

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22205

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุภาวงศ์ภิเมฆ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง ผู้เรียนเป็นรายบุคคล

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3.2 - รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระ งาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
1. ทราบ ข้อมูลเกี่ยวกับ นักเรียน	การวิเคราะห์ ผู้เรียน	การเรียนรู้การสอนครูจำเป็นต้องทราบข้อมูลบาง ประการจากนักเรียน เช่น ประวัติการมีโรค ประจำตัวซึ่งมีผลต่อการเรียนการสอนวิชาพล ศึกษาอย่างมาก เป็นรายบุคคล	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นใน การทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ		ครูสนทนากับนักเรียน เกี่ยวกับสภาพปัญหาและ อุปสรรคในการเรียนวิชา พลศึกษา	-	ใบกิจกรรมที่ 1 แบบวิเคราะห์ ผู้เรียนเป็นรายบุ คคล

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ30201

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุภาวงศ์ภิมะ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง รู้จักกีฬาซอฟท์บอลกันเถอะ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผล และ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
บอกถึง ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับกีฬา ซอฟท์บอล	K : 1 นักเรียนสามารถ อธิบายความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับกีฬาซอฟท์บอล ได้ P : นักเรียนสามารถวาด รูปสนามและอุปกรณ์ใน การแข่งขันได้ A : นักเรียนสามารถรับ ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปราย และให้ ความคิดเห็นอย่าง สร้างสรรค์	ศึกษาหลักการ เกี่ยวกับอุปกรณ์ และสนามแข่งขัน กีฬาซอฟท์บอล	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3. ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นใน การทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ	นักเรียน นักศึกษา ค้นคว้าเพิ่มเติม เกี่ยวกับประวัติ ความเป็นมาของ กีฬาซอฟท์บอล	1. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาในหัวข้อ เรื่องความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาต่างๆที่มี อุปกรณ์และการแข่งขันเป็นอย่างไรแล้วตั้ง คำถามเพื่อนำเข้าสู่กีฬาซอฟท์บอล 2. ให้นักเรียนดูรูปอุปกรณ์และสนามกีฬา ซอฟท์บอลและร่วมกันอภิปรายถึงการวิธีการ เล่นและการใช้อุปกรณ์ตามความเข้าใจของ นักเรียน และให้นักเรียนตัวแทนกลุ่มออกมา นำเสนอหน้าชั้นเรียนหลังจากนั้นทำ แบบฝึกหัดท้ายบท จำนวน 10 ข้อ	10 คะแนน	1. หนังสือรวม กฎ กติกาและพื้นฐาน การเล่นซอฟท์บอล 2. หนังสือ ประกอบการเรียนเล่ม ที่ 1 เรื่องความรู้ ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬา ซอฟท์บอล

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ30201

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุภาวงศ์ภิเมษ

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3

เรื่อง เตรียมตัวก่อนการเล่นกีฬาซอฟท์บอล

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผล และ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
1.มีสมรรถภาพทางกาย ด้านความแข็งแรงของ กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ 2. มีสมรรถภาพ ทางด้านความแข็งแรง ของกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ 3. ปฏิบัติท่ากายบริหาร เพื่อเสริมสร้าง สมรรถภาพทางกายใน การกีฬาซอฟท์บอลได้	K : 1 นักเรียนสามารถ อธิบายท่ากายบริหารได้ P : นักเรียนปฏิบัติท่ากาย บริหารได้ A : นักเรียนสามารถรับฟัง ความคิดเห็นของผู้อื่นใน การอภิปราย และให้ความ คิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	ศึกษาหลักการเกี่ยวกับการ ฝึกทักษะการบริหาร ร่างกายการเคลื่อนไหวการ เสริมสร้างสมรรถภาพทาง กาย	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5. ความสารถใน การใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นใน การทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ	นักเรียนศึกษา ค้นคว้าเพิ่มเติม เกี่ยวกับการ บริหารร่างกาย	1. ครูและนักเรียนร่วมกัน สนทนาในหัวข้อเรื่อง การบริหารร่างกายก่อน และหลังการเล่นกีฬา 2. นักเรียนศึกษารูปภาพ เกี่ยวกับการบริหาร ร่างกาย แบบต่างๆในเอกสาร ประกอบการเรียน เล่มที่ 3 เรื่อง การบริหาร ร่างกาย 3. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่ง ตัวแทนออกมาทำท่ากาบ บริการจำนวน 15 ท่า ต่อกลุ่ม 4. ครูและนักเรียนช่วยกัน สรุปข้อดีและข้อเสียของ ท่ากายบริหาร	10 คะแนน	1. หนังสือรวม กฎ กติกาและ พื้นฐานการเล่น ซอฟท์บอล 2. หนังสือ ประกอบการเรียน เล่มที่ 3 เรื่อง การ บริหารร่างกาย

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22205

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุภาวงศ์ภิเมข

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง ทักษะพื้นฐานของกีฬาซอฟท์บอล

เวลา 18 ชั่วโมง

สาระที่ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
1.ปฏิบัติการรับ - การขว้างลูกซอฟท์ บอล แบบเหนือไหล่ เหนือไหล่ได้ 2. .ปฏิบัติการรับ - การขว้างลูกซอฟท์ บอล แบบเลียดพื้น ได้ 3. .ปฏิบัติการรับ - การขว้างลูกซอฟท์ บอลแบบกระดอนพื้น ได้ 4. .ปฏิบัติการรับ - การขว้างลูกซอฟท์ บอล แบบลอยโด่ง เหนือศีรษะ 5. รักชอบในการออก กำลังกายโดยการเล่น กีฬาซอฟท์บอล	K : 1 นักเรียนสามารถ อธิบายทักษะพื้นฐานของ กีฬาซอฟท์บอลได้ P : นักเรียนปฏิบัติการรับ - ขว้างลูกซอฟท์บอลแบบ ต่างๆ ได้ A : นักเรียนสามารถรับฟัง ความคิดเห็นของผู้อื่นใน การอภิปราย และให้ความ คิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	ศึกษาหลักการ ขว้าง การรับ ลูกซอฟท์บอล แบบต่าง 1. เหนือไหล่ 2. ลูกเลียดพื้น 3. ลูกกระดอน พื้น 4. ลูกลอยโด่ง เหนือศีรษะ	1. ความสามารถ ใน การสื่อสาร 2. ความสามารถ ใน การคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5. ความสารถใน การใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นใน การทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ	นักเรียนศึกษา ค้นคว้าเพิ่มเติม เกี่ยวกับการทักษะ พื้นฐานของกีฬา ซอฟท์บอล	1. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับ มอบหมายนำท่ากายบริหาร จำนวน 15 ท่า 2. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการ รับ การขว้างลูกซอฟท์บอล แบบเหนือไหล่ (Overhand Throw ให้นักเรียนดู) 3. ให้นักเรียนจับคู่สองคน ต่อ ลูกซอฟท์บอล หนึ่งลูก ฝึก การรับ การขว้างลูกเหนือ ไหล่ โดยมีครูคอยดูและให้ คำแนะนำแก้ไข 4. จัดให้เล่นเกมแข่งขันการ ขว้างลูกเหนือไหล่ ภายใน 1 นาที	(40 คะแนน) 1. ลูกเหนือไหล่ 10 คะแนน 2. ลูกเลียด พื้น 10 คะแนน 3. ลูกกระดอนพื้น 10 คะแนน 4. ลูกโด่งเหนือ ศีรษะ	. หนังสือประกอบการ เรียนเล่มที่ 4 เรื่อง ทักษะพื้นฐานการเล่น กีฬาซอฟท์บอล

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ2205

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุวงศ์ภิเมช

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5

เรื่อง หัวใจสำคัญของทีม

เวลา 8 ชั่วโมง

สาระที่ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะ สำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผล และ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
1. มี สมรรถภาพทาง กายด้านความ แข็งแรงของ กล้ามเนื้อแขน 2. ปฏิบัติการ เป็นผู้โยนลูก ซอฟท์บอลได้ 3. รัก ชอบการ ออกกำลังกาย	K : 1 นักเรียน สามารถอธิบาย วิธีการเป็นผู้โยน ลูก (pitcher) ใน กีฬาซอฟท์บอลได้ P : นักเรียน ปฏิบัติการเป็นผู้โยน ลูก (pitcher) ใน กีฬาซอฟท์บอลได้ A : นักเรียนสามารถ รับฟังความคิดเห็น ของผู้อื่นในการ อภิปราย และให้ ความคิดเห็นอย่าง สร้างสรรค์	ศึกษาหลักการเกี่ยวกับการโยนลูกซอฟท์ บอล ซึ่งเป็นตำแหน่งสำคัญที่สุดในทีม ซอฟท์บอลเรียกว่าผู้โยนลูกซอฟท์บอล (pitcher) ซึ่งผู้โยนจะต้องโยนลูกซอฟท์บอล ให้เข้าในเขตตี (Strike Zone) เพื่อให้ผู้เล่น ฝ่ายรุกตีลูกซอฟท์บอลถ้าผู้โยนสามารถ บังคับลูกซอฟท์บอลได้หลากหลายลักษณะ เช่น ลูกมุด เลี้ยวซ้าย ขวา ลูกช้า ลูกเร็ว ก็ จะทำให้ทีมได้เปรียบ	1. ความสามารถ ใน การสื่อสาร 2. ความสามารถ ใน การคิด 3. ความสามารถ ในการ แก้ปัญหา 4.ความสาร มารถในการใช้ ทักษะชีวิต 5. ความสารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นใน การทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ	นักเรียนศึกษา ค้นคว้า เพิ่มเติม เกี่ยวกับการ ทักษะ พื้นฐานของ กีฬาซอฟท์ บอล	1. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับมอบหมาย นำท่ายากบริการจำนวน 15 ท่า 2. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการเป็นผู้ โยนลูกซอฟท์บอล แบบไม่ควง แขน และควงแขน 1 รอบ ให้เข้า กล่องพิชิต ในท่าที่ถูกต้องตาม กติกา ตามเอกสารประกอบการ เรียนเล่มที่ 5 เรื่องทักษะการเป็นผู้ โยนลูกซอฟท์บอล (ให้นักเรียนดู) 3. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแยกย้ายฝึก เป็นผู้โยน โยนลูกซอฟท์บอลเข้า กล่องพิชิต 4. จัดให้เล่นเกมแข่งขัน”กล่องกิน ลูกซอฟท์บอล” จำนวน 9 คน ให้โยนคลละ 1 ลูก ทีมใดโยนเข้า มากกลุ่มนั้นชนะ	10 คะแนน	หนังสือ ประกอบการ เรียนเล่มที่ 5 เรื่อง ผู้โยน ซอฟท์บอล

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ2205

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
รายวิชา ซอฟท์บอล

ผู้จัดทำ นายศราวุธ ชินสุภาวงศ์ภิเมข

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6

เรื่อง การตีลูกซอฟท์บอลและการวิ่งเข้าสู่เบส

เวลา 6 ชั่วโมง

สาระที่ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะ สำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
1. มีสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ 2. ปฏิบัติการตีลูกซอฟท์บอลได้ 3. รัก ชอบการออกกำลังกาย	K : 1 นักเรียนเข้าใจถึงวิธีการเล่นของตำแหน่งผู้เล่นฝ่ายรุก P : นักเรียนสามารถตีลูกซอฟท์บอลได้ A : นักเรียนสามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นในการอภิปราย และให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	การตี (batting) มีความสำคัญสำหรับกีฬาซอฟท์บอลเป็นอย่างมาก เพราะว่าถ้าผู้เล่นสามารถตีลูกได้แรงและแม่นยำ จะทำให้เกมในการเป็นผู้เล่นฝ่ายรุกได้เปรียบ ดังนั้น การตีเปรียบเสมออาวุธอย่างหนึ่งที่ทำให้ผู้เล่นฝ่ายรับต้องแพ้ การวิ่งเข้าสู่เบส เป็นทักษะที่สำคัญอีกทักษะหนึ่งของผู้เล่นฝ่ายรุก ที่จะต้องฝึกหัดและฝึกซ้อมเพื่อให้เกิดความชำนาญ	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	นักเรียนศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมเกี่ยวกับการตีลูกซอฟท์บอลและการวิ่งเข้าสู่เบส	ครูอธิบายและสาธิตการจับไม้ซอฟท์บอล ครูอธิบายและสาธิตการวิ่งเข้าสู่เบส นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม โดยให้ฝึกการจับไม้และฝึกตีลูกแบด นักเรียนปฏิบัติการตีลูกซอฟท์บอล ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปบทเรียนการตีลูกซอฟท์บอลพร้อมทั้งช่วยแก้ไขปัญหานักเรียนให้ถูกต้องยิ่งขึ้น	1. การตี 10 คะแนน 2. การวิ่งเข้า b1 10 คะแนน 3. การวิ่งเข้าโฮม 10 คะแนน	เอกสารประกอบการเรียนเล่มที่ 6 เรื่อง การตีลูกซอฟท์บอลและการวิ่งเข้าสู่เบส