****

**คำอธิบายรายวิชา**

**พ ๒๒๑๐๓ พลศึกษา ๓ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**

**ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑ เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต**

ศึกษาประวัติความเป็นมาของกีฬากรีฑา ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกรีฑา ในเรื่อง การทรงตัว การเคลื่อนที่ การเข้าที่ การเข้าเส้นชัย การวิ่งระยะสั้น การวิ่งระยะกลาง การวิ่งระยะไกล การเข้าที่วิ่งผลัด การรับ-ส่งไม้คฑา การเล่นเกม กติกาการ แข่งขันรายบุคคลและเป็นทีม อย่างถูกต้องการเล่นเกมอย่างปลอดภัย และสนุกสนาน

โดยนำกิจกรรมพลศึกษา มาช่วยเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

เพื่อให้เข้าใจประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬากรีฑา รู้และเข้าใจกระบวนการทักษะของ กีฬากรีฑา สามารถอธิบายกติกาทั่วไปของกีฬากรีฑา ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย และมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกีฬาประจำชาติประเทศกัมพูชา (ประดัลเสรี)

**ตัวชี้วัด**

พ ๓.๑ ม ๒/๑ พ ๓.๑ ม ๒/๒ พ ๓.๑ ม ๒/๓

พ ๓.๒ ม ๒/๒ พ ๓.๒ ม ๒/๕

พ ๔.๑ ม ๒/๗

**รวม ๖ ตัวชี้วัด**

**โครงสร้างรายวิชา สุขศึกษา ๓**

**พ ๒๒๑๐๓ พลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑**

**เวลา ๒๐ ชั่วโมง**  **คะแนนเต็ม ๑๐๐ คะแนน**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **หน่วยการรู้** | **มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด** | **สาระสำคัญ** | **ชื่อหน่วยการเรียนรู้** | **เวลา (ชั่วโมง)** | **น้ำหนักคะแนน**  |
| ๑ | พ๓.๑ ม๒/๑พ๓.๑ ม๒/๓ | - ประวัติและพัฒนาการกีฬากรีฑา- ประโยชน์ของการเล่นกีฬากรีฑา- มารยาทของผู้เล่นและผู้ชมกีฬากรีฑา | ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬากรีฑา | ๒ | ๑๐ |
| ๒ | พ๓.๒ ม๒/๒พ๔.๑ ม๒/๗ |  - สถานที่และอุปกรณ์กีฬากรีฑา  - การอบอุ่นร่างกายเพื่อการฝึกกีฬากรีฑา- การเสริมสร้างสมรรถภาพ | - สถานที่อุปกรณ์-การสร้าสมรรถภาพ | ๒ | ๑๐ |
| ๓ | พ๓.๑ ม๒/๑พ๓.๒ ม๒/๕ | การทรงตัว การเคลื่อนที่ การเข้าที่ การเข้าเส้นชัย ในการเล่นเป็นทักษะเบื้องต้นของการฝึกหัด | ทักษะพื้นฐานของกีฬากรีฑา | ๓ | ๑๐ |
| **ทดสอบ** | พ๓.๑ ม๒/๑พ๓.๑ ม๒/๒พ๓.๒ ม๒/๒ | การวิ่งระยะสั้น,กลาง,ไกลเป็นทักษะที่สำคัญที่จะต้องฝึกให้ชำนาญ | **กลางภาค** | ๓ | ๒๐ |
| ๔ | พ๓.๒ ม๒/๒พ๔.๑ ม๒/๗ | การเข้าที่ของวิ่งผลัด - สำหรับคนตัวเล็ก- สำหรับคนตัวสูงปานกลาง- สำหรับคนตัวสูงโปร่ง | การถือไม้คฑา ออกวิ่ง | ๒ | ๑๐ |
| ๕ | พ๓.๑ ม๒/๑พ๓.๒ ม๒/๒ | การเข้าที่ของวิ่งผลัดมีการถือไม้คฑาออกวิ่ง- สำหรับคนตัวเล็ก- สำหรับคนตัวสูงปานกลาง- สำหรับคนตัวสูงโปร่ง | การถือไม้คฑา ออกวิ่ง | ๒ | ๑๐ |
| ๖ | พ๓.๑ ม๒/๑พ๓.๒ ม๒/๕  | การวิ่งผลัดเป็นการแข่งขันประเภททีมจะต้องเรียนรู้เรื่องการรับ-ส่งไม้ที่ถูกวิธี | การรับ-ส่งไม้ คฑา | ๓ | ๑๐ |
| **ทดสอบ** | พ ๓.๒ ม๒/๒พ๓.๒ ม๒/๕ | การแข่งขันกีฬากรีฑาทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม | **ปลายภาค** | ๓ | ๒๐ |
| **รวม** | **๒๐** | **๑๐๐** |



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ............พ22103.................ชื่อรายวิชา................กรีฑา.................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้.............สุขศึกษาและพลศึกษา............................. ภาคเรียนที่....1/2561...

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ .......................ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกรีฑา..................................................

แผนการเรียนรู้ที่...1....เรื่อง..................ปฐมนิเทศการสอน ........................... เวลา....2....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

-ประวัติความเป็นมาและพัฒนาการรวมถึงประโยชน์มารยาทในการเล่นและตัวผู้ชมและหลักความปลอดภัยในการเล่นกรีฑา

**4. สาระการเรียนรู้**

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

- รู้และเข้าใจประวัติและพัฒนาการ

-สามารถบอกประโยชน์ของการเล่นกรีฑา

-สามารถอธิบายมารยาทของผู้เล่นและผู้ชมกรีฑา

-สามารถอธิบายหลักความปลอดภัยในการเล่นกรีฑา

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูถามความรู้ที่เกี่ยวกับกรีฑา

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับกรีฑา

 2 . ให้นักเรียนจับกลุ่มร่วมกันค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับ

- ประวัติและพัฒนาการ

-ประโยชน์ของการเล่น

-มารยาทของผู้เล่นและผู้ชม

-หลักความปลอดภัยในการเล่น

 3. นำเสนอการค้นหาข้อมูลแต่ละกลุ่มตามหัวเรื่องข้างตน

 4. ร่วมกันสรุป

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

 **สื่อ แหล่งเรียนรู้**

 **- ห้องสมุด**

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | งานกลุ่ม | - ความถูกต้องของการส่งงานการซักถาม | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน..........................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์..........................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

 **บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../......................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ....................พ22103...............ชื่อรายวิชา..............กรีฑา................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้.............สุขศึกษาและพลศึกษา.................................. ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ...............................องค์ประกอบของกรีฑา..................................................

แผนการเรียนรู้ที่...2....เรื่อง.................สถานที่และอุปกรณ์ ............................. เวลา....2....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานช่วงชั้น**

 พ3.1

**2.ตัวบ่งชี้**

เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3.สาระสำคัญ**

 สถานที่และอุปกรณ์กรีฑาการเลือกซื้ออุปกรณ์กรีฑาวิธีการรักษาอุปกรณ์กรีฑา

**4. สาระการเรียนรู้**

1.สถานที่และอุปกรณ์กรีฑา

2. การเลือกซื้ออุปกรณ์กรีฑาวิธีการรักษาอุปกรณ์กรีฑา

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

1.นักเรียนสามารถอธิบายสถานที่และอุปกรณ์กรีฑา

2.นักเรียนสามารถการเลือกซื้ออุปกรณ์กีฬากรีฑาวิธีการรักษาอุปกรณ์กรีฑา

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนนำอุปกรณ์มาอธิบาย

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1

 1. ครูนำเสนอเรื่องของสถานที่อุปกรณ์

 2 . ครูให้นักเรียนค้นหาข้อมูลที่เกี่ยวกับ

-สถานที่และอุปกรณ์กรีฑา

- การเลือกซื้ออุปกรณ์กรีฑาวิธีการรักษาอุปกรณ์กรีฑา

 3. นำเสนอการค้นหาข้อมูลแต่ละกลุ่มตามหัวเรื่องข้างตน

 4. ร่วมกันสรุป

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

 - ห้องสมุด

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -งานกลุ่ม | - ความถูกต้องของการส่งงานการซักถาม | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

........................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.......................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ................พ22103................ชื่อรายวิชา............กรีฑา................. ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้.....................สุขศึกษาและพลศึกษา.......................... ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ .................................การสร้างสมรรถภาพ..................................................

แผนการเรียนรู้ที่...3....เรื่อง.............การสร้างสมรรถภาพของกรีฑา............. เวลา.....3.....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การอบอุ่นร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬากรีฑา

**4. สาระการเรียนรู้**

-การอบอุ่นร่างกายสำหรับกีฬากรีฑา

-การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับกรีฑา

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการอบอุ่นร่างกายสำหรับกีฬากรีฑา

-นักเรียนสามารถอธิบายการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬากรีฑา

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติกรีฑา

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-2

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับกรีฑา

 2 . ให้นักเรียนจับกลุ่มร่วมกันค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับ

-การอบอุ่นร่างกายสำหรับกีฬาวอลเลย์บอล

-การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายสำหรับกีฬากรีฑา

 3. นำเสนอการค้นหาข้อมูลแต่ละกลุ่มตามหัวเรื่องข้างตน

 4. ร่วมกันสรุป

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

 สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | งานกลุ่ม | - ความถูกต้องของการส่งงานการซักถาม | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.......................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา .....................พ22103...............ชื่อรายวิชา.................กรีฑา.......................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้.........................สุขศึกษาและพลศึกษา.................................. ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ..............................................ทักษาพื้นฐาน...............................................................

แผนการเรียนรู้ที่...4....เรื่อง..การทรงตัวการเคลื่อนที่ การออก และการเข้าเส้นชัย ...... เวลา....3....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การทรงตัวการออกสตาร์ทในการเล่นเป็นทักษะเบื้องต้นของการฝึก

**4. สาระการเรียนรู้**

-การทรงตัว การเคลื่อนที่

-การออกสตาร์ท การเข้าเส้นชัย

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการการทรงตัวและการเคลื่อนที่

-นักเรียนสามารถอธิบายการการออกสตาร์ท การเข้าเส้นชัย

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติกรีฑา

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-4

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับกรีฑา

 2 . ครูสาธิตการทรงตัวการเคลื่อนที่

 3. ครูสาธิตการออกสตาร์ท และการเข้าส้นชัย

 4. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายบุคคล ,เป็นคู่ ,เป็นกลุ่ม

 5. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นคู่-ปฏิบัติเป็นกลุ่ม | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข.............................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../......................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ................พ22103.............ชื่อรายวิชา...................กรีฑา.......................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้...........................สุขศึกษาและพลศึกษา..............................ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ................................................ทักษาพื้นฐาน......................................................

แผนการเรียนรู้ที่...5....เรื่อง............การวิ่งระยะสั้นระยะกลางและระยะไกล ........ เวลา....2....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การการวิ่งระยะสั้นระยะกลางระยะไกลในการเล่นเป็นทักษะเบื้องต้นที่สำคัญของการฝึกที่จะต้องฝึกให้ชำนาญ

**4. สาระการเรียนรู้**

-การวิ่งระยะต่างๆ

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการวิ่งระยะต่างๆที่ถูกต้องได้

-นักเรียนสามารถปฏิบัติการวิ่งระยะต่างๆได้

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติการวิ่งระยะต่างๆ

**ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-2

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับการวิ่งระยะต่างๆ

 2 . ครูสาธิตวิ่ง ,และปฏิบัติไปพร้อมๆกัน

 3. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายบุคคล ,เป็นกลุ่ม

 4. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นคู่ | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

...............................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../..............



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ..............พ22103..........ชื่อรายวิชา.....................กรีฑา.......................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้................สุขศึกษาและพลศึกษา.................................. ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ......................................ทักษาพื้นฐาน...........................................................

แผนการเรียนรู้ที่...6....เรื่อง............................การวิ่งผลัด................................ เวลา....2....ชั่วโมง..

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การวิ่งประเภทผลัดมีประโยชน์ในการเล่นเกมมาก เพราะจะทำให้สามารถควบคุมการรับส่งไม้ผลัดได้โดยถูกต้องและรวดเร็ว

**4. สาระการเรียนรู้**

-การวิ่งประเภทผลัด

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการวิ่งประเภทผลัดที่ถูกต้องได้

-นักเรียนสามารถปฏิบัติการวิ่งประเภทผลัดได้

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติการวิ่งประเภทผลัด

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-2

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับการผลัดที่ถูกต้อง

 2 . ครูสาธิตการรับ-ส่งไม้ผลัด ,และปฏิบัติไปพร้อมๆกัน

 3. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายบุคคล ,เป็นกลุ่ม

 4. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

 สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นกลุ่ม | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.....



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ............................พ22103..........................ชื่อรายวิชา.........กรีฑา .........ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้......................สุขศึกษาและพลศึกษา.................................. ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ................................................ทักษาพื้นฐาน....... ..................................................

แผนการเรียนรู้ที่...7....เรื่อง............การรับส่งไม้ผลัดและการแข่งขัน ......................เวลา....3....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การรับ-ส่งไม้ผลัดที่ดีจะเป็นการสื่อสารกันในทีมที่มุ่งสู่ความสำเร็จ

**4. สาระการเรียนรู้**

-การรับ-ส่งไม้ผลัดที่สำเร็จ

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการรับ-ส่งไม้ผลัดแบบต่างๆที่ถูกต้องได้

-นักเรียนสามารถปฏิบัติการรับ-ส่งไม้ผลัดแบบต่างๆได้

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติกรีฑา

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-4

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับการรับ-ส่งแบบต่างๆ

 2 . ครูสาธิตการส่ง-รับ ,และปฏิบัติไปพร้อมๆกัน

 3. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายกลุ่ม

 4. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นกลุ่ม | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

.....................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.....................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา .....พ22103..........ชื่อรายวิชา.......................กรีฑา...........................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้.................สุขศึกษาและพลศึกษา..................................ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ...........................................ทักษาพื้นฐาน.. ..................................................

แผนการเรียนรู้ที่...8....เรื่อง….……การแข่งขันประเภททีม.............................. เวลา....2....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การแข่งขันประเภททีม หมายถึงการ**วิ่งประเภทผลัด**ที่มีการแข่งกันระหว่าง2ทีมขึ้นไป

 **4. สาระการเรียนรู้**

-การแข่งขัน

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการแข่งขันประเภททีมที่ถูกต้องได้

-นักเรียนสามารถปฏิบัติการแข่งขันประเภททีมได้

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติแข่งขัน

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-2

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับกติกา

 2 . ครูสาธิตการแข่งขัน ,และปฏิบัติไปพร้อมๆกัน

 3. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายบุคคล ,เป็นกลุ่ม

 4. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นกลุ่ม | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.......................



**แผนการจัดการเรียนรู้**

รหัสวิชา ........พ22103...........ชื่อรายวิชา.....................กรีฑา ....................ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้...........สุขศึกษาและพลศึกษา.................................. ภาคเรียนที่....1/2561

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ ..........................................ทักษาพื้นฐาน .................................................

แผนการเรียนรู้ที่...9....เรื่อง...............การทกสอบโดยการแข่งขัน................. เวลา....2....ชั่วโมง

**อาจารย์ผู้สอน**

**1.มาตรฐานการเรียนรู้**

 พ3.1

**2. ตัวชี้วัด**

 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

**3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด**

การแข่งขันกีฬา กรีฑา จะช่วยให้ผู้เล่นประสบความสำเร็จ จะต้องอาศัยความสามารถร่างกายของแต่ละบุคคล และการแข่งขันประเภททีมจะต่องอาศัยความร่วมมือกันในทีม

**4. สาระการเรียนรู้**

-การแข่งขัน

**5. จุดประสงค์การเรียนรู้**

-นักเรียนสามารถอธิบายการแข่งขันประเภทต่างๆที่ถูกต้องได้

-นักเรียนสามารถปฏิบัติการแข่งขันได้

**6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน**

 1. ความสามารถในการคิด

 2. ความสามารถในการสื่อสาร

 3. ความสามารถในการแก้ใขข้อบกพล่อง

**7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์**

1. รับผิดชอบ

2. ใฝ่เรียน

3. มุ่งมั่นในการทำงาน

4. รักความเป็นไทย

**8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้**

 **ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน**

 1. ครูทบทวนการเรียนปฏิบัติการแข่งขัน

 **ขั้นจัดการเรียนรู้**

ชั่วโมงที่ 1-2

 1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับการแข่งขัน

 2 . ครูสาธิตการแข่งขันแต่ละประเภท ,และปฏิบัติไปพร้อมๆกัน

 3. นักเรียนแยกปฏิบัติเป็นรายบุคคล ,เป็นกลุ่ม

 4. สรุปแก้ไขเป็นกรณีตามสถานการณ์

 **9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้**

สนามกรีฑา

**10. การวัดและประเมินผล**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **เป้าหมาย** | **หลักฐาน** | **เครื่องมือวัด** | **เกณฑ์การประเมิน** |
| **สาระสำคัญ**-สังเกตความตั้งใจ-สอบถามซักถาม | -ปฏิบัติรายบุคคล-ปฏิบัติเป็นกลุ่ม | - ความถูกต้องของ การปฏิบัติ | - เกณฑ์ปฏิบัติผ่านและไม่ผ่าน- เกณฑ์การให้คะแนนมากกว่า 60 %  |

**11. บันทึกหลังสอน**

ผลการสอน............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ปัญหา/อุปกรณ์............................................................................................................................................................................................................................................................................................

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข..............................................................................................................................................

.............................................................................................................................................

**บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(.............................................................)

อาจารย์ผู้สอน

...................../...................../.....................

**ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระวิชา**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(........................................................................)

หัวหน้ากลุ่มสาระวิชา...............................................

.............../.................../.......................

**ความเห็นผู้บริหาร**

..............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

(....................................................................)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

.................../..................../.......................