

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

รหัสวิชา พ21108 ชื่อวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค: ปลายภาค = 80 : 20

ผู้สอน 1. นางสาวนิภาพร วงษ์ศิริ

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
หน่วยที่ 6 : พัฒนาการทางเพศในวัยรุ่น	10	- ใบงาน (10)	1	ภายใน 26 พ.ย. 64
หน่วยที่ 7 : ทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ	10	- ใบงาน (10)	1	ภายใน 3 ธ.ค. 64
หน่วยที่ 8 : อันตรายจากสารเสพติด	10	- ใบงาน (10)	1	ภายใน 17 ธ.ค. 64
สอบกลางภาค	20	ปรนัย (20) ถูก-ผิด (10)	-	20-24 ธ.ค. 64
หน่วยที่ 9 : ชักชวนทำดีหลีกเลี่ยงหนีสารเสพติด	10	- ชิ้นงานกลุ่ม (10)	1	ภายใน 8 ม.ค. 65
หน่วยที่ 10 : การปฐมพยาบาล	15	- สอบปฏิบัติ (10)	1	ภายใน 15 มี.ค. 65
หน่วยที่ 11 : เคลื่อนย้ายปลอดภัย	5	- สอบปฏิบัติ (10)	1	ภายใน 22 ม.ค. 65
สอบปลายภาค	20	อัตนัย (6) ปรนัย (14)	-	21-25 ก.พ. 65
รวม	100			

หมายเหตุ : อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๔
 รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๙ ชื่อวิชาพลศึกษา(มวยไทย๒) จำนวน ๒๔ คาบ (๒๐ ชั่วโมง) ๐.๕ หน่วยกิต
 อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค: ปลายภาค = ๘๐:๒๐
 ผู้สอน ๑.นายธีระวัฒน์ หนูขาว หัวหน้ารายวิชา

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
หน่วยที่ ๑ :กลไกกลกาย๒ แนะนำตนเอง -ชี้แจงข้อตกลงในการเรียน - จุดประสงค์การเรียนรู้วิชามวยไทย - ระเบียบและวิธีการปฏิบัติตัวในการเรียนการสอน - ระเบียบวิธีการวัดและประเมินผล - ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับมวยไทย -วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย -วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	(๑๐)	-การทดสอบสมรรถภาพทางกาย -สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพงานเดี่ยว	๑ ชิ้น	ภายใน วัน/เดือน/ปี ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๔
หน่วยที่ ๒ :เพิ่มพูนskill ๒ -หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬามวยไทย -การเล่นกีฬาไทย ได้แก่กีฬามวยไทย -การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปประยุกต์กับกีฬามวยไทย	(๑๐)	-การฝึกทักษะพื้นฐานหมัดเท้าเข่าศอก งานเดี่ยว	๑ ชิ้น	ภายใน วัน/เดือน/ปี ๒๒ ธันวาคม ๒๕๖๔
หน่วยที่ ๓ :เคลื่อนไหว muythai การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เพื่อการออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน นำไปสู่การเล่นกีฬาประเภททีม โดยการใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬาและการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม โดยมีการวางแผนกำหนดกิจกรรมการออก	(๔๕)	การฝึกทักษะแม่ไม้มวยไทย ๑๕ แม่ไม้มวยไทย ๑.สลัดพื้นปลา ๒.ปักซาแหวกรัง ๓.ชาวซัดหอก ๔.อิเหนาแทงกริช ๕.ยอเขาพระสุเมรุ ๖.ตาเถรค้ำฝัก	๑ ชิ้น	ภายใน วัน/เดือน/ปี ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕

<p>กำลังกาย วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬามวยไทย</p> <p>-การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีมในการนำกีฬามวยไทยมาประยุกต์ใช้</p> <p>-การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬามวยไทย</p>	(๕)	<p>๗.มอญยันหลัก ๘.ปักลูกทอย ๙.จระเข้พาดหาง ๑๐.หิ้งวงไอยรา ๑๑.นาคาบิดหาง ๑๒.วีรุษหกกลับ ๑๓.ดับชวาลา ๑๔.ขุนยักษ์จับลิง ๑๕.หิ้งคอเอราวัณ และนำมา ประยุกต์ใช้ใน กิจกรรมประจำวัน แบบเดี่ยว และแบบกลุ่ม</p>	๑ ชั้น	๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕
<p>หน่วยที่ ๔ :มารยาทกีฬา</p> <p>-มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจของนักกีฬาซึ่งปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม</p>	(๑๐)	<p>-วิเคราะห์การเล่นกีฬาของเพื่อนในชั้นเรียน งานเดี่ยว</p>	๑ ชั้น ๑ ชั้น	๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕
การสอบปลายภาค	๒๐	ข้อสอบอัตนัย(๖) ข้อสอบปรนัย(๑๔)	๒ ฉบับ	๔ มีนาคม ๒๕๖๕

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564
 รหัสวิชา พ21202 ชื่อวิชา พลศึกษา (กระบี่) จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค : ปลายภาค = 80: 20

ผู้สอน นายสมชาย ตุนพะชาติ หัวหน้ารายวิชา

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
หน่วยที่ 1 : ปฐมนิเทศรายวิชา/ทดสอบ สมรรถภาพทางกาย - ชี้แจงข้อตกลงในการเรียน - จุดประสงค์ของการเรียนรู้วิชาพลศึกษา (กระบี่) - ทดสอบสมรรถภาพทางกาย - สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ - ประวัติความเป็นมาของพลศึกษา (กระบี่) - ความเป็นมาของพลศึกษา (กระบี่) ในประเทศไทย - ประโยชน์ของพลศึกษา (กระบี่) - สถานที่ อุปกรณ์ และการดูแลรักษา	30 (10) (5) (5) (5) (5)	ใบบงานทดสอบ สมรรถภาพ	1 ชิ้น	ภายใน วัน/เดือน/ปี 19 พฤศจิกายน 2564
หน่วยที่ 2 : ทักษะการวาด ควาง จ้วง กระบี่ - การเคลื่อนที่ การเคลื่อนไหว ความคล่องตัว - การสร้างความคุ้นเคยกับอุปกรณ์ไม้กระบี่ - พิธีไหว้ครู - การถวายเป็นมงคลของวิชากระบี่ - การขึ้นพรหมยี่น - การขึ้นพรหมนั่ง	20 (5) (5) (5) (5)	ทดสอบทักษะ ปฏิบัติ	3 ชิ้น	ภายใน วัน/เดือน/ปี 22 ธันวาคม 2564
หน่วยที่ 3 : ทักษะ-การรำไม้รำ 8 ไม้ - การรำไม้รำ1.2 - การรำไม้รำ3.4 - การรำไม้รำ5.6 - การรำไม้รำ7.8 - การรำไม้รำ9.10	30 (5) (5) (5) (5)	ทดสอบทักษะ ปฏิบัติ	4 ชิ้น	25 กุมภาพันธ์ 2565
การสอบปลายภาค	20	ข้อสอบอัตนัย (6) ข้อสอบปรนัย (14)	2 ฉบับ	4 มีนาคม 2565