

บันทึกคำอธิบายรายวิชา

รหัสวิชา พ32206
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

รายวิชา เทนนิส
ภาคเรียนที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา 40 ชั่วโมง จำนวน 1.0 หน่วยกิต

เพื่อพัฒนาเทคนิคทักษะเบื้องต้นในด้านต่างๆที่เกี่ยวข้องในด้านการออกกำลังกายโดยใช้ความรู้ความเข้าใจในกีฬาเทนนิสเป็นสื่อรวมทั้งการใช้อุปกรณ์เทนนิส การมีมารยาทของการเล่นเทนนิสที่ดีและใช้กีฬาเทนนิสเป็นสื่อในการอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข มีความรู้ ความเข้าใจและมีทัศนคติที่ดีในกีฬาเทนนิส

ให้ผู้เรียนรู้จักการกระดอนของลูกบอล หรือที่เราเรียกว่า Ball sense คือการโยนและการรับลูกบอล เป็นฝึกเพื่อเรียนรู้ตำแหน่งของลูกบอล และการส่งลูกบอลไปยังเป้าหมายที่ถูกต้องได้ การจับลูกบอล เป็นการใช้มือเปล่า แบมือออก และตีลูกเบาๆเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้กับ จุดกระทบบอล(Contact point) ให้บังคับไปยังเป้าหมายที่ต้องการได้ เริ่มจับไม้เทนนิส ให้ผู้เรียน สัมผัสลูกบอล เบาๆ มายังเป้าหมายหรือผู้สอนก็ได้ โดยเน้นที่ Short Black swing ให้สั้นมากที่สุด ในขั้นตอนนี้ ยังเน้น เรื่อง จุดกระทบบอล(Contact point)และการบังคับหน้าไม้(Racket control) เพื่อ การตีข้ามตาข่ายในระยะใกล้ก่อน เมื่อแน่ใจว่าผู้เรียนสามารถทำได้ และประสบความสำเร็จในการเรียน เราค่อยๆเพิ่มความยาก ขึ้นไปเรื่อยๆได้ คือการเพิ่มระยะการจับไม้ให้ยาวจนสุดปลายไม้ และการเพิ่มระยะทางในการตีจะถึง ท้ายคอตในขณะที่ทำการสอน จะต้องเพิ่มทักษะการจับไม้ การยืน ที่ถูกต้องให้กับผู้เรียนด้วย

สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

- 1.เพื่อให้มีความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาเทนนิส
- 2.เพื่อให้มีความสามารถปฏิบัติทักษะพื้นฐานได้อย่างถูกต้อง
- 3.เพื่อให้มีความสามารถในการเล่นเทนนิสได้
- 4.เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในกฎ กติกา การแข่งขันได้
- 5.เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในวิธีการใช้ การเก็บและบำรุงรักษาอุปกรณ์

รวมทั้งหมด 5 ผลการเรียนรู้

