาขายนั้นเขารู้จักเลือกเมล็ดที่ดี
และดินที่เขาใช้เพาะก็ดีด้วย
นอกจากนั้นเขายังรู้วิธีว่าจะเพาะอย่างไร
ซึ่งฉันไม่สามารถทำได้เช่นเขา
เมื่อฉันเอามาปลูก ฉันต้องดูแลใส่ปุ๋ยเสมอ เพราะดินที่นี่ไม่ดี
(ที่นี่ หมายถึง พระตำหนักวิลล่าวัฒนา เมืองพุยยี่สวิตเซอร์แลนด์)
ต้องคอยรดน้ำพรวนดินบ่อยๆ ต้องเอาหญ้าและต้นไม้ที่ไม่ดีออก
เด็ดดอกใบที่เสียๆ ทิ้ง
คนเราก็เหมือนกัน ถ้าพันธุ์ดี เมื่อเป็นเด็ก ก็แข็งแรง ฉลาด
เมื่อพ่อแม่คอยสั่งสอน เด็กคนนั้นก็จะเป็นคนที่เจริญและดี
เหมือนกับต้นและดอกบานชื่นเหล่านั้น

”

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีทรงมีรับสั่งกับ องคต ผู้สื่อข่าววงวรรณคดีที่เข้าเฝ้าฯ ระหว่างที่ทรงพรวนดินปลูกต้นบานชื่นในสวนที่พระตำหนักวิลล่าวัฒนาคราวหนึ่ง ทรงเปรียบการบำรุงรักษาต้นไม้กับการอบรมเลี้ยงดูเด็ก

คณะอนุกรรมการเฉพาะกิจจัดทำหนังสือเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทรา บรมราชชนนี ในคณะกรรมการเอกลักษณ์แห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, สมเด็จพระศรีนครินทรา บรมราชชนนี : สมเด็จย่าของแผ่นดิน, บริษัท ด่านสุธาการพิมพ์ จำกัด : กรุงเทพฯ, ๒๕๓๙ , หน้า ๒๓๗



บทที่ ๑
แม่ครูเตรียมตัว :
เป็นแม่ครูในดวงใจเด็ก

๑. ครูปฐมวัยต้องเป็น “แม่ครู”

เด็กปฐมวัย (๐-๗ปี) เป็นวัยที่ต้องการความรักความใส่ใจจากที่บ้านเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงมากที่สุด แต่ปัจจัยแวดล้อมในสังคมปัจจุบัน ทำให้ต้องส่งเด็กวัยนี้เข้าโรงเรียน ดังนั้นศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาลจึงต้องทำหน้าที่เป็น *“บ้าน”* และคุณครูก็ต้องทำหน้าที่เป็น *“แม่”* ผู้ให้ความรักความอบอุ่นแก่เด็กๆ ได้ไม่แพ้แม่ที่บ้าน

อย่างไรก็ดี ความรักนั้นต้องมาพร้อมกับ *“ความแยบคาย”* ครูถึงจะเป็น *“แม่ครู”* ผู้ปลูกฝังปัญญาให้แก่เด็กได้อย่างสมบูรณ์

• มีความรักความเมตตาเป็นที่ตั้ง

นอกจากจะให้ความอบอุ่น ประพฤติปฏิบัติต่อเด็กด้วยความอ่อนโยนแล้ว ความรักความเมตตาจะช่วยให้ครูมีใจที่กว้างขึ้น รู้จักรับฟัง ให้อภัย อบรมสั่งสอนด้วยทีท่าที่เป็นเชิงบวก ไม่บั่นทอนกำลังใจและความภูมิใจในตนเองของเด็กๆ

• เชื่อมั่นในกระบวนการเรียนรู้ของเด็ก

แม่ครูจะรู้จักพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็กดี นำไปสู่การจัดกิจกรรม/สถานที่/สื่อที่ช่วยแนะนำให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้เอง **ผ่านการ *“ลงมือทำ”* ตั้งคำถามชวนให้เด็กทำความเข้าใจเอง *“ผ่านการคิด”*** โดยจะไม่ป้อนให้ทุกอย่าง ไม่สรุป ไม่จัดการ ครูไม่มีทัศนคติเชิงลบกับความผิดพลาด ส่งผลให้เด็กกล้าลองผิดลองถูก ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ทั้งในการเรียนและการใช้ชีวิตในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

• มองเห็นคุณค่าในตัวเด็ก และช่วยให้เด็กค้นพบคุณค่าของตนเอง

เมื่อเด็กพร้อมเรียนรู้แล้ว จึงไม่ใช่เรื่องยากเลยที่เด็กจะค้นพบศักยภาพและความสามารถของตนเอง และรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเอง เห็นคุณค่าของตนเองโดยไม่ต้องรอคำชมจากคนอื่น เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น คุณค่านี้จะช่วยให้เด็กรักตัวเอง ไม่ออกนอกลู่นอกทาง และไม่หวั่นไหวไปกับคุณค่าปลอมอย่างรูปลักษณ์ภายนอก ความเท่ ฯลฯ

• พาให้เด็กเห็นคุณค่าของผู้อื่น

เมื่อเด็กเห็นคุณค่าของตนเองเป็นแล้ว เด็กก็จะมองเห็นและรู้สึกซาบซึ้งในคุณค่าของคน สัตว์ และทรัพยากรรอบตัวไปโดยปริยาย เป็นพื้นฐานให้เกิดความเอื้ออาทร การดูแลรักษาซึ่งกันและกัน ความอ่อนน้อมถ่อมตน จิตสาธารณะ และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

• สร้างวินัยพื้นฐานให้กับเด็ก

ครูจะให้เด็กค่อยๆ สร้างวินัยผ่านการทำกิจวัตรประจำวันที่สม่ำเสมอ ทั้งการอาบน้ำ แปรงฟัน ทำครัว เก็บที่นอน และมีตารางกิจกรรมที่ชัดเจน เพื่อให้เด็กรู้จักจัดเวลา มีชีวิตที่ไม่สับสนยุ่งเหยิง ดูแลรับผิดชอบความต้องการทางกายภาพพื้นฐานได้ พร้อมที่จะรับผิดชอบเรื่องที่ซับซ้อนขึ้นไปในอนาคตได้

๒. ความแยบคายเกิดขึ้นได้อย่างไร

ถ้าหากแม่ครูมีความแยบคายตามหัวข้อในหน้า ๑๒ แล้ว ตำแหน่ง *“แม่ครูในดวงใจเด็ก”* ก็คงไม่หนีไปไหน แต่กว่าจะได้ตำแหน่งนี้มาครอง แม่ครูก็ต้องปรับตัวปรับใจกันยกใหญ่เลยทีเดียว ต้องปรับอะไรกันบ้างไปฟังประสบการณ์จากคุณครูกันค่ะ

ฝึกเปิดใจ

“เดิมเราทำกิจกรรม เราพาทำ เด็กก็ทำไป เราก็รู้สึกว่าเราได้คุยกับเด็กแล้ว เด็กก็จะเงียบๆ งันๆ กันไป แต่ว่าเมื่อไม่กี่ปีที่ผ่านมา เพิ่งรู้สึกว่าเรากับเด็กไม่ได้สื่อสารกันจริงๆ(สอนมาเป็นสิบปี) เราพูดในสิ่งที่เราอยากพูดโดยไม่สนใจว่าเด็กจะฟังเราหรือเปล่า รับรู้เราจริงไหม แล้วก็ค้นพบว่าที่จริงแล้ว เราไม่ได้รับรู้ในตัวเด็กเลย เรารับรู้แต่ตนเอง เรากลับมาเปลี่ยนที่ใจ คือถ้าใจเรารู้ว่าเราอยากคุยกับคนนี้ เราก็พยายามมองเขา สังเกตเขา เมื่อใจเราให้ความสำคัญกับเขาท่าทีเราก็เปลี่ยน ค่อยๆ พูด แล้วรอเขาตอบ ฟังเขา วันนั้นเป็นวันที่รู้สึกว่าเรากำลังคุยกับเด็กจริงๆ เปลี่ยนแล้วชีวิตดีขึ้นนะ ใจดีขึ้น”

ครูจินตนา นำศิริโยธิน ผู้ช่วยครูใหญ่ฝ่ายอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ

ฝึกเปิดใจผ่าน...

๑. **ฝึกรู้เท่าทันตนเอง** ด้วยการทบทวนตนเองทั้งด้านบวกและลบในชีวิตประจำวัน เพื่อการเท่าทันอารมณ์และความคิดของตน

๒. **ฝึกที่จะเรียนรู้จากผู้อื่น** ด้วยการเอาใจเขามาใส่ใจเรา สร้างทัศนคติที่ดีทั้งต่อเด็กและผู้อื่น

๓. **ฝึกเป็นผู้ให้** ให้คำชม ให้การช่วยเหลือ แสดงความรับผิดชอบต่อส่วนรวม โดยไม่ต้องรอให้ขอหรือสั่ง

ฝึกเปิดการรับรู้อย่างลึกซึ้ง – เปิดหู เปิดตา

แม่ครูต้องมีสายตาที่สังเกตเห็นเด็ก เห็นการเรียนรู้ของเด็ก มองเห็นพฤติกรรมการเรียนรู้ของเด็ก แล้วเห็นลึกเข้าไปถึงภาวะการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายใน ในขณะนั้นด้วย โดยอาศัยการมองและการฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ด่วนตัดสิน ไม่มีอคติ

“

ตาครู ต้องเป็นตาที่อ่านเด็กให้ออก
ไม่ใช่แค่มองเห็นพฤติกรรมภายนอกของ
เขาแต่ต้องเห็นลึกเข้าไปถึงภาวะการเรียนรู้ในขณะนั้นๆ
เด็กจะเรียนรู้สิ่งที่ไม่ใช่ตัวหนังสือเยอะมากนะ เขากำลังอ่านโลกอยู่
ที่นี่ครูก็ต้องพาอ่านโลกให้เป็น ....
บางทีเราก็นึกว่าเด็กๆไม่ได้เรียนรู้อะไรหรอกเพราะว่านั่งก็ไม่นิ่ง
แต่ที่จริงเขากำลังสังเกตเราอยู่นะ ...
แม้แต่การที่เขาแย่งกันตอบ มีบางคนที่มักจะตอบทุกครั้ง
บางคนไม่ค่อยตอบ ไม่ใช่เขาไม่รู้นะ
แต่เราอาจจะต้องหันมาป้อนคำถามให้กับบางคนเหล่านั้นด้วย
บางทีเขาก็กำลังกะระยะอยู่ ยังลังเลอยู่ ถ้าเราไม่ปล่อยผ่าน
เราจะช่วยขจัดความลังเลของเขาได้
เหมือนเลเซอร์ทะลุเลย เหมือนเอ็กเซเรย์ เห็นหมดเลย

”

รองศาสตราจารย์ประภาภัทร นิยม
อธิการบดี สถาบันอาศรมศิลป์ ผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ

ฝึกลงมือทำ = ผู้กำกับการเรียนรู้

แม่ครูต้องเป็นผู้กำกับที่เอื้อให้เกิดองค์ประกอบที่เหมาะสมกับการเรียนรู้ของเด็ก

"ครูมีหน้าที่เป็นผู้จัดการโรงละคร เป็นผู้กำกับที่จะทำให้วันนั้นของเด็กจะเป็นอย่างไร เรื่องสิ่งแวดล้อมรอบตัว ออกแบบกิจกรรมต่างๆ เหมือนหนังเลย เราจะวางแผนว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นตรงไหนบ้าง เด็กๆ จะเอาตัวเองไปวางตรงไหน เราจะกำกับสถานที่ องค์ความรู้ แต่ไม่กำกับเด็กเราจะแค่เตรียมองค์ประกอบเกี่ยวกับความรู้"
ครูเรวดี ดุงศรีแก้ว ครูใหญ่ฝ่ายอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ

แม่ครูสามารถสร้างให้ทุกหนทุกแห่งในโรงเรียนเอื้อให้เกิดการเรียนรู้ได้ โดยจัดวางและออกแบบอย่างแยบคาย เริ่มตั้งแต่เด็กเดินเข้ามาในโรงเรียนจนถึงกลับบ้าน ทุกอย่างจะอยู่ในบทบาทที่ครูวางไว้ให้ ทั้งช่วยให้เด็กเตรียมความพร้อมให้เด็กๆ ได้เข้าถึงสิ่งต่างๆ ได้อย่างสะดวกแต่เป็นระเบียบ และให้เด็กได้สร้างวินัยในการดูแลตนเองอย่างเป็นลำดับขั้นตอน เช่น เตรียมชั้นเก็บของส่วนตัว จุดวางขวดน้ำ กระเป๋า มุมการเรียนรู้จัดวางให้เหมาะสมไม่ให้อลหม่านในห้องและไม่รบกวนมุมอื่นๆ

เนื่องจากเด็กเรียนรู้จากการเห็นของจริง ลงมือทำจริง ได้ดีที่สุด เราจึงสามารถเอาทุกอย่างมาเป็นสื่อการสอนได้ โดยแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ ดังนี้

๑. ตัวแม่ครูเองนั้นเป็นสื่อชั้นเยี่ยมที่สุด เด็กจะเห็นครูเป็นต้นแบบ ดังนั้นครูเป็นอย่างไรเด็กก็เป็นอย่างนั้น ทั้งนิสัย ท่าที ความเครียด ความสุข วิธีคิด การกระทำ ฯลฯ ที่เด็กๆ จะซึมซับและเป็นไปเองอย่างง่ายดาย

๒. ธรรมชาติ ทั้งที่มีอยู่แล้วรอบตัว เพียงแค่เปิดหน้าต่างออกไป เดินออกไปดูหรือธรรมชาติที่เราช่วยกันสร้างอย่างแปลงปลูกผัก

๓. ของกินของใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น วัตถุดิบในการปรุงอาหาร ที่นอน หมอน เสื้อผ้า

๔. ของใช้ที่ไม่ได้เจอบ่อยในชีวิตประจำวัน อาจจะจัดเป็นธีม เช่น ธีมข้าว ก็ให้เด็กได้เห็นข้าวชนิดต่างๆ ได้ปลูกข้าว อุปกรณ์การตวง ตำ ผัดข้าว รวมไปถึงสื่อโปสเตอร์ แผ่นพับ เพลง สื่อวีดีทัศน์(แต่ต้องเป็นขนาดสั้นเท่านั้น)

๕. หนังสือทั้งหนังสือนิทานภาพและแนวสารคดี ทั้งสำหรับเด็กและผู้ใหญ่ (อ่านรายละเอียดในเล่ม “แม่ครูพาคิด อ่าน เขียน”) มีทั้งเล่มที่เข้ากับธีมการเรียนรู้ในช่วงนั้นๆ และอื่นๆ

๖. ของเล่นแบบไม่สำเร็จรูป ทั้งเครื่องเล่นที่มาจากเครื่องใช้เครื่องครัวที่ไม่ใช้แล้ว และสนามเด็กเล่นปลายเปิด(อ่านรายละเอียดในเล่ม *“แม่ครูพาเล่น”*)

๓. แม่ครูผู้เข้าใจวิธีการเรียนรู้ของเด็ก นำไปสู่การตั้งเป้าหมาย และการออกแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสม

วิธีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของเด็ก

จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเด็กได้

- **ลงมือทำ(Active Learning)** ธรรมชาติของเด็กวัยนี้เป็นวัยที่อยากรู้อยากเห็น อยากจับต้องสัมผัส เขาเรียนรู้ผ่านการเล่น การลงมือทำ แม่ครูจึงต้องจัดสภาพแวดล้อมของการเรียนรู้ทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียนที่เอื้อให้เด็กมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเด็กเอง ให้เด็กได้เล่น ได้ลงมือทำค่อยๆ สะสมประสบการณ์ ฝึกสังเกต ฝึกคิด ฝึกทำ และซึมซับคุณค่าของสิ่งที่เรียนรู้
- **เลียนแบบ** เด็กเล็กเรียนรู้ผ่านการเลียนแบบผู้ใหญ่ แม่ครูจึงต้องเป็นแม่แบบที่ดีให้กับเด็ก “พาให้รู้ ทำให้ดู อยู่ให้เห็น” ครูเป็นอย่างไรเด็กเป็นอย่างนั้น
- **มีความสุข** สมองจะอยู่ในสภาวะพร้อมเรียนรู้ที่สุดเมื่อเรามีความสุข โดยเฉพาะจากการเล่น และไม่บั่นทอนความภาคภูมิใจในตัวเองซึ่งเกิดจากความคาดหวังจากผู้ใหญ่ที่เกินพัฒนาการ, ติดกรอบความถูกต้องและตำหนิเด็ก ไม่เปิดโอกาสให้ลองผิดลองถูก

ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมจึงต้องคำนึงถึงสิ่งเหล่านี้ ผ่านการทำงาน ๕ ด้าน คือ งานเล่น งานบ้าน งานสวน งานครัว และ งานคิด อ่าน เขียน

เป้าหมายการเรียนรู้ของเด็ก

ปฐมวัยเป็นวัยที่ต้องวางรากฐานการดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่งก็หนีไม่พ้นการ *“กิน อยู่ ดู ฟัง”* เป็น นั่นเอง

กินเป็น ก็รู้จักวิธีกิน กินอย่างเหมาะสม รู้จักความพอดี กินอาหารที่เป็นประโยชน์

อยู่เป็น รู้จักจัดเก็บสิ่งต่างๆ ในที่ในทาง รู้จักทำความสะอาดร่างกายตัวเอง เครื่องใช้ ไม้สอยต่างๆ เป็นผู้รักษาความสะอาด ผู้ที่ลุกขึ้นกระทำให้สิ่งต่างๆ อยู่อย่างเหมาะสม

ดูเป็น รู้จักดูสิ่งต่างๆ รอบตัว เพื่อความปลอดภัยรอบครอบ ดูให้ออก ให้เป็นประโยชน์

ฟังเป็น ฟังแล้วรู้ความหมาย นำไปใช้ได้ ฟังให้ตลอดรอดฝั่ง ฟังให้ครบถ้วน ฟังเพื่อนให้เป็น ซึ่งเด็กโดยมากจะฟังถึง อวัจนภาษา คือภาษาท่าทางของเพื่อนด้วย เมื่อหัดเป็นผู้ฟังที่ดี ก็จะมีปัญญามากขึ้น

“

…ธรรมชาติของเด็กไม่มีพื้นฐานอะไรมาก่อน

เด็กมีแต่ความต้องการ

ที่ ไม่รู้ว่าอะไรควร ไม่ควร

ผู้ใหญ่ที่อยู่รอบตัวเด็กหรือผู้ที่มีความรับผิดชอบในการอบรมเลี้ยงดู

ต้องรู้เท่าทันและรู้อย่างถูกต้องว่าจะบรรจุอะไร

เติมเต็มสิ่งใดให้แก่เด็ก…

”

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)

ข้อคิดบางตอนจากธรรมะบรรยายเรื่อง “เด็กจะเป็นผู้สร้างโลกในอนาคต”

๒๕ เมษายน ๒๕๓๑ สวนโมกขพลาราม อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี

บทที่ ๒
แม่ครูเตรียมของ :
ชุดกิจวัตร

๑. ทำไมต้องเรียนรู้ผ่านกิจวัตร

“กิจวัตร” คือกิจที่ต้องทำเป็นประจำ เพื่อดูแลตนเองให้สะอาด แข็งแรง ปลอดภัย เป็นกิจพื้นฐานที่เด็กทุกคนต้องทำให้เป็น ภายใต้เงื่อนไขของเวลา เพื่อให้ชีวิตไม่ยุ่งเหยิงสับสน เป็นฐานที่มั่นคงก่อนจะไปทำงานที่ยากและท้าทายขึ้นต่อๆ ไป

“‘งานบ้าน งานครัว งานสวน’ ถ้าเราไม่ทำสามสิ่งนี้ทุกวัน บ้านก็เละ เราสอนเด็กทำทุกวัน ตารางเวลาในหนึ่งวัน fixed ไว้อยู่แล้ว ผลปลายทางคือทุกอย่างจะเรียบร้อย ทุกอย่างจะง่ายขึ้น ถ้าเราไม่ทำอันนี้ก็ไม่ทำ เสื้อผ้าก็ไม่พอ กินแล้วก็ไม่ล้างจาน ชีวิตก็จะยุ่งเหยิงมากขึ้น เอาเป็นว่าถ้าเราไม่จัดการทุกวันให้เรียบร้อย เราจะลำบากตัวมากขึ้น”

อาจารย์อภิสิรี จรัลชวนะเพท

ผู้เชี่ยวชาญการศึกษาวอลดอร์ฟ ผู้ก่อตั้งอนุบาลบ้านรัก

จากhttps://thepotential.org/2018/08/24/banrak-kindergarten/

วันพุธ เด็กอนุบาล๓ ทำกิจวัตรอะไรกันบ้าง

๗.๓๐ - ๘.๓๐
กิจกรรมทำอาหาร
(นำวัตถุดิบมารวมกัน)

๘.๓๐ - ๘.๔๕
รวมสมาธิ

๘.๔๕ - ๙.๓๐
กิจกรรมรับอรุณ
นิทานวงกลม มงคลชีวิต
กิจกรรมดนตรีกับการเคลื่อนไหว

๙.๓๐ - ๑๐.๐๐
รับประทานอาหารว่างเช้า

๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐
กิจกรรมทำอาหาร
หรือปิกนิก (ลงมือทำ)

๑๑.๐๐ - ๑๑.๔๕
เล่นอิสระที่สนาม

๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐
รับประทานอาหารกลางวัน
กิจวัตรส่วนตัว อาบน้ำ

๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐
ทำกิจกรรมศิลปะ
เรียนรู้โครงงาน

๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐
ดื่มนม วงกลมอำลา
กลับบ้าน

นอกจากกิจที่เกี่ยวข้องกับการดูแลตนเองอย่าง**งานบ้าน งานครัว งานสวน**แล้ว เด็กปฐมวัยยังควรมีกิจที่ส่งเสริมพัฒนาการการเรียนรู้อย่างกิจกรรม**การเล่น** และกิจกรรมที่ส่งเสริม**การคิดอ่านเขียน** แทรกอยู่ในกิจวัตรประจำวันด้วย

กิจวัตรประจำวัน

๑. งานบ้าน

เป็นการงานที่ทำให้เด็กได้เรียนรู้คุณค่าของการพึ่งพาตนเอง รู้จักดูแลตนเองได้ เมื่อเด็กเล็กได้ฝึกทำงานบ้านอย่างสนุก ก็จะมีวินัยในตนเอง รับผิดชอบตนเองได้ มีความคิดยืดหยุ่น

๒. งานครัว

สำหรับเด็กการทำอาหารก็เหมือนงานเล่น ได้ฝึกระบบประสาทสัมผัส รูป รส กลิ่น เสียงอย่างครบถ้วน การทำงานครัวยังพาให้เด็กได้รู้จักกินอย่างดี รู้คุณค่าในอาหาร ได้ฝึกลงมือทำจริง และภูมิใจใน(ฝีมือ)ตนเอง

๓. งานสวน

ทำให้เด็กเชื่อมโยงตนเองกับธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมรอบตัวอย่างง่าย เรียนรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงผ่านฤดูกาล เรียนรู้เรื่องการเติบโตผ่านการเพาะปลูก เรียนรู้เรื่องการดูแล ความอดทนรอ ผ่านการรดน้ำพรวนดิน เมื่อเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งในธรรมชาติ เด็กจะรู้จักสัมพันธ์กับผู้อื่นได้

๔. งานเล่น (เล่นนอกห้องเรียนและเล่นในห้องเรียน)

เรื่องเล่นคือเรื่องใหญ่ การเล่น คือการพัฒนาการเรียนรู้อย่างเป็นองค์รวมและเป็นธรรมชาติที่สุด ซึ่งพัฒนาด้านร่างกาย ทั้งระบบประสาทสัมผัส (ตา หู จมูก ปาก ผิว) ได้จากปีนป่าย วิ่งเล่น มุดคลาน ทำให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง พัฒนาด้านสติปัญญา ระหว่างเล่นเกิดการใช้ภาษาเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เกิดการแก้ปัญหาในการเล่นและพัฒนาด้านจิตใจ เมื่อเล่นด้วยกันกับเพื่อนเกิดการแบ่งปัน *“ยิ่งเล่นก็ยิ่งเรียนรู้”*

๕. งานคิดอ่านเขียน (ฟังนิทาน)

เด็กจะใช้ภาษาได้ดี เกิดจากการฟังที่ดี สะสมคลังคำไว้จากการฟัง ดังนั้นก่อนที่เด็กจะอ่านออกเขียนได้ก็ต้องเริ่มจากฟังให้เป็น นิทานคือเครื่องมือพัฒนาการการฟัง ให้เด็กได้รู้ภาษา เรียนรู้คำผ่านภาพ ต่อเติมภาษาผ่านการพูดคุย และเมื่อเด็กสามารถฟังจนเข้าใจได้ ก็สามารถที่จะถ่ายทอดเรื่องราวด้วยการอ่านเองได้

รายละเอียดของชุดกิจวัตรเพิ่มเติมในหนังสือ *“ชุดครูปฐมวัยหัวใจแม่”*
www.holisticteacher.net

ชุดกิจวัตรประจำวันเป็นการสร้างนิสัยให้กับเด็ก

๑. **นิสัยการกิน การอยู่ การนอน ที่พอดี** ทำให้เด็กมีสุขอนามัยที่ดี สร้างนิสัยที่ดีโดยที่ไม่ต้องบังคับ อันจำเป็นต้องทำให้เกิดกิจวัตรประจำวัน เหล่านี้เด็กจะคุ้นชินไปเอง

๒. นิสัยการรู้จักจัดแบ่งเวลา การทำกิจวัตรตามตารางที่ชัดเจนทุกวันอย่างสม่ำเสมอ แทรกการผ่อนคลาย ตามเวลาที่จัดไว้ และสอดคล้องกับพัฒนาการจะช่วยให้เด็กรู้จักเวลา ซึ่งเป็นเรื่องนามธรรมมากๆ แต่จำเป็นต้องรู้ตั้งแต่วัยเด็กเพื่อให้ดูแลตนเอง และการจัดการเวลาเป็น

๓. นิสัยการมีวินัยในตนเอง เมื่อเด็กได้ทำแบบนี้เด็กก็จะมีชีวิตที่ง่าย สบาย ไม่มีปัญหา

๔. นิสัยการจัดการ การรับผิดชอบตนเอง ไม่รอพึ่งคนอื่น เมื่อเด็กรู้ว่าตอนไหนต้องทำอะไร และได้ลองทำแล้ว เขาจะมีการสังเกตสภาพแวดล้อมอยู่ตลอดเวลาว่าตอนนี้คือช่วงไหน เขาต้องทำกิจวัตรอะไร เขาทำอะไรเองได้บ้าง และลงมือทำโดยไม่ต้องรอคำสั่ง

๒. การออกแบบตารางสอน ให้สอดคล้องกับชุดกิจวัตร

การออกแบบตารางสอนให้สอดคล้องกับชุดกิจวัตรต้องคำนึงถึงข้อสำคัญดังนี้

๑. **การออกแบบเส้นทางการเรียนรู้ตลอดปีการศึกษา** (Road Map) เป็นการ**ตั้งเป้าหมาย**ว่าเด็กต้องได้อะไร มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร แล้วมองภาพรวมของกิจวัตร/กิจกรรมตลอดทั้งปีที่จะช่วยพาเด็กไปให้ถึงเป้าหมายที่ต้องการ โดยคำนึงถึงความสอดคล้องกับวัยและพัฒนาการ นอกจากนี้ยังต้องมีเนื้อหาที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติและสังคมวัฒนธรรม ที่จะนำมาเป็นธีมในการเรียนการสอนในรอบปีอีกด้วย เช่น ฤดูกาล วัฏจักรของพืช/สัตว์ การเพาะปลูก เทศกาลสำคัญ และวันสำคัญ

๒. เมื่อได้เป้าหมายและเนื้อหาแล้ว จึง**ออกแบบเส้นทางการเรียนรู้ย่อยเป็นรายเทอม รายสัปดาห์ รายวัน**

๓. **ต้องคำนึงถึงรูปแบบซ้ำๆ ที่เป็นจังหวะสม่ำเสมอ** คือสลับกันระหว่าง**สิ่งต้องทำ**กับ**สิ่งที่เด็กชอบ** ควบคู่ไปกับ**การใช้พลัง**และ**การกลับสู่ความสงบ** เช่น จัดกระเป๋า(ต้องทำ/สงบ) การเล่นอิสระ(สิ่งที่ชอบ/ใช้พลัง) หลังจากเล่นให้เก็บของเล่น (ต้องทำ/สงบ) ทานอาหารว่าง(สิ่งที่ชอบ/สงบ) โดยให้เหมือนเป็นจังหวะของลมหายใจ เข้าและออก สลับกันไปเรื่อยๆ ทำอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เด็กมีจังหวะชีวิตที่พอดี ไม่เคร่งเครียดแต่ก็ไม่หย่อนยานเกินไป ไม่กระตุ้นเร้าแต่ก็ไม่เฉื่อยชา เป็นสภาวะที่สมดุลย์ สงบแต่กระตือรือล้นพร้อมเรียนรู้

ตารางกิจวัตรประจำ “วัน”

กิจวัตรและกิจกรรมที่จำเป็นต้องทำทุกวัน เช่น ทำงานบ้าน ทานอาหาร นอน เล่น การฟังนิทาน อย่างเป็นจังหวะและสม่ำเสมอ โดยจะแทรกธีมการเรียนรู้ที่เกี่ยวเนื่องกับตารางกิจวัตรประจำ “ปี”

ตารางกิจวัตรประจำ “สัปดาห์”

เพื่อความหลากหลายของการเรียนรู้ ให้ชีวิตมีความสมบูรณ์มากขึ้น เช่น

งานครัวเรือน : ทำอาหาร

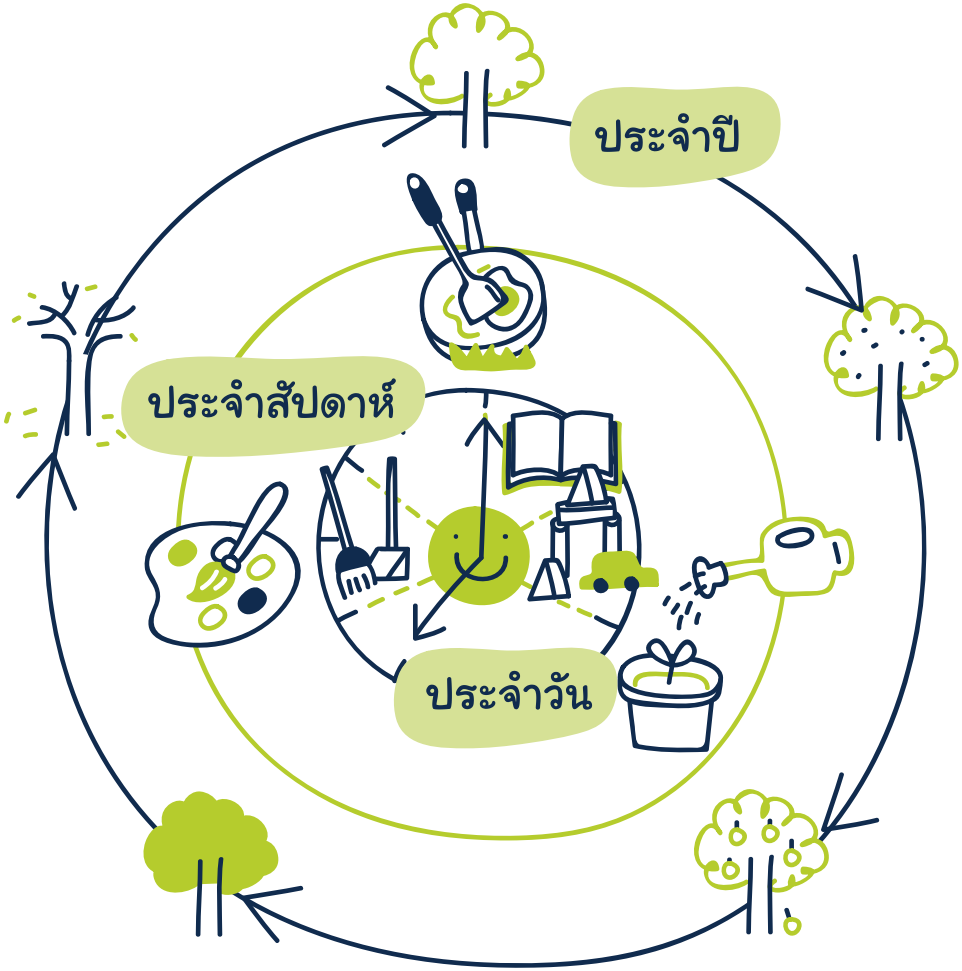
งานซ่อมแซม : เย็บผ้า

งานสวน : ปลูกผัก

งานศิลปะ : งานปั้น งานวาดภาพ

ตารางกิจวัตรประจำ “ปี”

เพื่อให้เด็กตระหนักรู้ถึงธรรมชาติ สภาพแวดล้อมระยะเวลาในหนึ่งปีนับว่ายาวนาน ตารางหนึ่งปีจึงเกี่ยวเนื่องกับธรรมชาติ เพื่อให้เด็กได้เชื่อมโยงตนเองกับการเปลี่ยนแปลง เมื่อได้เห็นธรรมชาติเปลี่ยน ก็เริ่มเห็นการเปลี่ยนแปลงในตนเอง ได้เรียนรู้การเฝ้ารอคอย การสังเกต โดยผ่านงานสวน ผ่านธีมการเรียนรู้ เช่น ฤดูกาล อาหารในแต่ละฤดู วัฏจักรพืช สัตว์ เป็นต้น



ตัวอย่างตารางสอนรายสัปดาห์

วัน/เวลา	๗.๓๐ - ๘.๓๐	๘.๓๐ - ๘.๔๕	๘.๔๕ - ๙.๓๐	๙.๓๐ - ๑๐.๐๐	๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐	๑๑.๐๐ - ๑๑.๔๕	๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐	๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐	๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐
วันจันทร์	งานกิจวัตร/ เล่นอิสระ ในห้องเรียน	รวมสมาธิ เก็บของ เล่น	กิจกรรม รับอรุณ นิทาน วงกลม มงคลชีวิต กิจกรรม ดนตรี กับการ เคลื่อนไหว	รับ ประทาน อาหารว่าง เช้า	กิจกรรมเดินป่าธรรมชาติ กิจกรรมศิลปะ หรือนิทาน (แทรกเนื้อหาธีม)	กิจกรรมเดินป่าธรรมชาติ กิจกรรมศิลปะ หรือนิทาน (แทรกเนื้อหาธีม)	รับประทาน อาหาร กลางวัน กิจวัตร ส่วนตัว อาบน้ำ	English (Phonics)	ตื่นนอน ดื่มนม วงกลม อำลา กลับบ้าน
วันอังคาร	English Day				English Day	English Day		อนุบาล ๒ พักผ่อน อนุบาล ๓ ทำกิจกรรมศิลปะ เรียนรู้โครงงาน	
วันพุธ	กิจกรรม ทำอาหาร				กิจกรรม ทำอาหาร หรือปิกนิก (แทรกเนื้อหาธีม)	เล่นอิสระที่สนาม		อนุบาล ๒ พักผ่อน อนุบาล ๓ ทำกิจกรรมศิลปะ เรียนรู้โครงงาน	
วัน พฤหัสบดี	เล่นอิสระ ในห้องเรียน				กิจกรรมสัมพันธ์ /เล่นเกม กิจกรรม S.I (ส่งเสริมระบบผสมผสาน รับความรู้สึก)	English Through Music		เรียนมวยไทย (เฉพาะ อนุบาล ๓)	
วันศุกร์	ว่ายน้ำ				กิจกรรมรักการอ่าน (เข้าห้องสมุด)	กิจกรรมศิลปะ เรียนรู้โครงงาน (แทรกเนื้อหาธีม)		อนุบาล ๒ พักผ่อน อนุบาล ๓ ทำกิจกรรมศิลปะ เรียนรู้โครงงาน	

๓.การออกแบบห้องเรียนให้สอดคล้องกับชุดกิจวัตร

อนุบาลก็คือบ้าน บ้านที่จะเอื้อให้เด็กได้เล่น เพื่อการเรียนรู้

“ออกแบบเนื้อที่ประโยชน์ใช้สอยให้เหมือนกับบ้านหนึ่งหลัง ที่สอดคล้องกับกิจวัตรด้วย ห้องนั่งเล่น ห้องครัว มุมสงบ มุมพระ มีห้องน้ำที่ไม่ไกลเกินไปอย่างปลอดภัย ห้องนอน ห้องผักผ่อน ทุกอย่างเหมือนบ้าน ๑ หลัง”
อาจารย์อภิสิรี จรัลชวนะเพท
ผู้เชี่ยวชาญการศึกษาวอลดอร์ฟ ผู้ก่อตั้งอนุบาลบ้านรัก

ห้องที่เอื้อต่อการเรียนรู้กิจวัตรทำให้เด็กได้...

- เรียนรู้เรื่องการจัดสรรของใช้ตนเอง
- มีการคิดเป็นลำดับขั้นตอน วางของตามจุด
- ดูแลตนเองได้
- ดูแลห้องเรียนได้
- มีวินัยในการหยิบใช้ของในห้องเรียน

ดังนั้นในห้องเรียนก็จะมีมุมเรียนรู้ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท

๑.มุมเครื่องใช้ส่วนตัวที่จัดการจัดสรรตนเอง เช่น มุมเก็บของใช้ ต้องมีล็อคเกอร์หรือช่องลิ้นชักให้ได้เห็นที่เก็บ ที่วาง เมื่อเด็กจำได้จะเริ่มนำของส่วนตัวไปวาง เด็กจะเริ่มออกแบบขั้นตอนการใช้งานที่มีลำดับก่อนและหลังด้วยตนเอง

๒.มุมการเรียนรู้ ที่จะได้เล่นและถ่ายออกการเรียนรู้ เช่น

- มุมบล็อก มีบล็อกไม้รูปทรงต่างๆ อาจมีโจทย์พิเศษ เช่น เพิ่มตาซั่งเข้าไปให้ได้ลองเล่น
- มุมอ่านนิทาน มีหนังสือนิทานจัดวางไว้ เข้าไปหยิบได้สะดวก
- มุมบทบาทสมมุมติ มีผ้าขนาดต่างๆ วางไว้ ให้เด็กหยิบไปเล่นได้
- มุมศิลปะ มี สี กระดาษ เอื้อให้เด็กเกิดการถ่ายออกทางความรู้

รายละเอียดของชุดกิจวัตรเพิ่มเติมในหนังสือชุด *“ครูประฐมวัยหัวใจแม่ : แม่ครูพาเล่น”* www.holisticteacher.net

มุมนิทาน
มุมศิลปะ
มุมสงบ
(พระ)
ลานทำกิจกรรม
กลางห้อง
มุมเก็บของ
ส่วนตัว
มุมบล็อก

บทที่ ๓
แม่ครูผู้สมบูรณ์ : ครูโค้ช

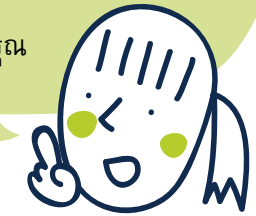
๑. ทำไมต้องมีเพื่อนช่วยโค้ช

จะดีแค่ไหนที่ครูจะมีเพื่อนคอยช่วยเหลือ ไม่โดดเดี่ยว
จะดีแค่ไหนเมื่อครูทั้งโรงเรียนช่วยกันได้ โดยไม่ต้องรอการช่วยเหลือจากภายนอก
เพราะคนที่มีประสบการณ์การสอน รู้จักเด็ก และเหตุปัจจัยต่างๆ ดีที่สุด ก็คือแม่ครูในห้องเรียนนั่นเอง
หากเราร่วมมือกัน ต่างคนต่างเอาประสบการณ์ที่สะสมมามาแบ่งปันกัน เราจะมีขุมสมบัติการเรียนการสอนเป็นของเราเอง แถมใช้อย่างไรก็ไม่หมด มีแต่จะเพิ่มพูนขึ้นไปเรื่อยๆ

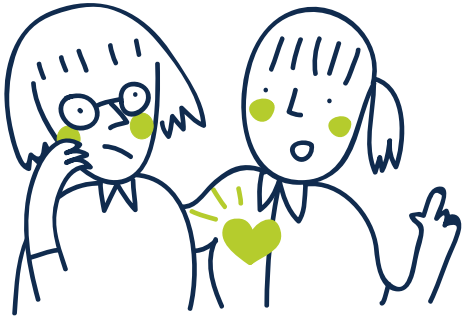
"เราเห็นเพื่อนครูเหนื่อย เราเองก็เหนื่อย เลยมาคิดกันว่าจะทำอย่างไรให้เราเหนื่อยน้อยลง ก็เลยต้องสุมหัวคุยกัน การเป็นโค้ชก็คือการเป็นเพื่อนกัน พากันไปให้ตลอดรอดฝั่ง ทุกคนไม่มีใครทำอะไรถูกเสมอหรือเข้าใจทุกเรื่องเสมอ ไม่มีใครทำได้ทุกอย่าง แต่ถ้ามีเพื่อนที่คอยเคียงข้างคอยช่วยเรา ชี้ให้เห็นในมุมมองที่ต่างออกไป มีทั้งเทคนิคและวิธีเข้าใจเด็กในแบบต่างๆ ไม่ตัดสินเด็กจากมุมมองของเราคนเดียว จะทำให้ชีวิตของเราเบาขึ้น สบายขึ้น นี่จึงเป็นจุดเริ่มต้นของการมีวงเพื่อนครูโค้ชที่ไม่ได้มาเป็นหัวหน้า หรือคนออกคำสั่ง แต่มาเป็นเพื่อนคู่คิดไปด้วยกัน"
ครูปิยะดา พิชิตกุศลาชัย ผู้ช่วยครูใหญ่ฝ่ายอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ

เมื่อมองตนเองไม่ชัด จะต้องมีเพื่อนมาช่วยสะท้อน จึงต้องมีชุมชนครูเกิดขึ้นเพื่อให้เพื่อนครูได้เป็นคนช่วยสะท้อนกันและกัน และฝึกฟังกันอย่างลึกซึ้ง วงสะท้อนการทำงาน (After Action Review AAR) อาจจะทำทุกวันหลังเลิกงาน หรืออย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง เพื่อฝึกฟังกันอย่างลึกซึ้งและช่วยกันปรับแก้ แนะนำกันได้อย่างทันเวลา เป็นปัจจุบันที่สุด

"บางทีด้วยความที่เราไม่รู้สึกตนเอง เราก็จะเล่าให้เพื่อนครูฟังเรื่องในห้องเรา เพื่อนครูของเราที่ไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์ เขาไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้อง แต่พอเพื่อนครูฟังแล้วเขาช่วยทวนเราว่า เราได้ทำแบบนั้นหรือยัง แบบนี้หรือยัง มันเป็นพื้นที่ที่มาคุยกันได้ พื้นที่นี้ทำให้ทุกคนรู้สึกปลอดภัย พอเรารับฟังเรื่องคนอื่นแล้ว ได้ฟังข้อมูลแล้วก็จะเริ่มเปรียบเทียบกับตนเอง เรากลับมาแก้ที่ตัวเรา ทุกอย่างเกิดจากการฟัง เพื่อนครูสะท้อนเพื่อช่วยเหลือ การเล่าสู่กันฟัง ช่วยกันเรียนรู้ ทำให้ความสัมพันธ์ดีขึ้น"
รองศาสตราจารย์ประภาภัทร นิยม
อธิการบดี สถาบันอาศรมศิลป์ / ผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ



คุณคิดว่าคุณมี
คุณสมบัติที่จะเป็นครูโค้ชไหม?



- ให้ความหวังดี ให้คำปรึกษาที่ดี
- ให้ความอบอุ่นใจ ให้กำลังใจ
- ให้แรงบันดาลใจ
- ให้ความเข้าใจ ความรักความเมตตา
- ให้ประสบการณ์การสอน การอยู่กับเด็กอย่างเป็นธรรมชาติ การสร้างวินัยให้เด็ก ฯลฯ
- ให้วิธีแก้ปัญหา เผชิญอุปสรรคต่างๆ

ครูโค้ชไม่จำเป็นต้องมีคุณสมบัติครบทุกข้อ เพียงแค่สามารถ *“ให้”* ได้ตามข้อใดข้อหนึ่ง คุณก็ช่วยเพื่อนครูได้มากและสร้างบรรยากาศเชิงบวกให้ชุมชนครูได้แล้ว

“

แม่ครูที่สมบูรณ์ต้องมองเห็นเพื่อนครูเป็นลูกศิษย์คนหนึ่ง
ถอดความรู้ของตนเองได้ว่าผ่านความชำนาญเหล่านั้นมาได้อย่างไรบ้าง
เพื่อถ่ายทอดให้ครูรุ่นต่อไปได้ ทำงานที่ใกล้ชิดกัน จึงจะบอกทัน
ต้องทำคู่กันไป (ครูคู่ peer coach) แล้วบอกเล่ากันในขณะที่ทำได้
ผลก็จะไปเกิดในห้องเรียน ทำให้ห้องเรียนดีขึ้นเรื่อยๆ
เกิดความคิดใหม่ๆ เกิดความก้าวหน้าในการงานก็เกิดขึ้น
งานก็จะไม่ซ้ำซาก งานก็จะมีชีวิตชีวาอยู่เรื่อย

”

รองศาสตราจารย์ประภาภัทร นิยม
อธิการบดี สถาบันอาศรมศิลป์ ผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ

๒. ชุมชนครูมืออาชีพ (PLC)

รศ.ประภาภัทร นิยม อธิการบดีสถาบันอาศรมศิลป์และผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ กล่าวถึงปัจจัยความสำเร็จของโรงเรียนรุ่งอรุณว่าคือ ความมุ่งมั่นของบุคลากร **ที่เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน** ครูใหม่จะได้รับการอบรมส่งต่ออุดมการณ์และรับรู้เป้าหมายของโรงเรียนจากครูใหญ่และครูเก่าอยู่เสมอ ผ่านเวทีการแลกเปลี่ยนวิสัยทัศน์ที่จัดขึ้นอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดย รศ.ประภาภัทรจะประชุมกับครูใหญ่ทั้งสามโรงเรียนอยู่เป็นประจำ ทำหน้าที่ใส่ไฟไม่ให้มอด ให้โจทย์ท้าทาย ให้ทุกคนรู้สึกเป็นเจ้าของ เป็นโจทย์ร่วมของทุกคน

จากครูใหญ่ไปสู่ครูในแต่ละระดับชั้น โดยมีเวทีการประชุมเป็นประจำสัปดาห์ละครั้ง/ระดับชั้น คือ After Action Review (AAR) และ Before Action Review (BAR) ที่จัดอยู่ในชั่วโมงการทำงาน โดยให้ครูทบทวนการจัดการเรียนการสอนทั้งในด้านความสำเร็จและความล้มเหลว เพื่อนครูช่วยเสนอแนะตามประสบการณ์ของแต่ละคน หรือครูคนไหนยังมองไม่ออก ให้ถ่ายวิดีโอการจัดการเรียนการสอนแล้วเอามาดูจะเห็นปัญหาได้เอง BAR คือการวางแผนการสอนครั้งต่อไปที่ต้องสอนให้ครบทั้ง ๓ ด้าน คือ ความรู้ ทักษะ คุณค่า เป็นการพัฒนาครูไปบนงานที่ทำ ซึ่งเวที AAR และ BAR นี้จะสร้างชุมชนผู้เชี่ยวชาญด้านการเรียนรู้

Professional Learning Community (PLC) คือชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่เป็นกัลยาณมิตรต่อกัน ซึ่งการเป็นโรงเรียนวิถีพุทธนั้นเอื้อให้เกิดสิ่งเหล่านี้ได้ง่าย เพราะเราจะรู้จักฟังไม่โทษคนอื่น แต่จะหันมาดูตัวเราเอง ฟังด้วยความเข้าใจ ด้วยความเห็นอกเห็นใจ ด้วยความรู้สึกอยากช่วย ซึ่งโรงเรียนต้องติดตั้งระบบนี้เข้าไปโดยมีตารางการทำงาน/การประชุมชัดเจน

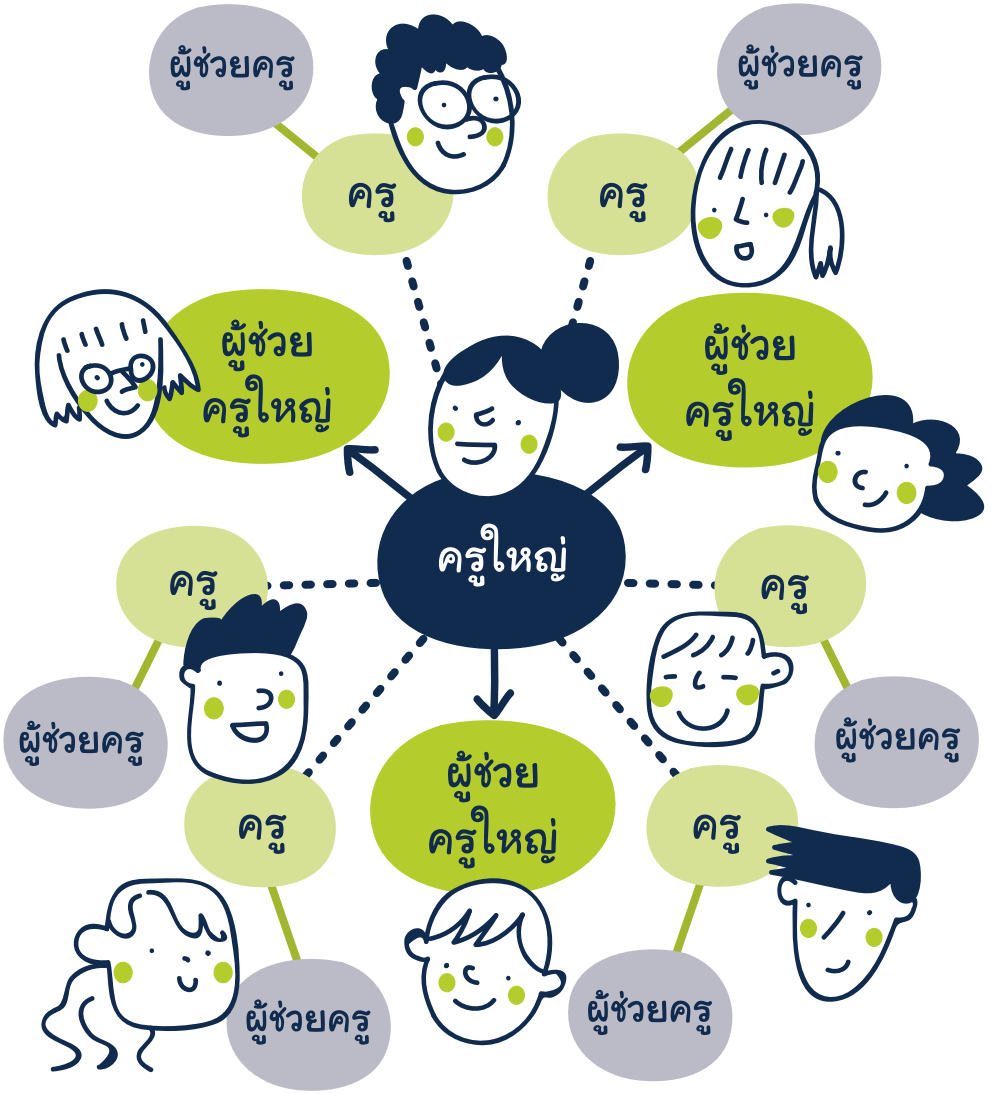
ที่มา: http://www.roong-aroon.ac.th/?p=8007

วิธีการสร้างชุมชนครูมืออาชีพ

๑. สร้างเพื่อนแท้และระบบสะท้อนอย่างชาญฉลาด

๒. สร้างระบบการทำงานแบบ “ครูช่วยครู”

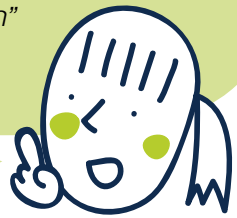
แบ่งการทำงานของครูออกเป็นกลุ่มย่อยเพื่อให้เกิดวงสะท้อน การทำงานที่ชัดเจนอาจแบ่งตามห้อง ครูและผู้ช่วยครูแต่ละห้อง ขึ้นอยู่กับผู้ช่วยครูใหญ่แต่ละคนติดตามปัญหาและพัฒนาการกันมาตั้งแต่ต้นจนจบเทอม/ปีการศึกษา โดยมีครูใหญ่คอยดูแลภาพรวมอีกที อย่างไรก็ดี นี่**ไม่ใช่วงประชุมที่เป็นทางการ และไม่ใช่การรอรับคำสั่งจากผู้บังคับบัญชาแต่เป็นวงเพื่อนฟังเพื่อน และสะท้อนกันอย่างสร้างสรรค์**



๓. ตั้งโจทย์และเป้าหมายการเรียนรู้ของเด็ก

เพื่อให้ทุกคนมีเป้าหมายชัดเจนร่วมกัน ไม่ไขว้เขวระหว่างทางที่จะไปให้ถึงเป้าหมายนั้น

"ระบบของการฝึกตรงนี้ได้ในเรื่องวิชาชีพ การสอนตามเป้าหมายตามลำดับที่วางแผนไว้ ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของแต่ละโรงเรียนด้วย เป้าหมายของโรงเรียนเราคือ "การเอาชีวิตเป็นตัวตั้ง" ที่จะไปช่วยชีวิตของเด็กอย่างไร ไม่ได้เอาแค่แผน เอาคนด้วย เมื่อเอาชีวิตเป็นตัวตั้ง ครูต้องเข้าใจตนเองด้วย กลับมาสะท้อนตนเองได้ เช่น เมื่อเด็กไปไม่ถึงเป้าหมาย หรือเด็กพูดถึงอย่างอื่นที่ครูไม่ได้กำหนดไว้ ครูคิดไม่ทัน ครูเปิดพื้นที่น้อยไป ครูจะเริ่มรู้ตัวแล้วว่า ครูไม่ทันเด็ก"
ครูสุนิสา ชื่นเจริญสุข ผู้อำนวยการโรงเรียนรุ่งอรุณ



๔. เทคนิคการทำวงแลกเปลี่ยน ชุมชนครูมืออาชีพ

- **จัดเป็นตารางวาระการประชุมของครูอย่างสม่ำเสมอ** เพื่อเป้าหมายในการพัฒนาครูอย่างต่อเนื่อง ถ้าไม่มีวง PLC พลาดโอกาสในการเรียนรู้ และพลาดในการช่วยเหลือเพื่อนครูได้ทันท่วงที
- **เป็นพื้นที่ปลอดภัยในการพูดคุย** เป็นพื้นที่ปลอดภัยที่ทุกคนฟังกันด้วยความเป็นปกติ แลกเปลี่ยนอย่างเท่าเทียม อย่างสะดวกใจ สบายกาย เมื่อเล่ากันไปคุยกันไปมา ก็จะพบว่าทุกคนมีผิดเหมือนกัน ทุกคนมีเพื่อน
- **การมีผู้นำวงแลกเปลี่ยนที่ดี และเชี่ยวชาญ** วง PLC ต้องมีคนนำที่ดี โดยเริ่มวงคุยจากการเล่าประสบการณ์ในชั้นเรียนของตนเอง เริ่มจากตนเองให้เกิดการย้อนมอง (self reflection) อันเป็นวิธีการที่ง่ายที่สุดสำหรับการปรับการทำงาน เมื่อคุ้นชินกับการเล่าประสบการณ์ ก็สามารถแลกเปลี่ยนเทคนิควิธีการได้ดีขึ้น
- **การแนะนำกัน การสะท้อนคิดอย่างสร้างสรรค์** การฟังอย่างลึกซึ้ง และสะท้อนคิดด้วยการชื่นชม และคิดหาทางแก้ไขกันไป จะเปิดเผยประสบการณ์ทำงานทั้งดีและไม่ดี เป็นสิ่งที่ช่วยให้ครูพัฒนาการทำงานได้ดีขึ้น ให้ประสบการณ์คนอื่นที่มีมากกว่ามาช่วยเติมเต็ม

“

ถึงแม้ว่าเราจะเห็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในห้องเรียนอื่น
แต่เราก็จะต้องกลับมาสะท้อนตนเองเหมือนกัน ว่าตรงกับเราตรงไหนบ้าง
แล้วเราจะนำบทเรียนของเพื่อนมาแก้ไขกับตนเองอย่างไร
เป็นวิธีการสะท้อนผลที่ทำให้ครูปรับปรุงง่ายที่สุด เพราะเห็นที่ตัวเอง
เรามองแสกนตัวเอง ว่าเราทำอะไรสมบูรณ์หรือยัง
อะไรที่ยังไม่สมบูรณ์ ต้องเติม เราเท่านั้นที่รู้
แต่ถ้าเราไม่นำออกมาพูดมาแลกเปลี่ยนกัน
เราจะมองไม่เห็นเหมือนกัน

”

รองศาสตราจารย์ประภาภัทร นิยม
อธิการบดี สถาบันอาศรมศิลป์ / ผู้ก่อตั้งโรงเรียนรุ่งอรุณ

๓. หัวใจของการเป็นโค้ช

หัวใจของการเป็นโค้ช

๑. หัวใจดวงแรก ศิลปะแห่งการชม

ฝึกทักษะการชมที่มีความหมาย คือมองเห็นจุดที่ดีก่อน ทุกคนมีดีต้องหาให้เจอ การสร้างความเข้าใจข้อนี้สำคัญที่สุด ทุกคนมีข้อดีข้อด้อย แต่อาจมีข้อจำกัดบางอย่าง ซึ่งข้อติดขัดต่างๆ เพื่อนครูต้องช่วยกันค้นหา และให้กำลังใจ ถ้าเราเริ่มต้นที่จุดด้อย จิตใจก็จะห่อเหี่ยว หมดกำลังใจ ดังนั้นการชมที่มีความหมายจึงมีผลต่อจิตใจของผู้เป็นโค้ชด้วย เพราะถ้าเราหามุมมองที่เป็นจุดเด่นได้มากในผู้อื่น จิตใจของโค้ชก็ดีขึ้น ใจชุ่มชื่นขึ้น เป็นการยกระดับจิตใจของตนเองและยกระดับจิตใจของผู้ที่ฟังไปพร้อมๆ กัน

๒. หัวใจดวงสอง ศิลปะแห่งการนำกลับมาสู่บทเรียน

เมื่อเหตุการณ์ไม่เป็นอย่างที่คิด เกิดความผิดหวัง เสียใจ น้อยใจ อารมณ์ด้านลบต่างๆ ถ้าเรายินดีที่จะรับฟังอย่างเป็นกลาง มั่นคง ไม่หวั่นไหวไปกับอารมณ์ที่เพื่อนกำลังเผชิญ เราก็จะมีสติช่วยสะท้อนอย่างชาญฉลาด ใช้ภาษาอย่างแยบคาย ดึงเพื่อนครูให้กลับเข้าสู่เป้าหมายในการสอนได้

๓. หัวใจดวงสาม ร่วมเรียนรู้ไปพร้อมกัน เคียงบ่าเคียงไหล่

เราอยู่ในชุมชนเดียวกันแล้ว ถือว่าลงเรือลำเดียวกัน ต้องลงไปเรียนรู้ด้วยกัน ต้องเคียงบ่าเคียงไหล่กัน เพื่อให้เข้าใจในสถานการณ์เดียวกัน รับรู้ไปพร้อมๆ กัน เพื่อที่จะแนะหรือไปบอกเพื่อนครูได้อย่างชัดเจน เข้ากับเหตุการณ์ เป็นเพื่อนร่วมเรียนรู้อย่างเท่าเทียมกัน

“

โค้ชคือต้องก้าวขาออกจากพื้นที่ปลอดภัย ไปยุ่งกับคนอื่น
ไปยุ่งยังไงให้คนอื่นดีขึ้น อย่างสร้างสรรค์ ไม่ใช่ถูกรังเกียจออกมา
นึกถึงโค้ชนักฟุตบอล ไม่ใช่คนเล่นเอง แต่ต้องทำให้เขายิงเข้าประตูให้ได้
จะเตะอย่างไรก็เรื่องของเขา ให้กำลังใจ
ถ้าผิด ก็ผิดด้วยกัน เพราะอยู่ทีมเดียวกัน
ให้ความรู้สึกนี้อยู่กับตนเองตลอด
ไม่อย่างงั้นก็จะไปหลงเป็นโค้ชที่เอาแต่อำนาจตัดสิน
ที่จริงแล้วเป็นโค้ชคือการฝึกตนเองอย่างมาก

”

ครูจินตนา นำศิริโยธิน
ผู้ช่วยครูใหญ่ฝ่ายอนุบาล โรงเรียนรุ่งอรุณ

ภาคีเครือข่าย

- โรงเรียนรุ่งอรุณ
  โทร ๐-๒๘๗๐-๗๕๑๒-๓ โทรสาร ๐-๒๘๗๐-๗๕๑๔
  https://www.roong-aroon.ac.th/
  https://www.facebook.com/roongaroonschool

- อนุบาลบ้านรัก
  โทร ๐-๒๓๙๒-๘๘๐๗
  https://www.facebook.com/Anubarnbaanrak/

- มูลนิธิสนามเด็กเล่นสร้างปัญญา
  https://www.facebook.com/wisdom.playground.foundation/

- โครงการพัฒนาศูนย์เด็กเล็ก โดยหลักสูตรศึกษาศาสตร์ สถาบันอาศรมศิลป์
  โทร ๐-๒๔๙๐-๔๗๔๘-๕๔
  www.arsomsilp.ac.th

- สำนักพิมพ์สานอักษร
  https://www.facebook.com/saanaksornbook/

ครูหัวใจใหม่

โครงการสื่อสร้างสรรค์
เพื่อการเรียนรู้อย่างองค์รวม

หนังสือชุด
ครูชุมวัย หัวใจ แม่

ดาวน์โหลดหนังสือ
และรับชมวิดีทัศน์
www.holisticteacher.net

ชุดวิดีทัศน์สื่อสร้างสรรค์
การศึกษาองค์รวม (ครูหัวใจใหม่)
Arsomsilp Channel