

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 ทักษะการป้องกันตนเองจากการล่วงละเมิดทางเพศ

เวลา 3 ชั่วโมง

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว มาตรฐานการเรียนรู้ พ 2.1: เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคใหม่ เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะ สำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 2.1 ม. 1/2	K:,P:1. บอก ความหมายและ ประเภทของการ ล่วงละเมิดทาง เพศได้ K:,P:2. บอก สาเหตุของการล่วง ละเมิดทางเพศได้ K:,P:3. บอกการ ป้องกันการล่วง ละเมิดทางเพศได้ A:4. บอกชื่อ หน่วยงานที่ให้ ความช่วยเหลือแก่ ผู้ได้รับผล กระทบ จากการล่วง ละเมิดทางเพศได้	1. ความหมายและ ประเภทของการล่วง ละเมิดทางเพศ 2. สาเหตุของการล่วง ละเมิดทางเพศ 3. ผลกระทบจากการล่วง ละเมิดทางเพศ 4. การป้องกันและ หลีกเลี่ยงสถานการณ์เสี่ยง ต่อการล่วงละเมิดทางเพศ 5. ทักษะการป้องกัน ตนเอง 6. หน่วยงานที่ให้ความ ช่วยเหลือแก่ผู้ได้รับ ผลกระทบจากการล่วง ละเมิดทางเพศ	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. แบบ ทดสอบก่อน เรียน/หลัง เรียน 2. แบบ กิจกรรม เรื่องทักษะ การป้องกัน ตนเองจาก การล่วง ละเมิดทาง เพศ	1. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบบูรณาการ 2. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบกรณีศึกษา 3. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบการแสดง บทบาทสมมติ 4. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบสืบเสาะหา ความรู้ 5. สอดแทรกความรู้ การดำเนินชีวิตโดย การใช้หลักปรัชญา ของเศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา ม.1 2. PPT 3.วีดิทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5. แบบ กิจกรรม เรื่องทักษะ การป้องกัน ตนเองจาก การล่วง ละเมิดทาง เพศ

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง อันตรายจากสารเสพติด แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8 อันตรายจากสารเสพติด

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 5.1:ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะ สำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 5.1 ม. 1/2 พ 5.1 ม. 1/3	K;P:1. อธิบายความหมาย ของสารเสพติดได้ K;P:2. อธิบายลักษณะ และอาการของผู้ติดสาร เสพติดได้ A:3. อธิบายความสัมพันธ์ ของการใช้สารเสพติดกับ การเกิดโรคและอุบัติเหตุได้ K;P:4. อธิบายถึง ความสำคัญของการ ป้องกันและแก้ไขปัญหา สารเสพติด	1. ความหมาย ของสารเสพติด 2. ลักษณะและ อาการของผู้ติด สารเสพติด 3. ความสัมพันธ์ ของการใช้สาร เสพติดกับการเกิด โรคและอุบัติเหตุ 4. แนวทางการ ป้องกันและแก้ไข ปัญหาสารเสพติด	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการ แก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. แบบ ทดสอบก่อน เรียน/หลัง เรียน เรื่อง อันตรายจาก สารเสพติด 2. แบบ กิจกรรม เรื่อง อันตรายจาก สารเสพติด	1. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบกรณีศึกษา 3. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบอภิปราย 4. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบการใช้ปัญหา เป็นฐาน 5. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบฝึกฝน 6. สอดแทรกความรู้ การดำเนินชีวิตโดยการ ใช้หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา 1 ม.1 2. PPT 3.วีดิทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5.แบบ กิจกรรม เรื่อง อันตรายจาก สารเสพติด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ชักชวนทำดี หลีกเลี่ยงสารเสพติด แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 ชักชวนทำดี หลีกเลี่ยงสารเสพติด

เวลา 3 ชั่วโมง

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 5.1:ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัด/ ผลการ เรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 5.1 ม. 1/4	A:1. มีความรู้และเข้าใจการใช้ ทักษะการคิด การสื่อสารที่จะ นำมาช่วยเหลือผู้อื่น A:2. มีความรู้และเข้าใจผู้มี อาการผิดปกติที่เกิดจากการติด สารเสพติด K:,P:3. อธิบายปัจจัยเสี่ยงต่อ การติดสารเสพติด K:,P:4. อธิบายความสำคัญใน การใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวน เพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด K:,P:5. อธิบายวิธีการปฏิเสธ จากการถูกชักชวนในการใช้สาร เสพติด	1. ปัจจัยเสี่ยงต่อ การติดสารเสพติด 2. ทักษะในการ ชักชวนผู้อื่นให้ ลด ละ เลิกสาร เสพติด	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์ สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. แบบ ทดสอบก่อน เรียน/หลัง เรียน 2. แบบ กิจกรรม เรื่อง ชักชวนทำดี หลีกเลี่ยงสาร เสพติด	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรม การเรียนรู้ แบบจิ๊กซอว์ 3. กิจกรรมการ เรียนรู้ แบบแสดง บทบาทสมมติ 4. สอดแทรก ความรู้การดำเนิน ชีวิตโดยการใช้ หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา 1 ม.1 2. PPT 3.วีดิทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5.แบบ กิจกรรม เรื่อง ชักชวนทำดี หลีกเลี่ยงสาร เสพติด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 10 เรื่อง การปฐมพยาบาล แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10 การปฐมพยาบาล

เวลา 3 ชั่วโมง

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 5.1:ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 5.1 ม. 1/1	K:,P:1. อธิบาย ความหมายและ ความสำคัญของการ ปฐมพยาบาลได้ K:,P:2. อธิบายหลัก ทั่วไปในการปฐม พยาบาลและวิธีการ ปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ ประสบเหตุอย่าง ถูกวิธี A:3. มีความรู้ความ เข้าใจวิธีการปฐม พยาบาลเบื้องต้นและ ตัดสินใจเลือกวิธีการ ให้ความช่วยเหลือ อย่างปลอดภัย อย่างถูกวิธี	1. ความหมาย และความสำคัญ ของการปฐม พยาบาล 2. หลักทั่วไปใน การปฐมพยาบาล 3. วิธีการปฐม พยาบาลผู้ป่วย อย่างปลอดภัย	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์ สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. แบบ ทดสอบก่อน เรียน/หลัง เรียน 2. แบบ กิจกรรม เรื่อง การปฐม พยาบาล	1. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบ Think-Pair-Share 3. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบสาธิต 4. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบการใช้สถานการณ์ จำลอง 5. สอดแทรกความรู้การ ดำเนินชีวิตโดยการใช้ หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา 1 ม.1 2. PPT 3.วีดิทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5.แบบ กิจกรรม เรื่อง การปฐม พยาบาล

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง เคลื่อนย้ายปลอดภัย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เคลื่อนย้ายปลอดภัย

เวลา 3 ชั่วโมง

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 5.1:ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 5.1 ม. 1/1	K;P:1. อธิบาย ความสำคัญ หลักการ ทั่วไป วิธีการ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ หรือผู้ป่วยอย่าง ปลอดภัย A:2. บอกถึง ความสำคัญของการ เคลื่อนย้ายผู้ป่วย และระบุวิธีการ เคลื่อนย้ายผู้ป่วย รูปแบบต่างๆ	1. ความสำคัญของการ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือ ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย 2. หลักทั่วไปในการ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือ ผู้ป่วย 3. วิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยแบบต่างๆ 4. ความสำคัญของการ เคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือ ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย 5. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย โดยใช้อุปกรณ์ต่างๆ 6. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย โดยไม่ใช้อุปกรณ์ 7. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย โดยบุคคลเป็นผู้ช่วย	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. ผลการทำ แบบทดสอบ ก่อนเรียน/ หลังเรียน 2. แบบ กิจกรรม เรื่อง เคลื่อนย้าย ปลอดภัย	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ แสดงบทบาท สมมติ 3. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบฝึก ปฏิบัติ 4. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบสาธิต 5. สอดแทรก ความรู้การดำเนิน ชีวิตโดยการใช้ หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา 1 ม.1 2. PPT 3.วีดีทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5. แบบ กิจกรรม เรื่อง เคลื่อนย้าย ปลอดภัย

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21103 รายวิชา สุขศึกษา 2

ผู้จัดทำ นางสาวปณณวีร์ กรำกระโทก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 การทดสอบสมรรถภาพ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 4.1:เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมการดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 4.1 ม. 1/4	K:,P:1. บอกความหมาย และความสำคัญ ประเภท ของการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกายได้ K:,P:2. อธิบายวิธีการสร้าง เสริมสมรรถภาพทางกาย โดยทั่วไปได้ K:,P:3. อธิบายวิธีการ ทดสอบสมรรถภาพทาง กายเพื่อสุขภาพได้ A:4. ระบุวิธีการทดสอบ สมรรถภาพทางกายเพื่อ สุขภาพด้วยตนเองและ ปรับปรุงสมรรถภาพตามผล การทดสอบได้	1. ความหมาย ความสำคัญ และ ประเภทของ สมรรถภาพทางกาย 2. วิธีการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย โดยทั่วไป 3. วิธีการสร้างเสริม และปรับปรุง สมรรถภาพทางกาย ตามผลการทดสอบ สมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ 4. วิธีทดสอบ สมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ	1.ความสามารถ ในการสื่อสาร 2.ความสามารถ ในการคิด 3.ความสามารถ ในการแก้ปัญหา 4.ความสามารถ ในการใช้ทักษะ ชีวิต 5.ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	2.ซื่อสัตย์สุจริต 3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน	1. ผลการทำ แบบทดสอบ ก่อนเรียน/ หลังเรียน 2. แบบ กิจกรรมเรื่อง การทดสอบ สมรรถภาพ	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ ฝึกปฏิบัติ 3. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบฝึกฝน 4. สอดแทรก ความรู้การดำเนิน ชีวิตโดยการใช้ หลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1.หนังสือเรียน รายวิชา สุขศึกษา ม.1 2. PPT 3.วีดิทัศน์ 4.ข่าวสาร สื่อสิ่งพิมพ์ 5.แบบ กิจกรรมเรื่อง การทดสอบ สมรรถภาพ