

# บทเรียนสำเร็จรูป

ประกอบรายวิชาสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม

สาระที่ 1 ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เรื่อง การบริหารจัดการ เจริญปัญญา

เล่มที่ 1 การกราบ เบญจางคประดิษฐ์



นางกรรณิการ์ ชัยวงศ์

โรงเรียนบ้านบ่อทอง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงราย เขต 1

## คำนำ

เอกสารบทเรียนสำเร็จรูป เรื่อง การบริหารจัดการ เจริญปัญญา เล่มที่ 1 การทราบ  
เบญจางคประดิษฐ์ จัดทำขึ้นเพื่อประกอบการเรียน การสอนรายวิชาสังคมศึกษา ศาสนาและ  
วัฒนธรรม สาระที่ 1 ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6  
เป็นเอกสารที่มุ่งให้ผู้เรียนได้ศึกษาค้นคว้า หาความรู้ด้วยตนเองเป็นรายบุคคล เพื่อให้เกิด  
การเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพของผู้เรียน โดยได้เสนอแนะวิธีการ การใช้เอกสารเล่มนี้ ไว้ใน  
คำชี้แจงอย่างละเอียดแล้ว

จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เอกสารบทเรียนสำเร็จรูปเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อ  
ผู้เรียนและอำนวยความสะดวกต่อครูผู้สอนเป็นอย่างมาก

(นางกรรณิการ์ ชัยวงศ์)

ครูวิทยฐานะชำนาญการ

โรงเรียนบ้านบ่อทอง

สารบัญ

เรื่อง	หน้าที่
คำนำ.....	2
สารบัญ.....	3
ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง .....	8
แบบทดสอบก่อนเรียน .....	9
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน .....	11
เราสามารถนำเนื้อเพลงมาเขียนเป็น แผนที่ความคิดได้ ดังนี้ .....	13
บรรณานุกรม.....	24

# บทเรียนสำเร็จรูป

วิชาสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

สาระที่ 1 ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม

เรื่อง การบริหารจัดการ เจริญปัญญา

เล่มที่ 1 การกราบเบญจางคประดิษฐ์

\*\*\*\*\*

คำแนะนำสำหรับครูในการใช้บทเรียนสำเร็จรูป

1. บทเรียนสำเร็จรูปนี้เป็นบทเรียนสำหรับให้นักเรียนศึกษาด้วยตนเอง
2. ครูควรแจ้งจุดมุ่งหมายในการใช้บทเรียนสำเร็จรูปให้นักเรียนทราบ
3. ครูควรอธิบายวิธีการศึกษาโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูปให้นักเรียนเข้าใจ ก่อนให้นักเรียนศึกษาบทเรียนสำเร็จรูป
4. ในการให้นักเรียนศึกษาบทเรียนสำเร็จรูปครูทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาคอยให้คำแนะนำช่วยเหลือเมื่อนักเรียนเกิดปัญหา
5. ครูควรเน้นย้ำให้นักเรียนมีความซื่อสัตย์ในการเรียนไม่ดูคำเฉลยก่อนตอบคำถาม

## คำชี้แจงในการใช้บทเรียนสำเร็จรูปสำหรับนักเรียน

บทเรียนที่นักเรียนถืออยู่นี้ เป็นบทเรียนที่ใช้เรียนตามความสามารถของตนเอง ขอให้  
อ่านคำชี้แจงและทำตามคำชี้แจงแต่ละขั้นตอนตั้งแต่ต้นจนจบ จะได้ความรู้ที่ครบถ้วน  
ขั้นตอนการปฏิบัติมีดังนี้

เพื่อนๆเราริပ်ไปอ่านกัน  
ดีกว่านะ



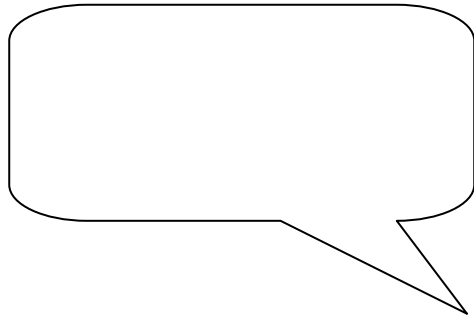
1. บทเรียนนี้ไม่ใช่ข้อทดสอบ นักเรียนไม่ต้องกังวลใจ พยายามศึกษาทำความเข้าใจ ไป  
ซ้ำๆทีละกรอบ
2. อ่านผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง แล้วจึงอ่านเนื้อหา นักเรียนจะรู้ว่าจบบทเรียนแต่ละบท  
แล้วจะสามารถทำอะไรได้บ้าง
3. ทำแบบทดสอบก่อนเรียน โดยทำตามความเข้าใจของตนเองถึงคำตอบจะผิดไปบ้างก็  
ไม่เป็นไร เมื่อศึกษาบทเรียนต่อไปก็จะสามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ให้ทำอย่างสบาย  
ใจโดยไม่ต้องกังวลใดๆ
4. บทเรียนจะเสนอเนื้อหาเรื่อยๆ เป็นกรอบซึ่งแต่ละกรอบจะอยู่ต่อเนื่องกันไป
5. ให้นักเรียนเลือกอ่านจากกรอบที่ 1 ตามลำดับต่อไปเรื่อยๆนักเรียนจะได้รับความรู้  
ความเพลิดเพลิน พร้อมกับปฏิบัติกิจกรรมไปด้วย แต่ละกรอบจะมีคำถามให้นักเรียน  
ได้ตอบและตรวจคำตอบพร้อมไปด้วย ทำให้รู้ว่าคำตอบผิดหรือถูกอย่างไรตามคำ  
เฉลยด้านบนซ้ายของหน้าถัดไป

6. ถ้าตอบคำถามถูกแสดงว่าเข้าใจดี แล้วให้นักเรียนศึกษารอบต่อไปเรื่อยๆจนจบบทเรียน



7. ถ้านักเรียนตอบคำถามผิด ให้กลับไปศึกษารอบนั้นใหม่ให้เข้าใจ แล้วตอบคำถามนั้นอีกครั้ง เมื่อตอบคำถามได้ถูกแล้ว จึงทำการศึกษารอบต่อไป
8. นักเรียนอย่าเปิดข้ามกรอบ เพราะจะทำให้เข้าใจเนื้อหาในบทเรียนไม่ต่อเนื่องกัน นักเรียนไม่ต้องรีบร้อนค่อยๆทำไป ต้องพยายามทำความเข้าใจกับทุกๆกรอบแล้วจึงศึกษารอบต่อไป
9. เมื่อศึกษาบทเรียนจบแล้ว ให้ทำแบบทดสอบหลังเรียน เพื่อวัดความรู้ความเข้าใจของตนเองอีกครั้งหนึ่ง

10. เมื่อนักเรียนเข้าใจวิธีศึกษาบทเรียนสำเร็จรูปดีแล้ว เริ่มเปิดอ่านและปฏิบัติ  
กันลย



## ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

มาตรฐาน ส 1.3 : ประพฤติ ปฏิบัติตนตามหลักธรรม และศาสนพิธีของพระพุทธศาสนาหรือศาสนาที่ตนนับถือ ค่านิยมที่ดีงาม และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตน บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม สิ่งแวดล้อม เพื่อการอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข

### ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนสามารถบอกขั้นตอนการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ได้
2. นักเรียนสามารถกราบเบญจางคประดิษฐ์ได้ถูกต้อง



แบบทดสอบก่อนเรียน

เรื่อง การกราบเบญจางคประดิษฐ์

คำชี้แจง นักเรียนเลือก ทำเครื่องหมาย X ข้อ ก ข ค หรือ ง ที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

ลงในกระดาษคำตอบ

- |  |  |
|--|--|
| <p>1. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ต้องให้ส่วนของร่างกายสัมผัสกับพื้นที่ส่วน ?</p> <p>ก. 2 ส่วน</p> <p>ข. 3 ส่วน</p> <p>ค. 4 ส่วน</p> <p>ง. 5 ส่วน</p> <p>2. อัญชลี แปลว่าอะไร ?</p> <p>ก. การประนมมือ</p> <p>ข. การไหว้</p> <p>ค. การกราบ</p> <p>ง. การหมอบ</p> <p>3. วันทา แปลว่าอะไร ?</p> <p>ก. การประนมมือ</p> <p>ข. การไหว้</p> <p>ค. การกราบ</p> <p>ง. การหมอบ</p> <p>4. คำใด แปลว่า กราบ ?</p> <p>ก. เบญจางค</p> <p>ข. วันทา</p> <p>ค. อภิวัต</p> <p>ง. การหมอบ</p> | <p>5. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ผู้ชายนั่งอย่างไร ?</p> <p>ก. นั่งท่าเทพบุตร</p> <p>ข. นั่งท่าเทพธิดา</p> <p>ค. นั่งท่าขัดสมาธิ</p> <p>ง. นั่งราบ</p> <p>6. อัญชลี คือ ลักษณะอย่างไร ?</p> <p>ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับระหว่างคิ้ว</p> <p>ข. การยกมือจรดศีรษะ</p> <p>ค. การกราบลงกับพื้น</p> <p>ง. การประนมมือไว้ระหว่างอก</p> <p>7. วันทา คือลักษณะอย่างไร ?</p> <p>ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับระหว่างคิ้ว</p> <p>ข. การยกมือจรดศีรษะ</p> <p>ค. การกราบลงกับพื้น</p> <p>ง. การประนมมือไว้ระหว่างอก</p> |
|--|--|

8. อภิวัต คือลักษณะอย่างไร ?

ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับ  
ระหว่างคิ้ว

ข. การยกมือจรดศีรษะ

ค. การกราบลงกับพื้น

ง. การประนมมือไว้ระหว่าง

อก

9. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ต้องกราบกี่  
ครั้ง ?

ก. 1 ครั้ง

ข. 2 ครั้ง

ค. 3 ครั้ง

ง. 4 ครั้ง

10. ท่ากราบของการกราบเบญจางค-  
ประดิษฐ์ คือการกราบอย่างไร ?

ก. การกราบไม่แบมือ

ข. การกราบแบมือ

ค. การกราบแบมือโดยหน้าผากแตะ  
มือทั้งสอง

ง. การกราบโดยหน้าผากแตะพื้น  
ระหว่างมือทั้งสอง

ทำแบบทดสอบก่อนเรียน  
แล้วตรวจเฉลยในหน้าถัดไป  
เพื่อดูพื้นฐานความรู้ของ  
ตัวเองนะคะ



## เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน

1. ง
2. ก
3. ข
4. ค
5. ก
6. ง
7. ก
8. ค
9. ข
10. ง



เฉลยเสร็จเพื่อนๆศึกษาเรื่องการ  
กราบเบญจางคประดิษฐ์ใน  
หน้าถัดไป นะคะ

เรามาร้องเพลง การกราบเบญจางคประดิษฐ์กันนะคะ  
ใครร้องไม่ได้จะอ่านก็ได้

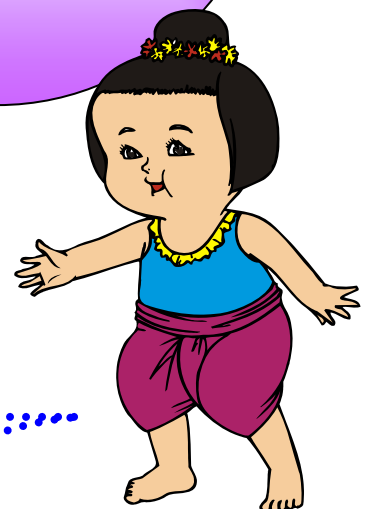
กรอบที่ 1

### เพลงการกราบเบญจางคประดิษฐ์

อัญชลีแปลว่าประนมมือ วันทานีหรือคือการไหว้  
สองอย่างต้องทำให้ตั้งใจ เอ๊ยๆ สองอย่างต้องทำให้ตั้งใจ  
อภิวาทันั้น ไชรี คือการกราบวันทา ท่าที่หนึ่งประนมมือระหว่างอก  
ท่าที่สอง ยกมือขึ้นวันทา ท่าที่สาม หมอบลงทั้งกายา

สวัสดีครับ พี่น้อยพบกัน  
วันนี้พี่น้อยมีเพลง  
เพราะๆ มาให้พวกเรา  
ร้อง เพลงนี้มีความหมาย  
ดีนะครับ

สวัสดีจ๊ะ .. จุกและน้อง ๆ  
ร้องเพลงได้ เก่งจังเลย  
เพลงนี้ บอกให้ทราบถึง  
วิธีการและขั้นตอน  
การกราบเบญจางคประดิษฐ์  
ไงละจ๊ะ



คำถาม..... คำว่า วันทาหมายถึงอะไร

คำตอบ... การไหว้

กรอบที่ 2

เราสามารถนำเนื้อเพลงมาเขียนเป็น แผนที่ความคิดได้ ดังนี้

ท่าที่ 1 อัญชลี



การกราบเบญจางคประดิษฐ์

ท่าที่ 2 วันทา

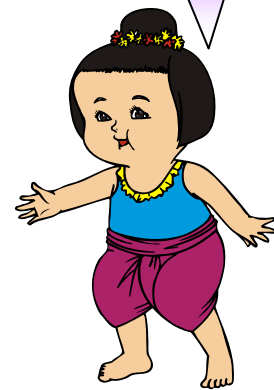


ท่าที่ 3 อภิวาท



น้องจุก อยากรู้ใช่ไหม  
เปิดหน้าต่อไปซิจ๊ะจ๋า

พี่น้องครับ คำว่า  
เบญจางคประดิษฐ์  
หมายถึงอะไร เหนอครับ



คำถาม..... ท่าที่ 3 ของการกราบเบญจางคประดิษฐ์ เรียกว่าอะไร

คำตอบ... อภิวัต

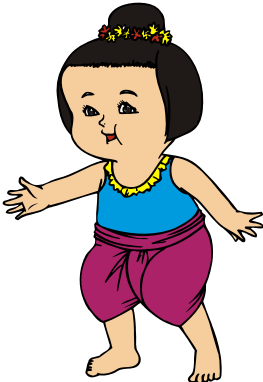
กรอบที่ 3

### การกราบเบญจางคประดิษฐ์

การกราบเบญจางคประดิษฐ์ เป็นลักษณะการกราบพระตามแบบของวัฒนธรรมไทย ซึ่งลักษณะของการกราบจะต้องให้ ส่วนของร่างกาย 5 ส่วน สัมผัสกับพื้น ได้แก่ มือทั้งสองแนบกับพื้น หัวเข่าและเท้าสองข้างสัมผัสกับพื้น และหน้าผากแตะพื้น รวมเป็น 5 ส่วน

พี่น้องครับ ผู้หญิงกับผู้ชายกราบเหมือนกันไหมครับ

อ้อ ขั้นตอนการกราบเหมือนกัน แต่วิธีการกราบแตกต่างกันจะ

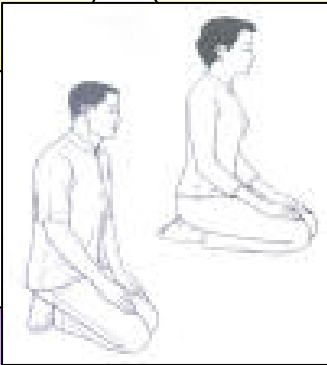


คำถาม..... การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ผู้หญิง ผู้ชายปฏิบัติเหมือนกัน  
คือขั้นตอนใด

วิธีการนั่งและการกราบ

ผู้ชาย นั่งท่าเทพบุตร  
คือ นั่งคุกเข่าชันส้นเท้า

ผู้หญิง นั่งท่าเทพธิดา  
คือ นั่งส้นเท้าโดยเท้าราบกับพื้น



แล้วตอนกราบลง ผู้ชายให้เอา  
ศอกทั้งสองข้างต่อหัวเข่าด้วย  
นะครับ

ใช่จ๊ะ .. แต่ผู้หญิงตอนกราบ  
ลงให้เอาศอกทั้งสองข้างเลยหัวเข่า  
ออกมาข้างนอกเล็กน้อย



คำถาม..... การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ผู้หญิง นั่งท่าใด

คำตอบ... นั่งทำเทพธิดา

กรอบที่ 5

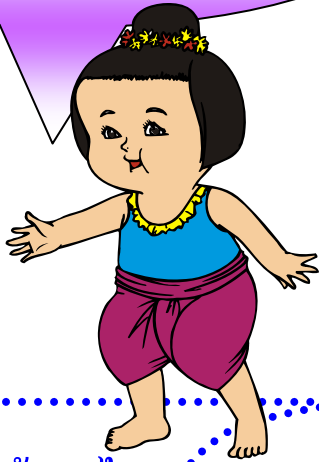
# ท่าที่ 1 เรียกว่า อัณชลิ

ท่าที่ 1 อัณชลิ คือการประนมมือไว้ระหว่างอก  
ให้มือมือประนมทำดอกบัวตูม พอประมาณ



พี่น้องครับ ทำอัณชลิ ผมทำ  
เหมือนพี่น้องใช่ไหมครับ

ใช่จ้ะ .. ทำอัณชลิ ผู้ชาย ผู้หญิง  
ทำท่าเหมือนกันจ้ะ



คำถาม.... การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ท่าที่ 1 ทำมือคล้ายอะไร



คำตอบ... ทำมือคล้ายดอกบัวตูม

กรอบที่ 6

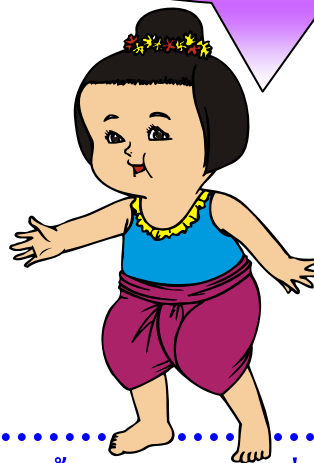
## ท่าที่ 2 เรียกว่า วันทา

ท่าที่ 2 วันทา คือ การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับที่ระหว่างคิ้ว โดย นิ้วหัวแม่มือจรดระหว่างคิ้ว พร้อมน้อมศีรษะลงมารับพอประมาณ



วันทา นิ้วหรือ คือการไหว้

น้องจุก เก่งจัง จำจากเนื้อเพลง  
ละซี



คำถาม.... ท่าที่ 2 วันทา ให้ นิ้วหัวแม่มือจรดที่ไหน

คำตอบ... นิ้วหัวแม่มือจรดระหว่างคิ้ว

กรอบที่ 7

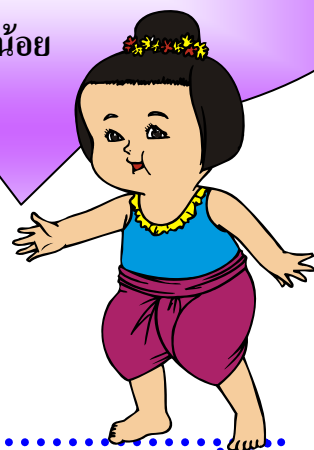
### ท่าที่ 3 เรียกว่า อภิวัต

ท่าที่ 3 อภิวัต คือการกราบลงกับพื้นแบบแบ่มือ แยกมือทั้งสองข้างออกไปห่างพอประมาณ ให้น้ำผากแตะพื้น ที่ระหว่างมือทั้งสองข้าง



พี่น้องครับ ท่าที่ 3  
อภิวัต เหมือนกันทั้ง  
หญิง ชายหรือเปล่าครับ

ทำอภิวัตเหมือนกัน แต่ตอนกราบ  
ผู้ชายสองข้างต้องวางต่อ  
หัวเข่า แต่ผู้หญิงสองข้างวาง  
เลยเข่าออกเล็กน้อย



คำถาม.... ทำกราบ ต้องให้น้ำผากแตะพื้นตรงไหน

คำตอบ... หน้าผากแตะพื้นระหว่างมือทั้งสอง

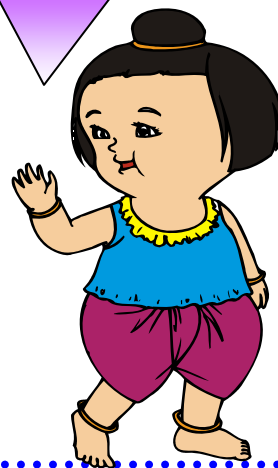
กรอบที่ 8

เมื่อกราบ อภิวัตครั้งที่ 3 แล้ว ให้เงยหน้าขึ้น แล้วเอานิ้วหัวแม่มือมาจรดที่ระหว่างคิ้ว 1 ครั้ง แล้วเอามือวางบนขาทั้งสองข้าง โดยไม่ต้องเปล่งเสียงใดๆ หรือกำหนดจังหวะใดๆอีก



พี่น้อยครับ จุกดีใจจังเลย  
ต่อไปจุกจะได้กราบอย่าง  
ถูกต้อง

ดีมากจ๊ะ น้องจุกต้องหัดกราบให้  
บ่อยๆนะ รวมทั้งเพื่อนๆด้วยนะคะ



คำถาม.... เมื่อกราบทำที่ 3อภิวัต ครั้งที่ 3 เสร็จแล้วต้องจบทำไหน

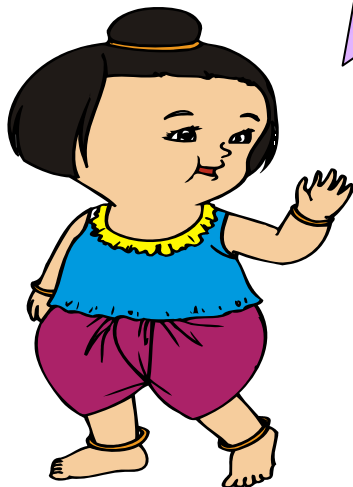
คำตอบ... ทำวันทา คือ เอนิ้วหัวแม่มือมาจรดที่  
ระหว่างคิ้วอีกครั้ง

กรอบที่ 9

พี่น้องครับ จุกขอบคุณมากๆ นะครับ ที่ทำ  
ให้จุกและเพื่อนๆ ได้รับความรู้เพื่อจะได้  
นำไปใช้ได้ถูกต้อง



เดี๋ยวให้น้องจุกและเพื่อนๆ ทำแบบทดสอบ  
หลังเรียนกันเล่นนะคะ ตั้งใจทำให้ได้คะแนนเต็ม  
เลย คราวหน้าพบกับพี่น้องในเล่มที่ 2 การบูชา  
พระรัตนตรัยนะคะ สำหรับวันนี้พี่น้อง ลาก่อน ...  
สวัสดีค่ะ



แบบทดสอบหลังเรียน

เรื่อง การกราบเบญจางคประดิษฐ์

คำชี้แจง นักเรียนเลือก ทำเครื่องหมาย X ข้อ ก ข ค หรือ ง ที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว  
ลงในกระดาษคำตอบ

1. อัญชลี แปลว่าอะไร?
  - ก. การประนมมือ
  - ข. การไหว้
  - ค. การกราบ
  - ง. การหมอบ
2. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ต้องให้ ส่วนของร่างกายสัมผัสกับพื้น กี่ส่วน?
  - ก. 2 ส่วน
  - ข. 3 ส่วน
  - ค. 4 ส่วน
  - ง. 5 ส่วน
3. วันทา แปลว่าอะไร ?
  - ก. การประนมมือ
  - ข. การไหว้
  - ค. การกราบ
  - ง. การหมอบ
4. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ผู้ชายนั่ง อย่างไร ?
  - ก. นั่งท่าเทพบุตร
  - ข. นั่งท่าเทพธิดา
  - ค. นั่งท่าจตุสมาธิ
  - ง. นั่งราบ
5. อัญชลี คือ ลักษณะอย่างไร ?
  - ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับระหว่างคิ้ว
  - ข. การยกมือจรดศีรษะ
  - ค. การกราบลงกับพื้น
  - ง. การประนมมือไว้ระหว่างอก
6. วันทา คือลักษณะอย่างไร ?
  - ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับระหว่างคิ้ว
  - ข. การยกมือจรดศีรษะ
  - ค. การกราบลงกับพื้น
  - ง. การประนมมือไว้ระหว่างอก
7. ท่ากราบของการกราบเบญจางค-ประดิษฐ์ คือการกราบอย่างไร ?
  - ก. การกราบไม่แบมือ
  - ข. การกราบแบมือ
  - ค. การกราบแบมือโดยหน้าผากแตะมือทั้งสอง
  - ง. การกราบโดยหน้าผากแตะพื้นระหว่างมือทั้งสอง

8. อภิวัต คือลักษณะอย่างไร ?

- ก. การยกมือทั้งสองข้างขึ้นจับ  
ระหว่างคิ้ว
- ข. การยกมือจรดศีรษะ
- ค. การกราบลงกับพื้น
- ง. การประนมมือไว้  
ระหว่างอก

9. คำใด แปลว่า กราบ ?

- ก. เบญจาง
- ข. วันทา
- ค. อภิวัต
- ง. การหมอบ

10. การกราบเบญจางคประดิษฐ์ ต้อง  
กราบกี่ครั้ง ?

- ก. 1 ครั้ง
- ข. 2 ครั้ง
- ค. 3 ครั้ง
- ง. 4 ครั้ง

ทำแบบทดสอบ  
หลังเรียนแล้วตรวจเฉลย  
ในหน้าถัดไปเพื่อ  
พัฒนาการของตนเองนะ



## เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

1. ก

2. ง

3. ข

4. ก

5. ง

6. ก

7. ง

8. ค

9. ค

10. ค

นักเรียนเก่งมากค่ะ  
ปรบมือให้ตัวเอง  
หน่อยค่ะ



## บรรณานุกรม

ถวิล จันทะสะโร. ทำวัตรสวดมนต์แปล คีต สมภาณี ปัญญา. กรุงเทพมหานคร: มณฑลการพิมพ์, ม.ป.ป.

สมจินตนา ภักดีศรีวงศ์. มารยาทในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: ดันอ้อ, 2538.

สมศักดิ์ สันธูรเวชญ์และคณะ. แบบฝึกหัดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน ชุดปฏิรูป:รู้วิธีการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช, 2546.

สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ. สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ชุดกิจกรรมการคิดวิเคราะห์ ชั้น ป.6. กรุงเทพมหานคร: พัฒนาคุณภาพวิชาการ (พ.ว.), 2550.