

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564
 รหัสวิชา พ31101 ชื่อวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต
 อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค: ปลายภาค = 80: 20
 ผู้สอน 1.นางสาวประภาสินี เล็กพิมาย

| หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระ โดยสังเขป | คะแนน | ชิ้นงาน/ภาระงาน | | กำหนดส่งงาน |
|--|------------|---|-----------|----------------------------|
| | | ลักษณะ/ประเภท | จำนวนชิ้น | |
| หน่วยที่ 1 : ระบบอวัยวะของร่างกาย | 10 | - สอบย่อย (10) | 1 | ภายใน 25 มิ.ย. 64 |
| หน่วยที่ 2 : การวางแผนพัฒนาสุขภาพ | 10 | - ใบงานออนไลน์ (10) | 1 | ภายใน 2 ก.ค. 64 |
| หน่วยที่ 3 : เพศวิถีกับความหลากหลาย และพฤติกรรมทางเพศ | 10 | - ใบงานออนไลน์ (10) | 1 | ภายใน 16 ก.ค. 64 |
| สอบกลางภาค | 20 | ปรนัย (20) | - | 27 ก.ค. – 3 ส.ค. 64 |
| หน่วยที่ 4 : สิทธิผู้บริโภค | 10 | - ใบงานออนไลน์ (10) | 1 | ภายใน 27 ส.ค.64 |
| หน่วยที่ 5 : สื่อโฆษณากับสุขภาพ | 10 | - ใบงานออนไลน์ (10) | 1 | ภายใน 17 ก.ย. 64 |
| หน่วยที่ 6 : การสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางกาย | 10 | - การทดสอบ สมรรถภาพร่างกาย (บูรณาการกับวิชา พลศึกษา) | 1 | ภายใน 24 ก.ย. 64 |
| สอบปลายภาค | 20 | อัตนัย (6) ปรนัย (14) | - | 27 ก.ย. - 1 ต.ค. 64 |
| รวม | 100 | | | |

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564

รหัสวิชา พ31203 ชื่อวิชา พลศึกษา(กีฬาฟุตซอล) จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค: ปลายภาค = 80 : 20

ผู้สอน 1. นายกมล หิรัญพุกษ์

| หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป | วิธีเก็บคะแนน | ชิ้นงาน/ภาระงาน | | กำหนดส่งงาน |
|---|---|--|--|--|
| | | ลักษณะ/ประเภท | จำนวนชิ้น | |
| หน่วยที่ 1 : ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตซอล -ประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตซอล -วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย | -ประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตซอล (15 คะแนน) -การทดสอบสมรรถภาพทางกาย(10 คะแนน) | - งานเดี่ยว - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 25 มิ.ย. 2564 2 ก.ค. 2564 |
| หน่วยที่ 2 : ทักษะพื้นฐานกีฬาฟุตซอล -ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับหลักการเล่นกีฬาฟุตซอล -การเคลื่อนไหวกแบบต่าง ๆ -การรับ – การส่งลูกฟุตซอล -การเลี้ยงลูกฟุตซอล -การยิงประตู | -การเคลื่อนไหว (5 คะแนน) -การรับ – ส่ง (5 คะแนน) -การเลี้ยง (5 คะแนน) -การยิงประตู (5 คะแนน) | - งานเดี่ยว - งานเดี่ยว - งานเดี่ยว - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น 1 ชิ้น 1 ชิ้น 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 9 ก.ค. 2564 23 ก.ค. 2564 6 ส.ค. 2564 13 ส.ค. 2564 |
| หน่วยที่ 3 : กฎ กติกา และมารยาทสำหรับกีฬาฟุตซอล -กฎ กติกา ของกีฬาฟุตซอล -การเริ่มเล่น -เตะเข้าเล่น -ประเภทการทำฟาล์ว -โทษโดยตรง – โดยอ้อม -การคาดโทษ | -กฎ กติกา ของกีฬาฟุตซอล (5 คะแนน) -ประเภทการทำฟาล์ว (5 คะแนน) | - งานเดี่ยว - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 27 ส.ค. 2564 10 ก.ย. 2564 |

| หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระ โดยสังเขป | วิธีเก็บคะแนน | ชิ้นงาน/ภาระงาน | | กำหนดส่งงาน |
|--|---|-----------------|-----------|------------------------------------|
| | | ลักษณะ/ประเภท | จำนวนชิ้น | |
| หน่วยที่ 4 : ทักษะการเล่นทีม การ แข่งขันกีฬาฟุตบอล -รูปแบบการเล่นทีม -การรุก -การรับ -วางแผนการเล่นทีม -การเคลื่อนที่เป็นระบบ | -รูปแบบการเล่น ทีม(10 คะแนน) -วางแผนการเล่น ทีม - การรุก -รับ (10 คะแนน) -การเคลื่อนที่เป็น ระบบ(5 คะแนน) | - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 24 ก.ย. 2564 |
| | | - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น | 1 ต.ค. 2564 |
| | | - งานเดี่ยว | 1 ชิ้น | 8 ต.ค. 2564 |

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564

รหัสวิชา พ31206 ชื่อวิชาพลศึกษา(เทนนิส) จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค: ปลายภาค = 80:20

ผู้สอน 1. นางสาวแก่นแก้ว สุขลิ้ม

| หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป | คะแนน | ชิ้นงาน/ภาระงาน | | กำหนดส่งงาน |
|---|-------|---|----------------------|---------------------------------------|
| | | ลักษณะ/ประเภท | จำนวนชิ้น | |
| หน่วยที่ 1 :ร่างกายแข็งแรง1 แนะนำตนเอง -ชี้แจงข้อตกลงในการเรียน - จุดประสงค์การเรียนรู้วิชาเทนนิส - ระเบียบและวิธีการปฏิบัติตัวในการเรียนการสอน - ระเบียบวิธีการวัดและประเมินผล - ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเทนนิส ทดสอบสมรรถภาพ | (10) | -การทดสอบสมรรถภาพทางกายงานเดี่ยว | 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 20 กรกฎาคม 2564 |
| หน่วยที่ 2 :ทักษะดีเล่นสบาย 1 นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ในการสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบและสามารถนำไปเล่นกีฬาเทนนิสโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตัวเองและทีม นำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่นเช่นวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว | (25) | -กิจกรรมการฝึก 1.อธิบายและสามารถปฏิบัติทักษะลูกโฟร์แฮนด์ได้ 2.อธิบายและสามารถปฏิบัติทักษะลูกแบ็คแฮนด์ได้งานเดี่ยว | 1 ชิ้น 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 3 สิงหาคม 2564 |

| หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป | คะแนน | ชิ้นงาน/ภาระงาน | | กำหนดส่งงาน |
|---|--------|--|-----------|---|
| | | ลักษณะ/ประเภท | จำนวนชิ้น | |
| หน่วยที่ 3 :มารยาทกีฬา -มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจของนักกีฬาซึ่งปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม | (20) | -วิเคราะห์การเล่นกีฬาของเพื่อนในชั้นเรียน งานเดี่ยว | 1 ชิ้น | ภายใน วัน/เดือน/ปี 7 กันยายน 2564 |
| หน่วยที่ 4 :รู้รับอย่างสร้างสรรค์ จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกันและใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่นกีฬาเพื่อพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ | (10) | -การนำทักษะพื้นฐานไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมประจำวัน แบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม | 1 ชิ้น | 5 ตุลาคม 2564 |
| | (15) | แบบกลุ่ม | 1 ชิ้น | 12 ตุลาคม 2564 |
| การสอบปลายภาค | 20 | ข้อสอบอัตนัย(6) ข้อสอบปรนัย(14) | 2 ฉบับ | 26-30 ตุลาคม 2564 2-6 พฤศจิกายน 2564 |