

กำหนดการสอนรายวิชาพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษา ปีที่ ๓  
เวลา ๒๐ ชั่วโมง

ภาคเรียนที่ ๑ /๒๕๖๖  
คะแนนเต็ม ๕๐ คะแนน

หน่วย การ เรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	กิจกรรม	วัดผลประเมินผล	สัปดาห์	น้ำหนัก คะแนน
๑	มฐ. พ. ๓.๑ ป. ๓/๑	<ul style="list-style-type: none"> <li>การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยียด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหว ลำตัว</li> <li>การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอย-หลัง กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ โดยมีการบังคับ</li> </ul>	-การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่	-	๑-๒	-
			เคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ -ทำยี่ดลำตัวและหัวไหล่(ทำสะพานลอย) -ทำยี่ดเหยียดข้อเท้า	สังเกต การปฏิบัติ กลุ่มและ รายบุคคล	๓-๖	๑๐
๒	มฐ. พ. ๓.๑ ป.๓ /๑	ทิศทาง เช่น ดัด ขว้าง โยน และรับ <ul style="list-style-type: none"> <li>วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ อย่างมีทิศทาง</li> </ul>	<b>เคลื่อนไหวร่างกายแบบเคลื่อนที่</b> - การเดินก้าวชิดก้าวไปด้านหน้า - การเดินก้าวชิดก้าวไปด้านหลัง	สังเกต การปฏิบัติ กลุ่มและ รายบุคคล	๗-๑๓	๒๐
๓	มฐ. พ. ๓.๑ ป.๓ /๑		<b>แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ</b> -ฝึกทักษะแชร์บอลเบื้องต้น -ทักษะการโยนรับ -ทักษะการส่งบอล	สังเกต การปฏิบัติ กลุ่มและ รายบุคคล	๑๔-๒๐	๒๐

กำหนดการสอนรายวิชาพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษา ปีที่ ๓  
เวลา ๒๐ ชั่วโมง

ภาคเรียนที่ ๒ /๒๕๖๖  
คะแนนเต็ม ๕๐ คะแนน

หน่วย การ เรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	กิจกรรม	วัดผลประเมินผล	สัปดาห์	น้ำหนัก คะแนน
๔	มฐ. พ. ๓.๑ ป.๓ /๒	<ul style="list-style-type: none"> <li>กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด</li> </ul>	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	-	๑-๒	-
			<b>การฝึกทักษะกีฬาทักษะแชร์บอล</b> -ทักษะการโยนรับลูกแบบเคลื่อนที่ บังคับทิศทาง -ทักษะการส่งบอล แบบเคลื่อนที่ บังคับทิศทาง	สังเกต การปฏิบัติ กลุ่มและ รายบุคคล	๓-๑๐	๑๕
๕	มฐ. พ. ๓.๒ ป.๓ /๑		<b>การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด</b> -เกมนำไปสู่การแข่งขันแชร์บอล	สังเกต การปฏิบัติ กลุ่มและ รายบุคคล	๑๑-๑๔	๒๐
๖	มฐ. พ. ๓.๒ ป.๓ /๒	<ul style="list-style-type: none"> <li>แนวทางการเลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อยและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล</li> <li>กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด</li> </ul>	<b>การละเล่นพื้นบ้าน</b> - ตีจับ - มอญซ่อนผ้า - รีรีข้าวสาร		๑๕-๒๐	๑๕