**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

**ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๔ **ภาคเรียนที่** ๑ **/ ๒๕๖๔**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๑ | ม.ฐ พ. ๓.๑ป. ๔/๑ป.๔/๒ | **•** การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดดเหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ซิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควบม้า และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่นการเลี้ยงลูกบาสเก็ตบอล,ลูกฟุตบอล ฯลฯ  | ๑ | ๖ |
|  ๒ | ม.ฐ. พ. ๓.๑ ป. ๔/๓  | **•** กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ - เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด  | ๒ | ๗ |
| ๓ | ม.ฐ. พ. ๓.๑ป.๔/๔  | **•** กิจกรรมการเต้นประกอบจังหวะเพลง  | ๓ | ๗ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

**ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๔ **ภาคเรียนที่** ๒ **/ ๒๕๖๔**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๔ | ม.ฐ พ.๓.๒ ป๔/๑ | **•**  การออกกำลังกาย เล่นเกมตามขอบเขตของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานสากลร่วมกับผู้อื่น- แฮนด์บอล  | ๔  | ๔  |
| ๕ | ม.ฐ พ.๓.๒ ป๔/๑ | **•** การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนในการออกกำลังกาย เล่นเกม และการเล่นกีฬาสากลตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น - คุณค่าของการออกกำลังกายเล่นเกมและเล่น-กิจกรรมนันทนาการ | ๕ | ๘ |
| ๖ | ม.ฐ พ.๓.๒ ป.๔/๒ | **•** การปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น – การเล่นเป็นทีม **•** แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย 9 รายการ | ๖ | ๘ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

**ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๕ **ภาคเรียนที่** ๑ / ๒๕๖๔

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๑ | ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๕ /๑      | **•** การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานและการปฏิบัติกิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่แบบเคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบตามที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน  | ๑ | ๔ |
| ๒ | ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๕/๒ ป.๕/๓  | **•** เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัด • การเคลื่อนไหวในเรื่องของการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล กระโดดเชือก -กีฬาเทเบิลเทนนิส  | ๒ | ๘ |
| ๓ | ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๕/๔ ป.๕/๕   ป.๕ /๖ | **•** ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายกิจกรรมการเคลื่อนไหว -กีฬากรีฑา  -วิ่งทางตรง 50 เมตร  | ๓ | ๘ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

**ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๕ **ภาคเรียนที่** ๒/๒๕๖๔

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๔ |  ม.ฐ พ.๓.๒ ป.๕/๑    |  **•** หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย - การออกกำลังกายและการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบเกมนำและการละเล่นพื้นเมือง | ๔ | ๔  |
| ๕ | ม.ฐ พ.๓.๒ป.๕ /๒ | **•** การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ - เทเบิลเทนนิส / เปตอง - การสร้างทางทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลายและมีน้ำใจเป็นนักกีฬา - กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น  | ๕ | ๘ |
| ๖ | ม.ฐ พ.๓.๒ป.๕/๓ ป.๕/๔ | • วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น • สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่นเกมและกีฬา - ความแตกต่างระหว่างบุคคล ในการเล่นเกมและกีฬา - แบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย 9 รายการ | ๖ | ๘ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

 **ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๖ **ภาคเรียนที่** ๑ **/ ๒๕๖๔**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๑ | ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๖/๑      | **•** การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสานในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช่ท่าต่อเนื่องและการต่อตัวท่าง่ายๆ  | ๑ | ๔ |
| ๒ |  ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๖/๒  ป.๖/๓  | **•** การเคลื่อนไหวในเรื่องของการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นเกมและกีฬา **•**  การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ แบดมินตัน ฟุตบอล วอลเลย์บอล  | ๒ | ๘ |
| ๓ | ม.ฐ พ. ๓.๑ ป.๖/๔ ป.๖/๕    | **•** การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา **•** การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้ | ๓ | ๘ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

 **ชั้นประถมศึกษา ปีที่** ๖ **ภาคเรียนที่** ๒ **/ ๒๕๖๔**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วยการเรียนรู้ | เวลา/ชั่วโมง |
| ๔ |  ม.ฐ พ. ๓.๒ ป.๖/๑  |  **•** ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการเสริมสร้างบุคลิกภาพ  | ๔ | ๔ |
| ๕ | ม.ฐ พ. ๓.๒ ป.๖/๒ป.๖/๓  | **•**  การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ **•** การเต้นประกอบจังหวะเพลงประเภททีมและประเภทบุคคลที่ชื่นชอบ - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย  | ๕ | ๘ |
| ๖ | ม.ฐ พ. ๓.๒ ป.๖/๔ป.๖/๕ป.๖/๖  |  **•** การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา   - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย  | ๖ | ๘ |