ตารางวิเคราะห์ความสอดคล้องรายวิชา

ระหว่างมาตรฐานการเรียนรู้/ผลการเรียนรู้/จุดประสงค์การเรียนรู้

รายวิชา สุขศึกษา 1 รหัสวิชา พ21101 เวลา 20 ชั่วโมง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567

มาตรฐานการเรียนรู้	ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
พ 1.1 : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ม. 1/1 ม. 1/2	K:1 สืบค้นข้อมูลและอธิบายองค์ประกอบของระบบอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย การทำงานของระบบประสาท และการทำงานของระบบต่อมไร้ท่อ P:1 ปฏิบัติตนในการดูแลรักษาระบบอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย ระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อ A:1 รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปราย และให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) ความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น 2) วิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ
พ 1.1 : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	ตัวชี้วัดปลายทาง ม. 1/3 ม. 1/4	K:2 สืบค้นข้อมูลและบอกความสำคัญของการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานของวัยรุ่นวิเคราะห์และเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของวัยรุ่นกับเกณฑ์มาตรฐาน บอกเกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของวัยรุ่น P:2 ปฏิบัติตนในการพัฒนาตนเองสมวัย และปฏิบัติตนให้ร่างกายเจริญเติบโตตามวัยได้ถูกต้อง A:2 สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปรายและให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน 2) แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย

มาตรฐานการเรียนรู้	ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
พ 1.1 : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ม. 1/1	K:3 สืบค้นข้อมูลและอธิบายถึงวิธีการในการเลือกรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับวัย ความต้องการบริโภคสารอาหารแต่ละชนิดตามที่ร่างกายต้องการ ความหมายของอาหารและโภชนาการ ความสำคัญของอาหารและโภชนาการที่มีต่อสุขภาพวิเคราะห์หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย วิเคราะห์สารอาหารและประโยชน์ของอาหาร P:3 เลือกรับประทานอาหารได้เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายตามเพศและวัย เกิดพฤติกรรมที่ดีในการเลือกรับประทานอาหารได้ครบ 5 หมู่ วิเคราะห์หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย ปฏิบัติตนตามข้อแนะนำในการบริโภคอาหารตามหลักโภชนบัญญัติได้อย่างเหมาะสม A:3 สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปรายและให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น
พ 4.1 : เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมการดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ	ตัวชี้วัดปลายทาง ม. 1/2	K:4 สืบค้นข้อมูลและอธิบายความหมายของภาวะทุพโภชนาการ ประเภทของภาวะทุพโภชนาการ และปัญหาที่เกิดจากภาวะทุพโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ P:4 ปฏิบัติตัวตามแนวทางโภชนาการได้อย่างเหมาะสม เสนอแนะแนวทางการป้องกัน หรือข้อปฏิบัติเพื่อไม่ให้เกิดโรคจากภาวะโภชนาการได้ A:4 สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปรายและให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น

มาตรฐานการเรียนรู้	ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
พ 4.1 : เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมการดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ	ตัวชี้วัดปลายทาง ม. 1/3	K:5 สืบค้นข้อมูลและอธิบายความสำคัญในการดูแล และควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์ตามวัย ประเมินวิเคราะห์น้ำหนักตนเองตามเกณฑ์ อธิบายวิธีการดูแลควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานที่เหมาะสมตามวัย บอกวิธีการเพิ่มน้ำหนักตัวลดน้ำหนักตัวและการรักษาน้ำหนักตัวได้อย่างถูกต้อง P:5 เกิดทักษะในการฝึกตนเอง ควบคุมในการปฏิบัติสม่ำเสมอ เกิดกระบวนการคิดวิเคราะห์ในการที่จะเพิ่ม/ลดน้ำหนักตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานตามวัย ปฏิบัติตนให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานของเจริญเติบโตของเด็กไทย ระบุวิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน A:5 สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปรายและให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ 2) ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
พ 2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ม. 1/1	K:6 สืบค้นข้อมูลและบอกความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ในวัยรุ่น บอกพัฒนาการทางเพศวัยรุ่น รู้และเข้าใจความหลากหลายทางเพศ P:6 มีทักษะในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์อย่างเหมาะสม สามารถยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น สามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับความหลากหลายทางเพศ A:6 สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ในการอภิปรายและให้ความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์	1) อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม