



**แผนการจัดการเรียนรู้(เทอม 1)  
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา  
วิชาพลศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 3**

**จัดทำโดย**

**อาจารย์วิษณุ สมัญญา**

**โรงเรียนสาธิตมหาวิท्याลัยราชภัฏสวนสุนันทา**

**ปีการศึกษา 2566**



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (K)
- ปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (P)
- มีความกระตือรือร้นและสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ (A)

### สาระสำคัญ

การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เป็นการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายโดยไม่มี การเคลื่อนไหวที่

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

- หลักการเคลื่อนไหวร่างกายที่ถูกต้อง
- การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การปฏิบัติ/การสาธิต การสรุปความรู้

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ภาพวาดท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูคัดเลือกผู้แทนนักเรียน ๒ คน ออกมานำเพื่อนบริหารร่างกาย ประมาณ ๕-๑๐ นาที
๒. ครูอธิบายเกี่ยวกับหลักการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องให้นักเรียนฟัง ดังนี้
  - ๑) ถ่ายน้ำหนักไปยังอวัยวะต่างๆ
  - ๒) จัดลักษณะการปรับเปลี่ยนร่างกายเพื่อให้เกิดความสมดุล
  - ๓) ปรับเปลี่ยนลักษณะท่าทางให้เหมาะสมกับระดับพื้นที่ที่ปฏิบัติ





## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

๑. ระบุท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (K)
๒. ปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ (P)
๓. มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ (A)

### สาระสำคัญ

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่อย่างถูกต้อง จะทำให้ปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐ ระดับ ดีมาก

คะแนน ๗-๘ ระดับ ดี

คะแนน ๕-๖ ระดับ พอใช้

คะแนน ๐-๔ ระดับ ควรปรับปรุง

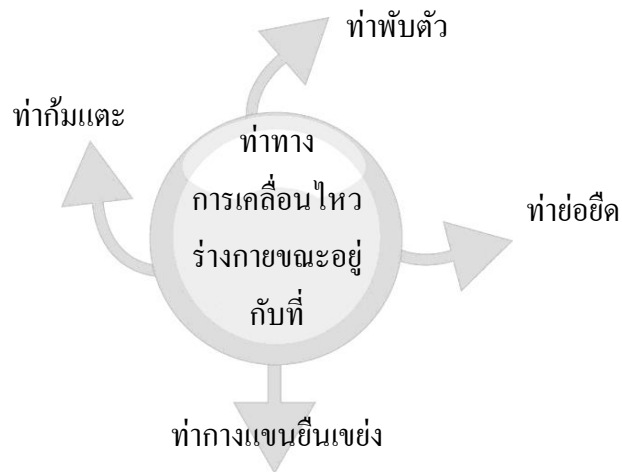
## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ให้ผู้แทนนักเรียน ๒ คนผลัดกันออกมานำเพื่อนในชั้นเรียนอบอุ่นร่างกายประมาณ ๕-๑๐ นาที
๒. ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ ๔ ท่าทาง ดังนี้
  - ๑) ท่าพับตัว
  - ๒) ท่าย่อเข่า
  - ๓) ท่ากางแขนยื่นเขย่ง
  - ๔) ท่าก้มแตะ

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ ๕-๖ คน ร่วมกันคิดท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ กลุ่มละ ๒ ท่า จากนั้นให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอท่าทางที่กลุ่มตนเองคิดให้เพื่อนกลุ่มอื่นดูและปฏิบัติตาม จนครบทุกกลุ่ม
๒. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



๓. ครูถามคำถามให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่อย่างถูกต้อง จะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีบุคลิกภาพที่ดี)
- ถ้าเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ไม่ถูกต้องจะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้ร่างกายได้รับบาดเจ็บ ปฏิบัติกิจกรรมได้ไม่ดี)

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่อย่างถูกต้อง จะทำให้ปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย เมื่อปฏิบัติเป็นประจำจะทำให้มีบุคลิกภาพที่ดี

๒. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าผู้ที่เคลื่อนไหวได้ดีควรมีลักษณะอย่างไร

### สื่อการเรียนรู้

#### บันทึกหลังการสอน

---



---



---



---



---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้ตัวชี้วัด

๑. อธิบายท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (K)
๒. ควบคุมการปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (P)
๓. มีความกระตือรือร้นและสนใจเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่เป็นการเคลื่อนย้ายร่างกายจากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่งซึ่งหากควบคุมการเคลื่อนไหวได้ถูกต้องจะทำให้เคลื่อนไหวได้ดี

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

### สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร



- ๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
- ๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ภาพวาดการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนไหวที่

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ๑. ครูถามคำถามท้าทาย เพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น ดังนี้
  - สิ่งมีชีวิตชนิดใดบ้าง ที่ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ด้วยตนเอง
- ๒. ครูคัดเลือกผู้แทนนักเรียน ๑ คน ออกมาร่วมนำเพื่อนๆ อบอุ่นร่างกายพร้อมกับครู ๕-๑๐ นาที

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

- ๑. ครูสาธิตท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนไหวที่ให้นักเรียนทั้งชั้นดู ดังนี้
  - ๑) เดินต่อเท้า
  - ๒) เดินถอยหลัง
  - ๓) กระโดด
  - ๔) กระโดดพับเข้าให้ส้นเท้าแตะกัน
  - ๕) กระโจน
- ๒. ครูให้ผู้แทนนักเรียนที่ทำท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนไหวที่ได้ดีท่าทางละ ๑ คน ออกมาอธิบายและนำเพื่อนๆ ปฏิบัติ จนครบทุกท่าทาง

๓. ครูแจกกระดาษเปล่าให้นักเรียนคนละ ๑ แผ่น วาดภาพท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ที่นักเรียนชอบมากที่สุด ลงในกระดาษ และออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนทีละคน

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่เป็นการเคลื่อนย้ายร่างกายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ซึ่งหากควบคุมการเคลื่อนไหวได้ถูกต้องจะทำให้เคลื่อนไหวได้ดี

### สื่อการเรียนรู้

- กระดาษเปล่า

### บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

๑. ระบุท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (K)
๒. ปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ (P)
๓. เห็นความสำคัญของการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่อย่างถูกต้อง (A)

### สาระสำคัญ

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่อย่างถูกต้อง จะทำให้เคลื่อนไหวทำกิจกรรมได้อย่างปลอดภัย

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

### สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

- ๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน
- ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

### ๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูถามคำถามท้าทาย เพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น ดังนี้
  - การที่สัตว์ต่างๆ เคลื่อนไหวแตกต่างกัน เป็นเพราะสาเหตุใดบ้าง
๒. ครูนำนักเรียนบริหารร่างกาย เพื่ออบอุ่นร่างกาย ประมาณ ๑๐ นาที

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม ฝึกปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ดังนี้
  - ๑) เดินต่อเท้า
  - ๒) เดินถอยหลัง
  - ๓) กระโดด
  - ๔) กระโดดพับเข้าให้ส้นเท้าแตะกัน
  - ๕) กระโจน
๒. ให้นักเรียนปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่หน้าชั้นเรียนครั้งละ ๕ คนโดยครูคอยตรวจสอบและแนะนำเพิ่มเติม

๓. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ โดยครูบันทึกคำตอบเป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



๔. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถาม ดังนี้

- การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่อย่างถูกต้องจะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้ร่างกายแข็งแรง ปฏิบัติกิจกรรมได้ดี เคลื่อนไหวได้อย่างปลอดภัย)
- การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ไม่ถูกต้องจะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ อาจทำให้บาดเจ็บขณะเคลื่อนไหวได้)
- ถ้านักเรียนต้องการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ในท่าทางต่างๆ ได้ดีควรปฏิบัติอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ฝึกฝนการเคลื่อนไหวเป็นประจำ อบอุ่นร่างกายก่อนเคลื่อนไหว)

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่อย่างถูกต้อง จะทำให้เคลื่อนไหวทำกิจกรรมได้อย่างปลอดภัย

### สื่อการเรียนรู้

-

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (K)
- ปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (P)
- มีความสนใจ และให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบต้องปฏิบัติท่าทางให้เหมาะสมเพื่อให้เคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์ได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ภาพวาดอุปกรณ์ประกอบการเคลื่อนไหว

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

- ๓.๑ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน

### ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

- ๓.๒ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูขออาสาสมัครผู้แทนนักเรียนจำนวน ๒ คน ออกมานำเพื่อนๆ ในชั้นเรียน อบอุ่นร่างกายประมาณ ๑๐ นาที
๒. ครูชูลูกบอล ๑ ลูกให้นักเรียนดู แล้วถามว่านักเรียนสามารถเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์นี้ได้อย่างไรบ้าง (ตัวอย่างคำตอบ เล่นเกม โยนรับ-ส่ง เตะ)
๓. ครูขออาสาสมัครผู้แทนนักเรียน ๒ คน ออกมาเคลื่อนไหวประกอบลูกบอลในท่าทางที่นักเรียนเคยปฏิบัติให้เพื่อนๆ ดูหน้าชั้น

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ครูสาธิตท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ ร่วมกับผู้แทนนักเรียน ๑ คนในท่าทางต่อไปนี้
  - ๑) ขว้างลูกบอลเข้าประตู
  - ๒) โยนลูกบอลลงตะกร้า



๓) นั่งท่อมลูกบอลกับคู่

๔) ยืนโยนและรับลูกบอลกับคู่

๒. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม เพื่อฝึกปฏิบัติท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ ตามท่าทางที่ครูสาธิตให้ดู

๓. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูถามคำถาม ดังนี้

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อได้เคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน เพลิดเพลิน)

- นักเรียนจะนำท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบไปปฏิบัติเมื่อมีเวลาว่างหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ นำไปปฏิบัติ)

- การฝึกเคลื่อนไหวด้วยท่าทางที่มีอุปกรณ์ประกอบเป็นประจำจะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้ร่างกายแข็งแรง เคลื่อนไหวทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดี)

๔. ครูแจกกระดาษเปล่าให้นักเรียนคนละ ๑ แผ่น วาดภาพอุปกรณ์ที่นักเรียนสามารถนำมาประกอบการเคลื่อนไหวได้ และบอกว่าอุปกรณ์นั้นคืออะไร ใช้ประกอบท่าทางการเคลื่อนไหวอย่างไร

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบควรใช้ท่าทางให้เหมาะสมกับอุปกรณ์นั้น เพื่อให้เคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพ และปลอดภัย

๒. ครูถามคำถามท้าทายเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- อุปกรณ์ชนิดใดบ้างที่ไม่ควรนำมาใช้ประกอบการเคลื่อนไหว

### สื่อการเรียนรู้

๑. ลูกบอล

๒. กระดาษเปล่า

### บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

๑. ออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (K)
๒. ควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ (P)
๓. เห็นความสำคัญของการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบอย่างถูกต้อง (A)

### สาระสำคัญ

การเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ ควรใช้ท่าทางที่เหมาะสมเพื่อให้การเคลื่อนไหวเป็นไปด้วยดี และปลอดภัยขณะปฏิบัติ

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. แบบบันทึกการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกาย
๒. แผนภาพท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการปฏิบัติการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกาย

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ให้ผู้แทนนักเรียนออกมาแนะนำเพื่อนๆบริหารร่างกายเพื่ออบอุ่นร่างกายประมาณ ๕-๑๐ นาที
๒. ครูสาธิตการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายให้นักเรียนดู จากนั้นให้นักเรียน ฝึกปฏิบัติ  
ตาม ดังนี้

๒.๑ การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่

- ๑) ท่าพิบัตว์
- ๒) ท่าย่อเข่า
- ๓) ท่ากางแขนยื่นเขย่ง
- ๔) ท่าก้มแตะ

๒.๒ การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่

- ๑) เดินต่อเท้า
- ๒) เดินถอยหลัง
- ๓) กระโดด
- ๔) กระโดดพับเข้าให้ส้นเท้าแตะกัน

## ๕) กระโจน

๒.๓ การควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ

๑) ขว้างลูกบอลเข้าประตู

๒) โยนลูกบอลลงตะกร้า

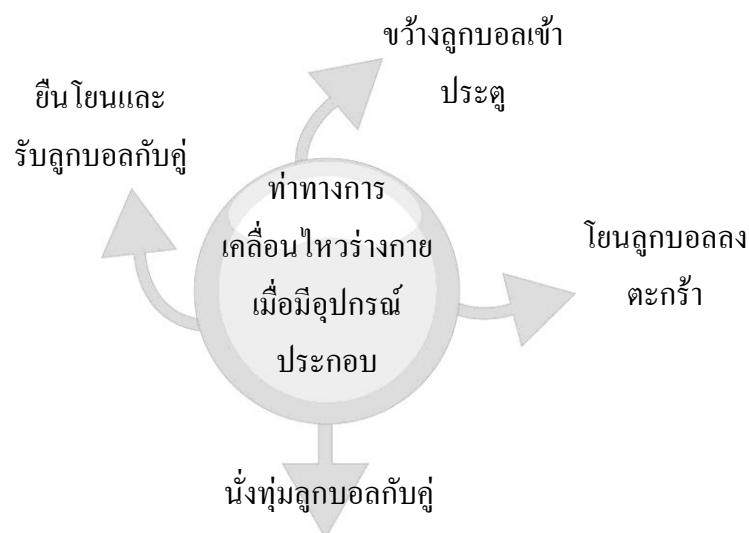
๓) นั่งหုံมลูกบอลกับคู่

๔) ยื่นโยนและรับลูกบอลกับคู่

## ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๕-๖ คน ร่วมกันคิดออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบคือลูกบอล กลุ่มละ ๒ ท่า ฝึกปฏิบัติภายในกลุ่ม และออกมานำเสนอท่าทางต่อเพื่อนๆ กลุ่มอื่น และให้เพื่อนๆ ปฏิบัติตาม โดยครูคอยแนะนำและดูแลอย่างใกล้ชิด

๒. ให้ผู้แทนนักเรียนระบุท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบ โดยครูสรุป ข้อมูลเป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



## ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเคลื่อนไหวร่างกายเมื่อมีอุปกรณ์ประกอบควรใช้ท่าทางที่เหมาะสมกับอุปกรณ์นั้นๆ เพื่อให้การเคลื่อนไหวมีประสิทธิภาพและปลอดภัยขณะปฏิบัติ

๒. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้านักเรียนเป็นผู้ที่ปฏิบัติการเล่นกีฬาได้ดี นักเรียนจะนำคุณสมบัตินี้ไปใช้ทำอะไรได้บ้าง

## สื่อการเรียนรู้

๑. ลูกบอล

๒. แบบบันทึกการควบคุมท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกาย

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การเคลื่อนไหวร่างกายขั้นพื้นฐาน

เรื่อง หลักการเคลื่อนไหวตามระดับของพื้นที่และประโยชน์ของการควบคุมการเคลื่อนไหว  
อย่างถูกต้อง

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณู สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์  
ประกอบอย่างมีทิศทาง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

๑. อธิบายหลักการเคลื่อนไหวตามระดับของพื้นที่ (K)
๒. เขียนแผนภาพประโยชน์ของการควบคุมการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง (P)
๓. เห็นประโยชน์ของการควบคุมการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง (A)

### สาระสำคัญ

การเคลื่อนไหวโดยใช้ท่าทางที่เหมาะสมกับระดับของพื้นที่จะทำให้เคลื่อนไหวได้ดีซึ่งส่งผลให้เกิดความ  
มั่นคง เคลื่อนไหวได้ปลอดภัย และมีบุคลิกภาพที่ดี

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

๑. หลักการเคลื่อนไหวตามระดับของพื้นที่
๒. ประโยชน์ของการควบคุมการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

1. ความสามารถในการสื่อสาร
2. ความสามารถในการวิเคราะห์
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

แผนภาพประโยชน์ของการควบคุมการเคลื่อนไหวอย่างถูกต้อง

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

- ๓.๒ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูเลือกนักเรียน ๑ คนออกมาสาธิตการนั่งบนเก้าอี้และการนั่งแบบไม่มีพื้นรองรับ จากนั้นให้นักเรียนผู้สาธิตแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อนั่งเก้าอี้ที่นักเรียนที่นั่งน้ำหนักลงที่อวัยวะส่วนใด (ก้น)
- เมื่อนั่งแบบไม่มีพื้นรองรับนักเรียนที่นั่งน้ำหนักลงที่อวัยวะส่วนใด (เท้าทั้ง ๒ ข้าง)
- นักเรียนคิดว่าถ้านั่งแบบไม่มีพื้นรองรับแล้วยกขาขึ้นที่ละข้าง นักเรียนจะล้มหรือไม่ (ตัวอย่าง

คำตอบ ไม่ล้ม) เพราะอะไร (ตัวอย่างคำตอบ เพราะตนเองควบคุมการเคลื่อนไหวได้เป็นอย่างดี)

๒. ครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า “การเคลื่อนไหวร่างกายในท่าทางที่ถูกต้องนั้น ควรมีการควบคุมให้มั่นคงและเกิดความสมดุลโดยถ่ายน้ำหนักไปยังอวัยวะต่างๆ รวมถึงรู้จักปรับเปลี่ยนลักษณะท่าทางให้เหมาะสมกับระดับพื้นที่ที่ปฏิบัติ เพื่อให้ร่างกายปลอดภัยจากอุบัติเหตุขณะเคลื่อนไหวและมีบุคลิกภาพที่ดีโดยการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมกับระดับของพื้นที่ที่ปฏิบัติ ได้แก่

- ๑) การเคลื่อนไหวที่มีระดับต่ำกว่าเอว ร่างกายควรจะอยู่ในท่านอนหรือนั่ง

- ๒) การเคลื่อนไหวระดับเอวถึงไหล่ ร่างกายควรอยู่ในท่าที่มีการยื่นย่อเข้าหรือนั่ง
- ๓) การเคลื่อนไหวตั้งแต่ระดับไหล่ขึ้นไป ร่างกายควรอยู่ในท่ายืนหรือกระโดด

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มออกเป็น ๔ กลุ่ม ร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับจากการเคลื่อนไหวร่างกายที่ถูกต้อง จากนั้นส่งผู้แทนออกมานำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน โดยครูคอยช่วยตรวจสอบและแนะนำเพิ่มเติม
๒. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการเคลื่อนไหวร่างกายที่ถูกต้องลงในแผนภาพดังนี้



### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเคลื่อนไหวร่างกายโดยใช้ท่าทางที่เหมาะสมกับระดับของพื้นที่ จะทำให้เคลื่อนไหวได้ดี เกิดความมั่นคง เคลื่อนไหวได้อย่างปลอดภัยและมีบุคลิกภาพที่ดี
๒. นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูใช้คำถามท้าทาย ดังนี้
  - นอกจากระดับของพื้นที่แล้ว การเคลื่อนไหวที่ถูกต้องควรคำนึงถึงอะไรอีกบ้าง

### สื่อการเรียนรู้

- แก้ว



บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบเปิดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายวิธีการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม (K)
- เล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มตามกฎ กติกา (P)
- มีความกระตือรือร้น และให้ความร่วมมือกับกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มควรเล่นตามกฎ กติกา และมีน้ำใจนักกีฬา เพื่อให้เล่นได้อย่างปลอดภัย

### สาระการเรียนรู้

ความรู้

เกมสลับที่ สลับกลุ่ม

### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

### สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

### ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพความรู้สึกเมื่อเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม

### การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

#### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

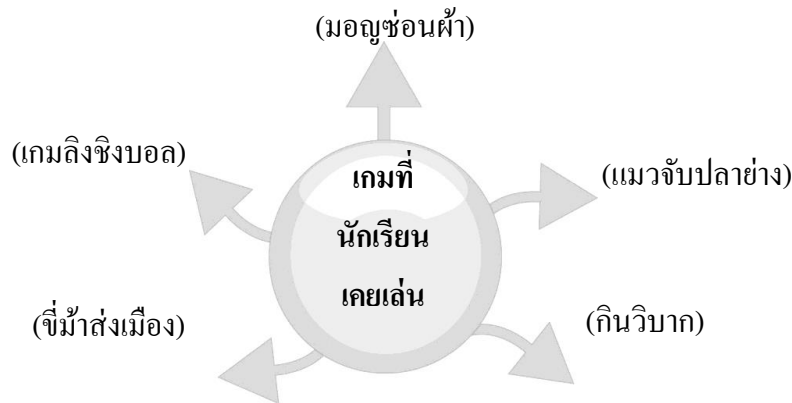
๑. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้

- ถ้าโลกนี้ไม่มีคนคิดเกมมาให้เล่น นักเรียนจะเล่นอะไร

๒. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับประสบการณ์ในการเล่นเกมนักเรียน โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนชอบเล่นเกมหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ/ไม่ชอบ)
- เพราะเหตุใดนักเรียนจึงชอบเล่นเกม (ตัวอย่างคำตอบ เพราะเล่นแล้วสนุกสนาน)
- นักเรียนเคยเล่นเกมอะไรบ้าง

จากนั้นครูบันทึกคำตอบของนักเรียนลงในแผนภาพบนกระดาน ดังนี้



๓. ให้นักเรียน ๒-๓ คน ออกมาเล่าวิธีเล่นเกมที่ตนเองเคยเล่นให้เพื่อนในชั้นฟัง แล้วให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เกมที่เพื่อนเล่าให้ฟังได้แก่เกมอะไรบ้าง (ตัวอย่างคำตอบ เกมมอญช้อนผ้า เกมยิงซิงบอล)
- การเล่นเกมดังกล่าวมีประโยชน์หรือไม่ อย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ มี โดยทำให้เกิด ความสนุกสนาน ทำให้ร่างกายแข็งแรงเพราะได้ออกกำลังกาย)

## ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ครูอธิบายเนื้อหาเกี่ยวกับเกมเบ็ดเตล็ด และวิธีการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มให้นักเรียนฟัง

๒. ครูเลือกนักเรียนออกมาสาธิตวิธีการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม

๓. แบ่งกลุ่มนักเรียนตามความเหมาะสม แล้วให้นักเรียนร่วมกันเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม

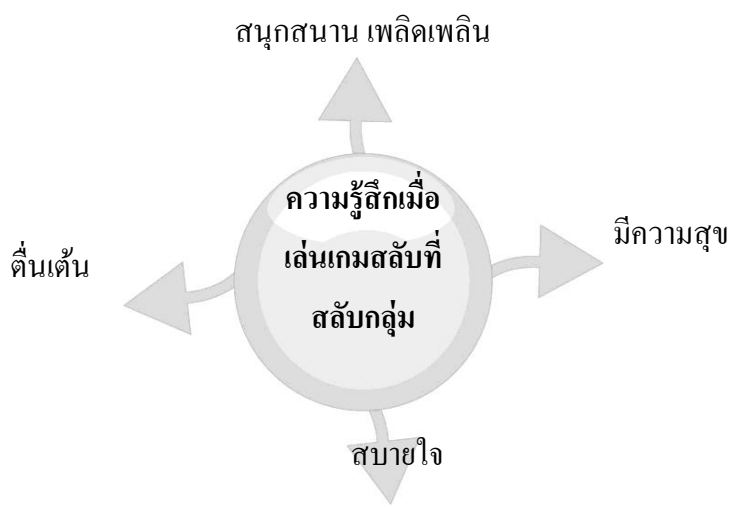
๔. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มมีผู้เล่นกี่ทีม ทีมละกี่คน (ตัวอย่างคำตอบ ๕ ทีม ทีมละ ๒

คน)

- ทีมของนักเรียนเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มได้ถูกต้องหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ถูกต้อง)
- การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มช่วยฝึกทักษะด้านใด (การเคลื่อนไหวให้สัมพันธ์กับความคิด)

๕. ให้นักเรียนช่วยกันบอกความรู้สึกเมื่อเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม โดยครูเขียนสรุปเป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



**ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป**

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม ควรเล่นตามกฎ กติกาอย่างเคร่งครัด และเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินในการเล่น และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

**สื่อการเรียนรู้**

บันทึกหลังการสอน

---



---



---



---



---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกายที่แข็งแรง การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้ตัวชี้วัด

- อธิบายประโยชน์ของการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม (K)
- เล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่มถูกต้องตามกฎ กติกา (P)
- เห็นความสำคัญของการเล่นเกมตามกฎ กติกา อย่างเคร่งครัด (A)

## สาระสำคัญ

การเล่นเกตามกฎ กติกา อย่างเคร่งครัด จะทำให้สนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดความปลอดภัย และสร้าง  
ความสามัคคีในหมู่คณะ

## สาระการเรียนรู้

### ความรู้

เกมสลับที่ สลับกลุ่ม

### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แบบบันทึกการเล่นเกสลับที่ สลับกลุ่ม

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการเล่นเกมสลับที่ สลับกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐ ระดับ ดีมาก

คะแนน ๗-๘ ระดับ ดี

คะแนน ๕-๖ ระดับ พอใช้

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูทบทวนความรู้เรื่องการเล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม แล้วให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- เมื่อชั่วโมงที่แล้วนักเรียนเล่นเกมอะไร (เกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม)
- เกมดังกล่าวมีวิธีการเล่นอย่างไร (แบ่งกลุ่มเท่าๆกัน แล้วให้ผู้เล่น ๑ คน เป็นคนออกคำสั่ง สลับที่ หรือสลับกลุ่ม แล้วผู้เล่นปฏิบัติตามคำสั่ง)
- นักเรียนชอบเล่นเกมนี้หรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ)

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. แบ่งกลุ่มนักเรียนตามความเหมาะสม เล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม โดยมีครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด  
๒. ให้นักเรียนบันทึกผลการเล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม ลงในแบบบันทึกที่ครูแจกให้ จากนั้นให้ผู้แทนนักเรียนออกมานำเสนอ แบบบันทึกการเล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม หน้าชั้นเรียน ๒-๓ คน โดยครูคอยตรวจสอบและแนะนำเพิ่มเติม

๓. ครูถามคำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้  
- นักเรียนรู้สึกอย่างไรขณะเล่นเกมลับที่ สลับกลุ่ม (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน มีความสุข) มี

- การเล่นเกมตามกฎ กติกา จะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ เล่นเกมอย่างสนุกสนาน เล่นเกมอย่างปลอดภัย ไม่ทะเลาะกับเพื่อน)

- การไม่เล่นเกมตามกฎ กติกา จะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ อาจทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท เล่นเกมไม่สนุก เกิดการบาดเจ็บขณะเล่น)

๔. ให้ผู้แทนนักเรียน ๓ คน ออกมาพูดเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมลับที่ สลับกลุ่ม โดยมีครูและเพื่อนๆ คอยตรวจสอบและเพิ่มเติมข้อมูล

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม ควรเล่นตามกฎ กติกา เพื่อให้เกิดความปลอดภัย และสนุกสนานเพลิดเพลิน และช่วยสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

๒. ครูถามคำถามท้าทาย เพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- ผู้ที่จะเล่นเกมลับที่ สลับกลุ่มได้ดีควรมีคุณสมบัติอย่างไร

## สื่อการเรียนรู้

- แบบบันทึกการเล่นเกมส์ลับที่ สลับกลุ่ม



บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบเปิดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายวิธีการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (K)
- เล่นเกมตีบอลชิงบ้านตามกฎ กติกา (P)
- กระตือรือร้นในการมีส่วนร่วมกับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน ควรเล่นตามกฎ กติกา อย่างเคร่งครัด เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

### สาระการเรียนรู้

ความรู้

เกมตีบอลชิงบ้าน

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

๔. กล้าแสดงออก

สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ภาพวาดการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูคัดเลือกผู้แทนนักเรียนออกมานำเพื่อนๆ บริหารอบอุ่นร่างกาย ประมาณ ๕-๑๐ นาที

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน ร่วมกับผู้แทนนักเรียน จากนั้นให้นักเรียนแบ่งทีมกันเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน โดยครูตรวจสอบความถูกต้องและคอยแนะนำเพิ่มเติม
๒. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นหลังจากเล่นเกมตีบอลชิงบ้านโดยครูถาม คำถาม ดังนี้
  - เกมตีบอลชิงบ้านแบ่งผู้เล่นออกเป็นกี่ทีม ทีมละกี่คน (ตัวอย่างคำตอบ ๒ ทีม ทีมละ ๑๕ คน)
  - ทีมของนักเรียนเล่นเกมตีบอลชิงบ้านได้ถูกต้องตามกฎหมาย กติกา การเล่นหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบถูกต้อง)
    - ถ้าทีมของนักเรียนเป็นฝ่ายรุกควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อให้ชนะฝ่ายตรงข้าม (พยายามวิ่งเข้าไปในบ้านของฝ่ายรับก่อนลูกบอลจะแตะตัว)
    - ถ้าทีมของนักเรียนเป็นฝ่ายรับควรปฏิบัติอย่างไรเพื่อให้ชนะฝ่ายตรงข้าม (พยายามใช้ ลูกบอลแตะตัวฝ่ายรุกให้ได้)
    - นักเรียนรู้สึกอย่างไรขณะเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน เพลิดเพลิน)
๓. ครูแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ ๑ แผ่น ให้นักเรียนวาดภาพการเล่นเกมตีบอลชิงบ้านและระบายสีให้สวยงาม จากนั้นออกมานำเสนอผลงานให้เพื่อนๆ ที่ละคน

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน ตามกฎ กติกา จะทำให้เล่นได้ อย่างปลอดภัย สนุกสนานเพลิดเพลิน สร้างความสามัคคีในหมู่คณะ
๒. ครูถามคำถามท้าทาย เมื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาความคิดเห็น ดังนี้
  - ในการเล่นเกมตีบอลชิงบ้านถ้าไม่มีลูกบอลนักเรียนจะนำสิ่งใดมาใช้แทน

## สื่อการเรียนรู้

๑. ลูกบอล
๒. กระดาษเปล่า

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบเปิดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

๑. อธิบายข้อควรปฏิบัติในการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (K)
๒. เล่นเกมตีบอลชิงบ้านตามกฎ กติกา (P)
๓. ตระหนักในประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมตีบอลชิงบ้านตามกฎ กติกา ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง อารมณ์ร่าเริงแจ่มใส

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

เกมตีบอลชิงบ้าน

## ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

## คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แบบบันทึกการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ชั้นที่ ๑ ชั้นนำ

๑. ครูถามคำถามทบทวนความรู้ เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น ดังนี้
  - เมื่อชั่วโมงที่แล้วนักเรียนเล่นเกมอะไร (ตีบอลชิงบ้าน)
  - นักเรียนชอบเล่นเกมดังกล่าวหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ/ไม่ชอบ)
๒. ครูให้ผู้แทนนักเรียนออกมานำเพื่อนๆ อบอุ่นร่างกายด้วยท่าบริหารร่างกายประมาณ ๕-๑๐ นาที

### ชั้นที่ ๒ ชั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม เล่นเกมตีบอลชิงบ้าน โดยมีครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด และคอยให้คำแนะนำเพิ่มเติม
๒. ให้นักเรียนบันทึกผลการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน ลงในแบบบันทึกที่ครูแจกให้ดังนี้

**แบบบันทึกผลการเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน**

๑. แบ่งผู้เล่นออกเป็น \_\_\_\_\_ ทีม ทีมละ \_\_\_\_\_ คน
๒. ทีมของนักเรียนเล่นเกมตีบอลชิงบ้าน ได้ถูกต้องตามกฎหมาย กติกา การเล่นหรือไม่  
\_\_\_\_\_
๓. ถ้าต้องการเล่นเกมตีบอลชิงบ้านให้ชนะ ทีมของนักเรียนควรปฏิบัติอย่างไร  
(เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)
  - ถ้าเป็นฝ่ายรุก
    - พยายามวิ่งเข้าไปในบ้านของฝ่ายรับก่อนถูกลูกบอลเตะตัว
    - พยายามวิ่งเข้าไปในบ้านของตนเองให้ได้ก่อนถูกลูกบอลเตะตัว
  - ถ้าเป็นฝ่ายรับ
    - พยายามใช้ลูกบอลเตะตัวฝ่ายรุกให้ได้
    - พยายามวิ่งเข้าไปในบ้านของตนเองเพื่อไม่ให้ฝ่ายรุกรนำลูกบอลเตะตัว
๔. การเล่นเกมตีบอลชิงบ้านมีลักษณะการเล่นคล้ายกีฬาชนิดใด  
(เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)
  - วอลเลย์บอล
  - แร้งบอล

๓. ครูถามคำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้



- นักเรียนควรปฏิบัติตนในการเล่นเกมนิตบอลซิงบ้านอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ เล่นเกมตามกฎ กติกา ไม่เอาเปรียบเพื่อน ไม่เล่นรุนแรง)
- การเล่นเกมนิตบอลซิงบ้านที่ไม่ถูกต้องตามกฎ กติกาจะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ เล่นเกมไม่สนุกอาจเกิดการทะเลาะวิวาท ได้รับอันตรายจากการเล่น)
- การเล่นเกมนิตบอลซิงบ้านมีประโยชน์อย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้เกิดความสุขสนุกสนาน เพลิดเพลิน ร่างกายแข็งแรง จิตใจแจ่มใส สร้างความสามัคคีในหมู่คณะ)

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมนิตบอลซิงบ้าน ตามกฎ กติกา เป็นประจำจะทำให้ร่างกายแข็งแรง อารมณ์สดชื่นแจ่มใส
๒. ครูถามคำถามท้าทายเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้
  - การเล่นเกมนิตบอลซิงบ้าน ช่วยทำให้จิตใจแจ่มใสได้อย่างไร

### สื่อการเรียนรู้

๑. ลูกบอล
๒. แบบบันทึกการเล่นเกมนิตบอลซิงบ้าน

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมซีม้ายาโยนบอล (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักษาการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายวิธีการเล่นเกมซีม้ายาโยนบอล (K)
- เล่นเกมซีม้ายาโยนบอลตามกฎ กติกา (P)
- มีความกระตือรือร้นในการเล่นเกมที่โยนบอล (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมซีม้ายาโยนบอล ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง สร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

เกมซีม้ายาโยนบอล

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย

- ๒. ใฝ่เรียนรู้
- ๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
- ๔. กล้าแสดงออก

### สมรรถนะ

- ๑. ความสามารถในการสื่อสาร
- ๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
- ๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

### ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพความรู้สึกเมื่อเล่นเกมซีม่าโยนบอล

### การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

#### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

#### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ๑. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้
  - ถ้านักเรียนมีลูกบอล ๑ ลูก สามารถเล่นเกมอะไรได้บ้าง
- ๒. ครูขออาสาสมัครนักเรียน ๒ คน ออกมานำเพื่อนๆ บริหารร่างกาย ประมาณ ๕-๑๐ นาที

#### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

- ๑. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการเล่นเกมซีม่าโยนบอล ร่วมกับผู้แทนนักเรียน จากนั้นให้นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันเล่นเกมซีม่าโยนบอล

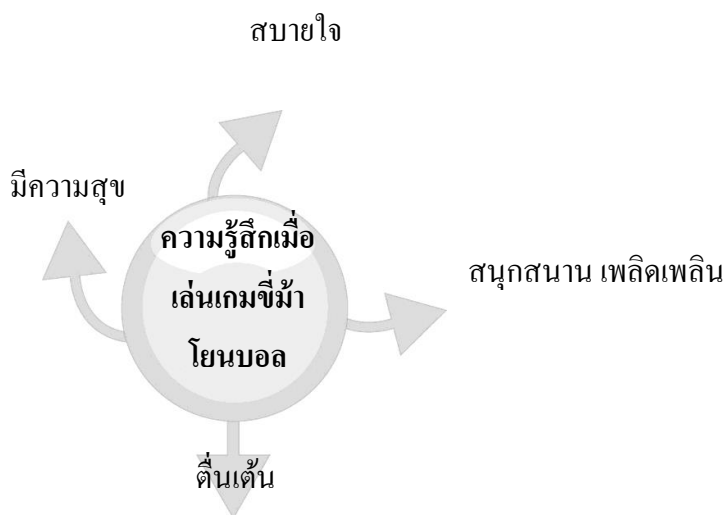
๒. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น หลังจากเล่นเกมซีม่าโยนบอลโดยครูถาม คำถามดังนี้

- เกมซีม่าโยนบอล มีผู้เล่นทั้งหมดกี่คน (๒ คน)
- นักเรียนเริ่มเล่นเป็นผู้โยนลูกบอลหรือเป็นม้า (ตัวอย่างคำตอบ ผู้โยนลูกบอล)
- นักเรียนจะมีวิธีการเล่นเกมซีม่าโยนบอลอย่างไรให้ชนะ (ตัวอย่างคำตอบ พยายามรับลูกบอล

ไม่ให้หล่นลงพื้น)

- การเล่นเกมซีม่าโยนบอลต้องใช้ทักษะในด้านใดบ้าง (ตัวอย่างคำตอบ ความคล่องแคล่วว่องไว การทรงตัว)

๓. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อเล่นเกมซีม่าโยนบอล จากนั้นสรุปคำตอบ ของนักเรียนเป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมซีม่าโยนบอล ควรเล่นตามกฎ กติกา อย่างเคร่งครัด เพื่อให้เกิดความปลอดภัย และเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง

### สื่อการเรียนรู้

-ลูกบอล

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมซีมาโยนบอล (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบเปิดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายประโยชน์ของการเล่นเกมซีมาโยนบอล (K)
- เล่นเกมซีมาโยนบอลได้ถูกต้องตามกฎ กติกา (P)
- เห็นความสำคัญและประโยชน์ของการเล่นเกมซีมาโยนบอล (A)

### สาระสำคัญ

เกมซีมาโยนบอล เป็นเกมที่ทำให้เกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินและความสามัคคีในหมู่คณะ เมื่อเล่นเป็นประจำจะทำให้ร่างกายแข็งแรง

## สาระการเรียนรู้

### ความรู้

เกมซีมาโยนบอล

### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แบบบันทึกการเล่นเกมซีมาโยนบอล

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการเล่นเกมซีมาโยนบอล

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง



## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ให้นักเรียนบริหารร่างกายเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนการเล่นเกมนประมาณ ๕-๑๐ นาที

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

- ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มร่วมกันเล่นเกมซีม่าโยนบอล โดยครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด
- ให้นักเรียนบันทึกผลหลังจากเล่นเกมซีม่าโยนบอล ลงในแบบบันทึก ดังนี้

**แบบบันทึกการเล่นเกมซีม่าโยนบอล**

- เกมซีม่าโยนบอล มีผู้เล่นทั้งหมด \_\_\_\_\_ คน
- นักเรียนเริ่มเล่นเป็นผู้โยนลูกบอลหรือเป็นม้า \_\_\_\_\_
- นักเรียนจะมีวิธีการเล่นเกมซีม่าโยนบอลอย่างไรให้ชนะ  
(เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)  
 พยายามรับลูกบอลไม่ให้หล่นลงพื้น  
 พยายามทำให้เพื่อนที่อยู่บนหลังหล่นลงพื้น
- การเล่นเกมนซีม่าโยนบอลมีลักษณะการเล่นคล้ายกีฬาชนิดใด  
(เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)  
 บาสเกตบอล                       ฟุตบอล

๓. ครูคัดเลือกผู้แทนนักเรียนออกมาแนะนำเสนอแบบบันทึกการเล่นเกมนซีม่าโยนบอลหน้าชั้นเรียนโดยมีเพื่อนและครูคอยตรวจสอบและแนะนำเพิ่มเติม

๔. ครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรขณะเล่นเกมซีม่าโยนบอล (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน สบายใจ)
- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไรขณะเล่นเกมซีม่าโยนบอล (ตัวอย่างคำตอบ เล่นตามกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้รู้ชนะ รู้ภัย ไม่เล่นรุนแรง)

- การเล่นเกมซีม่าโยนบอลมีประโยชน์อย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้เกิดความสุขสนุกสนาน

ร่างกายแข็งแรง สร้างความสามัคคีในหมู่คณะ อารมณ์แจ่มใส)

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมนซีม่าโยนบอล ควรเล่นตามกฎ กติกาการเล่น เพื่อให้เกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดความปลอดภัยขณะเล่น และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

๒. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้

- นักเรียนจะดัดแปลงวิธีการเล่นเกมซีม่าโยนบอลให้น่าสนใจหรือสนุกสนานมากขึ้นได้อย่างไร

### สื่อการเรียนรู้

๑. ลูกบอล
๒. แบบบันทึกการเล่นเกมซีม่าโยนบอล

### บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๔

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณู สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกรอกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายวิธีการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (K)
- เล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าถูกต้องตามกฎ กติกา (P)
- มีความกระตือรือร้นและสนใจเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า ควรปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎ กติกา เพื่อให้เป็นไปอย่างราบรื่น และสนุกสนาน

การเล่นเกม

## สาระการเรียนรู้

### ความรู้

เกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า

### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ภาพวาดการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

## ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้
  - การอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่นเกมนี้อาจมีความสำคัญอย่างไร
- ครูขออาสาสมัครนักเรียนออกมานำเพื่อนๆ อบอุ่นร่างกายก่อนการเล่นเกมนี้ออกมาประมาณ ๕-๑๐

นาที

- ครูอธิบายวิธีการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า และสาธิตการเล่นเกมนี้อย่างถูกต้องร่วมกับผู้แทนนักเรียน

## ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่าๆกัน เล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า โดยครูคอยดูแลและแนะนำเพิ่มเติม

- หลังจากนักเรียนเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าแล้วครูถามคำถาม ดังนี้

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรขณะเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ สนุก)
- การเล่นเกมนี้อาจมีผู้เล่นทั้งหมดกี่ทีม ทีมละกี่คน (ตัวอย่างคำตอบ ๖ ทีม

ทีมละ ๕ คน)

- ถ้าทีมของนักเรียนต้องการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าให้ชนะจะมีวิธีการเล่นอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ พยายามโยนลูกบอลให้ลงตะกร้า)

- การเล่นเกมนี้อาจนำไปสู่การเล่นกีฬาชนิดใดได้บ้าง (ตัวอย่างคำตอบ แคร้บอล)

๓. ครูแจกกระดาษเปล่าให้นักเรียนคนละ ๑ แผ่น วาดภาพการเล่นเกมนี้ออกมา นำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนทีละคน

## ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมนี้อาจนำไปสู่การเล่นกีฬาชนิดใดได้บ้าง ควรเล่นให้ถูกต้องตามกฎ กติกา เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินในการเล่นและสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

สื่อการเรียนรู้

- ลูกบอล
- ตะกร้า
- กระดาษเปล่า

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณุ สมัญญา

โรงเรียนชาติศึกษา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (K)
- เล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าถูกต้องตามกฎ กติกา (P)
- เห็นประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า ช่วยฝึกความแม่นยำช่วยให้ร่างกายแข็งแรง และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

### สาระการเรียนรู้

## ความรู้

เกมรับ-ส่งบอลโยนลงเตะกร้า

## ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ การปฏิบัติ/การสาธิต

## คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
๔. กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แบบบันทึกการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงเตะกร้า

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงเตะกร้า

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ



๑. ให้ผู้แทนนักเรียนออกมาแนะนำเพื่อนๆ อบอุ่นร่างกายเพื่อเตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้อประมาณ ๕-๑๐ นาที

## ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่าๆกัน ตามความเหมาะสม เพื่อเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า โดยครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด และให้คำแนะนำเพิ่มเติม

๒. หลังจากนักเรียนเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า ครูให้นักเรียนทำแบบบันทึกการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า ดังนี้

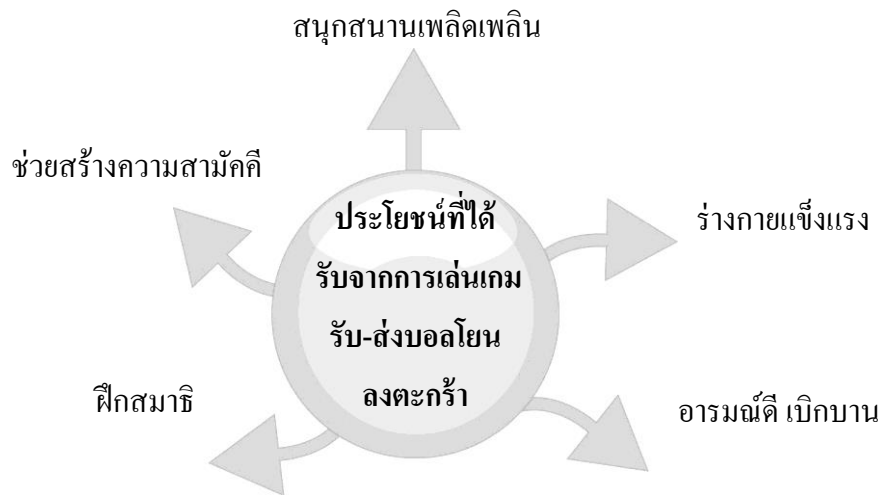
### แบบบันทึกการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า

1. การเล่นเกมรับ-ส่งบอล โยนลงตะกร้ามีผู้เล่นทั้งหมด \_\_\_\_\_ ทีม  
ทีมละ \_\_\_\_\_ คน
2. ถ้าทีมของนักเรียนต้องการเล่นเกมรับ-ส่งบอล โยนลงตะกร้าให้ชนะจะมีวิธีการเล่นอย่างไร (เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)  
 พยายามโยนลูกบอลให้ลงตะกร้า  
 พยายามแย่งลูกบอลจากเพื่อนให้เร็ว
3. การเล่นเกมรับ-ส่งบอล โยนลงตะกร้ามีลักษณะการเล่นคล้ายกีฬาชนิดใด (เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าคำตอบที่ถูกต้อง)  
 แร้บบอล                       วอลเลย์บอล

๓. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนา แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าโดยครูถามคำถาม ดังนี้

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน มีความสุข หายเครียด)
- นักเรียนควรปฏิบัติตนอย่างไร เมื่อเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า (ตัวอย่างคำตอบ เล่นตามกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย)
- การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าไม่ถูกต้องตามกฎ กติกา จะส่งผลอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท เกิดการบาดเจ็บ หรืออันตรายขึ้นได้)

๔. ให้นักเรียนร่วมกันบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าโดยครูเป็นผู้สรุปคำตอบเป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



**ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป**

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า ช่วยฝึกความแม่นยำของสายตา เสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ
๒. ครูใช้คำถามท้าทาย เพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น ดังนี้
  - ผู้ที่สายตาสั้นกับสายตายาว ใครจะเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้าได้ดีกว่ากัน เพราะอะไร

**สื่อการเรียนรู้**

๑. ลูกบอล
๒. ตะกร้า
๓. แบบบันทึกการเล่นเกมรับ-ส่งบอลโยนลงตะกร้า

**บันทึกหลังการสอน**

---



---



---



---



---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๖

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมสนุก (๑)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การเล่นเกมและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การเล่นเกมได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้ตัวชี้วัด

- อธิบายวิธีการเล่นเกมสนุก (K)
- เล่นเกมสนุกอย่างสนุกสนาน (P)
- มีความกระตือรือร้นและให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมสนุก เป็นการเล่นที่มีมาช้านาน เพื่อสร้างความสนุกสนาน และความสามัคคีในหมู่คณะ

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การเล่นเกมสนุก

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ การปฏิบัติ/การสาธิต

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย

## ๒. ใฝ่เรียนรู้

### ๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

### ๔. กล้าแสดงออก

#### สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

#### ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐานร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพการละเล่นพื้นเมือง

#### การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

##### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

##### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

##### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐ ระดับ ดีมาก

คะแนน ๗-๘ ระดับ ดี

คะแนน ๕-๖ ระดับ พอใช้

คะแนน ๐-๔ ระดับ ควรปรับปรุง

#### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

##### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ครูนำภาพการละเล่นพื้นเมือง ๑ ภาพ มาให้นักเรียนดู เช่น มอญซ่อนผ้า งูกินหาง ลูกช่วง เป็นต้น แล้วให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนเคยเห็นหรือเคยเล่นเกมในภาพนี้หรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ เคย/ไม่เคย)
- ถ้าเคยเห็นหรือเคยเล่นเกมนี้มีชื่อเรียกว่าอะไร (ตัวอย่างคำตอบ เกมมอญซ่อนผ้า)
- ในท้องถิ่นของเรามีการเล่นเกมที่แตกต่างจากภาพนี้หรือไม่ อย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ มี คือ เกมงูกินหาง)

##### งูกินหาง)

๒. ครูอธิบายให้นักเรียนฟังเกี่ยวกับการละเล่นพื้นเมือง และวิธีการเล่นโพงพาง

๓. ครูเลือกผู้แทนนักเรียน ๓-๔ คนออกมาสาธิตการเล่นโพงพางให้เพื่อนในชั้นดู

## ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

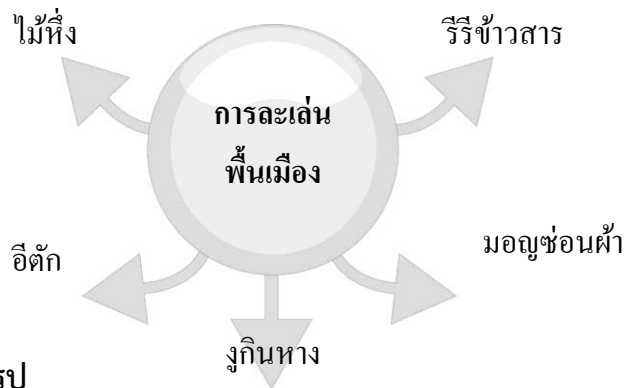
๑. แบ่งกลุ่มนักเรียนตามความเหมาะสม แล้วให้นักเรียนร่วมกันเล่นการละเล่นพื้นเมือง : การเล่น โพงพาง โดยมีครูตรวจสอบความถูกต้องและให้คำแนะนำเพิ่มเติม

๒. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเล่นโพงพาง โดยครูใช้คำถาม ดังนี้

- นักเรียนเล่นการละเล่นโพงพางได้ถูกต้องหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ถูกต้อง)
- นักเรียนเล่นเป็นใครในการละเล่นโพงพาง (ตัวอย่างคำตอบ ผู้เล่น/เป็นปลา)
- นักเรียนร้องเพลงการละเล่นโพงพางได้ถูกต้องหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ถูกต้อง)
- ผู้เล่นที่เป็นปลาทนายผู้เล่นที่นั่งรอบวงได้ถูกต้องหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ถูกต้อง/ ไม่ถูกต้อง)

- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อเล่นโพงพาง (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ สนุกสนาน มีความสุข)

๓. นอกจากการละเล่นโพงพางแล้วนักเรียนรู้จักหรือเคยเล่นการละเล่นพื้นเมืองอะไร อีกบ้าง ครูสรุปคำตอบเป็นแผนภาพความคิด



## ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การละเล่นโพงพาง เป็นการละเล่นพื้นเมืองที่มีมาช้านาน เพื่อสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน และความสามัคคีในหมู่คณะ

๒. ครูถามคำถามท้าทาย เพื่อให้นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- การละเล่นพื้นเมืองในแต่ละท้องถิ่นจะมีความแตกต่างกัน เพราะสาเหตุใด

## สื่อการเรียนรู้

๑. ภาพการละเล่นพื้นเมือง

๒. ผ้า ๑ ผืน

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๗

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง การเล่นเกมสนุก (๒)

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การเล่นเกมและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การเล่นเกมได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้ตัวชี้วัด

- อธิบายประโยชน์ของการเล่นเกม (K)
- เล่นเกมได้อย่างสนุกสนาน (P)
- เห็นความสำคัญของการเล่นเกมและการเล่นเกมอื่นๆ (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมเป็นการเล่นที่ช่วยสร้างความสนุกสนานขณะเล่น เราควรอนุรักษ์การเล่นให้คงอยู่ตลอดไป

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

การเล่นเกม

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การปฏิบัติ/การสาธิต การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้
- มุ่งมั่นในการทำงาน
- กล้าแสดงออก

## สมรรถนะ

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แบบบันทึกการละเล่นพื้นเมือง : การละเล่นโพงพาง

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ประเมินผลจากการเล่นการละเล่นโพงพาง

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

๓.๒ การประเมินพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

๑. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถาม ดังนี้
  - เมื่อชั่วโมงที่แล้วนักเรียนเล่นการละเล่นพื้นเมืองอะไร (โพงพาง)
  - การละเล่นดังกล่าวมีวิธีการเล่นอย่างไร (ผู้เล่นร้องเพลงโพงพาง ล้อมรอบผู้เล่นที่เป็นปลา และผู้เล่นที่เป็นปลาบอก ปลาเป็น หรือ ปลาตาย และเดินไปจับตัวผู้เล่นทายว่าใคร)
  - นักเรียนชอบการละเล่นดังกล่าวหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ)

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

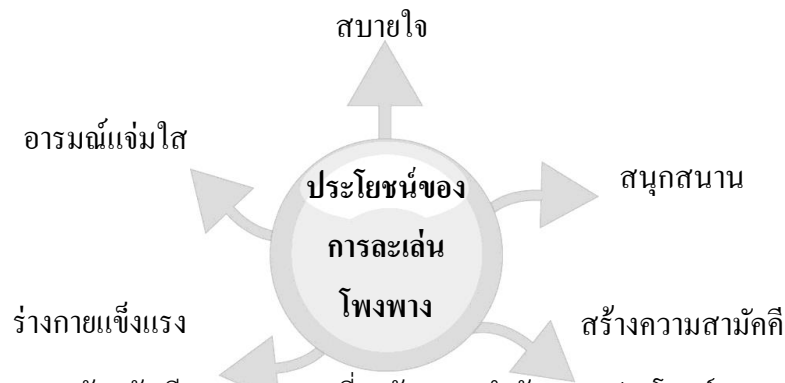
๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเล่นการละเล่นโพงพาง โดยมีครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด



๒. ครูแจกแบบบันทึกการเล่นพื้นเมือง: การเล่นโพงพาง ให้นักเรียนบันทึกหลังจากเล่นการเล่นโพงพางแล้ว

จากนั้นคัดเลือกผู้แทนนักเรียนออกมารายงานแบบบันทึกของตนเองหน้าชั้นเรียน ๒-๓ คน โดยครูคอยตรวจสอบและแนะนำเพิ่มเติม

๓. ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเล่นพื้นเมือง การเล่นโพงพางโดยครูสรุปข้อมูลเป็นแผนภาพความคิดบนกระดาน ดังนี้



๕. ครูขออาสาสมัครนักเรียนออกมาพูดเกี่ยวกับความสำคัญ และประโยชน์ของการเล่นพื้นเมืองโดยครูคอยแนะนำเพิ่มเติม

### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นพื้นเมือง เป็นการเล่นที่ช่วยสร้างความสนุกสนาน และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ ที่ควรอนุรักษ์ให้คงอยู่สืบไป

๒. ครูถามคำถามท้าทายเพื่อให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น ดังนี้

- วิธีการใดดีที่สุดในการอนุรักษ์การเล่นพื้นเมืองให้คงอยู่สืบไป

### สื่อการเรียนรู้

-แบบบันทึกการเล่นพื้นเมือง: การเล่นโพงพาง

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง หลักสำคัญในการเล่นเกมน

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิชณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายหลักสำคัญในการเล่นเกมน (K)
- เขียนแผนภาพหลักสำคัญในการเล่นเกมน (P)
- เห็นความสำคัญของการนำหลักการเล่นเกมนไปใช้ปฏิบัติในการเล่นเกมน (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมนให้สนุกสนานและปลอดภัย ควรเล่นตามกฎ กติกา และมีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้  
อภัย

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

หลักสำคัญในการเล่นเกมน

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย
- ใฝ่เรียนรู้

- ๓. มุ่งมั่นในการทำงาน
- ๔. กล้าแสดงออก

### สมรรถนะ

- ๑. ความสามารถในการสื่อสาร
- ๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
- ๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

### ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- แผนภาพความคิดหลักสำคัญในการเล่นเกม

### การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

#### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

#### ๓. เกณฑ์การประเมิน

๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน  
ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

#### ๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ	ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ	ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ	พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ	ควรปรับปรุง

### การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

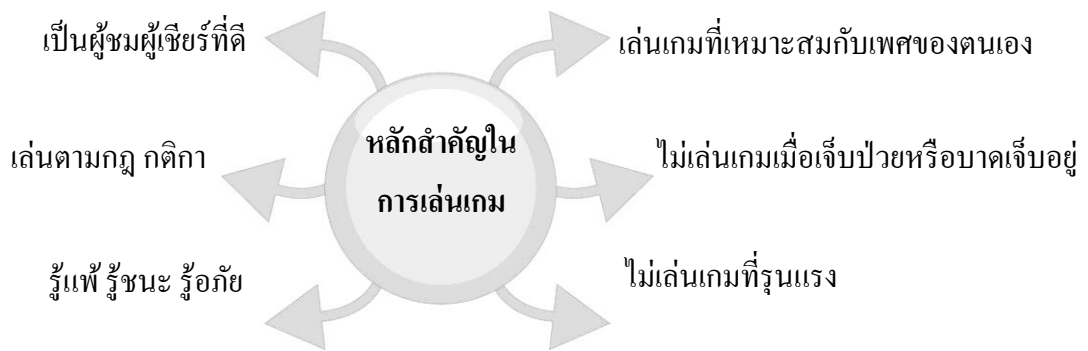
#### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ๑. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นโดยครูถามคำถามท้าทาย ดังนี้
  - เชียร์ลีดเดอร์มีผลต่อการแข่งขันเกมหรือกีฬาหรือไม่ อย่างไร

#### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

- ๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสมแล้วเล่นเกมตามความสนใจของกลุ่ม โดยครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด

๒. นักเรียนและครูร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น หลังจากเล่นเกมโดยครูถามคำถาม ดังนี้
- นักเรียนเล่นเกมอะไรบ้าง (ตัวอย่างคำตอบ เกมตีบอลชิงบ้าน เกมขี่ม้าโยนบอล โพงพาง)
  - กลุ่มของนักเรียนมีหลักในการเลือกเล่นเกมอย่างไร (ตัวอย่างคำตอบ เลือกเล่นเกมที่ภายในกลุ่มชอบ เล่นเกมที่เล่นง่ายๆ เล่นเกมที่ตนเองถนัด)
- นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อได้เล่นเกม (ตัวอย่างคำตอบ สนุกสนาน สดชื่น)
๓. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับหลักสำคัญในการเล่นเกม แล้วส่งผู้แทนกลุ่ม ออกมา นำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน โดยมีครูและเพื่อนกลุ่มอื่นคอยตรวจสอบและเพิ่มเติม
๔. ครูถามนักเรียนว่า หลักสำคัญในการเล่นเกมมีอะไรบ้าง จากนั้นครูสรุปข้อมูลคำตอบของนักเรียน เป็นแผนภาพความคิด ดังนี้



### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นควรเล่นตามกฎ กติกา และมีน้ำใจนักกีฬา คือ รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย เพื่อให้การเล่นเป็นไปอย่างสนุกสนานและปลอดภัย

### สื่อการเรียนรู้

-

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน



## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๙

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เล่นเกมสนุกสร้างสุขทางใจ

เรื่อง ประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ

รหัสวิชา พ ๑๓๐๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๑ ชั่วโมง

ผู้สอน นายวิษณุ สมัญญา

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

#### มาตรฐานการเรียนรู้

มฐ.พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

#### ตัวชี้วัด

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกร่างกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง

มฐ.พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

### จุดประสงค์การเรียนรู้สู่ตัวชี้วัด

- อธิบายประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ (K)
- เขียนแผนภาพประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ (P)
- เห็นคุณค่าและประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ (A)

### สาระสำคัญ

การเล่นเกมเป็นประจำส่งผลให้มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

ประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ

#### ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด

การจำแนก การให้เหตุผล การสรุปความรู้ การจัดระบบความคิดเป็นแผนภาพ

#### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน

### สมรรถนะ

- ความสามารถในการสื่อสาร

- ๒. ความสามารถในการวิเคราะห์
- ๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

## ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน ร่องรอยแสดงความรู้)

- ใบงานที่ ๗ เรื่อง การเล่นเกมและการละเล่นพื้นเมือง

## การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

### ๑. วิธีการวัดและประเมินผล

- ๑.๑ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๑.๒ สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
- ๑.๓ ตรวจสอบใบงานที่ ๗

### ๒. เครื่องมือ

- ๒.๑ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒.๒ แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

### ๓. เกณฑ์การประเมิน

- ๓.๑ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม ผ่านตั้งแต่ ๒ รายการถือว่า ผ่าน
- ผ่าน ๑ รายการถือว่า ไม่ผ่าน

### ๓.๒ การประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

คะแนน ๙-๑๐	ระดับ ดีมาก
คะแนน ๗-๘	ระดับ ดี
คะแนน ๕-๖	ระดับ พอใช้
คะแนน ๐-๔	ระดับ ควรปรับปรุง

## การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

### ขั้นที่ ๑ ขั้นนำ

- ๑. ให้ผู้แทนนักเรียนออกมาแนะนำเพื่อนๆ อบอุ่นร่างกาย เตรียมความพร้อมของกล้ามเนื้อประมาณ ๕-๑๐ นาที

### ขั้นที่ ๒ ขั้นสอน

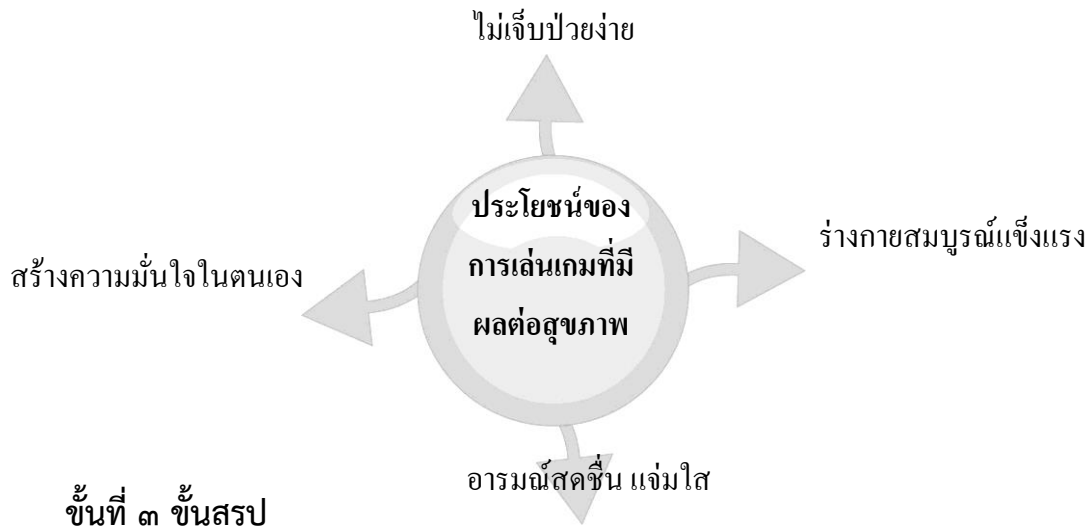
- ๑. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามความเหมาะสม ร่วมกันเล่นเกมตามความสนใจของกลุ่ม โดยครูคอยดูแลอย่างใกล้ชิด
- ๒. ครูนำบัตรคำมาวางหน้าชั้นเรียนแล้วให้ผู้แทนนักเรียนออกมาอ่านข้อความในบัตรคำคนละ ๑ บัตรคำ และให้เพื่อน ๆ ในชั้นช่วยกันบอกว่า ข้อความนั้นใช่หรือไม่ใช่ประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีผลต่อสุขภาพ
- ๓. ให้นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น โดยครูถามคำถาม ดังนี้
  - นักเรียนชอบการเล่นเกมหรือไม่ (ตัวอย่างคำตอบ ชอบ)



- นักเรียนจะนำเกมใดไปเล่นกับเพื่อนๆ (ตัวอย่างคำตอบ เกมสลับที่ สลับกลุ่ม การละเล่น โฟงพาง เกมขี่ม้าโยนบอล)

- นักเรียนควรเล่นเกมกับเพื่อนๆ ในช่วงเวลาใด (ตัวอย่างคำตอบ เมื่อมีเวลาว่าง พัก กลางวัน วันหยุดเรียน)

- การเล่นเกมมีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไร ให้ครูสรุปคำตอบเป็นแผนภาพความคิด ดังตัวอย่างต่อไปนี้



### ขั้นที่ ๓ ขั้นสรุป

๑. ให้นักเรียน และครูร่วมกันสรุปความรู้ ดังนี้ การเล่นเกมเป็นประจำส่งผลให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีสุขภาพจิตใจร่าเริงแจ่มใส

๒. นักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็น จากคำถามท้าทาย ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าทำไมผู้ใหญ่จึงไม่ชอบเล่นเกม

๓. ให้นักเรียนทำใบงานที่ ๗ เรื่อง การเล่นเกมและการละเล่นพื้นเมือง

### สื่อการเรียนรู้

- ใบงานที่ ๗

บันทึกหลังการสอน

---

---

---

---

---

ลงชื่อ.....ผู้สอน