

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2) ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา
หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับแม่ไม้มวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับแม่ไม้มวยไทย เวลา 1 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 3.1 ม. 1/2 พ 3.2 ม. 1/1 พ 3.2 ม. 1/3	1. อธิบายลักษณะ ของแม่ไม้มวยไทยได้ 2. อธิบายคุณค่าและ ประโยชน์ของแม่ไม้มวยไทยได้ 3. มีทักษะในการ ค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับ แม่ไม้มวยไทย 4. เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้เกี่ยวกับ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ คุณค่าและประโยชน์ ของแม่ไม้มวยไทย ด้วยความสนใจใฝ่ เรียนรู้	1. คุณลักษณะ ของแม่ไม้มวยไทย 2. แม่ไม้มวย 3. ไหว้ครู 4. ลูกแม่ไม้มวยไทย	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3. ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน 8.มีจิต สาธารณะ	1. การอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับความรู้ เบื้องต้นเกี่ยวกับ แม่ไม้มวยไทย 2. การทำรายงาน เกี่ยวกับความรู้ เบื้องต้นเกี่ยวกับ แม่ไม้มวยไทย 3. การฝึกปฏิบัติ กิจกรรมเกี่ยวกับ แม่ไม้มวยไทย 4. การตอบคำถาม ในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ Active Learning 3. สอดแทรก ความรู้ การดำเนินชีวิต โดยการใช้หลัก ปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2)

ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย (1)

เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 3.1 ม. 1/1 พ 3.2 ม. 1/2	1. อธิบายขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 1-5 ได้ 2. มีทักษะแม่ไม้มวยไทยได้ถูกต้องตาม หลักวิธีการปฏิบัติ 3. เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้เกี่ยวกับ ขั้นตอนแม่ไม้มวยไทย ด้วยความสนใจใฝ่ เรียนรู้	แม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 1 - 5	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3. ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน 8.มีจิต สาธารณะ	1. การอภิปราย แสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวย ไทย ท่าที่ 1-5 2. การทำรายงาน เกี่ยวกับขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวย ไทยมวยไทย ท่าที่ 1-5 3. การวางแผนฝึก ปฏิบัติตามขั้นตอน 4. การตอบคำถาม ในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้ แบบ Active Learning 3. สอดแทรก ความรู้ การดำเนินชีวิต โดยใช้หลัก ปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2) ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3 การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย (2) เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 3.1 ม. 1/1 พ 3.2 ม. 1/2	1. อธิบายขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวย ไทย ท่าที่ 6 -10 ได้ 2. มีทักษะแม่ไม้มวยไทย ได้ถูกต้องตามหลัก วิธีการปฏิบัติ 3. เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้เกี่ยวกับ ขั้นตอนแม่ไม้มวยไทยด้วยความ สนใจใฝ่เรียนรู้	แม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 6 -10	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3. ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน 8.มีจิต สาธารณะ	1. การอภิปรายแสดง ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ขั้นตอนทักษะแม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 6-10 2. การทำรายงาน เกี่ยวกับขั้นตอน ทักษะ แม่ไม้มวยไทย มวยไทย ท่าที่ 6 - 10 3. การวางแผนฝึก ปฏิบัติตามขั้นตอน 4. การตอบคำถาม ในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้ แบบ Active Learning 3. สอดแทรก ความรู้ การดำเนินชีวิต โดยใช้หลัก ปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2) ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา
หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย (3) เวลา 4 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 3.1 ม. 1/1 พ 3.2 ม. 1/2	1. อธิบายขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 11 – 15 ได้ 2. มีทักษะแม่ไม้มวยไทยได้ถูกต้อง ตามหลักวิธี การปฏิบัติ 3. เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้เกี่ยวกับ ขั้นตอนแม่ไม้มวยไทยด้วยความ สนใจใฝ่เรียนรู้	แม่ไม้มวยไทย ท่าที่ 11 - 15	1. ความสามารถ ในการสื่อสาร 2. ความสามารถ ในการคิด 3. ความสามารถ ในการใช้ เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่าง พอเพียง 6.มุ่งมั่นในการ ทำงาน 8.มีจิต สาธารณะ	1. การอภิปราย แสดงความ คิดเห็นเกี่ยวกับ ขั้นตอนทักษะแม่ ไม้มวยไทย ท่าที่ 11 - 15 2. การทำรายงาน เกี่ยวกับขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวย ไทย ท่าที่ 11-15 3. การวางแผน ฝึกปฏิบัติตาม ขั้นตอน 4. การตอบ คำถาม ในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการ เรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการ เรียนรู้ แบบ Active Learning 3. สอดแทรก ความรู้ การดำเนินชีวิต โดยการใช้หลัก ปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะ กระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอัน พึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2)

ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง การฝึกท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5 การเข้าคู่ท่าทักษะแม่ไม้มวยไทย

เวลา 2 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ระหว่างทาง พ 3.1 ม. 1/1 พ 3.2 ม. 1/2 ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 3.2 ม. 1/3 พ 3.2 ม. 1/4 พ 3.2 ม. 1/6	1. อธิบายขั้นตอน ทักษะแม่ไม้มวยไทย การเข้าคู่ได้ 2. มีทักษะแม่ไม้มวยไทยได้ถูกต้อง ตามหลักวิธี การปฏิบัติ 3. เข้าร่วมกิจกรรม การเรียนรู้เกี่ยวกับ ขั้นตอน แม่ไม้มวยไทยด้วยความสนใจ ใฝ่เรียนรู้	1. ทักษะการเข้าคู่ 2. ทักษะแม่ไม้มวยไทย	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่างพอเพียง 6.มุ่งมั่นในการทำงาน 8.มีจิตสาธารณะ	1. การอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับขั้นตอนทักษะแม่ไม้มวยไทย 2. การทำรายงานเกี่ยวกับขั้นตอนทักษะ แม่ไม้มวยไทย 3. การวางแผนฝึกปฏิบัติตามขั้นตอนทักษะแม่ไม้มวยไทย 4. การตอบคำถามในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการเรียนรู้แบบ บูรณาการ 2. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบ Active Learning 3. สอดแทรกความรู้ การดำเนินชีวิต โดยการใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะกระบวนการ 3.ด้าน คุณลักษณะอันพึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom

บันทึกการจัดทำหน่วยการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 รหัสวิชา พ21104 รายวิชา พลศึกษา 2(มวยไทย 2)

ผู้จัดทำ นายธีรเดช ประสิทธิ์นาวา

หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 เรื่อง การออกกำลังกายด้วยมวยไทย แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6 แอโรบิคมวยไทย

เวลา 3 ชั่วโมง

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา

มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้	จุดประสงค์ การเรียนรู้	สาระ การเรียนรู้	สมรรถนะสำคัญ ของผู้เรียน	คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	ชิ้นงาน/ ภาระงาน	กิจกรรมการ เรียนรู้	การวัดผลและ ประเมินผล	สื่อ การเรียนรู้
ตัวชี้วัด ปลายทาง พ 3.2 ม. 1/4 พ 3.2 ม. 1/5 พ 4.1 ม. 1/4	1. อธิบายการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทยได้ 2. สามารถเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทยได้ 3. เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทยด้วยความสนใจใฝ่เรียนรู้	1. การออกกำลังกายโดยใช้ทักษะมวยไทย	1. ความสามารถในการสื่อสาร 2. ความสามารถในการคิด 3. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	3.มีวินัย 4.ใฝ่เรียนรู้ 5.อยู่อย่างพอเพียง 6.มุ่งมั่นในการทำงาน 8.มีจิตสาธารณะ	1. อธิบายการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทย 2. การทำรายงานเกี่ยวกับอธิบายการเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทย 3. การวางแผนฝึกปฏิบัติการเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายด้วยการเต้นแอโรบิคมวยไทย 4. การตอบคำถามในชั้นเรียน	1. กิจกรรมการเรียนรู้แบบบูรณาการ 2. กิจกรรมการเรียนรู้ แบบ Active Learning 3. สอดแทรกความรู้การดำเนินชีวิตโดยการใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	3 ด้าน 1. ด้านความรู้ความเข้าใจ 2.ด้านทักษะกระบวนการ 3.ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์	1. PPT 2. ใบความรู้ 3. ใบงาน 4. Google Classroom