



คำอธิบายรายวิชา

พ ๓๑๒๐๒ พลศึกษา ๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาแฮนด์บอล การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอล
ทักษะเบื้องต้นของกีฬาแฮนด์บอล ในเรื่อง การยืนท่าเตรียม การส่งลูก การรับลูก การเลี้ยงลูก การยิงประตู

โดยศึกษาวิธีการเล่นในตำแหน่งต่างๆ ทั้งในขณะเป็นผู้เล่น ฝ่ายรับ และฝ่ายรุก การเล่นเป็นทีมอย่าง
ถูกต้อง กติกาการแข่งขันแฮนด์บอล การจัดการแข่งขัน

อธิบายประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาแฮนด์บอล การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอล
การยืนท่าเตรียม การส่งลูก การรับลูก การเลี้ยงลูก การรับลูกกระดอน วิธีการเล่นในตำแหน่งต่างๆ ทั้งในขณะ
เป็นผู้เล่น ฝ่ายรับ และฝ่ายรุก การเล่นเป็นทีมอย่างถูกต้อง

ผลการเรียนรู้

๑. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน
๒. นำผลการปฏิบัติเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง
๓. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ ๑ ชนิด
๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ
๕. เปรียบเทียบรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
๖. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม
๗. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง
๘. ศึกษาและเข้าใจวิธีการเล่นกีฬาประจำประเทศมาเลเซีย (ซีเตะ)

รวม ๘ ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พลศึกษา ๒

พ ๓๑๒๐๒ พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ ภาคเรียนที่ ๒

คะแนนเต็ม ๑๐๐ คะแนน

หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
๑	ผลการเรียนรู้ที่ ๑ และ ๘	- แสนด์บอลเป็นกีฬาสากลที่จัดให้มีการแข่งขันโดยทั่วไปและเป็นที่นิยมกันในระดับนักเรียนเยาวชนและเรียนรู้กีฬาของชาติอื่น - การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	- ความรู้ทั่วไป - ทดสอบสมรรถภาพ	๒	๑๐
๒	ผลการเรียนรู้ที่ ๒ และ ๔	- การเล่นแสนด์บอลเป็นการช่วยให้ผู้เล่นมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงและยังช่วยเสริมสร้างให้มีความเป็นนักกีฬา มีมารยาทที่ดีสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้ - กีฬาแสนด์บอลผู้เล่นจะต้องมีการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ซึ่งผู้เล่นนั้นจะต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดี เพื่อจะได้เข้าร่วมการเล่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ	- มารยาทผู้เล่นและผู้ดูกีฬา - แสนด์บอล - การสร้างสมรรถภาพของกีฬาแสนด์บอล	๓	๑๐
๓	ผลการเรียนรู้ที่ ๒,๓,๖	การเล่นแสนด์บอลผู้เล่นจำเป็นต้องมีประสิทธิภาพในด้านการเคลื่อนไหวและจะต้องมีทักษะเบื้องต้นที่ดี	การเคลื่อนไหวเบื้องต้น	๓	๑๐
ทดสอบ	ผลการเรียนรู้ที่ ๑	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	กลางภาค	๒	๒๐
๔	ผลการเรียนรู้ที่ ๒ และ ๔	การเลี้ยงลูกบอลถือว่ามีสำคัญต่อการเล่นแสนด์บอล เพราะจะช่วยให้ผู้เล่นสามารถพาลูกบอลไปตามทิศทางต่างๆได้ การเลี้ยงบอลที่ถูกต้องจะต้องสามารถพาบอลไปตามทิศทางที่ต้องการได้อย่างรวดเร็ว	การเลี้ยงลูก	๒	๑๐

หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
๕	ผลการเรียนรู้ที่ ๓ และ ๕	ทักษะในการหลอกล่อเพื่อเป็นการเปลี่ยนทิศทาง ซึ่งถือว่าเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นแฮนด์บอล นับว่ามีความจำเป็นในการเล่นเป็นอย่างมาก	การหลอกล่อคู่ต่อสู้	๒	๑๐
๖	ผลการเรียนรู้ที่ ๒,๖,๗	การยิงประตูถือว่าเป็นหัวใจสำคัญในการเล่นแฮนด์บอล การแพ้ชนะในการเล่นขึ้นอยู่กับความสามารถในการยิงประตูได้มากหรือน้อย	การยิงประตู	๓	๑๐
ทดสอบ	ผลการเรียนรู้ที่ ๓ และ ๖	การแข่งขันและดำเนินการแข่งขัน	ปลายภาค	๓	๒๐
รวม				๒๐	๑๐๐



โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

แผนการจัดการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชาพลศึกษา ๒ (พ๓๑๒๐๒)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

โดยอาจารย์เสาวณี ก้านดอกไม้



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา 31202	ชื่อรายวิชา	พลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่	4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา			
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาแฮนด์บอล			
แผนการเรียนรู้ที่ 1	เรื่อง	ปฐมนิเทศการสอน	เวลา	2 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ3.1 เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

2. ตัวชี้วัด

ม4/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

แฮนด์บอลเป็นกีฬาสากลที่จัดให้มีการแข่งขันทั่วไปและเป็นที่ยอมรับในระดับนักเรียนเยาวชน

4. สาระการเรียนรู้

ประวัติความเป็นมาของกีฬาแฮนด์บอลทั้งในและต่างประเทศ

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจประวัติและพัฒนาการกีฬาแฮนด์บอล
2. สามารถบอกประโยชน์ของการเล่นกีฬาแฮนด์บอล
3. สามารถอธิบายมารยาทของผู้เล่นและผู้ชมกีฬาแฮนด์บอล
4. สามารถอธิบายหลักความปลอดภัยในการเล่นกีฬาแฮนด์บอล

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร

7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูถามความรู้ที่เกี่ยวกับแฮนด์บอล

ขั้นจัดการเรียนรู้

1. ครูแนะนำนักเรียนเกี่ยวกับแฮนด์บอล
2. ให้นักเรียนจับกลุ่มร่วมกันค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับ
 - ประวัติและพัฒนาการ
 - ประโยชน์ของการเล่น
 - มารยาทของผู้เล่นและผู้ชม
 - หลักความปลอดภัยในการเล่น
3. นำเสนอการค้นหาข้อมูลแต่ละกลุ่มตามหัวเรื่องข้างตน
4. ร่วมกันสรุป

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปความเป็นมา มารยาท กฎ กติกา ลงในใบงานส่งครู
2. ครูอธิบายและสรุปเสริมในส่วนที่นักเรียนไม่เข้าใจหรือสรุปไม่ตรงประเด็น

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

1. อินเทอร์เน็ต
2. ใบงาน

แหล่งเรียนรู้

1. ห้องสมุด

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
สาระสำคัญ แขนด์บอลเป็นกีฬา สากลที่จัดให้มีการ แข่งขันทั่วไปและเป็น ที่นิยมในระดับ นักเรียนเยาวชน	- แบบทดสอบก่อน และหลังเรียน	- ตรวจสอบแบบทดสอบ ก่อนเรียน - แบบสังเกต พฤติกรรม	- คะแนนเต็ม 17 คะแนน ผ่าน 8 คะแนน
ตัวชี้วัด ม4/1 เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลโดย ใช้ทักษะพื้นฐานตาม ชนิดกีฬาได้อย่างละ 1ชนิด	กิจกรรมกลุ่ม	ใบงานการทำแผน รูปแบบการฝึก	ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์
คุณลักษณะ 1. รับผิดชอบ 2. ใฝ่เรียน 3. มุ่งมั่นในการ- ทำงาน 4. รักความเป็นไทย	- สังเกตจาก ความรู้สึกตระหนัก ถึงความสำคัญและ เห็นคุณค่าของกีฬา แขนด์บอล - สังเกตจากความ สนใจและความ กระตือรือร้นในการ ปฏิบัติกิจกรรม	- สังเกตจาก พฤติกรรมขณะ ปฏิบัติกิจกรรม รายบุคคลและปฏิบัติ กิจกรรมกลุ่ม	คะแนนผ่านระดับ 2

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียนทราบถึงระเบียบและกติกาในข้อตกลงในชั้นเรียน ขั้นตอนวิธีการดำเนินการเรียนการสอน การวัดผลและประเมินผลการเรียนการสอน

ปัญหา/อุปสรรค

นักเรียนบางคนคุยขาดความสนใจบ้างเล็กน้อย

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

มีการซักถามเป็นช่วงๆ เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา พ31202	ชื่อรายวิชา	พลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่	4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา			
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	การสร้างเสริมสมรรถภาพของกีฬาแฮนด์บอล			
แผนการเรียนรู้ที่ 2	เรื่อง	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	เวลา	3 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพการดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

2. ตัวชี้วัด

ม4/7 พัฒนาสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ หรือสมรรถภาพทางกลไกตามความต้องการ จนสำเร็จตามเป้าหมาย

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

กีฬาแฮนด์บอลผู้เล่นจะต้องมีการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ซึ่งผู้เล่นนั้นจะต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดี เพื่อจะได้เข้าเล่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. สาระการเรียนรู้

1. ทดสอบกล้ามเนื้อแขน

1.1 ทดสอบกล้ามเนื้อแขนสำหรับชาย ใช้วิธีการดึงข้อโดยจำนวนครั้งเป็น

ตัวกำหนดและเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน

1.2 ทดสอบกล้ามเนื้อแขนสำหรับหญิง ใช้วิธีการงอแขนห้อยตัวใช้เวลาเป็นตัวกำหนดและ

เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน

2. ทดสอบกล้ามเนื้อหน้าท้อง ใช้เวลาเป็นตัวกำหนดและเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน

3. ทดสอบกล้ามเนื้อขา ใช้เวลาเป็นตัวกำหนดและเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจในลักษณะและวิธีการทดสอบที่ถูกต้อง
2. เห็นคุณค่าและประโยชน์ของการออกกำลังกาย
3. ปฏิบัติกิจกรรมด้วยความสนุกสนานเพลิดเพลิน
4. มีทักษะการเล่นกีฬาประเภทต่างๆ

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

7. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูทบทวนขั้นตอน อธิบาย และสาธิต

ขั้นจัดการเรียนรู้

- เช็คจำนวนนักเรียน
- อบอุ่นร่างกาย
- ครูอธิบายขั้นตอนการทดสอบ
- นักเรียนลองทดสอบ
- ทำการทดสอบจริง
- ครูสรุปและแจ้งผลการเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

1. ภาพกิจกรรมการทดสอบ
2. จากตัวอย่างเพื่อนในห้อง

แหล่งเรียนรู้

-

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
สาระสำคัญ กีฬาแฮนด์บอลผู้เล่นจะต้องมีการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ซึ่งผู้เล่นนั้นจะต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดี เพื่อจะได้เข้าเล่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ	- สังเกตจากทักษะในฝึกซ้อม	- สังเกตจากการถามและแสดงความคิดเห็นของเพื่อน	ผ่าน 70 %
ตัวชี้วัด ม 4 / 7 พื ฒ น า สมรรถภาพทางกาย เพื่อ สุขภาพ หรือ สมรรถภาพทางกลไก ล ต า ม ค ว า ม ต้ อ ง ก า ร จ น ส ำ ร เ้ จ็ จ ตามเป้าหมาย	- ไปบันทึกการทดสอบ	- ตรวจใบงาน	ผ่าน 70 %
คุณลักษณะ 1. รับผิดชอบ 2. ใฝ่เรียน 3. มุ่งมั่นในการทำงาน 4. รักความเป็นไทย	- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - สังเกตจากความสนใจและความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม	- สังเกตจากพฤติกรรมขณะปฏิบัติกิจกรรมรายบุคคล - สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างคล่องแคล่ว	คะแนนผ่านระดับ 2

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียน ได้ทราบถึงความสามารถทางด้านร่างกายของตนเองว่าอยู่ในเกณฑ์ใด

ปัญหา/อุปสรรค

นักเรียนล่าและท้อในการทดสอบก่อนหมดเวลาสอบจริงบางคนปฏิบัติได้ไม่ถึงเกณฑ์

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

ให้แรงเสริมพูดกระตุ้นให้กำลังใจในขณะทดสอบ และมีการปรับเกณฑ์การทดสอบเล็กน้อย

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา พ31202	ชื่อรายวิชา	พลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่	4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา			
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	การเคลื่อนไหวเบื้องต้น			
แผนการเรียนรู้ที่ 3	เรื่อง	การสร้างความคุ้นเคย	เวลา	3 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำและสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพทางการกีฬา

2. ตัวชี้วัด

ม4/3 ประยุกต์หลักการรุกรการป้องกัน และการให้ความร่วมมือในการเล่น และการแข่งขันกีฬาที่เลือก ได้ด้วยความชื่นชม

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การเล่นแฮนด์บอลผู้เล่นจะต้องมีประสิทธิภาพในตนเองของทักษะเบื้องต้นของการเล่นแฮนด์บอล และจะต้องเล่นอย่างถูกต้อง

4. สาระการเรียนรู้

การเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆและในทิศทางต่าง ในขณะที่มีหรือไม่มีคู่ต่อสู้ก็ตาม

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

สามารถเคลื่อนไหวร่างกายอย่างสร้างสรรค์ ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ หรือการทำงานต่างๆ

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูอธิบายและสาธิตทำการทบทวนก่อนฝึก

ขั้นจัดการเรียนรู้

- เช้คจำนวนนักเรียน การแต่งกาย สุขภาพ
- อธิบายความสำคัญของการบริหารร่างกาย ก่อนและหลังการเล่นกีฬา
- ทำการอธิบายและสาธิตการเคลื่อนที่ทางตรง
- ครูอธิบายการเคลื่อนที่แบบซิกแซก
- ผู้เรียนทำการฝึกซ้อมทักษะ

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

VCD, DVD การเคลื่อนที่

แหล่งเรียนรู้

ห้องสมุด

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
สาระสำคัญ การเล่นแฮนด์บอลผู้เล่นจะต้องมีประสิทธิภาพในเองของทักษะเบื้องต้นของการเล่นแฮนด์บอล และจะต้องเล่นอย่างถูกต้องวิธี	- ใบบันทึกการฝึกทักษะการก่อนและหลังเรียน	- ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน	ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์
ตัวชี้วัด ม4/3 ประยุกต์หลักการรุกรการป้องกัน และการให้ความร่วมมือในการเล่น และการแข่งขันกีฬาที่เลือกได้ด้วย ความชื่นชม	ใบบันทึกแบบทดสอบ	ใบบันทึกแบบทดสอบ	ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์
คุณลักษณะ 1. รับผิดชอบ 2. ใฝ่เรียน 3. มุ่งมั่นในการทำงาน 4. รักความเป็นไทย	- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - สังเกตจากความสนใจและความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม	- สังเกตจากพฤติกรรมขณะปฏิบัติกิจกรรม ระบุบุคคลและปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม - สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างคล่องแคล่ว	คะแนนผ่านระดับ 2

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในการปฏิบัติจริง และสามารถวิเคราะห์ข้อบกพร่องแก้ปัญหาได้

ปัญหา/อุปสรรค

ทักษะที่ปฏิบัติยังไม่ถูกต้อง และยังขาดความคล่องแคล่วอยู่บ้าง

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

เน้นการฝึกปฏิบัติให้มากขึ้น และทำการแก้ไขเป็นรายบุคคล

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา พ31202	ชื่อรายวิชา	พลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่	4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา			
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ทักษะในการเล่นกีฬาแฮนด์บอล			
แผนการเรียนรู้ที่ 4	เรื่อง	การรับ-ส่ง และการเลี้ยงลูกบอล	เวลา	5 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ3.1 เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

2. ตัวชี้วัด

ม4/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล โดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ 1 ชนิด

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การครอบครองบอลและการเลี้ยงบอลถือว่าเป็นทักษะที่สำคัญในการเล่นแฮนด์บอลเป็นอย่างมาก ทีมจะได้เปรียบเสียเปรียบในการเล่นจะชนะหรือแพ้ก็ต้องขึ้นอยู่กับสิ่งเหล่านี้เช่นกัน

4. สาระการเรียนรู้

1. ทักษะการรับ-ส่งลูกบอลในแบบต่างๆ
2. ทักษะการเลี้ยงลูกบอลในระดับต่างๆ

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจวิธีการได้อย่างแม่นยำในทักษะต่างๆ
2. มีความรู้สึภาคภูมิใจในการปฏิบัติของตนเอง
3. เข้าใจในอารมณ์ของตนว่าในการปฏิบัติที่ทำได้หรือไม่ได้เป็นเช่นใด

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูอธิบายวิธีว่ามีกี่แบบและอะไรบ้าง
2. ครูสาธิตและสุ่มตัวอย่างหน้าชั้นเรียน

ชั้นจัดการเรียนรู้

- เช็คจำนวนนักเรียน การแต่งกาย สุขภาพ
- อธิบายความสำคัญของการบริหารร่างกาย ก่อนและหลังการเล่นกีฬา
- ทำการอธิบายและสาธิตการรับ-ส่งทุกแบบ
- ทำการอธิบายและสาธิตการเลี้ยงลูกบอล

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

1. ลูกแฮนด์บอล

แหล่งเรียนรู้

-

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
สาระสำคัญ การครอบครองบอลและการเลี้ยงบอลถือว่าเป็นทักษะที่สำคัญในการเล่นแฮนด์บอลเป็นอย่างมาก ทีมจะได้เปรียบเสียเปรียบในการเล่นจะชนะหรือแพ้ก็ขึ้นอยู่กับสิ่งเหล่านี้เช่นกัน	- แบบทดสอบก่อนและหลังเรียน	- ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน	ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์
ตัวชี้วัด ม4/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล โดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ 1 ชนิด	- ใบบันทึกการฝึก	- ใบงาน	ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์
คุณลักษณะ 1. รับผิดชอบ 2. ใฝ่เรียน 3. มุ่งมั่นในการทำงาน 4. รักความเป็นไทย	- สังเกตจากการเลือกให้จังหวะในการสร้างสรรค์บทเพลงและการเรียบเรียงทำนองเพลงได้ถูกต้อง - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	- สังเกตจากพฤติกรรมขณะปฏิบัติกิจกรรมรายบุคคลและปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม - สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างคล่องแคล่ว	คะแนนผ่านระดับ 2

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในการปฏิบัติจริง และสามารถวิเคราะห์ข้อบกพร่องแก้ปัญหาได้

ปัญหา/อุปสรรค

ทักษะที่ปฏิบัติยังไม่ถูกต้อง และแรงในการรับ-ส่งบอล พร้อมกับการเลี้ยงบอล ยังไม่ดีพอ

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

เน้นการฝึกปฏิบัติให้มากขึ้น และทำการแก้ไขเป็นรายบุคคล

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา พ31202	ชื่อรายวิชา	พลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่	4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา			
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	หัวใจที่สำคัญ			
แผนการเรียนรู้ที่ 5	เรื่อง	การยิงประตู	เวลา	3 ชั่วโมง

1.มาตรฐานการเรียนรู้

พ3.1 เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

2. ตัวชี้วัด

ม4/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล โดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การยิงประตูถือว่าเป็นหัวใจสำคัญในการเล่นที่เดียว การแพ้ ชนะขึ้นอยู่กับความสามารถในการยิงประตูนี้เอง ผู้เล่นจึงควรฝึกการยิงประตูในทุกรูปแบบเพื่อให้เกิดความแม่นยำและความชำนาญ

4. สาระการเรียนรู้

การยิงประตูมีทั้งหมดด้วยกัน 5 แบบ ดังนี้

1. การยืนยิง
2. การวิ่งยิง
3. การกระโดดยิง
4. การวิ่งกระโดดยิง
5. การล้มตัวยิง

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจในรูปแบบต่างๆในการยิง
2. รู้และเข้าใจเทคนิคและวิธีการยิงที่ถูกต้อง
3. มีวินัยในการฝึกซ้อมและหมั่นฝึกฝนจนเกิดความชำนาญและคอยช่วยเหลือผู้อื่น

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

7. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

ครูอธิบายและทำการสาธิต

ชั้นจัดการเรียนรู้

- เช้คจำนวนนักเรียน การแต่งกาย สุขภาพ
- อธิบายความสำคัญของการบริหารร่างกาย ก่อนและหลังการเล่นกีฬา
- ทำการอธิบายและสาธิตการยิงประตูในรูปแบบต่างๆ
- ผู้เรียนทำการฝึกซ้อมทักษะ

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

VCD, DVD

แหล่งเรียนรู้

ห้องสมุด

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
<p>สาระสำคัญ</p> <p>การยิงประตูถือว่าเป็นหัวใจสำคัญในการเล่นที่เดียว การแพ้นั้นขึ้นอยู่กับความสามารถในการยิงประตูนี้เอง ผู้เล่นจึงควรฝึกการยิงประตูในทุกรูปแบบ เพื่อให้เกิดความแม่นยำและความชำนาญ</p>	<p>ใบบันทึกการฝึกทักษะ</p>	<p>ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน</p>	<p>ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์</p>
<p>ตัวชี้วัด</p> <p>ม4/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาได้อย่างละ1ชนิด</p>	<p>ใบบันทึกการฝึกทักษะ</p>	<p>ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน</p>	<p>ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์</p>
<p>คุณลักษณะ</p> <p>1. รับผิดชอบ</p> <p>2. ใฝ่เรียน</p> <p>3. มุ่งมั่นในการทำงาน</p> <p>4. รักความเป็นไทย</p>	<p>- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์</p> <p>- สังเกตจากความสนใจและความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม</p>	<p>- สังเกตจากพฤติกรรมขณะปฏิบัติกิจกรรมรายบุคคลและปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>- สังเกตจากการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างคล่องแคล่ว</p>	<p>ผ่าน 60 % ผ่านเกณฑ์</p>

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในการปฏิบัติจริง และสามารถวิเคราะห์ข้อบกพร่องแก้ปัญหาได้

ปัญหา/อุปสรรค

ทักษะที่ปฏิบัติยังไม่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

เน้นการฝึกปฏิบัติให้มากขึ้น และทำการแก้ไขเป็นรายบุคคล

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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



แผนการจัดการเรียนรู้

รหัสวิชา พ31202	ชื่อรายวิชาพลศึกษา 2	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผู้รอบพบชัยชนะ	
แผนการเรียนรู้ที่ 6	เรื่อง เกมการเล่นการแข่งขันและการตัดสินใจ	เวลา 4 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำและสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรีย์ภาพทางการกีฬา

2. ตัวชี้วัด

ม4/6 แสดงทักษะการเล่นกีฬานั้นหนานาการ ให้ความร่วมมือระหว่างการแข่งขันกิจกรรมทางกาย และการเล่นกีฬาเป็นทีมตามโครงสร้างที่กำหนดไว้

3. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

แฮนด์บอลเป็นกีฬาสากลที่นิยมเล่นกันอย่างแพร่หลายจึงเป็นที่นิยมของเยาวชนเมื่อมีการเรียนแลฝึกทักษะแม่นแล้วจึงนำไปสู่การแข่งขัน เกม กติกา

4. สาระการเรียนรู้

จัดการแข่งขัน การเล่นเป็นทีม

5. จุดประสงค์การเรียนรู้

1. รู้และเข้าใจในการเล่นที่ต้องมีทักษะต่างๆมาอยู่รวมกัน
2. รู้และเข้าใจเทคนิคในการที่จะทำให้ทีมชนะ
3. มีความรับผิดชอบต่อการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม ตรงต่อเวลา
4. มีวินัยในการแข่งขันและคอยช่วยเหลือเพื่อนในทีมและผู้อื่น
5. ปฏิบัติการแข่งขัน กติกาได้อย่างถูกต้อง

6. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร

7.คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รับผิดชอบ
2. ใฝ่เรียน
3. มุ่งมั่นในการทำงาน
4. รักความเป็นไทย

8. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูทบทวนการเรียนรู้ปฏิบัติทั้งหมดก่อนแข่งขัน

ขั้นจัดการเรียนรู้

- เช็จำนวนนักเรียน
- เริ่มทำการแข่งขันตามโปรแกรมของแต่ละกลุ่ม
- ครูสรุปผลการแข่งขัน

9. สื่อและแหล่งการเรียนรู้

สื่อ

-

แหล่งเรียนรู้

-

10. การวัดและประเมินผล

เป้าหมาย	หลักฐาน	เครื่องมือวัด	เกณฑ์การประเมิน
สาระสำคัญ แขนด์บอลเป็นกีฬา สากลที่นิยมเล่นกัน อย่างแพร่หลายจึง เป็นที่นิยมของ เยาวชนเมื่อมีการ เรียนแลฝึกทักษะ แมนแล้วจึงนำไปสู่ การแข่งขัน เกม กติกา	-โปรแกรมการแข่งขัน -ใบบันทึกผลการ แข่งขัน	-การสังเกต -ใบบันทึกการแข่งขัน	เกณฑ์การให้คะแนน มากกว่า 60 %
ตัวชี้วัด ม4/6 แสดงทักษะ การเล่นกีฬาและ นันทนาการ ให้ความ ร่วมมือระหว่าง เข้าร่วมกิจกรรมทาง กาย และการเล่น กีฬาเป็นทีมตาม โครงสร้างที่กำหนด ไว้	-โปรแกรมการแข่งขัน -ใบบันทึกผลการ แข่งขัน	-การสังเกต -ใบบันทึกการแข่งขัน	เกณฑ์การให้คะแนน มากกว่า 60 %
คุณลักษณะ 1. รับผิดชอบ 2. ใฝ่เรียน 3. มุ่งมั่นในการ- ทำงาน 4. รักความเป็นไทย	- สังเกตจากความ ตั้งใจและปฏิบัติ กิจกรรมตามขั้นตอน - ประเมินทักษะการ ปฏิบัติ	- สังเกตจากความ ตั้งใจและปฏิบัติ กิจกรรมตามขั้นตอน - ประเมินทักษะการ ปฏิบัติ	เกณฑ์การให้คะแนน มากกว่า 60 %

11. บันทึกหลังสอน

ผลการสอน

ผู้เรียนสามารถปฏิบัติกิจกรรมการแข่งขัน และเป็นกรรมการผู้ตัดสินได้เป็นอย่างดี

ปัญหา/อุปสรรค

นักเรียนบ้างกลุ่มเล่นและคุยบ้างขณะมีแข่งขัน

ข้อเสนอแนะ/วิธีแก้ไข

กระตุ้นเตือนและทำการแก้ไขบางกลุ่มบ้างในการแข่งขัน

บันทึกการส่งแผนจัดการเรียนรู้

.....
.....

(.....)

อาจารย์ผู้สอน

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

ความเห็นหัวหน้ากลุ่มสาระ

.....
.....

(.....)

หัวหน้ากลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

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

ความเห็นผู้บริหาร

.....
.....

(.....)

รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ

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