

หนังสืออ่านเพิ่มเติม

ชุด ครอบครัวอบอุ่น

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ครอบครัวสุขสันต์

เล่มที่
2



สุธารักษ์ พันธวงศ์รัตน์
โรงเรียนบ้านต้นปรong

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขต 2

หนังสืออ่านเพิ่มเติม

ชุด ครอบคลุมชีวิต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เล่มที่

2

ครอบคลุมชีวิต

เรื่อง : สุธารักษ์ พันธวงศ์รัตน์

ภาพ : จุฑาภรณ์ เชื้อเพชร

คำนำ

หนังสืออ่านเพิ่มเติม ชุด ครอบครัวสุขสันต์ จัดทำขึ้นเพื่อใช้ประกอบการเรียน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว สำหรับนักเรียนโรงเรียนบ้านต้นปรง

ผู้จัดทำได้ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสัมพันธภาพ นำมาเรียบเรียงเป็นวรรณกรรม สำหรับเด็ก เพื่อต้องการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีความสนใจที่จะเรียนรู้ นำความรู้ที่ได้จากการอ่านมาพัฒนาวิธีการสร้างสัมพันธภาพของตนเอง ให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขได้จัดทำขึ้น จำนวน 8 เล่ม ดังนี้

- เล่มที่ 1 สัมพันธภาพอันล้ำค่า
- เล่มที่ 2 ครอบครัวสุขสันต์
- เล่มที่ 3 สุขอยู่ที่ใจ
- เล่มที่ 4 มองแง่ดีมีความสุข
- เล่มที่ 5 เด็กดีศรีต้นปรง
- เล่มที่ 6 ความรักวัยรุ่น
- เล่มที่ 7 ชีวิตกาญจนาน่าเรียนรู้
- เล่มที่ 8 กีฬาสัมพันธภาพ

หนังสือที่ท่านกำลังอ่านอยู่นี้ เป็นเล่มที่ 2 เรื่อง ครอบครัวสุขสันต์ เป้าหมาย ต้องการเน้นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

ขอบคุณ นายเอกสิทธิ์ สิทธิชัย ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านต้นปรง คณะครู และนักเรียน ผู้จัดทำรู้สึกซาบซึ้งที่ได้รับ ความกรุณา ให้คำปรึกษา แนะนำ แก้ไข ข้อบกพร่อง จนการดำเนินการจัดทำสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

คำชี้แจง

หนังสืออ่านเพิ่มเติม ชุด ครอบครัวสุขสันต์ ผู้จัดทำเขียนขึ้นขึ้นเหมาะกับ
บริบทของนักเรียนโรงเรียนบ้านต้นปรัง หากโรงเรียนใดนำไปใช้ให้ประสบ
ผลสำเร็จ เป็นไปตามเป้าประสงค์ที่วางไว้ จึงมีข้อเสนอแนะสำหรับครูผู้สอน
และผู้เรียนดังต่อไปนี้

คำชี้แจงสำหรับครูผู้สอน

1. หนังสือเล่มนี้ใช้คู่กับแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 -5
2. ศึกษาและปฏิบัติตามแผนการจัดการเรียนรู้ทุกประการ
3. ครูอ่านหนังสือเล่มนี้และทำความเข้าใจก่อนที่จะนำมาใช้กับนักเรียน
4. สร้างข้อตกลงในการใช้หนังสือ
5. แจกหนังสือกับนักเรียนทุกคน
6. ครูแจกกระดาษคำตอบ หรืออุปกรณ์ สำหรับทำแบบทดสอบท้าย
บทเรียน

บทบาทผู้เรียน

1. อ่านคำแนะนำการใช้หนังสือให้เข้าใจ
2. ไม่ทำเครื่องหมายหรือขีดเขียนลงในหนังสือ
3. ส่งหนังสือคืนครูหลังจากเรียนจบในแต่ละเล่ม
4. อ่านแล้วต้องคิดตามนำความรู้มาพัฒนาตนเอง

ครอบครัวสุขสันต์





อยู่กันพร้อม

วันหยุดเสาร์ และอาทิตย์ ครอบครัวของผมจะอยู่กัน
พร้อมหน้า มีคุณพ่อ คุณแม่ น้องแก้ว และผม แก้ว ครับ

ถึงแม้จะเป็นวันหยุด ผมกับน้องแก้วก็ไม่เคยนอนตื่นสาย
เพราะพ่อกับแม่ ฝึกให้ผมและน้องตื่นนอนตั้งแต่เช้าอยู่เสมอ ๆ
นกบินออกหากิน เพื่อให้ได้อยู่ดีมีสุข คนทำหน้าที่ดีชีวิตมีค่า



รู้หน้าที่



พ่อสอนผมกับน้องแก้วเสมอว่า “ ถึงแม้เราจะเป็นเด็ก แต่เราก็สามารถช่วยเหลือ รับผิดชอบ และรู้จักการแบ่งปันสิ่งต่าง ๆ ให้กับผู้อื่นได้ ตามความสามารถและกำลังที่มี ”

ทุกเช้าผมและน้องแก้ว ต่างก็มีหน้าที่ ที่จะต้องรับผิดชอบ ช่วยเหลืองานภายในบ้าน เท่าที่จะทำได้ เช่น ล้างรถ กวาดบ้าน และรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

รู้หน้าที่ ทำหน้าที่ ช่วยเหลือกัน บ้านเราคือบ้านแสนสุขสบาย





คนดีน่ารัก

แม่ก็ยังย้ากับผมและน้องแก้มอีกด้วยว่า “ไม่ว่าเราจะอยู่กับครอบครัว หรือกับเพื่อน ๆ ที่โรงเรียน ถ้าหากเรามีความรับผิดชอบในหน้าที่ มีน้ำใจ ช่วยเหลือ เคารพในสิทธิของผู้อื่น และรู้จักการให้อภัย ปัญหา ก็จะน้อย หรือไม่เกิดปัญหา เมื่อการอยู่ร่วมกันไม่ก่อให้เกิดปัญหา สัมพันธภาพที่ดีก็จะตามมา และสังคมก็จะมีความสุข”





ครอบครัวพ่อแม่

ผมคิดว่าการสร้างสัมพันธ์ภายในครอบครัว เป็นเรื่องง่าย ๆ ที่ทุกครอบครัวสามารถปฏิบัติได้ คือ **พ่อแม่มีความห่วงใย ดูแลเอาใจใส่ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สร้างความเข้าใจ เข้าใจ ทำกิจกรรมร่วมกัน** เช่น การปลูกต้นไม้ ทำอาหาร และร้องเพลง เป็นต้น

บ้านเรานี้แหละสุขใจ ไม่มีที่ไหนเหมือนบ้าน ทุกคนช่วยกันอยู่ด้วยกันอย่างห่วงใย เห็นใจกัน คือกุญแจบ้านที่สร้างความสุข





อาาาาาาาา

นอกจากการปฏิบัติตนที่ดีแล้ว การเลือกใช้คำพูดที่สุภาพ อ่อนหวาน และไม่แสดงกิริยาที่หยาบคาย ก็ถือเป็นสิ่งสำคัญของการอยู่ร่วมกัน

โดยเฉพาะกับบุคคลในครอบครัว เมื่อเกิดปัญหา ความไม่เข้าใจ ทุกคนในบ้านควรจะพูดคุยกันด้วยเหตุและผล เปิดโอกาสให้ทุกคนได้มีส่วนในการแสดงความคิดเห็น และจะต้องรู้จักที่จะกล่าวคำว่า “ ขอโทษ ” เมื่อตนเป็นคนผิด





บ้านไม้ดี

มีหลายอย่างที่ผมเคยเข้าใจผิด ผมคิดมาตลอดว่า งานบ้านทั้งหมด เช่น การกวาดบ้าน ถูบ้าน และทำอาหาร เป็นต้น ควรจะเป็นหน้าที่ของผู้หญิง ส่วนผู้ชายก็ต้องรับผิดชอบงานหนัก เช่น การล้างรถ ซ่อมโต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น

แต่สิ่งที่ผมได้เรียนรู้จากพ่อและแม่ คือ ผมเห็นแม่ทำงานแทนพ่อได้ และพ่อก็สามารถทำงานแทนแม่ได้ เช่นกัน

ทุกคนช่วยกัน ครอบครัวสุขสันต์จะมีได้เสมอ





ทุกคนช่วยกัน

ด้วยความสงสัย ผมจึงถามพ่อ “ เราอยู่ด้วยกัน เราก็ต้องรู้จักช่วยเหลือ แบ่งเบาภาระ ใครมีความสามารถที่จะทำอะไรได้ เราก็ควรจะทำ **ไม่ว่าจะเป็นงานอะไร** ถ้าหากเราทำด้วยความสุข **ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน แค่นี้ก็พอแล้วล่ะลูก** ” นี่คือการตอบของพ่อ

ทำให้ผมรู้สึกภาคภูมิใจ ที่ได้เกิดมาเป็นลูกของพ่อ การอยู่ร่วมกันด้วยความรัก รู้จักช่วยกันทุกวัน ที่ทำงานคือความสุขใจ





แม่บ้านขี้คิด

หลังเสร็จภารกิจจากงานบ้านแล้ว ผมกับน้องแก้มมักจะ
เข้าไปนั่งคุย และฟังเรื่องเล่าสนุก ๆ ของพ่อและแม่เสมอ และ
ทุกเรื่องที่พ่อเล่าให้ผมฟัง ก็มักจะแฝงไว้ด้วยข้อคิด และคำสอน
ดี ๆ ไว้คอยเตือนสติเสมอ





อยู่กันพร้อมหน้า

ผมรู้สึกดีใจ และภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวที่มีทั้งความรัก ความเข้าใจ และเป็นครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดี

หลังจากที่แก้ว อ่านเรียงความ เรื่อง ครอบครัวสุขสันต์ จบแล้ว เพื่อน ๆ ในห้องต่างก็ปรบมือ และชื่นชมแก้ว





อยู่กับพ่อแม่

ก่อนหมดชั่วโมงเรียน คุณครูสรุปการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว ว่า “ การสร้างสัมพันธภาพที่อบอุ่นระหว่างสมาชิกในครอบครัว พ่อแม่ จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูก ๆ ปลุกฝังให้ลูกมีความรัก รับผิดชอบ รู้จักช่วยเหลือ การยอมรับในความแตกต่าง เมื่อเราอยู่ด้วยกันอย่าง เข้าใจ ความสุข และความอบอุ่นก็จะเกิดขึ้นในทุกครอบครัว ”

“ครอบครัวคือเกราะป้องกันทุกปัญหา รับปรึกษาชี้ทางแก้แก่ลูกไย ยามพลัดพลั้งไม่ซ้ำเติมจนน้อยใจ ฝ่าห้วงโศกยามตลอดมา หากวันใดทุกข์ตรมอารมณ์หมอง คิดไตร่ตรองทบทวนกันเถิดหนา ยังมีพ่อแม่ให้ลูกพึ่งพา คอยเยียวยาปลอบโยนอยู่เรื่อยไป ”





| คำศัพท์ | คำอ่าน | ความหมาย |
|-----------|-----------------|--|
| รับผิดชอบ | รับ - ผิด - ชอบ | ภาระ หรือพันธะผูกพัน ในการ จะปฏิบัติหน้าที่ให้เป็นไปตาม เป้าหมาย |
| หน้าที่ | หน้า - ที่ | ภาระรับผิดชอบของบุคคลที่ จะต้องปฏิบัติ |
| สิทธิ | สิด-ทิ | อำนาจหรือผลประโยชน์ของ บุคคลที่กฎหมายให้ความ คุ้มครอง |
| อภัย | อะ-ไพ | ความไม่มีภัย ความไม่ต้องกลัว |
| กิริยา | กิ - ริ - ยา | อาการที่แสดงออกมาด้วยกาย มารยาท |
| ภาคภูมิใจ | ปาก - พูม | มีสง่า ฝั่งผาย |
| ภารกิจ | พา - ระ - กิด | งานที่จะต้องทำ |
| สุขสันต์ | สุก - สัน | มีความสุขสงบ |
| สมาชิก | สะ - มา - ชิก | ผู้มีสิทธิและมีส่วนร่วมใน สมาคม องค์การ หรือกิจกรรม ใด ๆ |



แบบทดสอบท้ายบทเรียน

ตอนที่ 1

ตอบคำถามให้ถูกต้อง

- ให้นักเรียนทำ*ผังความคิด*วิธีการสร้าง*สัมพันธภาพ*ในครอบครัว
.....
.....
- ให้นักเรียนวิเคราะห์ จุดด้อยในการสร้าง*สัมพันธภาพ*ในครอบครัว
ของนักเรียนเองที่คิดว่ายังต้องปรับปรุง และจะมีวิธีแก้ไขอย่างไร
.....
.....
- นักเรียนเขียนถึงความสุขและความประทับใจใน*สัมพันธภาพ*ที่ดีของ
ครอบครัว พร้อมบอกเหตุผล
.....
.....
- ให้นักเรียนคิดว่า*ลักษณะครอบครัว*ของนักเรียนเป็นอย่างไร
.....
.....
- ให้นักเรียนเขียนคำขวัญ เกี่ยวกับการสร้าง*สัมพันธภาพ*ในครอบครัว
คนละ 1 คำขวัญ (ตัวอย่าง พ่อแม่ลูกรักกันสร้าง*สัมพันธ*ในครอบครัว
ยิ้มหัวเราะวันละนิด จิตแจ่มใส)
.....
.....

ตอนที่ 2 ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. สถาบันใดเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างสัมพันธภาพเป็นอันดับแรก
 - ก. ชุมชน
 - ข. โรงเรียน
 - ค. ครอบครัว
 - ง. สถานที่ทำงาน
2. ข้อใดต่างจากพวก
 - ก. พุดจาไฟเราะ
 - ข. ยิ้มแย้มแจ่มใส
 - ค. โอนอ่อนผ่อนตาม
 - ง. ชักใช้ไล่เลียแข้งเค้นเอาความจริง
3. ใครมีมนุษยสัมพันธ์กับคนอื่นมากที่สุด
 - ก. สุชาติ ไม่เคยเล่นกับเพื่อนบ้านและไม่เคยทำร้ายใคร
 - ข. สุพจน์เตะฟุตบอลโดนเพื่อนแต่รีบวิ่งไปขอโทษ
 - ค. สุขลิ่งชนกับเพื่อนลูกขึ้นอะอะไยวายดึงคอเสื้อเพื่อนแล้วตอย
 - ง. สุรัตน์ชวนชาลีมาเล่นแต่ชาลีไม่ยอมเล่นเพราะสุรัตน์เอาแต่ใจ
4. ข้อใดที่ทำให้ความรู้สึกของผู้กระทำผิดดีขึ้นเร็วที่สุด
 - ก. ให้อภัย
 - ข. ให้อาหาร
 - ค. ให้ความรู้
 - ง. ให้ความเมตตา

5. ข้อใดเป็นสัมพันธภาพที่ไม่จริงใจ
 - ก. ช่วยถือของให้
 - ข. จูงคนชราข้ามถนน
 - ค. ปีนวดให้ผู้ใหญ่
 - ง. พุดจาอ่อนหวานเพื่อขอสิ่งแลกเปลี่ยน
6. ข้อใดเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ไม่ต้องลงทุน
 - ก. เตรียมของขวัญวันเกิดให้เพื่อน
 - ข. การยิ้มและการทักทาย
 - ค. นำขนมมาแจกให้เพื่อน
 - ง. การชวนเพื่อนมาร้องคาราโอเกะที่บ้าน
7. ถ้านักเรียนมีปัญหาครอบครัวนักเรียนปรึกษาใครปลอดภัยที่สุด
 - ก. พ่อ แม่
 - ข. ครู อาจารย์
 - ค. เพื่อนสนิท
 - ง. หัวหน้าชั้นเรียน
8. คนที่มักเป็นที่รักใคร่ของคนอื่นส่วนมากจะเป็นคนอย่างไร
 - ก. ชอบคุยโม้โอ้อวด
 - ข. มีรูปร่างหน้าตาสวยงาม
 - ค. มีความจริงใจพุดจาไพเราะอ่อนหวาน
 - ง. คนมีฐานะร่ำรวย

แนวคำตอบ
แบบทดสอบท้ายบทเรียน

ตอนที่ 1

1. ให้นักเรียนทำผังความคิดวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

การสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

- มีความห่วงใยดูแลเอาใจใส่ช่วยเหลือสมาชิกในครอบครัว
- ทำกิจกรรมร่วมกัน หรือใช้เวลาพูดคุยกัน
- ปฏิบัติงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- เชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่
- พุดจาไพเราะอ่อนหวาน กิริยามารยาทเรียบร้อย
- ไม่เอาแต่ใจตนเองยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- ร่วมกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว
- รู้จักให้อภัย ไม่ทะเลาะเบาะแว้ง
- แสดงความรักต่อกันในโอกาสสำคัญ เช่น วันเกิด วันครอบครัว
(อยู่ในดุลยพินิจของครู)

2. ให้นักเรียนวิเคราะห์ จุดด้อยในการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว
ของนักเรียน

อยู่ในดุลยพินิจของครู

3. นักเรียนเขียนถึงความสุขและความประทับใจในสัมพันธภาพที่ดีของครอบครัว

อยู่ในดุลยพินิจของครู

4. ให้นักเรียนคิดว่าลักษณะครอบครัวของนักเรียนเป็นอย่างไร

อยู่ในดุลยพินิจของครู

5. ให้นักเรียนเขียนคำขวัญ เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว
คนละ 1 คำขวัญ (ตัวอย่าง พ่อแม่ลูกรักกันสร้างสัมพันธ์ในครอบครัว
ยิ้มหัวเราะวันละนิด จิตแจ่มใส)

อยู่ในดุลยพินิจของครู



ตอนที่ 2

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



หนังสืออ้างอิง

กรมสุขภาพจิต.(2553). **คู่มือดูแลสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน**. พิมพ์ครั้งที่ 3.

โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน,สำนักงาน.(2550).**แนวการจัด**

กิจกรรมการเรียนรู้เพศศึกษาช่วงชั้นที่ 2 ชั้นประถมศึกษา

ปีที่ 4 - 6.พิมพ์ครั้งที่2.กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์

การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.

เรณูมาศ มาอ่อน และเขมฤทัยวรรณสพากย์.(2551). **สุขศึกษาและ**

พลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.กรุงเทพฯ:บริษัทพัฒนา

คุณภาพวิชาการ.

สถาบันพัฒนาวิชาการ.(2552).**สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษา**

ปีที่ 6. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ บริษัทพัฒนาวิชาการ.

สถาบันแห่งชาติเพื่อพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล.

(2548). **ความรู้เพื่อชีวิต**.กรุงเทพฯ :บริษัทอมรพรินต์ติ้งเอนด์

พับลิชชิง จำกัดมหาชน.

สุจิริต สุวรรณชีพ และคณะ.(2543).**คู่มือพ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยความรัก**.

พิมพ์ครั้งที่ 3.กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตร

แห่งประเทศไทย.

เอกรินทร์ สีมหาศาล และคณะ. (2554). **สุขศึกษาและพลศึกษา ป.6**.

กรุงเทพ ฯ : อักษรเจริญทัศน์.

เอมอร กฤษณะรังสรรค์. ดร.**ทักษะการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น**.

(ออนไลน์). [http://www.novabizz.com/NovaAce/](http://www.novabizz.com/NovaAce/Relationship/Skill.htm)

[Relationship/Skill.htm](http://www.novabizz.com/NovaAce/Relationship/Skill.htm).(เข้าได้เมื่อวันที่ 24 พฤษภาคม 2555)

ภาพพื้นหลัง. (ออนไลน์). <http://www.bloggang.com>.

(เข้าได้เมื่อวันที่ 9 พฤษภาคม 2555)

คำรับรองผลงาน

ข้าพเจ้านายเอกสิทธิ์ สิทธิชัย ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านต้นปรง
ขอรับรองว่า นวัตกรรมหนังสืออ่านเพิ่มเติม ชุดครอบครัวสุขสันต์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นนวัตกรรมที่นายสุธารักษ์ พันธวังศรีรัตน์
ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะชำนาญการ โรงเรียนบ้านต้นปรง ได้จัดทำขึ้นด้วยตนเอง
เพื่อใช้ในการประกอบการเรียนการสอนในวิชาสุขศึกษา

ลงชื่อ



(นายเอกสิทธิ์ สิทธิชัย)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านต้นปรง

ผู้จัดทำ



นายสุรารักษ์ พันธวังศ์รัตน์

การศึกษา

ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (ศษ.ม)

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

สถานที่ทำงาน

โรงเรียนบ้านต้นปรัง อำเภอวังวิเศษ จังหวัดตรัง

ตำแหน่งปัจจุบัน

ครูวิทยฐานะชำนาญการ

ผลงาน/เกียรติยศ

- เกียรติบัตรครูผู้สอนดี กลุ่ม สลน.
ศึกษาธิการ อ.เมืองตรัง
- เกียรติบัตรผู้ฝึกซ้อมเซปักตะกร้อชนะเลิศ 11 ปีระดับอำเภอ
- วุฒิบัตรบุคลากรต้นแบบการปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้
กระทรวงศึกษาธิการ
- ประกาศเกียรติคุณผู้ประสานพลังแผ่นดิน
ศูนย์อำนวยการต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติดแห่งชาติ
- โล่เกียรติคุณ ครุรางวัลเกียรติยศ สพท. ตรัง เขต 2
- โล่เกียรติคุณ ครุรางวัลครูดีเด่นด้านการสอนพลศึกษา
มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต
- เกียรติบัตรครูผู้สอนดีเด่น กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา
ครุสภา



เมื่อถึงวันสำคัญนั้นมาถึง ลูกที่ซึ่งอยู่ต่างที่รมาหา
ครอบครัวเราต่างสรวลเสเฮฮา แม่พ่อปรารถนาอย่างนี้ทุกวัน
แม่พ่อเห็นลูกสามัคคีก็มีสุข เห็นพ่อลูกยิ่งมูขมิ้นสุขสันต์
เห็นครอบครัวเราที่รักกัน ดังสวรรค์บนดินยิ่งสุขเอย

