

บันทึกโครงสร้างรายวิชาพื้นฐาน
รหัสวิชา พ23103 **ชื่อวิชา สุขศึกษา 6** **กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 **ภาคเรียนที่ 2** **เวลา 20 ชั่วโมง** **จำนวน 0.5 หน่วยกิต**

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยฯ	มาตรฐาน / ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้/เนื้อหาสาระ	เวลา คาบ/ ชม.	ชิ้นงาน/ภาระงาน (คะแนน)	น้ำหนัก (คะแนน)	สื่อฯ
1	ปัญหา สุขภาพใน ชุมชน	ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 4.1 ม. 3/3	ปัญหาด้านสุขภาพของชุมชน และแนวทางการแก้ไขปัญหา สุขภาพในชุมชน	2	1. ใบงานแนว ทางการแก้ไข ปัญหาสุขภาพ ในชุมชน (5)	5	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ - Power point
2	พฤติกรรม เสี่ยงที่ส่งผล ต่อสุขภาพ	ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 5.1 ม. 3/1	ความหมายของปัจจัยเสี่ยงและ พฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ ปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ พฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ และแนวทางป้องกันตนเองจาก ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยง ต่อสุขภาพ	2	1. ใบงาน พฤติกรรมเสี่ยง ที่ส่งผลต่อ สุขภาพ (5)	5	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ - Power point
3	การแก้ไข ปัญหาความ รุนแรงของ เยาวชน	ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 5.1 ม. 3/2	ความหมายของความรุนแรง สาเหตุของความรุนแรง อิทธิพลของ สื่อต่อพฤติกรรมด้านความรุนแรง ของ เยาวชน แนวทางการแก้ปัญหา การใช้ ความรุนแรง	2	1. ใบงานแนว ทางแก้ไขปัญหา ความรุนแรง ของเยาวชน (5) 2. แบบทดสอบ หลังเรียน (5)	10	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ - Power point
4	การดื่ม แอลกอฮอล์ กับการเกิด อุบัติเหตุ	ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 5.1 ม. 3/1 ม. 3/4	ความหมายและประเภทของ เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ผลของ การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ที่มีผลต่อสุขภาพ สังคม และการ เกิดอุบัติเหตุ การป้องกันและ แก้ไขปัญหาคืออุบัติเหตุจากการดื่ม เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	3	1. สื่อรณรงค์ การไม่ดื่ม เครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ ขณะขับขี่ ยานพาหนะ (5) 2. แบบทดสอบ หลังเรียน (5)	10	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ -วิดีโอ - Power point
สอบกลางภาค				1	ข้อสอบกลางภาค	20	
5	หลักการช่วย ฟื้นคืนชีพ	ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 5.1 ม. 3/5	ความสำคัญของการช่วยฟื้นคืน ชีพ หลักการช่วยฟื้นคืนชีพขั้น พื้นฐานวิธีการช่วยเหลือนคนสำคัญ คว้นไฟ	3	1. สาธิตขั้นตอน การช่วยฟื้นคืน ชีพ (5) 2. แบบทดสอบ หลังเรียน (5)	10	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ - Power point

6	การวางแผน การ เสริมสร้าง สุขภาพ	ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 4.1 ม. 3/4	ความสำคัญของการวางแผนและ จัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการส่งเสริม สมรรถภาพทางกาย	2	1. ใบงานการ วางแผนในการ ส่งเสริมสุขภาพ ตนเอง (5) 2. แบบทดสอบ หลังเรียน (5)	10	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ - Power point
7	การพัฒนา สมรรถภาพ ทางกาย	ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 4.1 ม. 3/5	ความสำคัญของสมรรถภาพทาง กาย การทดสอบสมรรถภาพทาง กาย และการพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายได้ตามความแตกต่าง ระหว่างบุคคล	4	1. การส่งเสริม สมรรถภาพทาง กายให้แข็งแรง / การทดสอบ สมรรถภาพทาง กาย (5) 2. แบบทดสอบ หลังเรียน (5)	10	-หนังสือ เรียน -สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ -วิดีโอ - Power point
	สอบปลายภาค			1	ข้อสอบปลายภาค	20	
	รวมตลอดภาคเรียน			20		100	