**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | เวลา/  ชั่วโมง |
| ๑ | ม.ฐ พ. ๓.๑  ป. ๔/๑  ป.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. ๓.๑  ป.๔/๔ | **•** กิจกรรมการเต้นประกอบจังหวะเพลง | ๓ | ๗ |

**กำหนดการสอนวิชาพลศึกษา**

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ลำดับที่ | มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด | สาระสำคัญ | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | 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 | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | 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 | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | เวลา/  ชั่วโมง |
| ๔ | ม.ฐ พ.๓.๒  ป.๕/๑ | **•** หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย - การออกกำลังกายและการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบเกมนำและการละเล่นพื้นเมือง | ๔ | ๔ |
| ๕ | ม.ฐ พ.๓.๒  ป.๕ /๒ | **•** การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ - เทเบิลเทนนิส / เปตอง - การสร้างทางทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลายและมีน้ำใจเป็นนักกีฬา - กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น | ๕ | ๘ |
| ๖ | ม.ฐ พ.๓.๒  ป.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 | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | 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 | ชื่อหน่วย  การเรียนรู้ | เวลา/  ชั่วโมง |
| ๔ | ม.ฐ พ. ๓.๒  ป.๖/๑ | **•** ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการเสริมสร้างบุคลิกภาพ | ๔ | ๔ |
| ๕ | ม.ฐ พ. ๓.๒  ป.๖/๒  ป.๖/๓ | **•**  การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ  **•** การเต้นประกอบจังหวะเพลงประเภททีมและประเภทบุคคลที่ชื่นชอบ - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย | ๕ | ๘ |
| ๖ | ม.ฐ พ. ๓.๒  ป.๖/๔  ป.๖/๕  ป.๖/๖ | **•** การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา    - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย | ๖ | ๘ |