

คำอธิบายรายวิชา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาพลศึกษา รายวิชา วายน้ำ รหัสวิชา พ31206
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 40 ชั่วโมง จำนวน 1.0 หน่วยกิต

ประวัติ ประโยชน์ของกีฬาว่ายน้ำ ฝึกทักษะและเทคนิคของกีฬาว่ายน้ำ การว่ายน้ำท่าต่าง ๆ การเสริมสร้างสมรรถภาพ ทางกาย การเก็บรักษาอุปกรณ์ กติกา ระเบียบ มารยาทในการแข่งขัน และความปลอดภัยในการเล่นกีฬาว่ายน้ำ

รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องโดยใช้กีฬาว่ายน้ำเป็นสื่อ รู้ ประวัติ กฎ กติกาการเล่น ที่ถูกต้อง รู้ถึงระเบียบ วินัยของการฝึก เคารพเชื่อฟังผู้สอน มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ รู้จักคุณค่าของความ เป็นผู้ที่มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย เห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา

สามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้และสามารถอธิบายเกี่ยวกับความเป็นมาของการว่ายน้ำ
2. มีความรู้ ความเข้าใจในการใช้สระว่ายน้ำ ความปลอดภัยและการสุขาภิบาล
3. มีความสามารถในการว่ายน้ำได้
4. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
5. มีความสามารถที่จะนำความรู้ไปแนะนำการเริ่มฝึกหัดว่ายน้ำได้

รวมทั้งหมด 5 ผลการเรียนรู้