

## รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564  
 รหัสวิชา พ33102 รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมินระหว่างภาค:ปลายภาค = 80:20

ผู้สอน นางวรอนงค์ ยิ่งเจริญ

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
<b>หน่วยที่ 1: ร่างกาย</b> ●กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ (ระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ และระบบสืบพันธุ์) -การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ -การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ) ●การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว	20			
	(15)	ใบงาน: งานเดี่ยว	3	ในคาบเรียน
	(5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน
<b>สอบกลางภาคเรียน</b>	30	ข้อสอบปรนัย		*กรณี Onsite ใช้การสอบ
		ชิ้นงาน		*กรณี Online ใช้ชิ้นงาน
<b>หน่วยที่ 2: สุขภาพ</b> ●วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อกาสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน ●วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	5			
	(5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน
<b>หน่วยที่ 3: ฉลาดบริโภค</b> ●อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ ●แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย ●สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภค และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค	5			
	(5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน
<b>หน่วยที่ 4: สารเสพติด</b> ●การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง ●การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) ●โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด	5			
	(5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
<b>หน่วยที่ 5: ความรุนแรง</b> •ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน •การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง •ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ	5 (5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน
<b>หน่วยที่ 6: ความปลอดภัย</b> •การวางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน •กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	5 (5)	การมีส่วนร่วม		ในคาบเรียน
<b>หน่วยที่ 7: กีฬา</b> •การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพกลไก •การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่าง ๆ ชีวจักรยาน การออกกำลังกายจากการทำงานในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน •การเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม •การใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬา และการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม •การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา •สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา •กลยุทธ์ หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ในการเล่น และแข่งขันกีฬา •การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน •การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา •บุคลิกภาพที่ดี •ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา •คุณค่าและความงามของการเล่นกีฬา	5 (5)	การปฏิบัติ		
สอบปลายภาคเรียน	20	ข้อสอบปรนัยและอัตนัย		*กรณี Onsite ใช้การสอบ
		ชิ้นงาน		*กรณี Online ใช้ชิ้นงาน

## รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

รหัสวิชา พ33202 ชื่อวิชา พลศึกษา (ลีลาศ)

จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค : ปลายภาค = 80: 20

ผู้สอน นางสาวศิรยา ยิ้มกระจ่าง

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ประเภท	จำนวนชิ้น	
<b>หน่วยที่ 1 : พื้นฐานการลีลาศ</b> - การจับคู่ลีลาศ - ประโยชน์ของการลีลาศ	10	ใบงาน	1 ชิ้น	เดือนพฤศจิกายน
<b>หน่วยที่ 2 : สมรรถภาพทางกาย</b> - นักเรียนยอมรับและเห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาลีลาศเป็นประจำสม่ำเสมอเพื่อเสริมสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	10	ต้นเข้าจังหวะ	1 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 10 ธันวาคม 2564
<b>หน่วยที่ 3 จิตพิสัย</b>	10	การมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน	1 รายการ	ตลอดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564
<b>หน่วยที่ 4 จังหวะชะชะช่า</b>	20	การทดสอบทักษะ	1 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 24 ธันวาคม 2564
<b>หน่วยที่ 5 จังหวะใจไวฟ</b>	10	การทดสอบทักษะ	1 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 31 ธันวาคม 2564
<b>หน่วยที่ 6 จังหวะวอลทซ์</b>	10	การทดสอบทักษะ	1 ชิ้น	ภายในสัปดาห์ที่ 14 มกราคม 2565
<b>หน่วยที่ 7 จังหวะแทงโก้</b>	10	การทดสอบทักษะ	1 ชิ้น	ภายในสัปดาห์ที่ 21 มกราคม 2565
<b>หน่วยที่ 8 การแสดงการลีลาศ</b>	20	สอบการแสดงลีลาศ	1 ชิ้น	ภายในสัปดาห์ที่ 11 กุมภาพันธ์ 2565

รายละเอียดการจัดการเรียนการสอนประจำภาคเรียน

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

รหัสวิชา พ 33204 ชื่อวิชา พลศึกษา (แบดมินตัน)

จำนวน 24 คาบ (20 ชั่วโมง) 0.5 หน่วยกิต

อัตราส่วนการประเมิน ระหว่างภาค : ปลายภาค = 80: 20

ผู้สอน นายธีระวัฒน์ หนูขาว

หน่วยการเรียนรู้/เนื้อหาสาระโดยสังเขป	คะแนน	ชิ้นงาน/ภาระงาน		กำหนดส่งงาน
		ลักษณะ/ ประเภท	จำนวนชิ้น	
<b>หน่วยที่ 1 กลไกร่างกาย</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- แนะนำตนเอง</li> <li>- ชี้แจงข้อตกลงในการเรียน</li> <li>- ระเบียบและวิธีการปฏิบัติตัวในการเรียนการสอน</li> <li>- ระเบียบวิธีการวัดและประเมินผล</li> <li>- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย</li> <li>- ทดสอบสมรรถภาพทางกาย</li> </ul>	<b>10</b> (10)	การทดสอบ สมรรถภาพทาง กาย	5 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 19 พฤศจิกายน 2564
<b>หน่วยที่ 2 : เพิ่มพูนทักษะแบดมินตัน</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การจับไม้แบดมินตัน</li> <li>- การส่งลูก ( วิธีการเสิร์ฟ )</li> <li>- การตีลูกโด่ง</li> <li>- การตีลูกดาด</li> <li>- การตีลูกหยอด</li> <li>- การตบลูก</li> </ul>	<b>50</b>  (10) (10) (10) (10) (10)	การทดสอบ ทักษะ	5 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 7 มกราคม 2565
<b>หน่วยที่ 3 : มารยาทแบดมินตัน</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กฎกติกา</li> <li>- มารยาทของผู้เล่น</li> <li>- มารยาทของผู้ชมแบดมินตัน</li> <li>- การดูแลอุปกรณ์</li> </ul>	<b>10</b> (10)	ใบบงานเรื่อง กฎกติกา มารยาท แบดมินตัน	1 ชิ้น	ภายในสัปดาห์ที่ 21 มกราคม 2565
<b>หน่วยที่ 4 ไฟต์เตอร์</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การแข่งขันแบดมินตัน</li> </ul>	<b>10</b> (10)	การทดสอบ ทักษะ ประเภทเดี่ยว ประเภทคู่	3 รายการ	ภายในสัปดาห์ที่ 18 กุมภาพันธ์ 2565
<b>การสอบปลายภาค</b>	<b>20</b>	สอบปรนัย (20)	1 ฉบับ	28 กุมภาพันธ์ 2565