

คำอธิบายรายวิชา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา

รายวิชา วายน้ำ 2

รหัสวิชา พ21202

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

จำนวน 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาวิเคราะห์ทักษะกีฬาว่ายน้ำ (ท่ากบ) โดยใช้กระบวนการด้านทักษะกีฬาพื้นฐาน ฝึกให้เกิดความชำนาญ นำความรู้ที่ได้จากกีฬาว่ายน้ำไปใช้ในชีวิตประจำวันและนำไปเชื่อมโยงกับวิชาอื่น สามารถยืดกล้ามเนื้อก่อนและหลังลงว่ายน้ำตามท่าที่ถนัด ออกกำลังกายที่ทำให้ร่างกายมีสุขภาพแข็งแรง วางแผนการแข่งขันตามลักษณะกลวิธีของกีฬาว่ายน้ำ พร้อมทั้งประเมินทักษะของตนเองและเพื่อน ปฏิบัติตามกฎหมาย มารยาท เสริมสร้างสมรรถภาพ รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

โดยใช้กีฬาว่ายน้ำเป็นสื่อ รู้ประวัติ กฎ กติกาการเล่นที่ถูกต้อง รู้และปฏิบัติตามระเบียบวินัย ของการฝึก เคารพเชื่อฟังผู้สอน มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ รู้จักคุณค่าของความเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย เห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

สามารถนำองค์ความรู้กีฬาว่ายน้ำไปประยุกต์ใช้กับคนในท้องถิ่นในการพัฒนาด้านสุขภาพให้สมบูรณ์ แข็งแรง เพื่อความยั่งยืนของประเทศชาติและสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียงหรือ EEC

ผลการเรียนรู้

1. สามารถปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายอย่างถูกต้อง และเหมาะสมกับกีฬาว่ายน้ำ
2. สามารถแสดงท่าเตรียมพร้อมและเคลื่อนไหวตามรูปแบบกีฬาว่ายน้ำขั้นพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถว่ายน้ำท่ากบได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับของการใช้บริการสระว่ายน้ำได้อย่างถูกต้อง
5. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามกฎระเบียบการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำได้
6. นักเรียนสามารถอธิบายและบอกประวัติของกีฬาว่ายน้ำได้อย่างชัดเจน
7. นักเรียนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีคุณธรรม จริยธรรมเป็นผู้เล่นและผู้ชมที่ดีได้
8. เพื่อให้ผู้เรียนนำองค์ความรู้กีฬาว่ายน้ำไปประยุกต์ใช้กับคนในท้องถิ่นในการพัฒนา
ด้านสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงเพื่อความยั่งยืนของประเทศชาติ เพื่อความยั่งยืนของประเทศชาติและสามารถ
นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงหรือ EEC

รวมทั้งหมด 8 ผลการเรียนรู้