

บันทึกคำอธิบายรายวิชา (เพิ่มเติม)

รหัสวิชา พ32207

รายวิชา กิจกรรมเข้าจังหวะ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

ภาคเรียนที่ 2

เวลา 40 ชั่วโมง

จำนวน 1.0 หน่วยกิต

ศึกษา อธิบาย มีส่วนร่วมและปฏิบัติ ในกิจกรรมกายบริหารการออกกำลังกายด้วยกิจกรรมเข้าจังหวะ ในเรื่องการเคลื่อนไหวประกอบเพลง การเป็นผู้นำและผู้ตาม การเล่นประเภทเดี่ยว การเล่นประเภททีม การสร้างสรรค์ตัดแปลงท่าทางตามความเหมาะสมเพื่อให้เหมาะกับบุคคลทุกเพศทุกวัยอย่างถูกต้อง ปลอดภัย และสนุกสนาน พร้อมทั้งให้เรียนรู้การป้องกัน การแก้ไข การเสริมสร้างสุขภาพ

โดยใช้กระบวนการความรู้ ความเข้าใจ การสร้างความตระหนัก การแก้ปัญหา การปฏิบัติ การสร้างเจตคติ การสำรวจตรวจสอบ การสังเกต การสืบค้นข้อมูล การอภิปราย สรุป

เพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่าและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ผลการเรียนรู้

1. ตระหนักในสำคัญของการดูแลสุขภาพและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและทางจิต
2. รู้และเข้าใจเกี่ยวกับหลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
3. ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมเข้าจังหวะ
4. ทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวกิจกรรมเข้าจังหวะ
5. กฎ กติกา รูปแบบการเคลื่อนไหวกิจกรรมเข้าจังหวะ
6. สามารถปฏิบัติเกี่ยวกับการเล่นเป็นทีม และการแข่งขันกิจกรรมเข้าจังหวะกิจกรรมเข้าจังหวะเห็นคุณค่าและนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้

รวมทั้งหมด 6 ผลการเรียนรู้