

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง วิเคราะห์ผู้เรียนวิชารายว่ายน้ำ (ท่ากบ)

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
1. เพื่อวิเคราะห์ทักษะความรู้วิชารายว่ายน้ำของบุคคล	K 1. นักเรียนวิเคราะห์หลักความรู้การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการ P 2. นักเรียนอธิบายหลักความรู้การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการในการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ A 3. นักเรียนปฏิบัติเกี่ยวกับทักษะ กลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการในการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย เช่น ปฏิบัติจริง สรุปการปฏิบัติตนมาเป็นวิธีที่ถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบในบริบทสภาพร่างกายของตนเองในการว่ายน้ำท่ากบ	นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการว่ายน้ำจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่ถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบในบริบทสภาพร่างกายของตนเองในการว่ายน้ำท่ากบ	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้	แบบบันทึกผลการวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล รายวิชารายว่ายน้ำ (ท่ากบ)	ทำแบบบันทึกผลการวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล รายวิชารายว่ายน้ำ (ท่ากบ)	-	-

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1

เรื่อง ประวัติกีฬาว่ายน้ำ (ท่ากบ)

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
2. เพื่อศึกษา ค้นคว้า กติกา การเล่นกีฬา ว่ายน้ำ (ท่ากบ) ใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม 3. เพื่อวิเคราะห์ มารยาทในการเล่น กีฬาว่ายน้ำ และดูกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	K 1. นักเรียนศึกษา ความรู้เกี่ยวกับวินัยการ ฝึกและการเล่นกีฬาว่ายน้ำ แลตามกฎ กติกาและ ข้อตกลง P 2. นักเรียนอธิบาย ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬา และมีวินัยในการฝึกว่ายน้ำท่ากบ	ทบทวนกฎ กติกา และข้อตกลงในการ เล่นกีฬาว่ายน้ำ ศึกษาให้เห็น ประเด็นสาระ สำคัญเกี่ยวกับการมี วินัย กฎ กติกาและ ข้อตกลงในการเล่น กีฬาใหม่กับ ประสบการณ์เดิม และนำความเข้าใจ ในเรื่องการมีวินัย กฎ กติกาและ ข้อตกลงมาใช้ในการ ว่ายน้ำและการเข้าร่วมกิจกรรมการแข่งขัน กีฬาว่ายน้ำ(ท่ากบ)	1. ความ สามารถในการสื่อสาร 2. ความ สามารถในการคิด 3. ความ สามารถในการใช้ เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์ สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่าง พอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิต สาธารณะ	ใบกิจกรรม เรื่อง กฎ กติกา และ ระเบียบวินัยในการเล่นหรือการแข่งขัน กีฬาว่ายน้ำ เกณฑ์การให้เต็ม 10 คะแนน 1) ส่งงานตรงเวลา ภายในกำหนด (2) 2) สะอาด อ่านง่าย มีความชัดเจนใน ข้อมูล (1) 3) มีความคิด สร้างสรรค์ (2) 4) เนื้อหาข้อมูล ความรู้สอดคล้อง ตามกับคำถาม (5)	แบ่งกลุ่ม ศึกษา สืบค้น ความรู้ ประวัติกีฬา ว่ายน้ำ (ท่ากบ) และความปลอดภัย ทางน้ำ	1. การสังเกต 2. การมีทักษะการ สังเคราะห์ เกณฑ์การให้เต็ม 10 คะแนน 1) ส่งงานตรงเวลา ภายในกำหนด (2) 2) สะอาด อ่านง่าย มีความชัดเจนใน ข้อมูล (1) 3) มีความคิด สร้างสรรค์ (2) 4) เนื้อหาข้อมูล ความรู้สอดคล้อง ตามกับคำถาม (5)	google Classroom สื่อ เรื่อง กฎ กติกา และ ระเบียบวินัย ในการเล่น หรือการแข่งขันกีฬา ว่ายน้ำ (ท่ากบ) 2. VDO การ แข่งขันกีฬา ว่ายน้ำ (เพื่อสร้าง แรงจูงใจให้ นักเรียนสนใจ ในบทเรียน)

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง ประวัติกีฬาว่ายน้ำ (ท่ากบ)

เวลา 1 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
4. เพื่อปฏิบัติตามตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่นกีฬา ว่ายน้ำ (ท่ากบ)	A 3. นักเรียนปฏิบัติตาม กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาและมีวินัยในการเล่นกีฬา ว่ายน้ำ (ท่ากบ)							

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

เรื่อง การบริหารร่างกายก่อนและหลังการเล่นกีฬาว่ายน้ำ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
5. เพื่ออธิบายแนวคิดไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและสังคม	K 5. นักเรียนสามารถวิเคราะห์การพัฒนาวิธีการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ที่ถูกต้องตามกฎระเบียบเหมาะสมกับสภาพร่างกายตนเอง วิธีการสร้างแรงจูงใจและความมุ่งมั่นในการเล่นและการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำ P 6. นักเรียนสามารถอธิบายการพัฒนาวิธีการว่ายน้ำตามกฎ ระเบียบที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายตนเอง วิธีการสร้างแรงจูงใจและความมุ่งมั่นในการเรียน	พัฒนาวิธีการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ ตามกฎระเบียบที่เหมาะสมกับสภาพตนเองศึกษาและรวบรวมข้อมูลผลการปฏิบัติเพื่อพัฒนาวิธีการว่ายน้ำตามกฎ ระเบียบที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายตนเองวิเคราะห์ข้อมูลโดยสรุปเป็นสาระสำคัญ เช่น เลือกวิธีการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ การแก้ไขข้อบกพร่อง	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	ปฏิบัติท่ากายบริหารในท่าที่เหมาะสมในการเล่นกีฬาว่ายน้ำ หมายเหตุ 1) หากมาเรียนปกติ นักเรียนจะสอบการบริหารร่างกายคนละ 4 ท่า คือ Warm Up 2 ท่าและ Cool Down 2 ท่า โดยการนำเพื่อนในชั้นเรียนปฏิบัติด้วย	การปฏิบัติกายบริหารร่างกาย 1) หากมาเรียนปกติ นักเรียนจะสอบการบริหารร่างกายคนละ 4 ท่า คือ Warm Up 2 ท่าและ Cool Down 2 ท่า โดยการนำเพื่อนในชั้นเรียนปฏิบัติด้วย	1) หากมาเรียนปกติ นักเรียนจะสอบการบริหารร่างกายคนละ 4 ท่า คือ Warm Up 2 ท่าและ Cool Down 2 ท่า โดยการนำเพื่อนในชั้นเรียนปฏิบัติด้วย	google Classroom สื่อ VDO ความรู้ที่ 2 เรื่อง การบริหารร่างกายก่อนและหลังการเล่นว่ายน้ำ

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3

เรื่อง การบริหารร่างกายก่อนและหลังการเล่นกีฬาว่ายน้ำ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
	A 7. นักเรียนพัฒนาวิธีการว่ายน้ำ(ท่ากบ) ตามกฎระเบียบที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายตนเอง รวมทั้งสร้างแรงจูงใจและความมั่นใจในการเล่นและการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำ	เพิ่มทักษะให้ ความคิดเห็น เกี่ยวข้องแต่ นอกเหนือจาก ข้อมูลโดยเชื่อมโยงการใช้เหตุผล การอ้างอิงความรู้หรือประสบการณ์ อธิบายความคิดเห็น โดยให้ เหตุผลประกอบ และสรุปเป็นวิธีปฏิบัติ ในการ ว่ายน้ำ (ท่ากบ) ตามกฎ ระเบียบที่เหมาะสมกับ สภาพร่างกาย			2) หากเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดโรคโควิด-19 ให้นักเรียนปฏิบัติโดยการบันทึกการบริหารร่างกายคนละ 2 ท่า คือ Warm Up 1 ท่า Cool Down 1 ท่า (พร้อมบอกประโยชน์ในการปฏิบัติท่า Warm Upและ Cool Down)	2) หากเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดโรคโควิด-19 ให้นักเรียนปฏิบัติโดยการบันทึกการบริหารร่างกายคนละ 2 ท่า คือ Warm Up 1 ท่า Cool Down 1 ท่า (พร้อมบอกประโยชน์ในการปฏิบัติท่า Warm Upและ Cool Down) ผ่าน VDO เกณฑ์การให้เต็ม 10 คะแนน 1. ปฏิบัติตรงเวลาภายในกำหนด (1) 2. รายงานตัวเสียงดังฟังชัด พูดจาชัดเจน/แต่งกายสุภาพเหมาะสม (1) 3. บอกท่าที่ปฏิบัติ/ประโยชน์ที่ได้รับ/ผลดีและผลกระทบหากปฏิบัติไม่ถูกต้อง (1) 4. มีความคิดสร้างสรรค์ (2) 5. ข้อมูลความรู้อัปเดตและปฏิบัติถูกต้องนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน (5)		

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง ทักษะการถีบขาบก

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา
มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
6. เพื่อปฏิบัติตามกระบวนการทางพลศึกษา กระบวนการปฏิบัติ กระบวนการกลุ่ม ทักษะการคิดในการเข้าร่วมการว่ายน้ำ (ท่ากบ)	K 8. นักเรียนวิเคราะห์รูปแบบกลวิธีการรุก การป้องกันในการว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม	พัฒนาวิธีการเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง ศึกษาและรวบรวมข้อมูลผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬาเพื่อพัฒนาวิธีการเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง วิเคราะห์ข้อมูล โดยสรุปเป็นสาระสำคัญ เช่น การเลือกวิธีการเล่น การแก้ไขข้อบกพร่อง และเพิ่มทักษะ ให้ความคิดเห็นเกี่ยวข้อง แต่ นอกเหนือจากข้อมูล โดยเชื่อมโยง การใช้เหตุผลการอ้างอิง	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	ฝึกปฏิบัติ (แบ่งกลุ่ม) ทักษะการถีบขาบก	กิจกรรมการสอนแบบ 5E	ฝึกปฏิบัติ (แบ่งกลุ่ม) ลอยตัวในน้ำ <u>เกณฑ์การให้คะแนนเต็ม 20 คะแนน</u> 1) เข้าเรียนตรงเวลา/เป็นแถว เรียบร้อยและจัดวางกระเป๋าทหรืออุปกรณ์การเรียนเรียบร้อย (1) 2) มีความสามัคคี (2) 3) มีความพยายาม กระตือรือร้นในการเรียนอย่างสม่ำเสมอ (3) 4) ชุดแต่งกายชุดพลศึกษาสุภาพ สะอาดและถูกต้องตาม ระเบียบของ ร.ร. มีชุดว่ายน้ำและอุปกรณ์ว่ายน้ำ (2)	google Classroom สื่อ VDO ทักษะการถีบขาบก

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง ทักษะการดิ่งแขนง

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ.3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
	P 9. นักเรียนอธิบายรูปแบบการรุก การป้องกัน หลักการให้ความรู้รูปแบบและประโยชน์ในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม A 10. นักเรียนวางแผนการรุก การป้องกันในการเล่นน้ำรวมทั้งให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม	วางรูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ทำความเข้าใจกับปัญหาในการเล่นกีฬาเป็นทีม วางแผนออกแบบแก้ปัญหาในเกมการเล่นทั้งรุก และการป้องกัน ดำเนินการตามแผนมีการตรวจสอบแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติและสรุปผลหลังจากการเล่น	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	ฝึกปฏิบัติ (แบ่งกลุ่ม) ทักษะการหมุนแขนพลิกหน้าหายใจ		(สอบแก้ 1 ครั้ง ให้ 10) (สอบแก้ 2 ครั้ง ให้ 9 ลงไป ตามลำดับ) (ส่วนคนที่สอบครั้งแรกผ่านแบบไม่ ต้องแก้ตัวใหม่ 10+)*การให้คะแนนเป็นส่วนหนึ่งที่จะสร้างแรงกำลังใจให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้	

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง จับโหม้กับขาบฝึกหายใจ

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
	P 9. นักเรียนอธิบายรูปแบบการรูก การป้องกัน หลักการให้ความรู้มือและประโยชน์ในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำ และการทำงานเป็นทีม A 10. นักเรียนวางแผนการรูก การป้องกันในการว่ายน้ำรวมทั้งให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม	วางรูปแบบ กลวิธีการรูก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ให้ความสนใจกับปัญหาในการเล่นกีฬาเป็นทีม วางแผนออกแบบแก้ปัญหาในเกมการเล่นทั้งรูก และการป้องกัน ดำเนินการตามแผนมีการตรวจสอบแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติและสรุปผล	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	ฝึกทักษะทักษะการเตะขาในการว่ายน้ำท่ากบ(แบ่งกลุ่ม) คะแนนเต็ม 10 คะแนน 1) มีความพยายามในการเรียนรู้ (3) 2) มีความขยันในการฝึกซ้อม (2) 3) ปฏิบัติทักษะการเตะขาในการว่ายน้ำท่ากบ ถูกต้องตามกฎกติกา (5)			google Classroom สื่อ VDO ทักษะการเตะขาในการว่ายน้ำท่ากบ

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5

เรื่อง การว่ายน้ำท่ากบ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
7. เพื่อปฏิบัติตามกลวิธีการรุกและการป้องกันในการว่ายน้ำ	K 8. นักเรียนวิเคราะห์รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม P 9. นักเรียนอธิบายรูปแบบการรุก การป้องกัน หลักการให้ความรู่มือและประโยชน์ในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม A 10. นักเรียนวางแผนการรุก การป้องกันในการว่ายน้ำรวมทั้งให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาว่ายน้ำและการทำงานเป็นทีม	วางรูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ทำความเข้าใจกับปัญหาในการเล่นกีฬาเป็นทีม วางแผนออกแบบแก้ปัญหาในเกมการเล่นทั้งรุก และการป้องกัน ดำเนินการตามแผน มีการตรวจสอบแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติและสรุปผลหลังจากการว่ายน้ำ	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา	1. ซื่อสัตย์สุจริต 2. มีวินัย 3. ใฝ่เรียนรู้ 4. อยู่อย่างพอเพียง 5. มุ่งมั่นในการทำงาน 6. มีจิตสาธารณะ	3) มีความพยายามกระตือรือร้นในการเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอ (3) 4) ชุดแต่งกายชุดพลศึกษา สุภาพ สะอาดและถูกต้องตามระเบียบของ ร.ร. ชุดว่ายน้ำและอุปกรณ์ที่ใช้	กิจกรรมการสอนแบบ 5E	คะแนนเต็ม 10 คะแนน 1) มีความพยายามในการเรียนรู้ (3) 2) มีความขยันในการฝึกซ้อม (2) 3) แท้ซื่อการว่ายน้ำท่ากบอย่างถูกต้องตามกฎหมาย (5)	google Classroom สื่อ VDO ทักษะการว่ายน้ำท่ากบ

บันทึกหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

รหัสวิชา พ20202

รายวิชาว่ายน้ำ 2

ผู้จัดทำ นางสาวกชพรรณ อ่อนระทวย

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5

เรื่อง การว่ายน้ำท่ากบ

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของกีฬา

ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	คุณลักษณะอันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและประเมินผล	สื่อการเรียนรู้
					5) บริเวณที่เรียนมีความสะอาด/จัดเก็บอุปกรณ์การเรียนเข้าที่เรียบร้อย (2) 6) ทดสอบปฏิบัติการวางแผนการว่ายน้ำท่าฟรีสไตล์ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด (จำนวน 10 คะแนน) (แบ่งกลุ่ม) เก็บรอบว่ายน้ำท่ากบ จำนวน 5 รอบ 5 รอบ 10 คะแนน 4 รอบ 9 คะแนน 3 รอบ 8 คะแนน 2 รอบ 7 คะแนน 1 รอบ 6 คะแนน (สามารถสอบซ่อมเพื่อพัฒนาตนเองได้) ลงไปสอบใหม่ (สอบแก้ 1 ครั้ง ให้ 10) (สอบแก้ 2 ครั้ง ให้ 9) (สอบแก้ 3 ครั้ง ให้ 8)			