

พ23104 พลศึกษา 6 (เทเบิลเทนนิส)

รายวิชาพื้นฐาน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนระยองวิทยาคม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ภาคเรียนที่ 2

เวลา 20 คาบ/ชม.

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน /ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้/เนื้อหาสาระ	เวลา คาบ/ ชม.	ชิ้นงาน/ ภาระงาน (คะแนน)	น้ำหนัก (คะแนน)	สื่อฯ
1	วิเคราะห์ผู้เรียน และความรู้ ทั่วไปเกี่ยวกับ กีฬาเทเบิล เทนนิส	พ 3.1 ม.3/1	1. ปฐมนิเทศ 2. แยกแยะผู้เรียน จัดกลุ่ม 3. การมอบหมายงาน การวัด และประเมินผล 4. การบริหารร่างกายเพื่อ เตรียมฝึกทักษะเทเบิลเทนนิส	1	-ใบงาน การ แนะนำ ตนเอง (5)	5	- หนังสือเรียน วิชาเทเบิล เทนนิส - อุปกรณ์การ สอน
2	ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับกีฬาเท เบิลเทนนิส	พ 3.2 ม.3/1,ม.3/3	1. ประวัติความเป็นมากีฬาเท เบิลเทนนิส 2. ประโยชน์ของการเล่นกีฬา เทเบิลเทนนิส 3. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเท เบิลเทนนิสและการดูแลรักษา 4. ความปลอดภัยในการเล่น กีฬา 5. มารยาทในการเล่นกีฬา 6. ลักษณะการเล่นกีฬาเทเบิล เทนนิส	1	-ใบความรู้ กีฬา ฟุตบอล (5)	5	- หนังสือเรียน วิชาเทเบิล เทนนิส - แบบทดสอบ ก่อนเรียน

พ23104 พลศึกษา 6 (เทเบิลเทนนิส)

รายวิชาพื้นฐาน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนระยองวิทยาคม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ภาคเรียนที่ 2

เวลา 20 คาบ/ชม.

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน /ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้/เนื้อหาสาระ	เวลา คาบ/ ชม.	ชิ้นงาน/ ภาระงาน (คะแนน)	น้ำหนัก (คะแนน)	สื่อฯ
3	การบริหาร ร่างกายและ การเคลื่อนไหว	พ 3.1 ม.3/2 ม.3/3	1. สมรรถภาพทางกายของ นักกีฬาเทเบิลเทนนิส 2. การอบอุ่นร่างกาย	1	-นำเสนอ การ อบอุ่น ร่างกาย (5)	5	- หนังสือเรียน วิชาเทเบิล เทนนิส - อุปกรณ์การ สอน
4	ทักษะเบื้องต้น	พ 3.1 ม.3/2 ม.3/3	1. การตีลูกหน้ามือ 2. การตีลูกหลังมือ 3. การตีลูกตบ 4. การตีลูกหยอด 5. การเสิร์ฟ	8	-การ ทดสอบ ทักษะ (40)	40	- หนังสือเรียน วิชาเทเบิล เทนนิส - ลูกเทเบิล เทนนิส - ไม้เทเบิล เทนนิส
5	การเล่นเป็นทีม	พ.3.2 ม.3/1 ม.3/2 ม.3/3 ม.3/4 ม.3/5	1. ตำแหน่งการยืน 2. การแข่งขัน	9	-การ ทดสอบ การเล่น เป็นทีม (45)	45	- หนังสือเรียน วิชาเทเบิล เทนนิส - ลูกเทเบิล เทนนิส - ไม้เทเบิล เทนนิส
	รวมตลอดภาคเรียน			20		100	