

บันทึกคำอธิบายรายวิชาสุขศึกษา 2 (พื้นฐาน)

รหัสวิชา พ22103

ชื่อวิชา สุขศึกษา 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชม.

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาวิเคราะห์ สืบค้นข้อมูล ความสมดุลระหว่างสุขภาพกาย สุขภาพจิต ลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์ ความเครียด เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย วิธีการ ปักจี้ และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง สถานการณ์เสี่ยง ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย

โดยใช้กระบวนการ การสืบเสาะหาความรู้ การสำรวจสอบ การสืบค้นข้อมูล บันทึก จัดกลุ่มข้อมูล และการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถนำเสนอสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้มีความสามารถในการตัดสินใจ เห็นคุณค่าของการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน คุณธรรมจริยธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ 4.1 ม.1/4 , ม.1/5 , ม.1/7

พ 5.1 ม.1/1 , ม.1/2

รหัสตัวชี้วัดปลายทาง

พ 4.1 ม.1/6

พ 5.1 ม.1/3

รวมทั้งหมด 7 ตัวชี้วัด