

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง การวิเคราะห์ผู้เรียน

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ผู้จัดทำ นายมรพงศ์ ภิรมย์ตระกูล

เวลา 1 ชั่วโมง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่าง ทาง พ 3.1 ม.2/1	K:1.สามารถบอก ความความ แตกต่างและ ความสามารถของ นักเรียนในการ เรียนวิชา กรีฑาได้ K,A:2.เพื่อให้มี ความรู้ความเข้าใจ ประวัติความ เป็นมา คุณค่า ประโยชน์ของการ เล่นกรีฑา	1. ปฐมนิเทศ แนะนำ ตัวชี้แจงรายละเอียด ในการเรียนวิชากรีฑา 2. ประวัติความเป็นมา วิชากรีฑา 3. ประโยชน์ของกรีฑา 4. มารยาทของผู้ชม และผู้เล่นกรีฑา 5. ประเภทของกรีฑา	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่างพอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-เตรียม รายงานกรีฑา เรื่อง ประวัติ ความเป็นมา ของกรีฑา	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่องแต่ง กายของนักเรียน /ตรวจสอบ รายชื่อ 2. ครูทำการอธิบายเรื่องที่จะ ชี้แจง 3. ครูนัดหมายนักเรียนเรื่อง สถานที่เรียนในครั้งต่อไป/สั่งทำ ความเคารพ/ส่งเลิกแถว	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน	1.หนังสือ ปฏิบัติการ สอน 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การอบอุ่นร่างกาย

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ผู้จัดทำ นายมรพงค์ ภิรมย์ตระกูล

เวลา 1 ชั่วโมง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 3.1 ม.2/2 ม.2/4	K: 1.นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจในการอบอุ่นร่างกาย K,P: 2.นักเรียนสามารถยืดเหยียดกล้ามเนื้อเฉพาะที่ได้ถูกต้อง A: 3.นักเรียนเห็นคุณค่าของการอบอุ่นร่างกาย	1. ทักษะการอบอุ่นร่างกาย 2. ทักษะการยืดเหยียดกล้ามเนื้อเฉพาะที่	1.ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่างพอเพียง 6. มุ่งมั่นในการทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การเขียนบันทึกสรุปวิธีการอบอุ่นร่างกาย	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่องแต่งกายของนักเรียน /ตรวจสอบรายชื่อ 2. ครูทำการอธิบายเรื่องการอบอุ่นร่างกาย พร้อมกับสาธิต 3. ครูให้นักเรียนทำการอบอุ่นร่างกาย โดยมีครูเป็นผู้นำอบอุ่นร่างกาย 4. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มคิดทำการกายบริหารและทำยืดเหยียดกล้ามเนื้อและให้ออกมานำอบอุ่นร่างกายให้กับเพื่อน 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกตพฤติกรรมผู้เรียน	1.รูปภาพ การบริหารร่างกาย เฉพาะที่ 2.วิดีโอสาธิตการอบอุ่นร่างกาย 3.อุปกรณ์การสอน 3.1ใบรายชื่อ นักเรียน 3.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง ทำการเริ่มต้นออกกำลังกายและลักษณะท่าทางในการวิ่งที่ถูกต้อง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิต
 วิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ผู้จัดทำ นายมรพงค์ ภิรมย์ตระกูล

เวลา 2 ชั่วโมง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่างทาง พ 3.2 ม.2/1 ม.2/2 ม.2/3	K:1.นักเรียนอธิบาย ท่าเริ่มต้นออกกำลังกาย และท่าทางในการ วิ่งที่ถูกต้อง K,P:2.นักเรียน สามารถปฏิบัติท่า เริ่มต้นออกกำลังกายที่ ตนเองถนัด และ ท่าทางในการวิ่งได้ K,A:3.นักเรียนเห็น ถึงคุณค่าและ ประโยชน์ของท่า เริ่มต้นออกกำลังกายและ ท่าทางในการวิ่งที่ ถูกต้องได้	1. ท่าตั้งต้นการออก วิ่ง 2. ท่าเริ่มออกกำลังกาย 3. ท่าทางในการวิ่ง 4. ท่าการวิ่งผ่าน เส้นชัย	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการแก้ปัญหา 4. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่างพอเพียง 6. มุ่งมั่นในการทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การเขียน บันทึกสรุปท่า เริ่มต้นการ ออกกำลังกาย ทำเริ่ม ออกกำลังกาย และ ท่าการวิ่งผ่าน เส้นชัย	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่องแต่ง กายของนักเรียน /ตรวจสอบ รายชื่อ/อบอุ่นร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่องเรียน วันนี้ 3. ครูให้นักเรียนทำการฝึก 4. ครูให้นักเรียนทำท่าเริ่มต้น การที่ถนัด/ฟังสัญญาณ/ออกวิ่ง ระยะ 10 เมตร 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน	1.วิดีโอ ทักษะการ เล่นกรีฑา 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3
หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง เทคนิคการวิ่งระยะต่างๆ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ผู้จัดทำ นายมรพงค์ ภิรมย์ตระกูล
เวลา 9 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 3.1 ม.2/2	K:1.นักเรียนสามารถ อธิบายวิธีการวิ่งระยะ สั้น,กลาง,ไกลอย่างมี ประสิทธิภาพได้ K,P:2.นักเรียน สามารถปฏิบัติการวิ่ง ระยะสั้น,กลาง,ไกลได้ อย่างมีประสิทธิภาพ K,A:3.นักเรียนเห็นถึง คุณค่าและประโยชน์ ของการระยะสั้น, กลาง,ไกล	1. เทคนิคการวิ่ง ระยะสั้น 2. เทคนิคการวิ่ง ระยะกลาง 3. เทคนิคการวิ่ง ระยะไกล 4. การประยุกต์ใช้ ให้เหมาะสมกับ ตนเอง	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่างพอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การเขียน บันทึกสรุป วิธีการวิ่ง -วิดีโอสรุป เทคนิคการวิ่ง ระยะสั้น -วิดีโอสรุป เทคนิคการวิ่ง ระยะกลาง -วิดีโอสรุป เทคนิคการวิ่ง ระยะไกล	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่องแต่ง กายของนักเรียน /ตรวจสอบ รายชื่อ/อบอุ่นร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่องเรียน วันนี้ 3. ครูให้นักเรียนทำการฝึก 4. ครูให้นักเรียนทำวิดีโอสรุป เทคนิคการวิ่ง 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน -การเปรียบเทียบกับ เกณฑ์คะแนน	1.วิดีโอ ทักษะการ เล่นกรีฑา 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3
หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การวิ่งผลัด

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ผู้จัดทำ นายมรพงศ์ ภิรมย์ตระกูล
เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิต
วิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่าง ทาง พ 3.2 ม.2/2 ม. 2/4 ม.2/5	K:1.นักเรียนสามารถ อธิบายวิธีการวิ่งผลัด อย่างมีประสิทธิภาพ ได้ K,P:2.นักเรียน สามารถปฏิบัติการ วิ่งผลัดได้อย่างมี ประสิทธิภาพ K,A:3.นักเรียนเห็นถึง คุณค่าและประโยชน์ ของการวิ่งผลัด	1. นักเรียนสามารถ เรียนรู้ทักษะเบื้องต้น ในการวิ่งผลัดได้ 2. วิธีถือคบหาตั้งต้น ออกวิ่ง 3. การออกวิ่ง 4. วิธีถือคบหาในการ วิ่ง 5. วิธีรับและส่งคบหา	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่าง พอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-โปสเตอร์ ความรู้เรื่อง การวิ่งผลัด	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่อง แต่งกายของนักเรียน / ตรวจสอบรายชื่อ/อบอุ่น ร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่องเรียน วันนี้ 3. ครูให้นักเรียนทำการฝึกจับ- ส่งไม้คบหา 4. ครูให้นักเรียนทำการ แข่งขันวิ่งผลัด 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน	1.ไม้คบหา 2.วิดีโอ ทักษะการ เล่นกรีฑา 3.อุปกรณ์ การสอน 3.1ใบ รายชื่อ นักเรียน 3.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง การกระโดดไกล

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิต
 วิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ผู้จัดทำ นายมรพงศ์ ภิรมย์ตระกูล

เวลา 2 ชั่วโมง

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่าง ทาง พ 3.2 ม.2/2 ม.2/4	K: 1.นักเรียนสามารถ อธิบายวิธีการกระโดด ไกลอย่างมี ประสิทธิภาพได้ K,P: 2.นักเรียนสามารถ ปฏิบัติการกระโดดไกล ได้อย่างมีประสิทธิภาพ K,A: 3.นักเรียนเห็นถึง คุณค่าและประโยชน์ ของการกระโดดไกล	1. การวิ่งกระโดดไกล 2. การกระโดดขึ้น จากพื้น 3. การลอยตัวกลาง อากาศ 4. การลงสู่พื้น	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่าง พอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การเขียน บันทึกสรุป วิธีการ กระโดดไกล -การบันทึก วิดีโอทักษะ การกระโดด ไกล	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่อง แต่งกายของนักเรียน / ตรวจสอบรายชื่อ/อบอุ่น ร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่องเรียน วันนี้ 3. ครูให้นักเรียนทำการฝึกการ กระโดดไกล 4. ครูให้นักเรียนทำการ ทดสอบการกระโดดไกล 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน	1.วิดีโอ ทักษะการ กระโดดไกล 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3
หน่วยการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง การวิ่งแข่งก้าวกระโดด

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ผู้จัดทำ นายมรพงศ์ ภิรมย์ตระกูล
เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิต
วิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่าง ทาง พ 3.2 ม.2/2 ม.2/4	K:1.นักเรียนสามารถ อธิบายวิธีการวิ่งแข่ง ก้าวกระโดดอย่างมี ประสิทธิภาพได้ K,P:2.นักเรียนสามารถ ปฏิบัติการแข่งขันก้าว กระโดดได้อย่างมี ประสิทธิภาพ K,A:3.นักเรียนเห็นถึง คุณค่าและประโยชน์ ของการวิ่งแข่งก้าว กระโดด	1. การวิ่งแข่งก้าว กระโดด 2. การกระโดดขึ้น จากพื้น 3. การลอยตัวกลาง อากาศ 4. การลงสู่พื้น	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่าง พอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การเขียน บันทึกสรุป วิธีการวิ่งแข่ง ก้าวกระโดด -การบันทึก วิดีโอทักษะ การแข่งขัน การแข่งก้าว กระโดด	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่อง แต่งกายของนักเรียน / ตรวจสอบรายชื่อ/อบอุ่น ร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่องเรียน วันนี้ 3. ครูให้นักเรียนทำการฝึกการ วิ่งแข่งก้าวกระโดด 4. ครูให้นักเรียนทำการ ทดสอบการวิ่งแข่งก้าว กระโดด 5. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน -การเปรียบเทียบ กับเกณฑ์คะแนน	1.วิดีโอ ทักษะการวิ่ง แข่งก้าว กระโดด 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ22102 รายวิชา พลศึกษา 3
หน่วยการเรียนรู้ที่ 8 เรื่อง การสอบภาคทฤษฎี

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ผู้จัดทำ นายมรพงศ์ ภิรมย์ตระกูล
เวลา 1 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐานการเรียนรู้ พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิต
วิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์การ เรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการเรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัดระหว่าง ทาง พ 3.1 ม.2/1 ม. 2/3 พ 3.2 ม.2/1 ม. 2/2ม.2/3 ม.2/4 ม.2/5	K,A:1. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ ประวัติ ความเป็นมา คุณค่า ประโยชน์ของการเล่น กรีฑา	1. ทดสอบความรู้ ภาคทฤษฎี	1.ความสามารถใน การสื่อสาร 2. ความสามารถในการ คิด 3. ความสามารถในการ แก้ปัญหา 4. ความสามารถในการ ใช้ทักษะชีวิต 5. ความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี	1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2. ซื่อสัตย์สุจริต 3. มีวินัย 4. ใฝ่เรียนรู้ 5. อยู่อย่าง พอเพียง 6. มุ่งมั่นในการ ทำงาน 7. รักความเป็นไทย 8. มีจิตสาธารณะ	-การสอบ ภาคทฤษฎี	1. ครูสำรวจสุขภาพ/เครื่อง แต่งกายของนักเรียน / ตรวจสอบรายชื่อ/อบอุ่น ร่างกาย 2. ครูทำการอธิบายเรื่อง วิธีการทำแบบทดสอบ 3. ครูให้นักเรียนทำ แบบทดสอบ 4. ครูทำการสรุป	-การสังเกต พฤติกรรมผู้เรียน	1.ข้อสอบ 2.อุปกรณ์ การสอน 2.1ใบรายชื่อ นักเรียน 2.2นกหวีด