



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิสัยทัศน์กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีความรู้ มีความสามารถในการดูแลรักษาสุขภาพพลานามัย และมีทักษะพื้นฐานในด้านเกม กีฬา โดยคาดหวังให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องธรรมชาติ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์ การสร้างเสริมสุขภาพและการดำรงสุขภาพที่ดีขึ้นให้ยั่งยืน มีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพเป็นกิจนิสัย รวมทั้งปลูกฝังให้ผู้เรียนรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย ใฝ่รู้ใฝ่เรียน อนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมที่งดงามของไทย จัดการเรียนรู้ที่เกิดการบูรณาการ ก่อให้เกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียนทั้งด้านคุณภาพและคุณธรรม จริยธรรม

หลักการ

1. จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องธรรมชาติการเจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์ สร้างเสริมให้ผู้เรียนเป็นคนดี มีความรู้ และทักษะออกกำลังกายและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. สร้างเสริมสุขภาพและการดำรงชีวิตที่ดีให้ยั่งยืนมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพจนเป็นกิจนิสัยสร้างเสริมให้ผู้เรียนทำงานอย่างมีกลยุทธ์ เน้นกระบวนการจัดการและแก้ปัญหาเป็นสำคัญ โดยใช้เทคโนโลยีและเทคโนโลยีสารสนเทศ
3. จัดกิจกรรมส่งเสริมปลูกฝังให้ผู้เรียนรับผิดชอบมีระเบียบวินัย ใฝ่รู้ใฝ่เรียน อนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมที่งดงามของไทย
4. สร้างเสริม และพัฒนาให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตรงตามมาตรฐานการเรียนรู้
5. พัฒนาระบบการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้เทคโนโลยีอย่างหลากหลาย
6. พัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษาด้านสุขศึกษาและพลศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐาน
7. พัฒนาระบบการบริหารและการจัดการให้เอื้อต่อการปฏิรูปการเรียนรู้

จุดหมาย

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา



สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน และคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ในการพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ดังนี้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มุ่งให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1. **ความสามารถในการสื่อสาร** เป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา ถ่ายทอดความคิด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่างๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ โดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม

2. **ความสามารถในการคิด** เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างสรรค์องค์ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสม

3. **ความสามารถในการแก้ปัญหา** เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่เผชิญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่างๆในสังคม แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาและมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

4. **ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต** เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่างๆไปใช้ในชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่างๆอย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

5. **ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี** เป็นความสามารถในการเลือกและใช้เทคโนโลยีด้านต่างๆและมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคม ในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ถูกต้องเหมาะสมและมีคุณธรรม

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

จากข้อสรุปของผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษาสรุปได้ว่า คุณลักษณะอันพึงประสงค์เป็นลักษณะของคนดี คือ คนที่ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรมและได้สรุปสาระคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ดังนี้



1. **รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์** หมายถึง มีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย นิยมไทย ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของศาสนาเคารพเทิดทูนศาสนา แสดงความจงรักภักดี เทิดทูนพระเกียรติและพระราชกรณียกิจของพระมหากษัตริย์

2. **ซื่อสัตย์สุจริต** หมายถึง การประพฤติปฏิบัติอย่างเหมาะสม และตรงต่อความเป็นจริงประพฤติปฏิบัติอย่างตรงไปตรงมา ทั้งกาย วาจา ใจ ต่อตนเองและผู้อื่นรวมถึงตลอดทั้งต่อหน้าที่การงานและคำมั่นสัญญา ความประพฤติที่ตรงไปตรงมาและจริงใจในสิ่งที่ถูกที่ควร ถูกต้องตามทำนองคลองธรรมรวมถึงการไม่คิดคดทรยศ ไม่คดโกงและไม่หลอกลวงนอกจากนี้แล้วความซื่อสัตย์สุจริตยังรวมถึงการรักษาคำพูดหรือคำมั่นสัญญาและการปฏิบัติหน้าที่การงานของตนเองด้วยความรับผิดชอบและด้วยความซื่อสัตย์ไม่แสวงหาผลประโยชน์ให้แก่ตนเองและพวกพ้องด้วยการใช้อำนาจหน้าที่โดยมิชอบซึ่งความซื่อสัตย์สุจริตนี้จะดำเนินไปด้วยความตั้งใจจริงเพื่อทำหน้าที่ของตนเองให้สำเร็จลุล่วง ด้วยความระมัดระวัง และเกิดผลดีต่อตนเองและสังคม

3. **มีวินัย** หมายถึง การควบคุมความประพฤติให้ถูกต้องและเหมาะสมกับจรรยาบรรณ ขอบบังคับ ข้อตกลง กฎหมายและศีลธรรมการรู้จักควบคุมตนเองให้ประพฤติปฏิบัติตามข้อตกลง ข้อบังคับระเบียบแบบแผน และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามยอมนำมาซึ่งความสงบสุขในชีวิตของตนเองความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคมและประเทศชาติ

4. **ใฝ่เรียนรู้** หมายถึง การค้นคว้าหาความรู้หรือสิ่งที่เป็นประโยชน์ เพื่อพัฒนาตนเองอยู่เสมอ

5. **อยู่อย่างพอเพียง** หมายถึง การมีความพอดีในการบริโภค ใช้ทรัพยากรและเวลาว่างให้เป็นประโยชน์คำนึงถึงฐานะและเศรษฐกิจ คิดก่อนใช้จ่ายตามความเหมาะสมรู้จักการเพิ่มพูนทรัพย์ ด้วยการเก็บและนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ดูแลรักษาบูรณทรัพย์ของตนเอง มีการเก็บออมเงินไว้ตามสมควร

6. **มุ่งมั่นในการทำงาน** หมายถึง การศึกษาเรียนรู้เพื่อหาข้อเท็จจริง ซึ่งอาจพัฒนาไปสู่ความจริงในสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ หรือต้องการหาคำตอบเพื่อนำคำตอบที่ได้นั้นมาใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ เช่น การยกระดับความรู้การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ฯลฯ หรือนำมาสรุปเป็นความจริงให้ได้

7. **รักความเป็นไทย** หมายถึง เข้าใจ ห่วงแหนความเป็นไทยซึ่งถือเป็นต้นทุนทางสังคมทำให้ทุกศาสนา สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติโดยต้องมีการดำเนินชีวิตโดยกายสุจริต วาจสุจริต และมโนสุจริตเป็นคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับการเข้าสังคมและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่นความมีกิริยามารยาท การปรับตัว ความตรงต่อเวลา ความสุภาพ การมีสัมมาคารวะการพูดจาไพเราะ และความอ่อนน้อมถ่อมตน

8. **มีจิตสาธารณะ** หมายถึง คุณลักษณะทางจิตใจของบุคคลเกี่ยวกับการมองเห็นคุณค่า หรือการให้คุณค่าแก่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นสิ่งสาธารณะที่ไม่มีผู้ใดผู้หนึ่งเป็นเจ้าของ หรือเป็นสิ่งที่คนในสังคมเป็นเจ้าของร่วมกันเป็นสิ่งที่สามารถสังเกตได้จากความรู้สึกนึกคิด หรือการกระทำที่แสดงออกมา ได้แก่ การหลีกเลี่ยงการใช้หรือการกระทำที่จะทำให้เกิดความชำรุดเสียหายต่อส่วนรวมที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของกลุ่มการถือปฏิบัติหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาของส่วนรวมในวิสัยที่ตนสามารถทำได้ และการเคารพสิทธิในการใช้ของส่วนรวมที่เป็นประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม

ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพ หรือ สุขภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติ คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาประกอบด้วย

- **การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆของร่างกาย รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย
- **ชีวิตและครอบครัว** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต
- **การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล** ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา
- **การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ และการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ
- **ความปลอดภัยในชีวิต** ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต



สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนิน ชีวิต

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

- เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่าง ๆ
- เข้าใจ ยอมรับ และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ความเสมอภาคทางเพศ สร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่เหมาะสม
- เลือกกินอาหารที่เหมาะสม ได้สัดส่วน ส่งผลดีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย
- มีทักษะในการประเมินอิทธิพลของเพศ เพื่อน ครอบครัว ชุมชนและวัฒนธรรมที่มีต่อเจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพและชีวิต และสามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม



- ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง รู้จักสร้างเสริมความปลอดภัยให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน
- เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กิจกรรมกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน และปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอตามความถนัดและความสนใจ
- แสดงความตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
- สำนึกในคุณค่า ศักยภาพและความเป็นตัวของตัวเอง
- ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา หน้าที่ความรับผิดชอบ เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น ให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ด้วยความมุ่งมั่นและมีน้ำใจนักกีฬา จนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชม และสนุกสนาน

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

- สามารถดูแลสุขภาพ สร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยการวางแผนอย่างเป็นระบบ
- แสดงออกถึงความรัก ความเอื้ออาทร ความเข้าใจในอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ การดำเนินชีวิต และวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
- ออกกำลังกาย เล่นกีฬา เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพ เพื่อสุขภาพโดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างถูกต้อง สม่ำเสมอด้วยความชื่นชมและสนุกสนาน
- แสดงความรับผิดชอบต่อ ให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎ กติกา สิทธิ หลักความปลอดภัยในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬาจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนเองและทีม
- แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขัน ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาและนำไปปฏิบัติในทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี
- วิเคราะห์และประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดกลวิธีลดความเสี่ยง สร้างเสริมสุขภาพ ดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้ถูกต้องและเหมาะสม
- ใช้กระบวนการทางประชาสังคม สร้างเสริมให้ชุมชนเข้มแข็งปลอดภัย และมีวิถีชีวิตที่ดี

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.1	1.อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น
	2. อธิบายวิธิตดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธิตดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ
	3. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> • การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
	4. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
ม. 2	1. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น
	2. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู
ม. 3	1. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	2. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	3. วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น - โทรทัศน์ - วิทย์ - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต
ม.4-ม.6	1. อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ	<ul style="list-style-type: none"> กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)
	2. วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1.อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ
	2.แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 2	1. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ
	2. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
	3. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์	<ul style="list-style-type: none"> โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	4. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ การวางตัวต่อเพศตรงข้าม ปัญหาทางเพศ แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ
ม.3	1. อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ <ul style="list-style-type: none"> - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว
	2. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรรภ์	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรรภ์ <ul style="list-style-type: none"> - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรรภ์
	3. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว
ม.4-ม.6	1. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต
	2. วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศ ตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ	<ul style="list-style-type: none"> ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	3. เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ฯลฯ
	4. วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> • ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
	2. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> • การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วูตวู้
	3. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	<ul style="list-style-type: none"> • การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 2	1. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
	2. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล วាយน้ำ เทควันโด
	3. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
	4. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
ม. 3	1. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ 1 ชนิดโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	<ul style="list-style-type: none"> เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตระกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล
	2. นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
	3. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น
ม.4-ม.6	1. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
		<ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา
	2. ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึง ผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม
	3. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> กีฬาประเภทบุคคล / คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง ฟล่อง ง้าว
	4. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	<ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์
	5. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน
	2. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	3. ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	4. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก
	5. ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	6. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา
ม. 2	1. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอจนเป็นวิถีชีวิต การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ
	2. เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจพร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> การออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	3. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	<ul style="list-style-type: none"> วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง
	4. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	<ul style="list-style-type: none"> รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม
	5. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	<ul style="list-style-type: none"> การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
		<ul style="list-style-type: none"> - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ • การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา
ม. 3	1. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา
	2. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายและเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
	3. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น • การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม
	4. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น
	5. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ	<ul style="list-style-type: none"> • การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ
ม. 4-ม.6	1. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอและใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่างๆ ชี้อัจฉริยะ การออกกำลังกายจากการทำงาน • การเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของทีมในการเล่นกีฬาและการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ต่อสังคม

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
		<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	2. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง	<ul style="list-style-type: none"> สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ในการเล่นและแข่งขันกีฬา การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ในชีวิตประจำวัน
	3. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นบุคลิกภาพที่ดี	<ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา บุคลิกภาพที่ดี
	4. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา คุณค่าและความงามของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	<ul style="list-style-type: none"> หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย
	2. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน
	3. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	4. การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	<ul style="list-style-type: none"> วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ
ม. 2	1. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	<ul style="list-style-type: none"> การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	2. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ
	3. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ
	4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	<ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	5. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	<ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	6. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	<ul style="list-style-type: none"> วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
	7. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	<ul style="list-style-type: none"> เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
ม. 3	1. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ	<ul style="list-style-type: none"> การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ
	2. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โรคติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน มะเร็ง ฯลฯ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	3. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • ปัญหาสุขภาพในชุมชน • แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน
	4. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	5. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	<ul style="list-style-type: none"> • การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ
ม.4- ม.6	1. วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน
	2. วิเคราะห์ อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ • แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย
	3. ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค	<ul style="list-style-type: none"> • สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค
	4. วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> • สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม • แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย
	5. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว
	6. มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน
	7. วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก	<ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	1. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	<ul style="list-style-type: none"> • การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ
	2. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด • อาการของผู้ติดสารเสพติด • การป้องกันการติดสารเสพติด
	3. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ
	4. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละเลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	<ul style="list-style-type: none"> • ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละเลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ
ม. 2	1. ระบุวิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นผู้ติดสารเสพติด
	2. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	<ul style="list-style-type: none"> • การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ
	3. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	<ul style="list-style-type: none"> • ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 3	1. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ
	2. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	3. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
ม. 4-ม. 6	4. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ
	5. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ
ม. 4-ม. 6	1. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา การใช้สารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง
	2. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด
	3. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน
	4. วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
	5. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน



ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	6. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none">• ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ
	7. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none">• วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

ตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์		
1	พ 1.1 ม.1/1 อธิบายความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	พ 1.1 ม.1/4 แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
	พ 1.1 ม.1/2 อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	
	พ 1.1 ม.1/3 วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต		
2	พ 2.1 ม.1/1 อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พ 2.1 ม.1/2 แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา		
3	พ 3.1 ม.1/1 เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	พ 3.1 ม.1/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ ๑ ชนิด
4	-	
		พ 3.1 ม.1/3 ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น



กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา		
5	พ 3.2 ม.1/1 อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	พ 3.2 ม.1/5 ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน
	พ 3.2 ม.1/2 ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจ อย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น	
	พ 3.2 ม.1/3 ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง ตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	
	พ 3.2 ม.1/4 วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	
	พ 3.2 ม.1/6 วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับ ความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น	

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ		
6	พ 4.1 ม.1/1 เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	พ 4.1 ม.1/3 ควบคุมน้ำหนักของตนเอง ให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	พ 4.1 ม.1/2 วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะ โภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	
	พ 4.1 ม.1/4 สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพ ทางกายตามผลการทดสอบ	

สาระที่ 5 ความปลอดภัย

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การเฝ้าฯ สารเสพติด และความรุนแรง		
7	-	พ 5.1 ม.1/1 แสดงวิธีปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย



กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
8	พ 5.1 ม.1/2 อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดเชื้อสารเสพติดและการป้องกันการติดเชื้อสารเสพติด	พ 5.1 ม.1/4 แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะ
	พ 5.1 ม.1/3 อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	ต่าง ๆ

รวม 23 ตัวชี้วัด 15 ตัวชี้วัดระหว่างทาง 8 ตัวชี้วัดปลายทาง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์		
1	พ 1.1 ม.2/1 อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	พ 1.1 ม.2/2 ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต		
2	พ 2.1 ม.2/1 วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	พ 2.1 ม.2/3 อธิบายวิธีป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	พ 2.1 ม.2/2 วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	
	พ 2.1 ม.2/4 อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสม	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา		
มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา		
3	พ 3.1 ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	พ 3.1 ม.2/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม อย่างละ ๑ ชนิด
	พ 3.1 ม.2/3 เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	



กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
	พ 3.2 ม.2/1 อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ จนเป็นวิถีชีวิต	
	พ 3.2 ม.2/2 เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้ง วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาตนเอง	
	พ 3.2 ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	
	พ 3.2 ม.2/4 วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่าง เหมาะสมกับทีม	
	พ 3.2 ม.2/5 นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬา มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	
4	-	พ 3.1 ม.2/4 ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และ หลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างเป็นระบบ

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ		
5	พ 4.1 ม.2/2 วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	พ 4.1 ม.2/1 เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล
	พ 4.1 ม.2/3 วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	
6	พ 4.1 ม.2/4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	พ 4.1 ม.2/6 เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
	พ 4.1 ม.2/5 อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	
	พ 4.1 ม.2/7 พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	

สาระที่ 5 ความปลอดภัย

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง		
7	พ 5.1 ม.2/1 ระบุวิธีการ ปักจี้ และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	พ 5.1 ม.2/3 ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่อันตราย
	พ 5.1 ม.2/2 อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	

รวม 25 ตัวชี้วัด 18 ตัวชี้วัดระหว่างทาง 7 ตัวชี้วัดปลายทาง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์		
1	พ 1.1 ม.3/1 เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต พ 1.1 ม.3/2 วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	พ 1.1 ม.3/3 วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต		
2	พ 2.1 ม.3/1 อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัวและวิธีการปฏิบัติตน ที่เหมาะสม	พ 2.1 ม.3/2 วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรรภ์
3	-	พ 2.1 ม.3/3 วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา		
4	พ 3.1 ม.3/2 นำหลักการ ความรู้ และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ พ 3.2 ม.3/1 มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	พ 3.1 ม.3/1 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
	พ 3.2 ม.3/2 ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ	
	พ 3.2 ม.3/3 ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม	
	พ 3.2 ม.3/4 จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	
	พ 3.2 ม.3/5 เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	
5	-	พ 3.1 ม.3/3 ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ		
6	พ 4.1 ม.3/1 กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	พ 4.1 ม.3/2 เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย
	พ 4.1 ม.3/3 รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	
7	พ 4.1 ม.3/4 วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ 4.1 ม.3/5 ทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล



สาระที่ 5 ความปลอดภัย

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง		
8	พ 5.1 ม.3/1 วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	พ 5.1 ม.3/2 หลีกเลี่ยงการใช้ค้ วามรุนแรง และชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา
	พ 5.1 ม.3/3 วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	
	พ 5.1 ม.3/4 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	
9	-	พ 5.1 ม.3/5 แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

รวม 24 ตัวชี้วัด 15 ตัวชี้วัดระหว่างทาง 9 ตัวชี้วัดปลายทาง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์		
1	-	พ 1.1 ม.4-6/1 อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต		
2	พ 2.1 ม.4-6/1 วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	พ 2.1 ม.4-6/3 เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว
	พ 2.1 ม.4-6/2 วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรม อื่น ๆ	
	พ 2.1 ม.4-6/4 วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา		
3	พ 3.1 ม.4-6/1 วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	พ 3.1 ม.4-6/4 แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์
4	พ 3.1 ม.4-6/2 ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	พ 3.1 ม.4-6/3 เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีม อย่างน้อย ๑ ชนิด
5	-	พ 3.1 ม.4-6/5 เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
	มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา	
6	พ 3.2 ม.4-6/1 ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม	พ 3.2 ม.4-6/4 ร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา
	พ 3.2 ม.4-6/2 อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขัน กีฬา กับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง	
	พ 3.2 ม.4-6/3 แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี	

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
	มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ	
7	พ 4.1 ม.4-6/1 วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน	พ 4.1 ม.4-6/6 มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน
8	พ 4.1 ม.4-6/2 วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	พ 4.1 ม.4-6/3 ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค
9	พ 4.1 ม.4-6/4 วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	พ 4.1 ม.4-6/5 วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนาสุขภาพของตนเองและครอบครัว
	พ 4.1 ม.4-6/7 วางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก	
	พ 1.1 ม.4-6/2 วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการณ์เจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	



สาระที่ 5 ความปลอดภัย

กลุ่มที่	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง		
10	พ 5.1 ม.4-6/2 วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด พ 5.1 ม.4-6/4 วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	พ 5.1 ม.4-6/1 มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย การใช้สารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม พ 5.1 ม.4-6/5 มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
11	พ 5.1 ม.4-6/3 วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือความรุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทางป้องกัน	พ 5.1 ม.4-6/6 ใช้ทักษะการตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง
12	-	พ 5.1 ม.4-6/7 แสดงวิธี การช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี

รวม 29 ตัวชี้วัด 16 ตัวชี้วัดระหว่างทาง 13 ตัวชี้วัดปลายทาง



โครงสร้างเวลาเรียนโรงเรียนเมวดีพิทยาคม
หลักสูตรโรงเรียนเมวดีพิทยาคม พุทธศักราช 2567
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560)

สาระการเรียนรู้/กิจกรรม	เวลาเรียน			
	ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น			ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
	ม.1	ม.2	ม.3	ม. 4-6
กลุ่มสาระการเรียนรู้				
ภาษาไทย	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	240 (6 นก.)
คณิตศาสตร์	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	240 (6 นก.)
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	160 (4 นก.)	160 (4 นก.)	160 (4 นก.)	240 (6 นก.)
สังคมศึกษา ศาสนา และ วัฒนธรรม	160 (4 นก.)	160 (4 นก.)	160 (4 นก.)	320 (8นก.)
-ประวัติศาสตร์	40 (1 นก.)	40 (1 นก.)	40 (1 นก.)	80 (2 นก.)
-ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	240 (6 นก.)
-หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม				
-เศรษฐศาสตร์				
-ภูมิศาสตร์				
สุขศึกษาและพลศึกษา	80 (2นก.)	80 (2นก.)	80 (2นก.)	120 (3 นก.)
ศิลปะ	80 (2นก.)	80 (2นก.)	80 (2นก.)	120 (3 นก.)
การทำงานอาชีพ	40 (1นก.)	40 (1นก.)	40 (1นก.)	120 (3 นก.)
ภาษาต่างประเทศ	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	120 (3 นก.)	240 (6 นก.)
รวมเวลาเรียน (พื้นฐาน)	880 ชั่วโมง (22 นก.)	880 ชั่วโมง (22 นก.)	880 ชั่วโมง (22 นก.)	1,640 ชั่วโมง (41 นก.)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน				
1. กิจกรรมแนะแนว	40	40	40	180
2. กิจกรรมนักเรียน				
2.1 กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาดผู้ บำเพ็ญประโยชน์และ นักศึกษาวิชาทหาร	40	40	40	-



สาระการเรียนรู้/กิจกรรม	เวลาเรียน			
	ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น			ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
	ม.1	ม.2	ม.3	ม. 4-6
2.2 กิจกรรมชุมนุม	25	25	25	120
3. กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	15	15	15	60
รวมเวลาเรียนกิจกรรม พัฒนาผู้เรียน	120	120	120	360
รายวิชา/กิจกรรมที่ สถานศึกษาจัดเพิ่มเติม ตามความพร้อมและ จุดเน้น				
รายวิชาที่สถานศึกษาจัด เพิ่มเติมตามความพร้อม และจุดเน้น 8 กลุ่มสาระฯ	320(8 นก.)	320 (8 นก)	280 (7นก)	2,240 (56นก.)(วิทย์-คณิต)
				1,960 (49นก.) (ภาษา-สังคม)
				2,040(51นก.) (ศิลปะ-ดนตรี)
				2,040(51นก.) (พลศึกษา)
กิจกรรมโฮมรูม	40	40	40	120
กิจกรรมสวดมนต์	40	40	40	-
กิจกรรมสอนซ่อมเสริม	-	-	40	80
รวมเวลาเรียน รายวิชา/ กิจกรรมที่สถานศึกษาจัด เพิ่มเติมตามความพร้อม และจุดเน้น	400	400	400	2,440(62 นก.)(วิทย์-คณิต)
				2,160(47 นก.) (ภาษา-สังคม)
				2,240(51นก.) (ศิลปะ-ดนตรี)
				2,240(51นก.) (พลศึกษา)
รวมเวลาเรียนทั้งหมด	1,400	1,400	1,400	4,440(62 นก.)(วิทย์-คณิต)
				4,160(47 นก.) (ภาษา-สังคม)
				4,240(51นก.) (ศิลปะ-ดนตรี)
				4,240(51นก.) (พลศึกษา)



รายวิชาที่เปิดสอนหลักสูตรโรงเรียนเมวดีพิทยาคม พุทธศักราช 2567
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2567)
สาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3)

รายวิชาพื้นฐาน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

พ21101	วิชาสุขศึกษา 1	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ21102	วิชาสุขศึกษา 2	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ21103	วิชาพลศึกษา 1	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ21104	วิชาพลศึกษา 2	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

พ22101	วิชาสุขศึกษา 3	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ22102	วิชาสุขศึกษา 4	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ22103	วิชาพลศึกษา 3	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ22104	วิชาพลศึกษา 4	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

พ23101	วิชาสุขศึกษา 5	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ23102	วิชาสุขศึกษา 6	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ23103	วิชาพลศึกษา 5	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ23104	วิชาพลศึกษา 6	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

-ไม่มี-

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

-ไม่มี-

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

-ไม่มี-



ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6)

รายวิชาพื้นฐาน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

พ31101	วิชาสุขศึกษา 1	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31102	วิชาสุขศึกษา 2	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

พ32101	วิชาสุขศึกษา 3	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32102	วิชาสุขศึกษา 4	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

พ33101	วิชาสุขศึกษา 5	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33102	วิชาสุขศึกษา 6	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์

รายวิชาเพิ่มเติม

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

พ31201	พลศึกษา 1	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31202	พลศึกษา 2	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31207	ฟุตบอลเพื่อความเป็นเลิศ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31208	วอลเลย์บอลเพื่อความเป็นเลิศ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31209	บาสเกตบอล	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31210	กีฬาสากล 1	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31211	สมรรถภาพทางกายและทางกลไก	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31212	ว่ายน้ำ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31213	ฟุตซอลเพื่อความเป็นเลิศ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ31214	กีฬาสากล 2	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

พ32203	พลศึกษา 3	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32204	พลศึกษา 4	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32215	กรีฑา 1	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32216	การตัดสินกีฬา 1	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32217	แฮนด์บอล	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32218	ตะกร้อ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32219	กรีฑา 2	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์



พ32220	แฮนด์บอลชายหาด	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32221	การตัดสินใจกีฬา 2	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32222	โภชนาการทางกีฬา	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ32223	การจัดการแข่งขันกีฬา	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

พ33205	พลศึกษา 5	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33206	พลศึกษา 6	20 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33224	กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาเบื้องต้น	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33225	การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33226	อาชีพในอนาคต	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33227	แอโรบิกเบื้องต้น	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33228	วอลเลย์บอลชายหาดเพื่อความเป็นเลิศ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33229	ลีลาศ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33230	เวทเทรนนิ่งเบื้องต้น	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33231	เกมและนันทนาการ	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33232	สรีรวิทยาการออกกำลังกาย	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์
พ33233	จิตวิทยาการกีฬา	40 ชั่วโมง	2 ชั่วโมง / สัปดาห์



คำอธิบายรายวิชาและโครงสร้างรายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น



พ21101 สุขศึกษา 1

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับระบบอวัยวะของร่างกาย ประกอบด้วย ระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อ โดยศึกษาการทำงานและวิธีการดูแลรักษาเพื่อการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เรียนรู้เรื่องการเจริญเติบโตและพัฒนาของวัยรุ่น วิธีประเมินการเจริญเติบโต การชั่งน้ำหนักและการวัดส่วนสูง การเปรียบเทียบ การเจริญเติบโตของวัยรุ่นกับเกณฑ์มาตรฐาน อาหารและโภชนาการที่เหมาะสมกับวัย ซึ่งประกอบด้วยเรื่องคุณค่าของอาหารและโภชนาการต่อสุขภาพ โภชนบัญญัติ ภาวะโภชนาการกับสุขภาพ โดยศึกษาถึงภาวะทางโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ น้ำหนักตัวกับสุขภาพซึ่งประกอบไปด้วยเรื่อง การควบคุมน้ำหนักตัว วิธีการดูแลและควบคุมน้ำหนักตัวให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทางเพศในวัยรุ่น เพศชาย และเพศหญิง ความหลากหลายทางเพศ

รหัสตัวชี้วัด

พ 1.1 ม.1/1 , ม.1/2 , ม.1/3 , ม.1/4

พ 2.1 ม.1/1

พ 4.1 ม.1/1 ,ม.1/2 , ม.1/3

รวม 8 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ21101 สุขศึกษา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ระบบอวัยวะของ ร่างกาย	พ 1.1 ม.1/1 พ 1.1 ม.1/2	- ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของ วัยรุ่น - วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และ ระบบต่อมไร้ท่อ ให้ทำงานตามปกติ	3	10
2	เติบโตตามเกณฑ์	พ. 1.1 ม.1/3 พ. 1.1 ม.1/4	-การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโต ตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่ เกี่ยวข้อง -แนวทางในการพัฒนาตนเองให้ เจริญเติบโตสมวัย	3	10
3	อาหารและโภชนาการ ที่เหมาะสมกับวัย	พ 4.1 ม.1/1	- หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับ วัย	3	10
สอบกลางภาค				1	20
4	ภาวะโภชนาการกับ สุขภาพ	พ 4.1 ม.1/2	ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน	3	10
5	น้ำหนักตัวกับสุขภาพ	พ 4.1 ม.1/3	- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของ เด็กไทย - วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้ อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	3	10



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
6	พัฒนาการทางเพศใน วัยรุ่น	พ 2.1 ม.1/1	การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ พัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการ เปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ	3	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ21102 สุขศึกษา 2

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับทักษะการป้องกันตนเองจากการล้วงละเมิดทางเพศ อันตรายจากสารเสพติด ซึ่งประกอบไปด้วยเรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ การมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียนและทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิก สารเสพติด ตลอดจนศึกษาเรื่องหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัยจากการเป็นลม การปฐมพยาบาลบาดแผล กระดูกหัก ข้อเคลื่อน และ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย รวมทั้งทดสอบสมรรถภาพทางกาย มีกระบวนการเรียนรู้เน้นทักษะการดูแลสุขภาพ การแสวงหาความรู้ การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เห็นความสำคัญและตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง ให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย เลือกบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการตามวัย ยอมรับในการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น และอยู่ร่วมกับบุคคลทุกเพศได้อย่างมีความสุขและราบรื่น ปฏิเสธสารเสพติดและใช้ชีวิตได้อย่างปลอดภัย จากภัยอันตรายต่าง ๆ

รหัสตัวชี้วัด

พ 2.1 ม.1/2

พ 4.1 ม.1/4

พ 5.1 ม.1/1 , ม.1/2 , ม.1/3 , ม.1/4

รวม 6 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ21102 สุขศึกษา 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
7	ทักษะการป้องกัน ตนเองจากการล่วง ละเมิดทางเพศ	พ 2.1 ม.1/2	- ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วง ละเมิดทางเพศ	3	10
8	อันตรายจากสารเสพ ติด	พ 5.1 ม.1/2 พ 5.1 ม.1/3	- ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด - อาการของผู้ติดสารเสพติด - การป้องกันการติดสารเสพติด - ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพ ติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ	3	10
9	ชักชวนทำดี หลีกหนี สารเสพติด	พ 5.1 ม.1/4	ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ	3	10
สอบกลางภาค				1	20
10	การปฐมพยาบาล	พ 5.1 ม.1/1	-การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระจกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ	3	10
11	เคลื่อนย้ายปลอดภัย	พ 5.1 ม.1/1	- การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระจกหัก	3	10



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
			- น้ำร้อนลวก ฯลฯ		
12	ทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย	พ 4.1 ม.1/4	- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีสร้างเสริมและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายตามผลการ ทดสอบ	3	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ21103 พลศึกษา 1

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล)

เพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล อย่างละ 1 ชนิดกีฬา ตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่สามารถนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น (สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค) สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีและกระบวนการทางพลศึกษา เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพพลานามัยที่ดี มีจิตใจเป็นนักกีฬา

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และสื่อสารถ่ายทอดความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษา และท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอาเซียนอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.1 ม.1/1, ม.1/2, , ม.1/3

พ 4.1 ม.1/4

รวม 4 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ21103 พลศึกษา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1.	การเคลื่อนไหวและ ทดสอบสมรรถภาพ	พ3.1 ม.1/1 พ4.1 ม.1/4	-หลักการเพิ่มพูน ความสามารถในการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่ การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา -ทดสอบสมรรถภาพทางกาย <ul style="list-style-type: none"> • นั่งงอตัว • นอนยกตัว • ดันพื้น • วิ่งระยะ 1.6 กิโลเมตร 	5	20
2.	กีฬาไทย	พ3.1 ม.1/2	- การเล่นกีฬาไทย 1 ชนิด เช่น กระบี่ กระบอง มวย ไทย ตะกร้อลอดห่วง การละเล่นไทย เป็นต้น	4	10
สอบกลางภาค				1	20
3.	กีฬาสากล	พ3.1 ม.1/2	- การเล่นกีฬาสากล 1 ชนิด เช่น ฟุตบอล ฟุตซอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เป็นต้น	5	20
4.	กิจกรรมนันทนาการ	พ3.1 ม.1/3	การนำความรู้และหลักการ ของกิจกรรมนันทนาการไปใช้ เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	4	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ21104 พลศึกษา 2

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากล) วิเคราะห์ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี การบริหารร่างกายแบบต่าง ๆ การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม รู้จักการประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น รู้กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น รวมทั้งรูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬา ร่วมมือการทำงานเป็นทีมในการเล่น การแข่งขันกีฬา ยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีและกระบวนการทางพลศึกษา เพื่อนำไปสู่การมีสุขภาพพลานามัยที่ดี มีจิตใจเป็นนักกีฬา

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และสื่อสารถ่ายทอดความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษา และท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอาเซียนอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.1/1, ม.1/2, ม.1/3, ม.1/4, ม.1/5, ม.1/6

รวม 6 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ21104 พลศึกษา 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1.	กีฬาประเภทบุคคล	พ3.2 ม.1/1, ม.1/2, ม.1/3, ม.1/4, ม.1/5, ม.1/6	-ความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มี สุขภาพดี -การออกกำลังกายและการเลือก เข้าร่วมเล่นกีฬาประเภทบุคคล -การปฏิบัติตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงตามกีฬาประเภทบุคคล -วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่าง วิธีการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น -การเข้าร่วมอย่างสนุกสนาน	9	30
สอบกลางภาค				1	20
2.	กีฬาประเภททีม	พ3.2 ม.1/1, ม.1/2, ม.1/3, ม.1/4, ม.1/5, ม.1/6	-ความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มี สุขภาพดี -การออกกำลังกายและการเลือก เข้าร่วมเล่นกีฬาประเภททีม -การปฏิบัติตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงตามกีฬาประเภททีม -วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่าง วิธีการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น -การทำงานร่วมกันและเข้าร่วม อย่างสนุกสนาน	9	30
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32101 สุขศึกษา 3

รายวิชาพื้นฐาน
มัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาชั้น
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น อันประกอบไปด้วยเรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สติปัญญา และสังคมของวัยรุ่น ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการในวัยรุ่น ศึกษาเกี่ยวกับเจตคติในเรื่องเพศ ความเท่าเทียมระหว่างเพศ และความหลากหลายทางเพศ การวางตัวต่อผู้อื่น และศึกษาเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น ได้แก่ ปัญหาและผลกระทบของการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์ไม่พร้อมและเรียนรู้เรื่อง การบริการทางสุขภาพ การใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพในปัจจุบัน

มาตรฐานตัวชี้วัด

พ1.1 ม.2/1 , ม.2/2,

พ2.1 ม.2/1 , ม.2/2, ม.2/3 , ม.2/4

พ4.1 ม.2/1, ม.2/2 ,ม.2/3

รวม 9 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ22101 สุขศึกษา 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	วัยรุ่น วัยรุ่น	พ1.1 ม.2/1	-การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญาในวัยรุ่น	2	5
2	การเจริญเติบโตและ พัฒนาการในวัยรุ่น	พ1.1 ม.2/2	- ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการ เจริญเติบโตและพัฒนาการด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู	2	5
3	เจตคติในเรื่องเพศ	พ2.1 ม.2/1	-ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่อง เพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ	2	10
4	ความเท่าเทียม ระหว่างเพศ	พ2.1 ม.2/4	-ความสำคัญของความเสมอภาค ทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม - ปัญหาทางเพศ - แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ	3	10
สอบกลางภาค					20
5	เพศสัมพันธ์ในวัย เรียน	พ2.1 ม.2/2 , ม2/3	-ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจาก การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - การตั้งครรภ์โดยไม่พึง ประสงค์	3	20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
6	การบริการทาง สุขภาพ	พ4.1 ม.2/1	-การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ	3	5
7	สุขภาพกับการใช้ เทคโนโลยีประจำวัน	พ4.1 ม.2/2 , ม2/3	-ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อ สุขภาพ -ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ	3	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ22102 สุขศึกษา 4

รายวิชา พื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ความสมดุลของสุขภาพกายและสุขภาพจิต ปัญหาสุขภาพจิตในวัยรุ่น อาการและความเครียด รวมทั้งศึกษาเกี่ยวกับสถานการณ์แพร่ระบาดของสารเสพติด การบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด เรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยง ผลกระทบจากพฤติกรรมเสี่ยง และวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงในวัยรุ่น อีกทั้งศึกษาเรื่องทักษะชีวิต และทักษะการป้องกันตนเองจากสถานการณ์คับขันที่นำไปสู่อันตรายต่าง ๆ รวมทั้งเรียนรู้เกี่ยวกับแนวทางในการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย วิธีการทดสอบและประเมินสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

กระบวนการเรียนรู้เน้นทักษะการดูแลสุขภาพ การแสวงหาความรู้ การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เห็นความสำคัญและตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเองให้มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการ ตามวัย มีทัศนคติที่ดีในเรื่องเพศและมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม สามารถวางตัวต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกันอย่างราบรื่น มีทักษะชีวิตเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพเพื่อการมีสุขภาพและชีวิตที่เป็นสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 4.1 ม.2/2 ม.2/3 ม.2/4, ม.2/5, ม.2/6, ม.2/7

พ. 5.1 ม.2/1, ม.2/2, ม.2/3

รวม 9 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ22102 สุขศึกษา 4

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	สมดุลงายจิต ชีวิตมี สุข	พ 4.1 ม.2/4	-ความสมดุลของสุขภาพกายและ สุขภาพจิต	3	10
2	จิตดี ชีวิตเป็นสุข	พ 4.1 ม.2/5, ม.2/6	- ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและ สุขภาพจิต - วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์ และความเครียด	3	5
3	อย่ารี อย่าลอง อย่า เสพ	พ 5.1 ม.2/1	- วิธีการ ปังจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ ฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	3	15
สอบกลางภาค					20
4	ลดความเสี่ยง	พ 5.1 ม.2/2	การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและ สถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ	3	10
5	ทักษะชีวิต	พ 5.1 ม.2/3	-ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจ นำไปสู่อันตราย	3	5
6	แนวทางในการพัฒนา สมรรถภาพทางกาย	พ 4.1 ม.2/7	- เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย - การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	3	15
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ22103 พลศึกษา 3

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล)

นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจากแหล่ง ข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง เล่นกีฬา กีฬา สากล ตามชนิดกีฬาที่เลือกอย่างมีประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน โดยการนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนั้นหนทางการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันด้วยการวางแผน เลือกปฏิบัติ ปรับปรุง แก้ไข (สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค) พัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ กระบวนการการแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีแสวงหาความรู้และการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย

เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย พัฒนาคุณภาพชีวิต มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและสื่อสารถ่ายทอด ความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์ มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.1 ม.2/1, ม.2/2, ม.2/3, ม.2/4

พ 4.1 ม2/5

รวม 5 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ22103 พลศึกษา3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ทักษะการเคลื่อนไหว	พ3.1 ม. 2/1	ทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	1	10
2	การเล่นกีฬาไทย	พ3.1 ม.2/2	-การเล่นกีฬาไทยตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กระบี่ ตรีศร รื้อลอดบ่วง	9	20
สอบกลางภาค				1	20
3	รูปแบบการเคลื่อนไหว	พ3.1 ม.2/3	-การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	2	10
4	กิจกรรมนันทนาการ	พ3.1 ม.2/4	-การร่วมกิจกรรมนันทนาการ	3	10
5	สมรรถภาพทางกาย	พ4.1 ม.2/5	-การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	3	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ22104 พลศึกษา 4

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล) อธิบาย ศึกษา วิเคราะห์ สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี จากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ โดยการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนว ทางในการพัฒนา การร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย และเล่นกีฬา มีวินัยในการฝึกและการเล่นกีฬาตามกฎ กติกาและข้อตกลง โดยมีรูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม โดยยึดหลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง การเลือกวิธีเล่น การแก้ไขข้อบกพร่อง การเพิ่มทักษะ การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ กระบวนการแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีแสวงหาความรู้และการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย

เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย พัฒนาคุณภาพชีวิต มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและสื่อสารถ่ายทอด ความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเองบริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์ มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.2 ม.2/1, ม.2/2, ม.2/3, ม.2/4, ม.2/5

รวม 5 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ22104 พลศึกษา 4

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	กีฬาเป็นยาวิเศษ	พ 3.2 ม. 2/1	การออกกำลังกายและเล่น กีฬา	1	10
2	การเล่นกีฬาสากล	พ 3.2 ม. 2/2	การเล่นกีฬาสากลตามที่ชอบ และถนัด	12	20
สอบกลางภาค				1	20
3	การเคารพ กฎ กติกา ในการเล่นกีฬา	พ 3.2 ม. 2/3	มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา	1	10
4	การรุกและการป้องกัน ในการเล่นกีฬา	พ 3.2 ม. 2/4	รูปแบบกลวิธีการรุกการ ป้องกันการแข่งขัน	3	10
5	การพัฒนาวิธีการเล่น กีฬา	พ 3.2 ม. 2/5	การพัฒนาวิธีการเล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับตนเอง	1	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ23101 สุขศึกษา 5

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ / กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์) คิดวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น (สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว) อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัวและการปฏิบัติตนที่เหมาะสม วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ อิทธิพลและความคาดหวังของสังคม ของสื่อโฆษณาที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น มีวิสัยทัศน์ในการดำเนินชีวิต (สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค) กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ เสนอแนวทางการป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน วางแผนจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล

โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการสื่อสาร ทักษะชีวิต การมีส่วนร่วม และการใช้เทคโนโลยีเพื่อแสวงหาความรู้

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และสื่อสารถ่ายทอดความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอาเซียนอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ1.1 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3

พ2.1 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3

พ4.1 ม.3/1, ม.3/2

รวม 8 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ23101 สุขศึกษา 5

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ช่วงวัยชีวิต	พ1.1 ม.3/1	การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ	2	-
2	ความคาดหวังของ สังคมต่อวัยรุ่น	พ1.1 ม.3/2	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่ มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	2	-
3	อิทธิพลของสื่อโฆษณา ต่อวัยรุ่น	พ1.1 ม.3/3	สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการ เจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น - โทรทัศน์ - วิทยู - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต	3	20
4	อนามัยการเจริญพันธุ์	พ2.1 ม.3/1 พ2.1 ม.3/2	องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว	3	20
สอบกลางภาค				1	20
5	ปัญหาความขัดแย้งใน ครอบครัว	พ2.1 ม.3/3	สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้ง ในครอบครัว	3	10



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
6	อาหารตามวัย	พ4.1 ม.3/1	การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสม ตามวัย ต่างๆ วัยทารก วัยเด็ก วัยก่อนเรียน วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่า ทางโภชนาการ	2	-
7	โรคติดต่อและโรคไม่ ติดต่อ	พ4.1 ม.3/2	โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการ เจ็บป่วยและการตายของคนไทย โรคติดต่อ เช่น -โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ -โรคเอดส์ -โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น -โรคหัวใจ -โรคเบาหวาน -โรคความดันโลหิตสูง -มะเร็ง ฯลฯ	3	20
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ23102 สุขศึกษา 6

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ / กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค) กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ เสนอแนวทางการป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน วางแผนจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล (สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต) วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีต่อสุขภาพ และแนวทางการป้องกัน หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้ หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ ตลอดจนแสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการสื่อสาร ทักษะชีวิต การมีส่วนร่วม และการใช้เทคโนโลยีเพื่อแสวงหาความรู้

เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และสื่อสาร ถ่ายทอดความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอาเซียนอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ4.1 ม.3/3, ม.3/4, ม.3/5

พ5.1 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3, ม.3/4, ม.3/5

รวม 8 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ23102 สุขศึกษา 6

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ปัญหาสุขภาพในชุมชน	พ4.1 ม.3/3	-ปัญหาสุขภาพในชุมชน -แนวทางการแก้ไขปัญหาสุขภาพใน ชุมชน	2	-
2	การวางแผนการสร้าง เสริมสุขภาพ	พ4.1 ม.3/4	-การวางแผนและการจัดเวลาในการ ออกกำลังกาย การพักผ่อนและการ สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	2	-
3	การพัฒนาสมรรถภาพ ทางกาย	พ4.1 ม.3/5	-การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบ ต่างๆและการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อ สุขภาพ	3	10
4	พฤติกรรมเสี่ยงที่มีผล ต่อสุขภาพ	พ5.1 ม.3/1	ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่อ สุขภาพ แนวทางการป้องกันความ เสี่ยงต่อสุขภาพ	2	-
สอบกลางภาค				1	20
5	การแก้ไขปัญหากการใช้ ความรุนแรงของ เยาวชน	พ5.1 ม.3/2 พ5.1 ม.3/3	ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความ รุนแรงวิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพ และความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การ ทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)	3	10
6	การดื่มแอลกอฮอล์การ เกิดอุบัติเหตุ	พ5.1 ม.3/4	ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิด อุบัติเหตุ	2	-
7	หลักการช่วยฟื้นคืนชีพ	พ5.1 ม.3/5	วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ	4	20
สอบปลายภาค				1	20



พ23103 พลศึกษา 5

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล) ศึกษา ค้นคว้าเทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาสากล นำหลักการความรู้ ทักษะ และวิธีการรุกรการป้องกันในการเล่นกีฬาสากลไปใช้ในการออกกำลังกายและร่วมกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาการเล่นกีฬา มีมารยาทในการเล่นและการดูกีฬา มีน้ำใจนักกีฬา

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ กระบวนการแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีแสวงหาความรู้และการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย

เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย พัฒนาคุณภาพชีวิต มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและสื่อสารถ่ายทอด ความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์ มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.1 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3

พ 3.2 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3, ม.3/4, ม.3/5

พ 4.1 ม.3/5

รวม 9 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ23103 พลศึกษา 5

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

จำนวน 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	กีฬาพื้นบ้านใน อาเซียน	พ3.1 ม.3/1	-ประวัติ และประโยชน์ของ กีฬาประจำชาติอาเซียน	1	-
2.	ทดสอบ สมรรถภาพ	พ4.1 ม.3/5	-การทดสอบสมรรถภาพทาง กาย	3	10
3	การเล่นกีฬาไทย	พ3.1 ม.3/1, ม.3/2 พ3.2 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3, ม.3/4	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่น เกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็น ระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่าง ต่อเนื่อง -วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการ รุกและการป้องกันในการเล่น กีฬาได้ตามสถานการณ์ของ การเล่น	6	20
สอบกลางภาค				1	20
4	กิจกรรม นันทนาการ	พ3.1 ม.3/3	-การจัดกิจกรรมนันทนาการ แก่ผู้อื่น	6	20
5	การอบอุ่น ร่างกาย	พ3.2 ม.3/5	-การพัฒนาสุขภาพตนเองที่ เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	2	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ23104 พลศึกษา 6

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา ฝึกทักษะ/กระบวนการ ในสาระต่อไปนี้

(สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล) ศึกษา ค้นคว้าเทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาสากล นำหลักการความรู้ ทักษะ และวิธีการรุกรการป้องกันในการเล่นกีฬาสากลไปใช้ในการออกกำลังกายและร่วมกิจกรรมนันทนาการ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาการเล่นกีฬา มีมารยาทในการเล่นและการดูกีฬา มีน้ำใจนักกีฬา

โดยใช้หลักการปฏิบัติทางทักษะของกีฬา การคิดวิเคราะห์ กระบวนการแก้ปัญหา ทักษะชีวิต การสื่อสาร การใช้เทคโนโลยีแสวงหาความรู้และการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะการเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย

เพื่อให้เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย พัฒนาคุณภาพชีวิต มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ เห็นคุณค่า และทักษะต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและสื่อสารถ่ายทอด ความรู้อย่างมีประสิทธิภาพตามศักยภาพของตนเอง บริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น มีความซื่อสัตย์ มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ อยู่อย่างพอเพียง และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

รหัสตัวชี้วัด

พ 3.1 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3

พ 3.2 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3, ม.3/4, ม.3/5

รวม 8 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ23104 พลศึกษา 6

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	กีฬาอาเซียน	พ3.1 ม.3/1	-ประวัติ และประโยชน์ของ กีฬาที่จัดแข่งขันในอาเซียน	1	-
2	การเล่นกีฬา สากล	พ3.1 ม.3/1, ม.3/2 พ3.2 ม.3/1, ม.3/2, ม.3/3, ม.3/4	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบ สร้างเสริมสุขภาพอย่าง ต่อเนื่อง -วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการ รุกและการป้องกันในการเล่น กีฬาได้ตามสถานการณ์ของ การเล่น	8	20
สอบกลางภาค					20
3	กิจกรรม นันทนาการ	พ3.1 ม.3/3	-การจัดกิจกรรมนันทนาการ แก่ผู้อื่น	6	20
4	การพัฒนา สุขภาพ	พ3.2 ม.3/5	-การพัฒนาสุขภาพตนเองที่ เกิดจากการออกกำลังกายและ การเล่นกีฬาเป็นประจำ	2	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



คำอธิบายรายวิชาและโครงสร้างรายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย



พ31101 สุขศึกษา 1

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับความสำคัญ หน้าที่ และกระบวนการทำงานของระบบอวัยวะของร่างกายอันประกอบไปด้วยระบบผิวหนัง ระบบโครงกระดูก และระบบกล้ามเนื้อ ตลอดจนมีทักษะในการดูแลและสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะของร่างกายให้มีสุขภาพดี เรียนรู้ความหมายและความสำคัญของการวางแผนพัฒนาสุขภาพตนเอง โดยเริ่มจากการประเมินภาวะสุขภาพทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญาเพื่อนำมาจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพต่อไป มีแนวคิดเรื่องเพศโดยกำเนิดและเพศวิถี ความหลากหลายทางเพศที่ถูกต้อง และมีพฤติกรรมทางเพศที่เหมาะสม ตลอดจนเรียนรู้ถึงปัญหาพฤติกรรมทางเพศในวัยรุ่น และสิทธิทางเพศ ศึกษาเรื่องสิทธิผู้บริโภค การปฏิบัติตนตามสิทธิผู้บริโภค และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค เข้าใจอิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ และหลักการพิจารณาสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ โรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ แนวทางการส่งเสริมสุขภาพ ควบคุมและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพ

รหัสตัวชี้วัด

- พ 1.1 ม.4/1, ม.4/2
- พ 2.1 ม.4/1
- พ 4.1 ม.4/2, ม.4/3, ม.4/4, ม.4/5

รวม 7 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ31101 สุขศึกษา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
1	ระบบอวัยวะของร่างกาย	พ 1.1 ม.4/1	กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	4	10
2	การวางแผนพัฒนาสุขภาพ	พ 1.1 ม.4/2, ม.4/5	การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว	2	10
3	เพศวิถีกับความหลากหลายและพฤติกรรมทางเพศ	พ 2.1 ม.4/1	อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต	3	10
สอบกลางภาค					20
4	สิทธิผู้บริโภค	พ 4.1 ม.4/3	สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครองผู้บริโภค	2	15
5	สื่อโฆษณากับสุขภาพ	พ 4.1 ม.4/2	อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพแนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย	3	10



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
6	โรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ	พ 4.1 ม.4/4	สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย	4	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ31102 สุขศึกษา 2

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

สุขภาพชุมชนโดยเรียนรู้ถึงแนวคิดของการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน บทบาทและความรับผิดชอบของตนเองที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน ใส่ใจความปลอดภัยและแนวทางการลดอุบัติเหตุและสร้างเสริมความปลอดภัยในสถานศึกษา การเดินทาง การประกอบอาชีพ และภัยที่ไม่คาดคิด การป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้จ่าย โดยมีแนวทางปฏิบัติในการใช้จ่ายที่ถูกต้อง การศึกษาเรื่องสารเสพติดให้โทษประเภทต่าง ๆ การป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้สารเสพติด และสภาพปัญหาสารเสพติดในประเทศไทย เรียนรู้วิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคล และการป้องกันปัญหาความขัดแย้ง ตลอดจนศึกษาแนวทางการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ วางแผน ปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางกลไก กระบวนการเรียนรู้เน้นทักษะการดูแลสุขภาพ การแสวงหาความรู้ สร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เห็นความสำคัญและตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเอง การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพ สร้างเสริมความปลอดภัย และตระหนักถึงผลกระทบจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลทุกเพศในสังคมได้อย่างราบรื่นและมีความสุข เพื่อการมีสุขภาพที่ดี

รหัสตัวชี้วัด

พ 2.1 ม.4/3, ม.4/4

พ 4.1 ม.4/1, ม.4/4, ม.4/6, ม.4/7

พ 5.1 ม.4/1, ม.4/2

รวม 8 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ31102 สุขศึกษา2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
7	สุขภาพชุมชน	พ 4.1 ม.4/1, ม.4/6	-บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคล ที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการ ป้องกันโรคในชุมชน -การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนา สุขภาพของบุคคลในชุมชน	3	10
8	ใส่ใจความปลอดภัย	พ.4.1 ม.4/4	สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของ คนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย	3	10
9	ป้องกันความเสี่ยง ต่อการใช้จ่าย	พ 5.1 ม.4/1	การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการ ใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง	3	10
สอบกลางภาค					20
10	สารเสพติดให้โทษ	พ 5.1 ม.4/1, 4/2	การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการ ครอบครอง การใช้และการจำหน่าย สารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม)โทษทางกฎหมายที่ เกิดจากการครอบครอง การใช้และ การจำหน่ายสารเสพติด	4	5



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
11	สัมพันธ์ดีมีไมตรีเลื่อง ความขัดแย้ง	พ 2.1 ม.4/3, 4/4	แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้าง สัมพันธ์ภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไข ปัญหา ฯลฯ ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้น ระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน	3	10
			- สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้ง ระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนใน ชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิด จากความขัดแย้งของนักเรียนหรือ เยาวชนในชุมชน		
12	การเสริมสร้าง สมรรถภาพทางกาย	พ 4.1 ม.4/7	การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทาง กายและสมรรถภาพกลไก	2	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32101 สุขศึกษา 3

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับการทำงานของระบบหายใจ และไหลเวียนเลือด ระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่าย ปัสสาวะ แนวทางการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย การวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว อันประกอบไปด้วยการเรียนรู้วิธีการวางแผนและดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว อันประกอบไปด้วยการเรียนรู้วิธีการวางแผนและดูแลสุขภาพบุคคลในวัยต่าง ๆ ในครอบครัว ได้แก่ วัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ เรียนรู้เกี่ยวกับค่านิยมในเรื่องเพศที่เหมาะสมกับสังคมไทย และค่านิยมในเรื่องเพศกับสังคมพหุวัฒนธรรมศึกษาเกี่ยวกับสิทธิผู้บริโภค แนวทางการปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค การเตรียมตัวเพื่อร้องทุกข์สำหรับผู้บริโภค การรู้เท่าทันสื่อโฆษณา อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ ตลอดจนสามารถวิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาที่เสี่ยงกับสุขภาพ

รหัสตัวชี้วัด

พ 1.1 ม.5/1, ม.5/2,

พ 2.1 ม.5/2

พ. 4.1 ม.5/2, ม.5/3

รวม 5 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ32101 สุขศึกษา 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ระบบหายใจและ ระบบไหลเวียนเลือด	พ 1.1 ม.5/1	-กระบวนการสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการทำงานของ ระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะ ต่างๆ -การสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหารการออกกำลังกาย นันทนาการการตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	4	15
2	ระบบย่อยอาหารและ ระบบขับถ่ายปัสสาวะ	พ 1.1 ม.5/1	-กระบวนการสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการทำงานของ ระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะ ต่างๆ -การสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหารการออกกำลังกาย นันทนาการการตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	3	10
3	วางแผนดีชีวิที่มีสุข	พ 1.1 ม.5/2	การวางแผนดูแลสุขภาพของ ตนเองและบุคคลในครอบครัว	2	5
สอบกลางภาค					20



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
4	ค่านิยมเรื่องเพศใน สังคมไทยและพหุ วัฒนธรรม	พ 2.1 ม.5/2	ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรม ไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ	4	10
5	รู้จักสิทธิผู้บริโภค	พ 4.1 ม5/3	สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและ กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการ คุ้มครองผู้บริโภค	3	10
6	รู้ทันสื่อโฆษณา	พ 4.1 ม.5/2	อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับ สุขภาพ แนวทางการเลือกบริโภคอย่าง ฉลาดและปลอดภัย	2	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32102 สุขศึกษา 4

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาสถานการณ์และแนวโน้มการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย สาเหตุและแนวทางป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของคนไทยด้วยสาเหตุต่าง ๆ การสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน โดยศึกษาสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ สถานการณ์และแนวโน้มของอุบัติเหตุ ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่ออุบัติเหตุทางบกและแนวทางการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน เรียนรู้ถึงสถานการณ์และแนวโน้มปัญหาสารเสพติดในประเทศไทย การจำแนกประเภทของสารเสพติดผลกระทบที่เกิดจากการใช้สารเสพติดและแนวทางป้องกันและเรียนรู้ วิธีการหลีกเลี่ยงความรุนแรง ทักษะการแก้ไขปัญหาเพื่อป้องกันปัญหาความรุนแรง ตลอดจนศึกษาการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพที่ถูกต้อง การทดสอบและพัฒนาสมรรถภาพทางกาย กระบวนการเรียนรู้เน้นทักษะการดูแลสุขภาพ การแสวงหาความรู้ การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เห็นความสำคัญและการตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเองและครอบครัว สร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคและการเจ็บป่วย มีทักษะในการหลีกเลี่ยงอุบัติเหตุและอันตรายต่าง ๆ ตลอดจนมีทักษะในการป้องกันความรุนแรงที่ส่งผลต่อสุขภาพชีวิต และพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเอง

รหัสตัวชี้วัด

พ 4.1 ม.5/1, ม.5/4, ม.5/6, ม.5/7

พ 5.1 ม.5/2, ม.5/3, ม.5/4, ม.5/6, ม.5/7

รวม 9 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ32102 สุขศึกษา 4

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
7	การส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพในชุมชน	พ4.1 ม.5/1, ม5/4, ม5/6	-บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน -สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย -การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	3	10
8	การสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	พ5.1 ม.5/4, ม.5/5	-การวางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน -กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	3	10
9	สารเสพติด	พ5.1 ม.5/2	การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด	3	10
สอบกลางภาค					20



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
10	หลีกเลี่ยงความรุนแรง	พ5.1 ม.5/3,ม.5/6	-ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน -ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ	3	15
11	การช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน	พ5.1 ม.5/7	วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	3	10
12	การทดสอบสมรรถภาพ	พ.4.1 ม.5/7	การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก	3	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33101 สุขศึกษา 5

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับการทำงานของระบบประสาท ระบบสืบพันธุ์ และระบบต่อมไร้ท่อ ความสัมพันธ์ของการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย และแนวทางการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย การแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง โดยศึกษาถึงสาเหตุและความขัดแย้งระหว่างบุคคล แนวทางการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นและครอบครัว เรียนรู้ความหมายของเพศวิถี วิถีชีวิตทางเพศ พฤติกรรมทางเพศ ทักษะการป้องกันและลดปัญหาความขัดแย้งเรื่องเพศและครอบครัว การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน สิทธิผู้บริโภค แนวทางการปกป้องสิทธิผู้บริโภค กฎหมายการคุ้มครองผู้บริโภค และศึกษาเกี่ยวกับปัญหาสิ่งแวดล้อม ผลกระทบและความเสี่ยงต่อสุขภาพของคนไทย

รหัสตัวชี้วัด

พ 1.1 ม.6/1

พ 2.1 ม.6/3, ม.6/4

พ 4.1 ม.6/1, ม.6/3, ม.6/6

รวม 6 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ33101 สุขศึกษา 5

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ระบบการทำงานของ อวัยวะ	พ 1.1 ม.6/1	กระบวนการสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการทำงานของระบบ อวัยวะ ต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ - การสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	4	10
2	การแก้ปัญหาความ ขัดแย้ง	พ 2.1 ม.6/3 ม.6/4	แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้าง สัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไข ปัญหา ฯลฯ - ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่าง นักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้ง		



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
2	การแก้ปัญหาความ ขัดแย้ง	พ 2.1 ม.6/3 ม.6/4	- ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้ง ระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิด จากความขัดแย้งของนักเรียนหรือ เยาวชนในชุมชน	3	10
3	เพศวิถีศึกษา	พ 2.1 ม.6/3	แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้าง สัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไข ปัญหา ฯลฯ	2	10
สอบกลางภาค					20
4	สุขภาพดีสร้างได้	พ 4.1 ม.6/1, ม.6/6	- บทบาทและความรับผิดชอบของ บุคคล ที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคในชุมชน - การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและ พัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	3	10
5	สิทธิผู้บริโภค	พ 4.1 ม.6/3	- สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและ กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการคุ้มครอง ผู้บริโภค	3	10



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
6	สิ่งแวดล้อมที่ดีชีวิที่มีสุข	พ 4.1 ม.6/1,ม. 6/6	- บทบาทและความรับผิดชอบของ บุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและ การป้องกันโรคในชุมชน - การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและ พัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	3	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33102 สุขศึกษา 6

รายวิชาพื้นฐาน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

โรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมโดยศึกษาถึงสาเหตุ อาการ และการป้องกัน และศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพและความรุนแรง วิธีป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพและความรุนแรง แนวคิดเกี่ยวกับอุบัติเหตุ ความปลอดภัยในชุมชน การวางแผนลดอุบัติเหตุและสร้างเสริมความปลอดภัย เรียนรู้สถานการณ์ ปัญหาสารเสพติด ผลกระทบ โทษทางกฎหมายเมื่อเกี่ยวข้องกับสารเสพติด และการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ศึกษาหลักการช่วยชีวิตพื้นฐานในเด็ก ตลอดจนการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก กระบวนการเรียนรู้เน้นทักษะการดูแลสุขภาพ การแสวงหาความรู้ การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ที่ดี เห็นความสำคัญและการตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และชุมชน มีทักษะในการป้องกันปัญหาความขัดแย้ง ปัญหาพฤติกรรมทางเพศ มีวิถีทางเพศที่ปลอดภัย มีความสุขและพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

รหัสตัวชี้วัด

พ 4.1 ม.6/4, ม.6/7

พ 5.1 ม.6/2, ม.6/3, ม.6/4, ม.6/7

รวม 6 ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา พ33102 สุขศึกษา 6

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
7	โรคที่ถ่ายทอดทาง พันธุกรรม	พ 4.1 ม.6/4	สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตาย ของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบ อาชีพ โรคทางพันธุกรรม แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย	3	10
8	ปัจจัยที่มีผลต่อ สุขภาพและความ รุนแรง	พ 5.1 ม.6/3	ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและ เสนอแนวทางป้องกัน	3	10
9	ชุมชนปลอดภัย	พ 5.1 ม.6/4	การวางแผน กำหนดแนวทางลด อุบัติเหตุ และสร้างเสริมความ ปลอดภัยในชุมชน	3	10
สอบกลางภาค					20
10	ผลกระทบจากสารเสพติด	พ 5.1 ม.6/2	การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการ ครอบครอง การใช้และการจำหน่าย สารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม)โทษทางกฎหมายที่ เกิดจากการครอบครอง การใช้และ การจำหน่ายสารเสพติด	3	10
11	การช่วยฟื้นคืนชีพ พื้นฐาน (ในเด็ก)	พ 5.1 ม.6/7	วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	3	5
12	การสร้างเสริม สมรรถภาพทางกายและ สมรรถภาพทางกลไก	พ 4.1 ม.6/7	การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทาง กายและสมรรถภาพกลไก	3	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



คำอธิบายรายวิชาและโครงสร้างรายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย



พ31201 พลศึกษา 1

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬา วอลเลย์บอล ประโยชน์กีฬา วอลเลย์บอล และมีส่วนร่วมปฏิบัติจริงในกิจกรรมการบริหารมีทักษะการเคลื่อนที่การเล่นลูกสองมือล่างการเล่นลูกสองมือบนทักษะในการตบลูกบอลทักษะการสกัดกั้นลูกบอลทักษะการเสิร์ฟรูปแบบเทคนิคการเล่นประเภททีมกฎกติกาการแข่งขันการตัดสินกลยุทธ์การจัดการแข่งขันและอื่นๆ อย่างถูกต้องปลอดภัยและสนุกสนานและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการปฏิบัติกีฬา วอลเลย์บอล ทั้งทักษะการเคลื่อนไหวและการเล่นลูกรูปแบบต่างๆ ทักษะการเสิร์ฟ และทักษะการสกัดกั้น พื้นฐานการเล่นเป็นทีม กติกาการแข่งขันวอลเลย์บอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย รวมทั้งประวัติความเป็นมาของกีฬา วอลเลย์บอล เพื่อให้ นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัด และ ความสนใจ และนำทักษะกีฬา วอลเลย์บอล ไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และ สมรรถภาพต่อไปบนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลได้
2. มีทักษะในการเคลื่อนไหวและเล่นลูกพื้นฐานในกีฬา วอลเลย์บอลได้
3. มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ
4. มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ
5. มีทักษะในการสกัดกั้นลูกวอลเลย์บอล
6. มีทักษะในการเล่นกีฬา วอลเลย์บอลเป็นทีม
7. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายกติกาการแข่งขันวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้อง
8. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธีประเมินสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง

รวม 8 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31201 พลศึกษา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลได้	-ประวัติกีฬา วอลเลย์บอล -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอล	2	5
2	ทักษะการเคลื่อนไหวและการเตะชู	-มีทักษะในการเคลื่อนไหวและเล่นลูกพื้นฐานในกีฬา วอลเลย์บอลได้	-ทักษะการเคลื่อนไหว -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลด้วยสองมือล่าง -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลด้วยสองมือบน	3	10
3	ทักษะการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอล	-มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ	-การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือล่าง -การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือบน -การกระโดดเสิร์ฟ	2	5
4	ทักษะการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอล	-มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ	-สมรรถภาพของผู้กระโดดตบ -วิธีกระโดดตบแบบต่างๆ	2	10
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
5	ทักษะการสกัด กั้นลูก วอลเลย์บอล	-มีทักษะในการสกัดกั้นลูก วอลเลย์บอล	-ความหมายของการ สกัดกั้น -วิธีปฏิบัติการสกัดกั้น	2	5
6	พื้นฐานการ เป็นเล่นทีม	-มีทักษะในการเล่นกีฬา วอลเลย์บอลเป็นทีม	-การเล่นเป็นทีมของ กีฬาวอลเลย์บอล -การวางตำแหน่งผู้เล่น ของกีฬาวอลเลย์บอล	3	10
7	กติกาการ แข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายกติกา การแข่งขันวอลเลย์บอลได้อย่าง ถูกต้อง	-ลักษณะของการ แข่งขัน -สิ่งอำนวยความสะดวก สดวกและอุปกรณ์ -ผู้เข้าร่วมแข่งขัน -รูปแบบของการ แข่งขัน -การแข่งขัน -การหยุดการแข่งขัน และการถ่วงเวลา	2	10
8	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	2	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ31202 พลศึกษา 2

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาค้นคว้า อธิบาย วิเคราะห์ ปฏิบัติ เกี่ยวกับ การเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ การบริหารร่างกาย ทักษะการเล่นกีฬาบอลเลย์บอลชายหาด รูปแบบการเล่นกีฬาบอลเลย์บอลชายหาด การใช้ความสามารถของตนเองเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม การเป็นผู้เล่นและผู้ดูที่ดี นำหลักการแนวคิดกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเหมาะสมกับตนเอง การเล่นและการแข่งขันด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา การตัดสินการแข่งขัน การทดสอบสมรรถภาพ โดยใช้กระบวนการทางพลศึกษา การใช้เทคโนโลยี ในการสืบค้นข้อมูล การปฏิบัติ การสังเกต การอภิปราย การแก้ปัญหา การใช้ทักษะชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ ตระหนักและเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย การมีส่วนร่วมในการแข่งขัน การตัดสินเกมการแข่งขันตามกติกา สามารถแก้ปัญหา สามารถใช้ทักษะชีวิตได้ดี มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ มีคุณธรรมจริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายเกมการเล่นกีฬาบอลเลย์บอลชายหาดได้
2. อธิบายถึงความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกติกาการเล่นกีฬาบอลเลย์บอลชายหาดได้
3. นำทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาบอลเลย์บอลชายหาดไปใช้ในการแข่งขันได้
4. อธิบายขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. อธิบายขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
6. สามารถตัดสินการแข่งขันตามกติกาสากลได้

รวม 6 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31202 พลศึกษา 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลชายหาดได้	-ประวัติกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลชายหาด	2	5
2	ทักษะการเคลื่อนไหวและการเตะชูก	-มีทักษะในการเคลื่อนที่และเล่นลูกพื้นฐานในกีฬา วอลเลย์บอลชายหาดได้	-ทักษะการเคลื่อนที่ -การเตะชูกลูก วอลเลย์บอลชายหาดด้วยสองมือล่าง -การเตะชูกลูก วอลเลย์บอลชายหาดด้วยสองมือบน	3	10
3	ทักษะการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาด	-มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาดแบบต่างๆ	-การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือล่าง -การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาดด้วยมือบน -การกระโดดเสิร์ฟ	2	5
4	ทักษะการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลชายหาด	-มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลชายหาดแบบต่างๆ	-สมรรถภาพของผู้กระโดดตบ -วิธีกระโดดตบแบบต่างๆ	2	10
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
5	ทักษะการสกัด กั้นลูก วอลเลย์บอล ชายหาด	-มีทักษะในการสกัดกั้นลูก วอลเลย์บอลชายหาด	-ความหมายของการ สกัดกั้น -วิธีปฏิบัติการสกัดกั้น	2	5
6	พื้นฐานการ เป็นเล่นทีม	-มีทักษะในการเล่นกีฬา วอลเลย์บอลชายหาดเป็นทีม	-การเล่นเป็นทีมของ กีฬาวอลเลย์บอล ชายหาด -การวางตำแหน่งผู้เล่น ของกีฬาวอลเลย์บอล ชายหาด	3	10
7	กติกาการ แข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล ชายหาด	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายกติกา การแข่งขันวอลเลย์บอลชายหาดได้ อย่างถูกต้อง	-ลักษณะของการ แข่งขัน -สิ่งอำนวยความสะดวก สดวกและอุปกรณ์ -ผู้เข้าร่วมแข่งขัน -รูปแบบของการ แข่งขัน -การแข่งขัน -การหยุดการแข่งขัน และการถ่วงเวลา	2	10
8	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	2	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ31207 ฟุตบอลเพื่อความเป็นเลิศ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล หลักการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการเล่นกีฬาฟุตบอล ทั้งมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล ทักษะการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย และมีความเข้าใจ สามารถอธิบายถึงประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตบอลได้ เพื่อให้ นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาฟุตบอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไป บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล
2. มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล
3. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
4. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามกติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้อย่างถูกต้อง
6. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

รวมทั้งหมด 6 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31207 ฟุตบอลเพื่อความเป็นเลิศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอลได้	-ประวัติกีฬาฟุตบอล- ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอล	2	6
2	ทักษะการเคลื่อนไหว	-มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล	-การอบอุ่นร่างกาย -การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ -การทรงตัว -การเคลื่อนที่ไปทิศทางต่างๆ -การบำรุงรักษาสุขภาพ	8	12
3	ทักษะการเล่นฟุตบอล	-มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตบอล	-การสร้างความคุ้นเคยกับลูกฟุตบอล -การรับ-ส่ง ลูกฟุตบอล -การยิงประตู -การเลี้ยง ส่ง โหม่ง ยิง -การเป็นผู้รักษาประตู การส่งลูกเข้าเล่น	10	12
สอบกลางภาค					20
ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน



					รวม
4	หลักการรุก	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม	-ขั้นตอนการรุก -การเล่นเมื่อเป็นฝ่ายรุก -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่ายรุก	6	10
5	หลักการรับ	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม	-ขั้นตอนการรับหรือป้องกัน -การเล่นเมื่อเป็นฝ่ายป้องกัน -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่ายป้องกัน	8	10
6	กติกาการแข่งขันฟุตบอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามกติกการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้อย่างถูกต้อง	-การเล่นตามกติกา -กติกาการแข่งขัน -สัญญาณมือและสัญญาณนกหวีดของผู้ตัดสิน	6	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ31208 วอลเลย์บอลเพื่อความเป็นเลิศ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาวอลเลย์บอลประโยชน์กีฬาวอลเลย์บอลและให้มีส่วนร่วมปฏิบัติจริงในกิจกรรมการบริหารมีทักษะการเคลื่อนที่การเล่นลูกสองมือล่างการเล่นลูกสองมือบนทักษะในการตบลูกบอลทักษะการสกัดกั้นลูกบอลทักษะการเสิร์ฟรูปแบบเทคนิคการเล่นประเภททีมกฎกติกาการแข่งขันการตัดสินกลยุทธ์การจัดการแข่งขันและอื่นๆ อย่างถูกต้องปลอดภัยและสนุกสนานและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการปฏิบัติกีฬาวอลเลย์บอล ทั้งทักษะการเคลื่อนไหวและการเล่นลูกรูปแบบต่างๆ ทักษะการเสิร์ฟ และทักษะการสกัดกั้น พื้นฐานการเล่นเป็นทีม กติกาการแข่งขันวอลเลย์บอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย รวมทั้งประวัติความเป็นมาของกีฬาวอลเลย์บอล เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและความสนใจ และนำทักษะกีฬาวอลเลย์บอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไปบนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาวอลเลย์บอลได้
2. มีทักษะในการเคลื่อนไหวและเล่นลูกพื้นฐานในกีฬาวอลเลย์บอลได้
3. มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ
4. มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ
5. มีทักษะในการสกัดกั้นลูกวอลเลย์บอล
6. มีทักษะในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลเป็นทีม
7. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายกติกาการแข่งขันวอลเลย์บอลได้อย่างถูกต้อง
8. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธีประเมินสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง

รวม 8 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31208 วอลเลย์บอล

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลได้	-ประวัติกีฬา วอลเลย์บอล -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอล	2	5
2	ทักษะการเคลื่อนไหวและการเตะชู	-มีทักษะในการเคลื่อนไหวและเล่นลูกพื้นฐานในกีฬา วอลเลย์บอลได้	-ทักษะการเคลื่อนไหว -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลด้วยสองมือล่าง -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลด้วยสองมือบน	6	10
3	ทักษะการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอล	-มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ	-การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือล่าง -การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือบน -การกระโดดเสิร์ฟ	6	5
4	ทักษะการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอล	-มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลแบบต่างๆ	-สมรรถภาพของผู้กระโดดตบ -วิธีกระโดดตบแบบต่างๆ	8	10
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
5	ทักษะการสกัด ก้นลูก วอลเลย์บอล	-มีทักษะในการสกัดก้นลูก วอลเลย์บอล	-ความหมายของการ สกัดก้น -วิธีปฏิบัติการสกัดก้น	4	5
6	พื้นฐานการ เป็นเล่นทีม	-มีทักษะในการเล่นกีฬา วอลเลย์บอลเป็นทีม	-การเล่นเป็นทีมของ กีฬาวอลเลย์บอล -การวางตำแหน่งผู้เล่น ของกีฬาวอลเลย์บอล	6	10
7	กติกาการ แข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายกติกา การแข่งขันวอลเลย์บอลได้อย่าง ถูกต้อง	-ลักษณะของการ แข่งขัน -สิ่งอำนวยความสะดวก และอุปกรณ์ -ผู้เข้าร่วมแข่งขัน -รูปแบบของการ แข่งขัน -การแข่งขัน -การหยุดการแข่งขัน และการถ่วงเวลา	4	10
8	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	6	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ31209 บาสเกตบอล

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล ทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการเล่นบาสเกตบอล ทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอล การรับ-ส่ง ลูกบาสเกตบอล การยิงประตูเพื่อทำคะแนน การป้องกัน การเล่นเกมรุก การอบอุ่นร่างกายก่อนการฝึก การพัฒนาสมรรถภาพกล้ามเนื้อด้วยการยกน้ำหนัก และการตัดสินใจให้นักเรียนมีทักษะในการปฏิบัติกีฬาบาสเกตบอล มีทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการเล่นบาสเกตบอล ทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอล ทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการเล่นบาสเกตบอล ทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอล ทักษะการรับ-ส่งลูกบาสเกตบอล ทักษะการยิงประตูเพื่อทำคะแนน ทักษะการป้องกัน ทักษะการเล่นเกมรุก ทักษะการอบอุ่นร่างกายก่อนการฝึก ทักษะการพัฒนาสมรรถภาพกล้ามเนื้อด้วยการยกน้ำหนัก ทักษะการตัดสินใจ และมีความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและความสนใจ และนำทักษะกีฬาบาสเกตบอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไปบนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. บอกประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอลได้
2. ปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลได้
3. ฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอลได้
4. ฝึกปฏิบัติทักษะการ รับ-ส่งลูกบาสเกตบอลได้
5. ปฏิบัติการยิงประตูด้วยวิธีการต่างๆได้
6. ฝึกปฏิบัติทักษะการป้องกันได้
7. ฝึกปฏิบัติการเล่นเกมรุกได้
8. ฝึกปฏิบัติการเล่นเป็นทีมได้
9. สามารถตัดสินใจกีฬาบาสเกตบอลได้

รวม 9 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พ31209 บาสเกตบอล

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	1. บอกประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล	ประวัติและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล	2	5
2	ทักษะพื้นฐานที่สำคัญในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล	ปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาบาสเกตบอลได้	การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	4	5
3	ทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอล	ฝึกปฏิบัติทักษะการเลี้ยงลูกบาสเกตบอลได้	การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	4	5
4	การรับ-ส่งลูกบาสเกตบอล	ฝึกปฏิบัติทักษะการรับ-ส่งลูกบาสเกตบอลได้	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	4	10
5	การยิงประตูเพื่อทำคะแนน	ปฏิบัติการยิงประตูด้วยวิธีการต่างๆได้	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	6	5
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
6	การป้องกัน	ฝึกปฏิบัติทักษะการ ป้องกันได้	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุก และการป้องกันในการเล่นกีฬา ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	2	5
7	การเล่นเกมรุก	ฝึกปฏิบัติการเล่นเกมรุก ได้	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุก และการป้องกันในการเล่นกีฬา ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	2	5
8	ระบบทีม	ฝึกปฏิบัติการเล่นเป็นทีม ได้	การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิด จากการออกกำลังกายและการ เล่นกีฬาเป็นประจำ	6	5
9	การตัดสิน	สามารถตัดสินกีฬา บาสเกตบอลได้	การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ ผู้อื่น	10	15
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ31210 กีฬาสากล 1

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาสากลประเภทบุคคลที่มีการจัด
แข่งในการแข่งขันรายการใหญ่ๆ ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เช่น กีฬาอาเซียนเกมส์ กีฬาเอเชียนเกมส์
กีฬาโอลิมปิก โดยศึกษาวิธีการเล่น การเป็นฝ่ายรับ ฝ่ายรุก การเล่นอย่างถูกต้องตามกฎหมาย กติกา ระเบียบ
ข้อบังคับตามการแข่งขันประเภานั้น ๆ

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาแบดมินตันได้
2. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทควันโดได้
3. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทคบอลได้
4. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทเบิลเทนนิสได้
5. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทนนิสได้
6. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬามวยสากลสมัครเล่นได้
7. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬายกน้ำหนักได้
8. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาฟันดาบได้
9. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬายูโดได้

รวม 9 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31210 กีฬาสากล 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
1	กีฬาแบดมินตัน	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาแบดมินตันได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา แบดมินตัน	2	5
2	กีฬาเทควันโด	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทควันโดได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬาเท ควันโด	2	5
3	กีฬาเทคบอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทคบอลได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา เทคบอลได้	2	10
4	กีฬาเทเบิลเทนนิส	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทเบิลเทนนิสได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา เทเบิลเทนนิสได้	2	10
5	กีฬาเทนนิส	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทนนิสได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา เทนนิสได้	2	10
สอบกลางภาค				1	10
6	กีฬามวยสากล สมัครเล่น	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬามวยสากลสมัครเล่นได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬามวย สากลสมัครเล่นได้	2	5
7	กีฬายกน้ำหนัก	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬายกน้ำหนักได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬายก น้ำหนักได้	2	5



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
8	กีฬาฟันดาบ	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาฟันดาบได้	ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬาฟัน ดาบได้	2	10
9	กีฬายูโด	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬายูโดได้	ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬายูโด ได้	2	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ31211 สมรรถภาพทางกายและทางกลไก

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับ สมรรถภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและสมรรถภาพทางกลไก การทดสอบสมรรถภาพทางกายและทางกลไก ตามหลักเกณฑ์และวิธีการของกรมพลศึกษาหรือการกีฬาแห่งประเทศไทย รวมถึงการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายและทางกลไก การออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมรรถภาพทางกายและทางกลไก
2. สามารถทดสอบสมรรถภาพทางกายและทางกลไก
3. สามารถออกแบบและวางแผนการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง
4. สามารถออกแบบและให้คำแนะนำการออกกำลังกายให้กับบุคคลอื่นได้ โดยการนำความรู้เรื่องสมรรถภาพทางกายและทางกลไกได้อย่างเหมาะสม

รวม 4 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา 31211 สมรรถภาพทางกายและทางกลไก
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	สมรรถภาพ ทางกายและ ทางกลไก	มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับระบบพลังงาน ของร่างกาย	-สมรรถภาพทางกาย -สมรรถภาพทางกลไก	9	25
2	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกายและ ทางกลไก	สามารถทดสอบ สมรรถภาพทางกายและ ทางกลไก	-การทดสอบสมรรถภาพทางกาย และทางกลไก	10	25
สอบกลางภาค				1	20
4	การวางแผน การพัฒนา สุขภาพ	สามารถออกแบบและ วางแผนการออกกำลังกาย ที่เหมาะสมกับตนเอง	-การวางแผนการออกกำลังกาย	9	25
5	ส่งเสริมสุขภาพ	-สามารถออกแบบและให้ คำแนะนำการออกกำลังกาย ให้กับบุคคลอื่นได้ โดยการนำความรู้เรื่อง สมรรถภาพทางกายและ ทางกลไกได้อย่าง เหมาะสม	การเขียนโปรแกรมการออกกำลังกาย	10	25
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				0	100



พ31212 ว่ายน้ำ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความสำคัญ ประโยชน์และคุณค่าของการออกกำลังกาย มีทักษะพื้นฐานในการว่ายน้ำ การเอาตัวรอดทางน้ำ การให้ความช่วยเหลือและปฐมพยาบาลผู้จมน้ำ โดยนำทักษะการว่ายน้ำมาประยุกต์ใช้ เน้นความสนุกสนาน ความปลอดภัย ความมีน้ำใจนักกีฬา ความร่วมมือ ความรับผิดชอบ ความมีระเบียบวินัย ปฏิบัติตามกติกา กฎ ระเบียบ ข้อบังคับ สามารถร่วมทีมกับผู้อื่นได้ มีเจตคติที่ดีต่อกิจกรรมทางพลศึกษา รักการออกกำลังกายและปฏิบัติตนเป็นปกติวิสัย

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาว่ายน้ำได้
2. อธิบายถึงความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาว่ายน้ำได้
3. ปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาว่ายน้ำได้
4. แสดงวิธีการให้ความช่วยเหลือคนจมน้ำอย่างถูกวิธีได้
5. ปฏิบัติการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพคนจมน้ำอย่างถูกวิธีได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31212 วายน้ำ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
1	ความรู้เบื้องต้นกีฬา วายน้ำ	-อธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการ และประโยชน์ของ กีฬาวายน้ำได้ -อธิบายถึงความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาวายน้ำได้	-ประวัติกีฬาว่ายน้ำ -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาวายน้ำ	6	10
2	ทักษะพื้นฐานกีฬาว่ายน้ำ	ปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาวายน้ำได้	-ปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาวายน้ำ เช่น การลอยตัว การหายใจ การว่ายน้ำท่าทางต่าง ๆ	18	30
สอบกลางภาค				1	10
4	การช่วยเหลือคนตกน้ำ	แสดงวิธีการให้ความช่วยเหลือคนจมน้ำอย่างถูกวิธีได้	-อธิบายการให้ความช่วยเหลือคนจมน้ำด้วยวิธีการต่างๆ ทั้งมีอุปกรณ์และไม่มีอุปกรณ์	6	10
5	การปฐมพยาบาลและช่วยฟื้นคืนชีพคนจมน้ำ	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพคนจมน้ำอย่างถูกวิธีได้	-อธิบายและแสดงวิธีการปฐมพยาบาลและการช่วยฟื้นคืนชีพคนจมน้ำอย่างถูกวิธี	8	20
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ31213 ฟุตซอลเพื่อความเป็นเลิศ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาฟุตซอล ประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาฟุตซอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตซอล ทักษะการเล่นฟุตซอล หลักการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตซอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการเล่นกีฬาฟุตซอล ทั้งมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตซอล ทักษะการเล่นฟุตซอล ทักษะการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตซอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย และมีความเข้าใจ สามารถอธิบายถึงประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตซอลได้ เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาฟุตซอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไปบนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาฟุตซอล
2. มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตซอล
3. มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตซอล
4. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
6. รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามกติกาการแข่งขันกีฬาฟุตซอลได้อย่างถูกต้อง
7. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

รวม 7 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31213 ฟุตซอลเพื่อความเป็นเลิศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตซอลได้	-ประวัติกีฬาฟุตซอล -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตซอล	1	5
2	ทักษะการเคลื่อนไหว	-มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตซอล	-การอบอุ่นร่างกาย -การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ -การทรงตัว -การเคลื่อนที่ไปทิศทางต่างๆ -การบำรุงรักษาสุขภาพ	8	10
3	ทักษะการเล่นฟุตซอล	-มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตซอล	-การสร้างความคุ้นเคยกับลูกฟุตซอล -การรับ-ส่ง ลูกฟุตซอล -การยิงประตู -การเลี้ยง ส่ง โหม่ง ยิง -การเป็นผู้รักษาประตู การส่งลูกเข้าเล่น	10	35
สอบกลางภาค				1	20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
4	หลักการรุก	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรุก -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย รุก -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย รุก	6	10
5	หลักการรับ	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรับหรือ ป้องกัน -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน	6	10
6	กติกาการ แข่งขันฟุตบอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตาม กติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้ อย่างถูกต้อง	-การเล่นตามกติกา -กติกาการแข่งขัน -สัญญาณมือและ สัญญาณนกหวีดของผู้ ตัดสิน	4	5
7	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	3	5
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ31214 กีฬาสากล 2

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬาสากลประเภททีมที่มีการจัดแข่งขันในการแข่งขันรายการใหญ่ๆ ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ เช่น กีฬาอาเซียนเกมส์ กีฬาเอเชียนเกมส์ กีฬาโอลิมปิก

โดยศึกษาวิธีการเล่น การเป็นฝ่ายรับ ฝ่ายรุก การเล่นอย่างถูกต้องตามกฎ กติกา ระเบียบ ข้อบังคับ ตามการแข่งขันประเภานั้น ๆ

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬารักบี้ได้
2. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาฮอกกี้ได้
3. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาโปโลน้ำได้
4. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเบสบอลได้
5. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาคริกเกตได้
6. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเทนนิสได้
7. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาซุคบอลได้
8. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาอเมริกันฟุตบอลได้
9. อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาซอฟต์บอลได้

รวม 9 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ31214 กีฬาสากล 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
1	กีฬารักบี้	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬารักบี้ได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬารักบี้	2	5
2	กีฬาฮอกกี้	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาฮอกกี้ได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา ฮอกกี้	2	5
3	กีฬาโปโลน้ำ	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาโปโลน้ำได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา โปโลน้ำได้	2	10
4	กีฬาเบสบอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเบสบอลได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา เบสบอลได้	2	10
5	กีฬาคริกเกต	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาคริกเกตได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬาคริก เกตได้	2	10
สอบกลางภาค				1	20
6	กีฬาเนตบอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาเนตบอลได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา เนตบอลได้	2	5
7	กีฬาซุคบอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาซุคบอลได้	-ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา ซุคบอลได้	2	5



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
8	กีฬาอเมริกันฟุตบอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาอเมริกันฟุตบอลได้	ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา อเมริกันฟุตบอลได้	2	10
9	กีฬาซอฟต์บอล	-อธิบายประวัติ ความเป็นมา ลักษณะกฎกติกา วิธีการเล่น กีฬาซอฟต์บอลได้	ประวัติ ความเป็นมา กฎ กติกา วิธีการเล่น กีฬา ซอฟต์บอลได้	2	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32203 พลศึกษา 3

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล หลักการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการเล่นกีฬาฟุตบอล ทั้งมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล ทักษะการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย และมีความเข้าใจ สามารถอธิบายถึงประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตบอลได้ เพื่อให้ นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาฟุตบอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไป บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล
2. มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล
3. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
4. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามกติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้อย่างถูกต้อง
6. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

รวมทั้งหมด 6 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พ32203 พลศึกษา 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอลได้	-ประวัติกีฬาฟุตบอล- ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอล	2	6
2	ทักษะการเคลื่อนไหว	-มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล	-การอบอุ่นร่างกาย -การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ -การทรงตัว -การเคลื่อนที่ไปทิศทางต่างๆ -การบำรุงรักษาสุขภาพ	4	12
3	ทักษะการเล่นฟุตบอล	-มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตบอล	-การสร้างความคุ้นเคยกับลูกฟุตบอล -การรับ-ส่ง ลูกฟุตบอล -การยิงประตู -การเลี้ยง ส่ง โหม่ง ยิง -การเป็นผู้รักษาประตู การส่งลูกเข้าเล่น	3	12
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
4	หลักการรุก	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรุก -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย รุก -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย รุก	3	10
5	หลักการรับ	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรับหรือ ป้องกัน -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน	3	10
6	กติกาการ แข่งขันฟุตบอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตาม กติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้ อย่างถูกต้อง	-การเล่นตามกติกา -กติกาการแข่งขัน -สัญญาณมือและ สัญญาณนกหวีดของผู้ ตัดสิน	3	10
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32204 พลศึกษา 4

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล หลักการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการเล่นกีฬาฟุตบอล ทั้งมีความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาฟุตบอล ทักษะการเล่นฟุตบอล ทักษะการรุก การรับ กติกาการแข่งขันฟุตบอล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย และมีความเข้าใจ สามารถอธิบายถึงประวัติความเป็นมาของกีฬาฟุตบอลได้ เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาฟุตบอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไปบนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาฟุตบอล
2. มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล
3. มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตบอล
3. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
4. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตามกติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้อย่างถูกต้อง
6. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

รวม 7 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พ32204 พลศึกษา 4

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาบอลได้	-ประวัติกีฬาฟุตบอล -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอล	2	10
2	ทักษะการเคลื่อนไหว	-มีทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาฟุตบอล	-การอบอุ่นร่างกาย -การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ -การทรงตัว -การเคลื่อนที่ไปทิศทางต่างๆ -การบำรุงรักษาสุขภาพ	4	10
3	ทักษะการเล่นฟุตบอล	-มีทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาฟุตบอล	-การสร้างความคุ้นเคยกับลูกฟุตบอล -การรับ-ส่ง ลูกฟุตบอล -การยิงประตู -การเลี้ยง ส่ง โหม่ง ยิง -การเป็นผู้รักษาประตู การส่งลูกเข้าเล่น	3	10
สอบกลางภาค					20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
4	หลักการรุก	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรุก -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย รุก -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย รุก	3	10
5	หลักการรับ	-รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อ เป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	-ขั้นตอนการรับหรือ ป้องกัน -การเล่นเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน -แบบฝึกเมื่อเป็นฝ่าย ป้องกัน	3	10
6	กติกาการ แข่งขันฟุตบอล	-รู้ เข้าใจ และสามารถปฏิบัติตาม กติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอลได้ อย่างถูกต้อง	-การเล่นตามกติกา -กติกาการแข่งขัน -สัญญาณมือและ สัญญาณนกหวีดของผู้ ตัดสิน	2	5
7	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	1	5
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32215 กรีฑา 1

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาประวัติความเป็นมาของกีฬากรีฑา ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การ ออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกรีฑา ในเรื่อง การทรงตัว การเคลื่อนที่ การเข้าที่ การเข้าเส้นชัย การวิ่งระยะสั้น การวิ่งระยะกลาง การวิ่งระยะไกล การเข้าที่วิ่งผลัด การรับ-ส่งไม้คทา การเล่นเกม กติกาการแข่งขัน รายบุคคลและเป็นทีม อย่างถูกต้องการเล่นอย่างปลอดภัย และสนุกสนาน หรือ อาจนำกิจกรรมพลศึกษา มาช่วยเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและ ทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน โดยอธิบายประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของกีฬากรีฑา การออกกำลังกายด้วย กิจกรรมกรีฑา ในเรื่อง การทรงตัว การเคลื่อนที่ การเข้าที่ การเข้าเส้นชัย การวิ่งระยะสั้น การวิ่งระยะกลาง การวิ่งระยะไกล การเข้าที่วิ่งผลัด การรับ-ส่งไม้คทา การจัดการแข่งขัน เพื่อที่จะสามารถนำความเข้าใจการเล่นและประโยชน์ของกีฬากรีฑา รู้และเข้าใจกระบวนการทักษะ ของ กีฬากรีฑา สามารถอธิบายกติกาทั่วไปของกีฬากรีฑา ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

ผลการเรียนรู้

1. บอกประวัติความเป็นมาของกรีฑาได้
2. บอกประเภทของกรีฑาได้
3. ฝึกปฏิบัติกรีฑาประเภทลู่ได้
4. ให้คำแนะนำและบอกข้อแตกต่างระหว่างกรีฑาระยะต่างๆได้
5. สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายด้วยกิจกรรมกรีฑาได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32215 กรีฑา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	บอกประวัติความเป็นมาของกรีฑาได้	-ประวัติกรีฑา -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่น การดูแลรักษาอุปกรณ์กรีฑา	1	5
2	ประเภทของกรีฑา	บอกประเภทของกรีฑาได้	-ลู่ -ลาน -ผสม -วิ่งข้ามทุ่ง -ถนน	8	10
3	กรีฑาประเภทลู่	ฝึกปฏิบัติกรีฑาประเภทลู่ได้	-กรีฑาประเภทลู่ชนิดต่างๆ	10	35
สอบกลางภาค				1	20
4		ให้คำแนะนำและบอกข้อแตกต่างระหว่างกรีฑาระยะต่างๆได้	-กรีฑาระยะสั้น -กรีฑาระยะกลาง กรีฑาระยะไกล	10	25
5	เพิ่มสมรรถภาพ	5. สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายด้วยกิจกรรมกรีฑาได้	การฝึกเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	9	25
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32216 การตัดสินกีฬา 1

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการแข่งขันและการทำหน้าที่ของผู้ตัดสินกีฬา (ฟุตบอล บาสเกตบอล ตะกร้อ วอลเลย์บอล กรีฑาประเภทลู่) คุณสมบัติของผู้ตัดสิน การใช้สัญญาณนกหวีด ทำทางต่างๆ ที่ใช้ในการตัดสินกีฬา (ฟุตบอล บาสเกตบอล ตะกร้อ วอลเลย์บอล วอลเลย์บอลชายหาด กรีฑา ประเภทลู่) จะต้องฝึกปฏิบัติสิ่งเหล่านี้จนเกิดความเคยชินจนเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพ ในการตัดสิน และควบคุมการแข่งขันให้เกมการแข่งขันสนุกสนาน ตื่นเต้น เร้าใจ ดำเนินไปตามกฎกติกา และข้อบังคับต่างๆ ด้วยความบริสุทธิ์ยุติธรรม

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลได้
2. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาตะกร้อได้
3. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาสเกตบอลได้
4. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬา วอลเลย์บอลได้
5. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกรีฑาประเภทลู่ได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32216 การตัดสินใจกีฬา 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
1	การตัดสินใจกีฬาฟุตบอล	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินใจ ฟุตบอลได้	-อธิบายการแข่งขันฟุตบอล และการ เป็นผู้ตัดสินใจฟุตบอล รวมทั้งการ ใช้สัญญาณนกหวีด และท่าทางต่างๆ ในกีฬาฟุตบอลได้	8	15
2	การตัดสินใจกีฬาตะกร้อ	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินใจ ตะกร้อได้	-อธิบายการแข่งขันตะกร้อ และการ เป็นผู้ตัดสินใจกีฬาตะกร้อ รวมทั้งการ ใช้ท่าทางต่างๆในกีฬาตะกร้อได้	8	15
3	การตัดสินใจกีฬา บาสเกตบอล	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินใจ บาสเกตบอลได้	-อธิบายการแข่งขันบาสเกตบอล และการเป็นผู้ตัดสินใจ บาสเกตบอล รวมทั้งการใช้สัญญาณ นกหวีด และท่าทางต่างๆในกีฬา บาสเกตบอลได้	8	15
สอบกลางภาค				1	10
4	การตัดสินใจกีฬา วอลเลย์บอล	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินใจ วอลเลย์บอลได้	-อธิบายการแข่งขันวอลเลย์บอล และการเป็นผู้ตัดสินใจ วอลเลย์บอล รวมทั้งการใช้สัญญาณ นกหวีด และท่าทางต่างๆในกีฬา วอลเลย์บอลได้	8	15
5	การตัดสินใจกรีฑา ประเภทลู่	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินใจ ประเภทลู่ได้	-อธิบายการแข่งขันกรีฑาประเภทลู่ และการเป็นผู้ตัดสินใจกรีฑาประเภทลู่ รวมทั้งการใช้สัญญาณนกหวีด และ ท่าทางต่างๆในกรีฑาประเภทลู่ได้	6	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32217 แอนด์บอล

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอลทักษะเบื้องต้นของการเล่นกีฬาแอนด์บอล ทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นแอนด์บอลการเล่นเป็นทีมของกีฬาแอนด์บอล กติกาการเล่นแอนด์บอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้นักเรียนมีทักษะเบื้องต้นของการเล่นกีฬาแอนด์บอล มีทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและมีทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นแอนด์บอลมีทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาแอนด์บอล มี ทักษะและเข้าใจกติกาการเล่นแอนด์บอล และการทดสอบสมรรถภาพทางกายและมีความเข้าใจ อธิบาย ประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอล

เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาแอนด์บอลไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไป บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. สามารถอธิบายประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอล
2. สามารถครอบครองลูกแอนด์บอล และมีทักษะในการ รับ-ส่ง ลูกแอนด์บอล
3. มีทักษะในการเลี้ยงลูกแอนด์บอล และทักษะในการยิงประตู
4. มีทักษะในการเป็นผู้รักษาประตู
5. มีทักษะในการเล่นเป็นทีม ทั้งการเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายรับ
6. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงของการเล่นและสามารถตัดสินกีฬาแอนด์บอลได้
7. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง

รวม 7 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32217 แขนด์บอล

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์ และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอลได้	-ประวัติกีฬาแฮนด์บอล -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอล		10
2	ทักษะเบื้องต้นของการเล่นแฮนด์บอล	-สามารถครอบครองลูกแฮนด์บอล และมีทักษะในการ รับ-ส่ง ลูกแฮนด์บอล -มีทักษะในการเลี้ยงลูกแฮนด์บอล และทักษะในการยิงประตู -มีทักษะในการเป็นผู้รักษาประตู	-การครอบครองลูกแฮนด์บอล -การส่งลูกแฮนด์บอล -การเลี้ยงลูกแฮนด์บอล -การยิงประตูแฮนด์บอล -การเป็นผู้รักษาประตู	15	40
สอบกลางภาค					20
3	การเล่นเป็นทีม	-มีทักษะในการเล่นเป็นทีม ทั้งการเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายรับ	-การเล่นทีมของกีฬาแฮนด์บอล -ตำแหน่งและการวางตัวผู้เล่น -วิธีการเล่นเป็นทีมของกีฬาแฮนด์บอล -เทคนิคในการเล่นเป็นฝ่ายรุก -เทคนิคในการเล่นเป็นฝ่ายรับ	8	10



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	น้ำหนักคะแนนรวม
4	กติกากการเล่นกีฬาแฮนด์บอล	-รู้ เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงของการเล่นและสามารถตัดสินกีฬาแฮนด์บอลได้	-สนามแฮนด์บอลและเวลาการแข่งขัน -ลูกแฮนด์บอลและทีมแฮนด์บอล -ผู้รักษาประตูและเขตประตูแฮนด์บอล -การเล่นลูกแฮนด์บอลและการเข้าเล่นกับฝ่ายตรงข้าม -การได้ประตูและการเริ่มเล่น -การส่งลูกเข้าเล่นและผู้รักษาประตูส่ง -การส่งลูกกินเปล่าและการยิงลูก7 เมตร -การปฏิบัติในการส่งและการลงโทษ -ผู้ตัดสิน ผู้บันทึกและผู้จับเวลา	10	10
5	การทดสอบสมรรถภาพ	-รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง	-ความรู้การทดสอบสมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการประเมินผลสมรรถภาพทางกาย	1	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32218 ตะกร้อ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาหลักการพลศึกษา กีฬา และนันทนาการ ฝึกทักษะในการเคลื่อนไหวและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีมได้แก่ กีฬาตะกร้อ เช่น ทักษะการทรงตัว การเคลื่อนที่ การเตะลูกหลังเท้า ลูกข้างเท้าด้านใน ลูกเข้า ลูกศรยะ ลูกพลิกแพลง การเล่นลูกหน้าตาข่าย การเสิร์ฟลูก การเล่นทีม ด้วยกระบวนการทางพลศึกษาและกระบวนการเรียนรู้อื่นๆ นำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่นมีแนวทางในการเสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพของตนเอง ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจ อย่างเต็มความสามารถจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี สามารถวางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ ยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา ร่วมมือในการแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ด้วยความมุ่งมั่นจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชมและสนุกสนาน ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และมีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณใน การแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา โดยใช้กระบวนการเรียนรู้ด้วยการฝึกทักษะการบริหารร่างกาย การเล่นกีฬาตามลำดับขั้นตอน โดยเน้นการพัฒนาตามศักยภาพของแต่ละบุคคล เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจแนวทาง และมีการเสริมสร้างสมรรถภาพของตนเอง มีคุณธรรมและ เห็นคุณค่าของกิจกรรมพลศึกษาและกีฬา สามารถนำไปประยุกต์ให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและส่วนรวม

ผลการเรียนรู้

1. ประวัติความเป็นมาและวิวัฒนาการของตะกร้อ
2. การเล่นตะกร้อวง 3 – 5 คนได้
3. การเล่นตะกร้อข้ามตาข่าย 2 – 3 คนได้
4. รู้จักการเล่นทีม และการแข่งขัน เซปักตะกร้อได้
5. สามารถอธิบายกฎกติกาของการเล่นเซปักตะกร้อได้
6. รู้จักมารยาทของกีฬาตะกร้อและผู้ชมกีฬาเซปักตะกร้อ

รวม 6 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32218 ตะกร้อ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติและความเป็นมา	ประวัติความเป็นมาและวิวัฒนาการของตะกร้อ	ประวัติความเป็นมาและวิวัฒนาการของตะกร้อ	3	10
2	ทักษะพื้นฐานในการเล่นตะกร้อ	การเล่นตะกร้อวง 3 – 5 คนได้	-การเล่นตะกร้อวง 3-5 คน และ 7 คน - ทักษะการเคลื่อนที่ - ทักษะการเล่นลูกต่างๆ	8	20
3	ทักษะการเล่นทีมและครอบครองลูก	รู้จักการเล่นทีม และการแข่งขัน เซปักตะกร้อได้	-การเล่นตะกร้อข้ามตาข่าย 2-3 คนได้ -การใช้ทักษะพื้นฐานมาใช้ใน การเล่นเซปักตะกร้อ	8	20
สอบกลางภาค				1	20
4	ทักษะการเล่นทีมที่ใช้ในการแข่งขัน	การเล่นตะกร้อข้ามตาข่าย 2 – 3 คนได้	-การเล่นทีมโดยการเล่นเป็นฝ่ายรุก –รับ และการเล่นเซปักตะกร้อได้	6	10
5	กฎและกติกา	กฎและกติกา	-อธิบายกฎ-กติกาของการเล่นเซปักตะกร้อได้	7	5
6	มารยาทในการเล่นและมารยาทในการเล่นชมกีฬาเซปักตะกร้อ	รู้จักมารยาทของกีฬาตะกร้อและผู้ชมกีฬาเซปักตะกร้อ	-การแสดงออก รู้แพ้ รู้ชนะ การให้อภัย ในการเล่นและการแข่งขัน	6	15
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ32219 กรีฑา 2

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาประวัติความเป็นมาของกีฬากรีฑา ให้มีส่วนร่วมและปฏิบัติจริงในกิจกรรมกายบริหาร การ ออกกำลังกายด้วยกิจกรรมกรีฑา ในเรื่อง การทรงตัว การเคลื่อนที่ กรีฑาประเภทลาน กติกาการแข่งขัน รายบุคคล อย่างถูกต้องการเล่นอย่างปลอดภัย และสนุกสนาน หรือ อาจนำกิจกรรมพลศึกษา มาช่วยเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง มีทักษะ มีสมรรถภาพทางกายและ ทางจิต มีระเบียบวินัย เห็นคุณค่า และนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน โดยอธิบายประวัติความเป็นมาและประโยชน์ของ กีฬากรีฑา การออกกำลังกายด้วย กิจกรรมกรีฑา ในเรื่อง การทรงตัว การเคลื่อนที่ การจัดการแข่งขัน เพื่อที่จะสามารถนำความเข้าใจการเล่นและประโยชน์ของกีฬากรีฑา รู้และเข้าใจกระบวนการทักษะ ของ กีฬากรีฑา สามารถอธิบายกติกาทั่วไปของกีฬากรีฑา ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย

ผลการเรียนรู้

1. ฝึกปฏิบัติกรีฑาประเภทลู่ได้
2. ให้คำแนะนำและบอกข้อแตกต่างระหว่างกรีฑาประเภทลานชนิดต่างได้
3. สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกายด้วยกิจกรรมกรีฑาได้

รวม 3 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32219 กรีฑา 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
	กรีฑาประเภท ลาน	ฝึกปฏิบัติกรีฑาประเภทลานได้	-กรีฑาประเภทลาน ชนิดต่างๆ	19	50
สอบกลางภาค				1	20
4		-ให้คำแนะนำและบอกข้อแตกต่าง ระหว่างกรีฑาประเภทลานชนิดได้ -สามารถเพิ่มสมรรถภาพทางกาย ด้วยกิจกรรมกรีฑาได้	-ความไกล -ความสูง	19	50
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32220 แอนด์บอลชายหาด

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอลชายหาด ทักษะเบื้องต้นของการ เล่นกีฬาแอนด์บอลชายหาด ทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นแอนด์บอลชายหาด การเล่นเป็นทีมของกีฬาแอนด์บอลชายหาด กติกาการเล่นแอนด์บอลชายหาด และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อให้ นักเรียนมีทักษะเบื้องต้นของการเล่นกีฬาแอนด์บอลชายหาด มีทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและมีทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นแอนด์บอลชายหาด มีทักษะการเล่นเป็นทีมของกีฬาแอนด์บอลชายหาด มี ทักษะและเข้าใจกติกาการเล่นแอนด์บอลชายหาด และการทดสอบสมรรถภาพทางกายและมีความเข้าใจ อธิบาย ประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอลชายหาดเพื่อให้ นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมการออกกำลังกายตามความถนัดและ ความสนใจ และนำทักษะกีฬาแอนด์บอลชายหาดไปใช้ในการออกกำลังกายเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และสมรรถภาพต่อไป บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. สามารถอธิบายประวัติความเป็นมาของกีฬาแอนด์บอลชายหาด
2. สามารถครอบครองลูกแอนด์บอลชายหาด และมีทักษะในการ รับ-ส่ง ลูกแอนด์บอลชายหาด
3. มีทักษะในการเลี้ยงลูกแอนด์บอลชายหาด และทักษะในการยิงประตู
4. มีทักษะในการเป็นผู้รักษาประตู
5. มีทักษะในการเล่นเป็นทีม ทั้งการเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายรับ
6. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงของการเล่นกีฬาแอนด์บอลชายหาด
7. รู้ เข้าใจ และปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายได้อย่างถูกต้อง

รวม 7 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พ32220 แขนด์บอลชายหาด

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์ และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอลชายหาดได้	-ประวัติกีฬาแฮนด์บอลชายหาด -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาแฮนด์บอลชายหาด	3	10
2	ทักษะเบื้องต้นของการเล่นแฮนด์บอล	-สามารถครอบครองลูกแฮนด์บอลชายหาด และมีทักษะในการ รับ-ส่ง ลูกแฮนด์บอลชายหาด -มีทักษะในการเลี้ยงลูกแฮนด์บอล และทักษะในการยิงประตู -มีทักษะในการเป็น ผู้รักษาประตู	-การครอบครองลูกแฮนด์บอลชายหาด -การส่งลูกแฮนด์บอลชายหาด -การเลี้ยงลูกแฮนด์บอลชายหาด -การยิงประตูแฮนด์บอลชายหาด -การเป็นผู้รักษาประตู	16	40
สอบกลางภาค				1	20
3	การเล่นเป็นทีม	-มีทักษะในการเล่นเป็นทีม ทั้งการเป็นฝ่ายรุกและฝ่ายรับ	-การเล่นทีมของกีฬาแฮนด์บอลชายหาด -ตำแหน่งและการวางตัวผู้เล่น -วิธีการเล่นเป็นทีมของกีฬาแฮนด์บอลชายหาด -เทคนิคในการเล่นเป็นฝ่ายรุก -เทคนิคในการเล่นเป็นฝ่ายรับ	10	20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
4	กติกากการเล่น กีฬา แฮนด์บอล ชายหาด	.-รู้ เข้าใจ และปฏิบัติ ตามกฎกติกาและ ข้อตกลงของการเล่น กีฬาแฮนด์บอลชายหาด	-สนามแฮนด์บอลและเวลาการ แข่งขัน -ลูกแฮนด์บอลและทีมแฮนด์บอล ชายหาด -ผู้รักษาประตูและเขตประตู แฮนด์บอล -การเล่นลูกแฮนด์บอลและการ เข้าเล่นกับฝ่ายตรงข้าม -การได้ประตูและการเริ่มเล่น -การส่งลูกเข้าเล่นและผู้รักษา ประตูส่ง -การส่งลูกกินเปล่าและการยิงลูก 6 เมตร -การปฏิบัติในการส่งและการ ลงโทษ -ผู้ตัดสิน ผู้บันทึกและผู้จับเวลา	7	20
5	การทดสอบ สมรรถภาพ	-รู้ เข้าใจ และปฏิบัติการ ทดสอบสมรรถภาพทาง กายได้อย่างถูกต้อง	-ความรู้การทดสอบสมรรถภาพ ทางกาย -ข้อเสนอแนะการประเมินผล สมรรถภาพทางกาย	2	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32221 การตัดสินกีฬา 2

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง

จำนวน 1 หน่วย

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้และความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการแข่งขันและการทำหน้าที่ของผู้ตัดสินกีฬา (ฟุตบอล วอลเลย์บอลชายหาด แอนด์บอล แอนด์บอลชายหาด กรีฑาประเภทลาน) คุณสมบัติของผู้ตัดสิน การใช้สัญญาณนกหวีด ท่าทางต่างๆ ที่ใช้ในการตัดสินกีฬา (ฟุตบอล วอลเลย์บอลชายหาด แอนด์บอล แอนด์บอลชายหาด กรีฑาประเภทลาน) จะต้องฝึกปฏิบัติสิ่งเหล่านี้จนเกิดความเคยชินจนเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพ ในการตัดสินและควบคุมการแข่งขันให้เกมการแข่งขันสนุกสนาน ตื่นเต้น เร้าใจ ดำเนินไปตามกฎกติกา และข้อบังคับต่างๆด้วยความบริสุทธิ์ยุติธรรม

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลได้
2. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดได้
3. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาแฮนด์บอลได้
4. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกีฬาแฮนด์บอลชายหาดได้
5. อธิบายและปฏิบัติเป็นผู้ตัดสินกรีฑาประเภทลานได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32221 การตัดสินกีฬา 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
1	การตัดสินกีฬาฟุตบอล	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอลได้	-อธิบายการแข่งขันฟุตบอล และการเป็นผู้ตัดสินกีฬาฟุตบอล รวมทั้งการใช้สัญญาณนกหวีด และท่าทางต่างๆ ในกีฬาฟุตบอลได้	8	15
2	การตัดสินกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด ได้	-อธิบายการแข่งขันวอลเลย์บอลชายหาด และการเป็นผู้ตัดสินกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด รวมทั้งการใช้ท่าทางต่างๆในกีฬา วอลเลย์บอลชายหาดได้	8	15
3	การตัดสินกีฬา แอนด์บอล	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินกีฬา แอนด์บอลได้	-อธิบายการแข่งขันแอนด์บอล และการเป็นผู้ตัดสินกีฬา แอนด์บอล รวมทั้งการใช้สัญญาณนกหวีด และท่าทางต่างๆในกีฬา แอนด์บอลได้	8	15
สอบกลางภาค				1	10
4	การตัดสินกีฬา แอนด์บอลชายหาด	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินกีฬา แอนด์บอลชายหาด ได้	-อธิบายการแข่งขันแอนด์บอลชายหาด และการเป็นผู้ตัดสินกีฬา แอนด์บอลชายหาด รวมทั้งการใช้สัญญาณนกหวีด และท่าทางต่างๆในกีฬา แอนด์บอลชายหาดได้	8	15
5	การตัดสินกรีฑา ประเภทลาน	-อธิบายและปฏิบัติ เป็นผู้ตัดสินกรีฑา ประเภทลานได้	-อธิบายการแข่งขันกรีฑาประเภทลาน และการเป็นผู้ตัดสินกรีฑาประเภทลาน รวมทั้งการใช้สัญญาณนกหวีด และท่าทางต่างๆในกรีฑาประเภทลานได้	6	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ32222 โภชนาการการกีฬา

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับ ความสำคัญของโภชนาการ แหล่งของสารอาหาร สารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละวัน โภชนาการการกีฬา ความต้องการสารอาหารในการออกกำลังกาย การเขียนตารางอาหารที่เหมาะสมกับตนเอง รวมถึงการแนะนำโภชนาการที่เหมาะสมกับการออกกำลังกายให้กับบุคคลอื่นได้

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจถึงความสำคัญของโภชนาการ
2. บอกแหล่งที่มาของสารอาหารได้อย่างถูกต้อง
3. เปรียบเทียบความต้องการสารอาหารระหว่างบุคคลทั่วไปกับนักกีฬาได้
4. สามารถออกแบบและเขียนตารางอาหารที่เหมาะสมกับตนเองได้
5. สามารถให้คำแนะนำเกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับนักกีฬาประเภทต่างๆแก่ผู้อื่นได้

รวม 4 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา 32222 โภชนาการทางกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	โภชนาการ	มีความรู้ความเข้าใจถึง ความสำคัญของ โภชนาการ	-ความสำคัญของโภชนาการ	8	25
2	สารอาหาร	บอกแหล่งที่มาของ สารอาหารได้อย่าง ถูกต้อง	-สารอาหารต่างๆ - องค์ประกอบของเลือดที่มี ความสัมพันธ์กับสารอาหาร	8	25
สอบกลางภาค					20
3	ความต้องการ สารอาหาร	เปรียบเทียบความ ต้องการสารอาหาร ระหว่างบุคคลทั่วไปกับ นักกีฬาได้	-การวางแผนการออกกำลังกาย	8	25
4	เมนูอาหาร	สามารถออกแบบและ เขียนตารางอาหารที่ เหมาะสมกับตนเองได้	เมนูอาหารในแต่ละมื้อ ที่ เหมาะสมต่อวัน และเหมาะสม กับการออกกำลังกาย	8	20
5	ส่งเสริมผู้อื่น	สามารถให้คำแนะนำ เกี่ยวกับโภชนาการที่ เหมาะสมกับนักกีฬา ประเภทต่างๆแก่ผู้อื่นได้	เมนูอาหารในแต่ละมื้อ ที่ เหมาะสมต่อวัน และเหมาะสม กับการออกกำลังกาย	8	20
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				0	100



พ32223 การจัดการแข่งขันกีฬา

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการแข่งขันกีฬา การจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬา หลักการฝึกซ้อม ฝึกปฏิบัติทักษะกีฬา การจัดการแข่งขันกีฬา กฎ กติกา ระเบียบ มารยาทการแข่งขันกีฬา โดยเลือกชนิดกีฬาตามความเหมาะสม

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายหลักการจัดการแข่งขันกีฬาได้
2. อธิบายการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬาได้
3. ปฏิบัติการจัดการแข่งขันกีฬาได้

รวม 3 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ32223 การจัดการแข่งขันกีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนนรวม
1	หลักการจัดการแข่งขัน	-อธิบายหลักการจัดการแข่งขันกีฬาได้	-อธิบายหลักการจัดการแข่งขันกีฬา เช่น วอลเลย์บอล ฟุตบอล บาสเกตบอล ตะกร้อ ฟุตซอล วอลเลย์บอลชายหาด เป็นต้น	6	10
2	หลักการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬา	-อธิบายการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬาได้	-อธิบายการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬาตามรูปแบบต่าง ๆ เช่น แพ้ครึ่งเดียวคัดออก การแข่งขันแบบพบกันหมด แพ้สองครั้งคัดออก เป็นต้น	6	10
3	ออกแบบโครงการการแข่งขันกีฬา	-อธิบายการจัดโปรแกรมการแข่งขันกีฬาได้	-สามารถออกแบบโครงการการแข่งขันกีฬา อย่างน้อย 1 ชนิดกีฬาได้	10	10
สอบกลางภาค				1	10
4	การจัดการแข่งขันกีฬา	-ปฏิบัติการจัดการแข่งขันกีฬาได้	-ปฏิบัติการจัดการแข่งขันตามโครงการการแข่งขันกีฬา อย่างน้อย 1 ชนิดกีฬา	16	40
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33205 พลศึกษา 5

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษาใหม่มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับ ประวัติการลีลาศ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการลีลาศ ประเภทของการลีลาศ มารยาททางสังคมในงานลีลาศ การเต้นจังหวะปิกิน จังหวะวอลทซ์ จังหวะแทงโก จังหวะซาลาชา โดยมีทักษะในการเต้นลีลาศในจังหวะต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องและรูถึงประเภทของการเต้นลีลาศ และรูเรื่องมารยาทในการเต้นลีลาศในงานลีลาศ เพื่อสามารถนำทักษะต่าง ๆ ของการเต้นลีลาศไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและมีมารยาท ทางสังคม มีทักษะการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย กิจกรรมเสริมสมรรถภาพทางกาย การนำหลักการ ของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา ปฏิบัติตามกฎ กติกา มารยาท การทำงานเป็นทีม และปฏิบัติตนได้จนเป็นสุขนิสัย บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. บอกประวัติกีฬาลีลาศ ประโยชน์คุณและค่าของการลีลาศ
2. อธิบายและปฏิบัติหลักการบริหารร่างกาย ของการลีลาศ
3. อธิบายและปฏิบัติหลักการเคลื่อนไหว เบื้องต้นของการลีลาศ
4. ปฏิบัติตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ ลีลาศ
5. ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและสร้างสรรค์ได้อย่างสนุกสนาน และสามารถนำไปใช้ ในชีวิตประจำวันได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33205 พลศึกษา 5

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 20 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ปฐมนิเทศ	-บอกประวัติกีฬาลีลาศ ประโยชน์และคุณค่า ของการลีลาศได้	-แจ้งจุดประสงค์รายวิชา ลีลาศ - การปฏิบัติตนในการเรียน เกี่ยวกับระเบียบ - การประเมินผลการเรียน - ประวัติและมารยาทการเต้นรำ	2	5
2	สมรรถภาพทางกาย	- อธิบายและปฏิบัติ หลักการบริหาร ร่างกาย ของการลีลาศ	- การทดสอบสมรรถภาพทางกา ยก่อนการเรียน	2	10
3	ทักษะพื้นฐานเบื้องต้น	-อธิบายและปฏิบัติ หลักการเคลื่อนไหว เบื้องต้นของการลีลาศ	- การยืนและการทรงตัว - การเดินถายน้ำหนักตัว - การฝึกฟังเสียงดนตรี - ทิศทางการเต้นรำ - การจับคูแบบต่าง ๆ	5	15
สอบกลางภาค				1	20
4	จังหวะปี่กั้น	-ปฏิบัติตามหลักการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะ กลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การ ลีลาศ	- การเดินหน้า -การถอยหลัง(BASIC WALK) - การหมุน(SPORT TURE) - การเดินไขว้หน้า (FOREWORD COSSING) - การเดินไขว้หลัง (BACKWORD COSSING	4	15
ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม



5	จิ้งหะ ชะ ชะ ชา	-ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและ สร้างสรรค์ได้อย่าง สนุกสนาน และ สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	- การเดินหน้า -การถอยหลัง(BASIC WALK) - การหมุน(SPORT TURE) - การเดินไขว้หน้า (FOREWORD COSSING) - การเดินไขว้หลัง (BACKWORD COSSING)	5	15
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33206 พลศึกษา 6

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่2 เวลา 20 ชั่วโมง
จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ศึกษา และปฏิบัติการตัดสินกีฬาที่จัดการแข่งขันภายในโรงเรียน และเป็นกีฬายอดนิยม ต่างๆกีฬา วอลเลย์บอล กีฬาวอลเลย์บอลชายหาด กีฬาฟุตบอล กีฬาฟุตซอล กีฬาบาสเกตบอล กีฬาตะกร้อ กรีฑา กีฬา ฟันบ้าน และสามารถดำเนินการจัดการแข่งขันกีฬาภายใน เพื่อให้นักเรียนนำความรู้ทางทฤษฎีมาฝึกปฏิบัติ เพื่อ พัฒนาความมั่นใจใจตนเองและกล้าตัดสินใจ ฝึกความเป็นผู้นำ และฝึกกระบวนการบริหารจัดการทางการกีฬา สามารถจัดการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียนได้

ผลการเรียนรู้

1. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาวอลเลย์บอลได้
2. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดได้
3. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาฟุตบอลได้
4. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาฟุตซอลได้
5. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาบาสเกตบอลได้
6. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาตะกร้อได้
7. สามารถปฏิบัติการตัดสินกรีฑาได้
8. สามารถปฏิบัติการตัดสินกีฬาไทยและกีฬาฟันบ้านได้
9. สามารถปฏิบัติการจัดการแข่งขันกีฬาภายในได้

รวม 9 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33206 พลศึกษา 6

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 20 ชั่วโมง

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระเพิ่มเติม	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน
1	วอลเลย์บอล	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬา วอลเลย์บอล ได้	-กติกาการแข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอล	2	5
2	วอลเลย์บอล ชายหาด	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬา วอลเลย์บอล ชายหาดได้	-กติกาการแข่งขันกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลชายหาด	1	5
3	ฟุตบอล	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬาฟุตบอลได้	-กติกาการแข่งขันกีฬาฟุตบอล -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาฟุตบอล	2	5
4	ฟุตซอล	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬาฟุตซอลได้	-กติกาการแข่งขันกีฬาฟุตซอล -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์ กีฬาฟุตซอล	1	5

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระเพิ่มเติม	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน
5	บาสเกตบอล	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬาบาสเกตบอล ได้	-กติกาการแข่งขันกีฬา บาสเกตบอล -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา บาสเกตบอล	2	5
6	ตะกร้อ	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬาบาสเกตบอล ได้	-กติกาการแข่งขันกีฬาตะกร้อ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาตะกร้อ	1	5
สอบกลางภาค					20
7	กรีฑา	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬากรีฑาได้	-กติกาการแข่งขันกีฬากรีฑา -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬากรีฑา	3	5
8	กีฬาไทยและ กีฬาพื้นบ้าน	-สามารถปฏิบัติการ ตัดสินกีฬาไทยและกีฬา พื้นบ้านได้	-กติกาการแข่งขันกีฬาไทย และกีฬาพื้นบ้าน -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นกีฬา การดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาไทย ไทยและกีฬาพื้นบ้าน	3	5
9	จัดการแข่งขัน	-รู้ เข้าใจ และ ปฏิบัติการจัดการ แข่งขันกีฬาภายในได้	-ความรู้ทั่วไปในการจัดการแข่งขัน กีฬา -การตัดสินกีฬา	3	20
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33224 กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาเบื้องต้น

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับ โครงสร้างของร่างกายมนุษย์ หน้าที่ของอวัยวะต่างๆ คำศัพท์ที่ใช้ในศึกษากายวิภาคศาสตร์ คำศัพท์ที่ใช้ระบุทิศทาง ระนาบของร่างกาย คำศัพท์เกี่ยวกับการเคลื่อนไหว คำที่ใช้ระบุส่วนต่างๆ ของร่างกาย การจัดระดับโครงสร้างของร่างกายมนุษย์ สภาวะแวดล้อมภายในร่างกายมนุษย์ เซลล์วิทยา เนื้อเยื่อ ระบบต่างๆของร่างกาย

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับคำศัพท์ที่ใช้ในศึกษากายวิภาคศาสตร์
2. ระบุทิศทางในทางกายวิภาคศาสตร์ได้
3. บอกชื่อ และปฏิบัติการเคลื่อนไหวทางกายวิภาคศาสตร์ได้
4. บอกคำที่ใช้ระบุส่วนต่างๆของร่างกายของร่างกายได้
5. อธิบายระดับโครงสร้างของร่างกายมนุษย์ได้
6. เข้าใจและอธิบายสภาวะภายในร่างกายมนุษย์
7. เข้าใจถึงองค์ประกอบของเซลล์ของมนุษย์
8. สามารถเปรียบเทียบลักษณะพิเศษของเนื้อเยื่อชนิดต่างๆ
9. เข้าใจถึงโครงสร้างและหน้าที่ของระบบต่างๆของร่างกายมนุษย์

รวม 9 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา 33224 กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาเบื้องต้น
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	กายวิภาค ศาสตร์และ สรีรวิทยา	มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยว คำศัพท์ที่ใช้ในศึกษากาย วิภาคศาสตร์	-โครงสร้างร่างกาย -หน้าที่ของอวัยวะ	10	25
2	ทิศทางการ กายวิภาค ศาสตร์	ระบุทิศทางในทางกาย วิภาคศาสตร์ได้	-ทิศทางในทางกายวิภาคศาสตร์ ได้	10	25
3	การเคลื่อนไหว ทางกายวิภาค ศาสตร์	บอกชื่อ และปฏิบัติการ เคลื่อนไหวทางกายวิภาค ศาสตร์ได้	การเคลื่อนไหวทางกายวิภาค ศาสตร์		
4	ส่วนต่างๆของ ร่างกายมนุษย์	บอกคำที่ใช้ระบุส่วน ต่างๆของร่างกายของ ร่างกายได้	คำศัพท์ที่ใช้ระบุส่วนต่างๆ ของ ร่างกาย		
5	โครงสร้างของ ร่างกายมนุษย์	อธิบายระดับโครงสร้าง ของร่างกายมนุษย์ได้	โครงสร้างของร่างกายมนุษย์		
สอบกลางภาค					20
6	สภาวะร่างกาย มนุษย์	เข้าใจและอธิบายสภาวะ ภายในร่างกายมนุษย์	-สภาวะภายในร่างกายมนุษย์	2	25
7	เซลล์วิทยา	เข้าใจถึงองค์ประกอบ ของเซลล์ของมนุษย์	เซลล์	2	
8	เนื้อเยื่อ	สามารถเปรียบเทียบ ลักษณะพิเศษของ เนื้อเยื่อชนิดต่างๆ	เนื้อเยื่อ	2	25



ลำดับที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
9	ระบบอวัยวะ	เข้าใจถึงโครงสร้างและ หน้าที่ของระบบต่างๆของ ร่างกายมนุษย์	ระบบอวัยวะ 10 ระบบ	14	
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33225 การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

การให้ความช่วยเหลือทางการแพทย์แก่ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บทันที ณ บริเวณเกิดเหตุ อาจเป็นการใช้ทักษะความรู้เฉพาะทางหรือการตัดสินใจที่เหมาะสมกับสถานการณ์ฉุกเฉิน ในการช่วยเหลืออาจใช้เพียงอุปกรณ์เท่าที่หาได้ในขณะนั้น เพื่อประคับประคองอาการของผู้ป่วยจนกว่าจะได้รับการรักษาจากบุคลากรทางการแพทย์ หรือถูกส่งต่อเพื่อเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลอย่างเร่งด่วน รวมถึงการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจถึงความสำคัญและความหมายของการปฐมพยาบาล
2. สามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลในสถานการณ์ต่างๆได้
3. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพได้
4. สามารถปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพได้
5. ปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีการต่างๆได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา 33225 การปฐมพยาบาล

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	การปฐม พยาบาล	มีความรู้ความเข้าใจถึง ความสำคัญและ ความหมายของการปฐม พยาบาล	-ความสำคัญและความหมายของ การปฐมพยาบาล -หลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล	2	5
2	ปฏิบัติการการ ปฐมพยาบาล	สามารถปฏิบัติการปฐม พยาบาลในสถานการณ์ ต่างๆได้	-การปฐมพยาบาล - คนเป็นลม - มีบาดแผล - กระดูกหัก ข้อเคลื่อน	14	35
3	CPR	มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืน ชีพได้	ความรู้เบื้องต้นและหลักปฏิบัติ ในการช่วยฟื้นคืนชีพ	4	10
สอบกลางภาค					20
4	ปฏิบัติการ CPR	สามารถปฏิบัติการช่วย ฟื้นคืนชีพได้	-ปฏิบัติการ CPR	4	20
5	เคลื่อนย้าย ปลอดภัย	ปฏิบัติการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยด้วยวิธีการต่างๆได้	-หลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วย -วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบ ต่างๆ	16	30
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33226 อาชีพในอนาคต

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

การศึกษาการอาชีพในอนาคตที่สามารถนำความรู้เกี่ยวกับวิทยาศาสตร์การกีฬาไปใช้ การวิเคราะห์ถึงเหตุผลที่จะเลือกอาชีพในอนาคต

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา
2. นักเรียนสามารถบอกความแตกต่าง ลักษณะพิเศษของแต่ละอาชีพได้
3. นักเรียนสามารถบอกความต้องการที่จะประกอบอาชีพตามความชอบและความถนัดของตนหรือเลือกอาชีพอย่างมีเหตุผล

รวม 3 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา 33226 อาชีพในอนาคต

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	อาชีพในอนาคต	1. ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา	-ผู้ฝึกสอนกีฬา -นักกีฬา -นักวิทยาศาสตร์การกีฬา -นักเวชศาสตร์การกีฬา นักจิตวิทยาการกีฬา -นักโภชนาการการกีฬา -นักสรีรวิทยาการออกกำลังกาย -นักการจัดการกีฬา เจ้าหน้าที่กรมพลศึกษา เจ้าหน้าที่การกีฬาแห่งประเทศไทย -อาจารย์มหาวิทยาลัย -เทรนเนอร์ฟิตเนส นักข่าวกีฬา อื่นๆ	20	50
สอบกลางภาค					20
2	เลือกอาชีพ	-นักเรียนสามารถบอกความแตกต่าง ลักษณะพิเศษของแต่ละอาชีพได้ -นักเรียนสามารถบอกความต้องการที่จะประกอบอาชีพตามความชอบและความถนัดของตน หรือเลือกอาชีพอย่างมีเหตุผล	แนวทางการเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง	2	50
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33227 แอโรบิกเบื้องต้น

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีและหลักการของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก และเน้นหนักในการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิก ฝึกทักษะ เทคนิคของการเคลื่อนไหวทั้งในรูปแบบของการเคลื่อนไหวที่มีแรงกระแทกต่ำ (Low Impact) และแรงกระแทกสูง (High Impact) ตลอดทั้งการนำไปประยุกต์ใช้

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายและประโยชน์ของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
2. อธิบายหลักของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก และประโยชน์ของการออกกำลังกายแบบแอโรบิกได้
3. สามารถปฏิบัติทักษะการเต้นแอโรบิกได้อย่างถูกต้อง
4. สามารถเข้าใจหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา กับการการเต้นแอโรบิกได้อย่างถูกต้อง
5. สามารถนำการเต้นแอโรบิกไปใช้ในชีวิตประจำวันและสามารถแนะนำบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้อง

รวม 5 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา 33227 แอโรบิกเบื้องต้น

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	แอโรบิกเบื้องต้น	- อธิบายและประโยชน์ของการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง - อธิบายหลักของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก และประโยชน์ของการออกกำลังกายแบบแอโรบิกได้	หลักการออกกำลังกายแบบแอโรบิกเบื้องต้น - ประโยชน์ของการออกกำลังกายแบบแอโรบิก	4	10
2	เต้นแอโรบิก	สามารถปฏิบัติทักษะการเต้นแอโรบิกได้อย่างถูกต้อง	การเต้นแอโรบิกในระดับต่างๆ	15	40
สอบกลางภาค				1	20
3	วิทยาศาสตร์การกีฬากับแอโรบิก	สามารถเข้าใจหลักวิทยาศาสตร์การกีฬา กับ การการเต้นแอโรบิกได้อย่างถูกต้อง	- หลักวิทยาศาสตร์การกีฬา - ระบบหายใจและไหลเวียนเลือด	4	10
4	นำความรู้สู่ชุมชน	สามารถนำการเต้นแอโรบิกไปใช้ในชีวิตประจำวัน และสามารถแนะนำบุคคลอื่นได้อย่างถูกต้อง	- นำความรู้สู่ชุมชน - เป็นผู้นำเต้นแอโรบิก	15	40
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33228 วอลเลย์บอลชายหาดเพื่อความเป็นเลิศ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ สืบค้น ปฏิบัติ นำหลักการทางพลศึกษาไปใช้ในการพัฒนาการเล่นเกมนี กีฬาวอลเลย์บอลชายหาด การฝึกทักษะเบื้องต้นของกีฬาวอลเลย์บอลชายหาด เช่น การเคลื่อนที่ การแอนเดอร์ การเสิร์ฟ เกมรุก เกมรับ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกาย การสร้างเสริมสมรรถภาพ การทดสอบสมรรถภาพ การพัฒนาสุขภาพ กฎกติกา มารยาทการเป็นผู้เล่นและผู้ดูกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดที่ดีโดยใช้กระบวนการ ทักษะวิธีการทางพลศึกษา สืบค้น คิดวิเคราะห์ แก้ปัญหาในการเรียน เป็นรายบุคคล เป็นกลุ่ม การฝึกปฏิบัติมาพัฒนาทักษะตนเอง เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ตระหนัก เห็นคุณค่าในการนำทักษะ หลักการการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดไปพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตของตนเองและสังคมอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม ค่านิยมที่เหมาะสม

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายประวัติความเป็นมา วิวัฒนาการและประโยชน์ของกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดได้
2. อธิบายถึงความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดได้
3. ปฏิบัติทักษะในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาวอลเลย์บอลชายหาด
4. อธิบายขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
5. อธิบายขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33228 วอลเลย์บอลชายหาดเพื่อความเป็นเลิศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้ แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ประวัติความเป็นมาและความรู้ทั่วไป	-สามารถอธิบายประวัติความเป็นมา ประโยชน์และวิธีการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลชายหาดได้	-ประวัติกีฬา วอลเลย์บอลชายหาด -ประโยชน์ที่ได้รับ -มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี -ความปลอดภัยในการเล่นการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬา วอลเลย์บอลชายหาด	2	5
2	ทักษะการเคลื่อนไหวและการเตะชู	-มีทักษะในการเคลื่อนที่และเล่นลูกพื้นฐานในกีฬา วอลเลย์บอลชายหาดได้	-ทักษะการเคลื่อนที่ -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลชายหาดด้วยสองมือล่าง -การเตะชูลูก วอลเลย์บอลชายหาดด้วยสองมือบน	6	10
3	ทักษะการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาด	-มีทักษะในการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาดแบบต่างๆ	-การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลด้วยมือล่าง -การเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอลชายหาดด้วยมือบน -การกระโดดเสิร์ฟ	4	10
4	ทักษะการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลชายหาด	-มีทักษะในการกระโดดตบลูกวอลเลย์บอลชายหาดแบบต่างๆ	-สมรรถภาพของผู้กระโดดตบ -วิธีกระโดดตบแบบต่างๆ	7	30
สอบกลางภาค				1	20



ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้ แกนกลาง	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน รวม
5	ทักษะการสกัด กล้ามเนื้อ วอลเลย์บอล ชายหาด	-มีทักษะในการสกัดกล้ามเนื้อ วอลเลย์บอลชายหาด	-ความหมายของการ สกัดกล้ามเนื้อ -วิธีปฏิบัติการสกัดกล้ามเนื้อ	2	5
6	พื้นฐานการ เป็นเล่นทีม	-มีทักษะในการเล่นกีฬา วอลเลย์บอลชายหาดเป็นทีม	-การเล่นเป็นทีมของ กีฬาวอลเลย์บอล ชายหาด -การวางตำแหน่งผู้เล่น ของกีฬาวอลเลย์บอล ชายหาด	8	10
7	กติกาการ แข่งขันกีฬา วอลเลย์บอล ชายหาด	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบาย กติกาการแข่งขันวอลเลย์บอล ชายหาดได้อย่างถูกต้อง	-ลักษณะของการ แข่งขัน -สิ่งอำนวยความสะดวก และอุปกรณ์ -ผู้เข้าร่วมแข่งขัน -รูปแบบของการ แข่งขัน -การแข่งขัน -การหยุดการแข่งขัน และการถ่วงเวลา	8	10
8	การทดสอบ สมรรถภาพ ทางกาย	-รู้ เข้าใจ และสามารถอธิบายวิธี ประเมินสมรรถภาพทางกายได้ อย่างถูกต้อง	-การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย -ข้อเสนอแนะการ ประเมินผลสมรรถภาพ ทางกาย	1	5
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33229 ลีลาศ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาใหม่มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับ ประวัติการลีลาศ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการลีลาศ ประเภทของการลีลาศ มารยาททางสังคมในงานลีลาศ การเต้นจังหวะปิกิน จังหวะวอลทซ์ จังหวะแทงโก จังหวะซาลาชา โดยมีทักษะในการเต้นลีลาศในจังหวะต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องและรูถึงประเภทของการเต้นลีลาศ และรูเรื่องมารยาทในการเต้นลีลาศในงานลีลาศ เพื่อสามารถนำทักษะต่าง ๆ ของการเต้นลีลาศไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและมีมารยาท ทางสังคม มีทักษะการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย กิจกรรมเสริมสมรรถภาพทางกาย การนำหลักการ ของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา ปฏิบัติตามกฎ กติกา มารยาท การทำงานเป็นทีม และปฏิบัติตนได้จนเป็นสุขนิสัย บนฐานแนวคิดตามหลักปรัชญาของ เศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. บอกประวัติกีฬาลีลาศ ประโยชน์คุณและค่าของการลีลาศ
2. อธิบายและปฏิบัติหลักการบริหารร่างกาย ของการลีลาศ
3. อธิบายและปฏิบัติหลักการเคลื่อนไหว เบื้องต้นของการลีลาศ
4. ปฏิบัติตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ ลีลาศ
5. ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและสร้างสรรค์ได้อย่างสนุกสนาน และสามารถนำไปใช้ ในชีวิตประจำวันได้

รวม 5 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33229 ลีลาศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	ปฐมนิเทศ	-บอกประวัติกีฬาลีลาศ ประโยชน์และคุณค่า ของการลีลาศได้	-แจ้งจุดประสงค์รายวิชา ลีลาศ - การปฏิบัติตนในการเรียน เกี่ยวกับระเบียบ - การประเมินผลการเรียน - ประวัติและมารยาทการเต้นรำ	2	5
2	สมรรถภาพทางกาย	- อธิบายและปฏิบัติ หลักการบริหาร ร่างกาย ของการลีลาศ	- การทดสอบสมรรถภาพทางกา ยก่อนการเรียน	9	10
3	ทักษะพื้นฐานเบื้องต้น	-อธิบายและปฏิบัติ หลักการเคลื่อนไหว เบื้องต้นของการลีลาศ	- การยืนและการทรงตัว - การเดินถายน้ำหนักตัว - การฝึกฟังเสียงดนตรี - ทิศทางการเต้นรำ - การจับคูแบบต่าง ๆ	8	15
สอบกลางภาค				1	20
4	จังหวะปี่กั้น	-ปฏิบัติตามหลักการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะ กลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การ ลีลาศ	- การเดินหนา -การถอยหลัง(BASIC WALK) - การหมุน(SPORT TURE) - การเดินไขว้หนา (FOREWORD COSSING) - การเดินไขว้หลัง (BACKWORD COSSING	4	15
ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม



5	จังหวะ ชะ ชะ ซา	-ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและ สร้างสรรค์ได้อย่าง สนุกสนาน และ สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	- การเดินหน้า -การถอยหลัง(BASIC WALK) - การหมุน(SPORT TURE) - การเดินไขว้หน้า (FOREWORD COSSING) - การเดินไขว้หลัง (BACKWORD COSSING)	5	15
6	วอลซ์ (Waltz)	ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและ สร้างสรรค์ได้อย่าง สนุกสนาน และ สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	-จังหวะที่ 1 -จังหวะที่ 2 -จังหวะที่ 3	6	10
7	แทงโก้ (Tangs)	ปฏิบัติของการลีลาศ ทั้งเป็นผู้นำผู้ตามและ สร้างสรรค์ได้อย่าง สนุกสนาน และ สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	1. basic tango 2. เดินหน้า - ถอยหลัง 3. เดิน 14 จังหวะ	4	10
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33230 เวทเทรนนิ่งเบื้องต้น

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาใหม่มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับ กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาพื้นฐานของกล้ามเนื้อและข้อต่อ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกด้วยน้ำหนัก หลักการ ทฤษฎี และเทคนิคการฝึกด้วยน้ำหนักที่ถูกต้อง เกิดประโยชน์สูงสุดและมีความปลอดภัย สามารถจัดโปรแกรมการฝึกซ้อมด้วยน้ำหนักที่มีประสิทธิภาพ อันจะนำไปสู่การพัฒนากล้ามเนื้อของนักกีฬาและบุคคลทั่วไปได้

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาพื้นฐานของกล้ามเนื้อและข้อต่อ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกด้วยน้ำหนัก
2. อธิบายและหลักการ ทฤษฎี และเทคนิคการฝึกด้วยน้ำหนักที่ถูกต้อง
3. ฝึกปฏิบัติการฝึกด้วยน้ำหนักได้อย่างถูกต้อง
4. ออกแบบโปรแกรมการฝึกด้วยน้ำหนักเพื่อตนเองและผู้อื่นได้

รวม 4 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33230 เวทเทรนนิ่งเบื้องต้น

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	กล้ามเนื้อและข้อต่อ	มีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับ กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาพื้นฐานของกล้ามเนื้อและข้อต่อ ที่เกี่ยวข้องกับการฝึกด้วยน้ำหนัก	- แঙ্গจุดประสงครายวิชา ลีลาศ - การปฏิบัติตนในการเรียนเกี่ยวกับระเบียบ - การประเมินผลการเรียน - ประวัติและมารยาทการเทรนรำ	4	5
2	การฝึกด้วยน้ำหนัก	- อธิบายและหลักการ ทฤษฎี และเทคนิคการฝึกด้วยน้ำหนักที่ถูกต้อง	- หลักการ - ทฤษฎี - เทคนิคการฝึกด้วยน้ำหนัก	4	10
3	ทักษะพื้นฐานเบื้องต้น	- ฝึกปฏิบัติการฝึกด้วยน้ำหนักได้อย่างถูกต้อง	- ฝึกปฏิบัติ Squat ,machine Squat ,Lunge ,Side Lunge ,leg press, Glute-Ham-Gastroc Raise	11	15
สอบกลางภาค				1	20
4	การจัดโปรแกรม	- ออกแบบโปรแกรมการฝึกด้วยน้ำหนักเพื่อตนเองและผู้อื่นได้	การจัดโปรแกรมการฝึกด้วยน้ำหนัก	19	50
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33231 เกมและนันทนาการ

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 1 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

ศึกษาความรู้ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับนันทนาการ ความหมาย ความสำคัญและขอบข่ายของกิจกรรมนันทนาการ ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ ลักษณะและบทบาทของผู้นำนันทนาการ การจัดกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมนันทนาการในหน่วยงานต่างๆ เกมนันทนาการ เพลงนันทนาการ และนันทนาการการท่องเที่ยว เพื่อให้นักเรียนสามารถอธิบายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนันทนาการ ความหมาย ความสำคัญ และขอบข่ายของกิจกรรมนันทนาการ ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ ลักษณะและบทบาทของผู้นำนันทนาการ การจัดกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมนันทนาการในหน่วยงานต่างๆ เกมนันทนาการ เพลงนันทนาการ และนันทนาการการท่องเที่ยวได้ เพื่อให้นักเรียนมีเจตคติที่ถูกต้องและเหมาะสมเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ และสามารถ เลือกปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการได้ตามความถนัดและความสนใจ และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ได้อย่างเหมาะสม

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนันทนาการได้
2. อธิบายความหมาย ความสำคัญและขอบข่ายของกิจกรรมนันทนาการได้
3. อธิบายและจำแนกประเภทของกิจกรรมนันทนาการได้
4. อธิบายลักษณะและบทบาทของผู้นำนันทนาการได้
5. จัดกิจกรรมนันทนาการในหน่วยงานต่างๆ ได้
6. ปฏิบัติและเล่นเกมนันทนาการได้
7. ปฏิบัติและร้องเพลงนันทนาการได้

รวม 7 ผลการเรียนรู้



โครงสร้างรายวิชา พ33231 เกมและนันทนาการ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	เกมและนันทนาการ	-อธิบายความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนันทนาการได้ -อธิบายความหมาย ความสำคัญและ ขอบข่ายของกิจกรรมนันทนาการ -อธิบายและจำแนกประเภทของกิจกรรมนันทนาการได้ -อธิบายลักษณะและบทบาทของผู้ดำเนินนันทนาการได้	-รู้เบื้องต้นเกี่ยวกับนันทนาการได้ -ความหมาย ความสำคัญและขอบข่ายของกิจกรรมนันทนาการได้ -จำแนกประเภทของกิจกรรมนันทนาการได้ -ลักษณะและบทบาทของผู้ดำเนินนันทนาการได้	6	20
2	บริการ	-จัดกิจกรรมนันทนาการในหน่วยงานต่างๆได้ -ปฏิบัติและเล่นเกมนันทนาการได้	-จัดกิจกรรมนันทนาการในหน่วยงานต่างๆได้ -ปฏิบัติและเล่นเกมนันทนาการได้	13	10
สอบกลางภาค				1	20
4	เกมและเพลงนันทนาการ	-ปฏิบัติและเล่นเกมนันทนาการได้ -ปฏิบัติและร้องเพลงนันทนาการได้	-เกมนันทนาการ -ร้องเพลงนันทนาการได้	19	50
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				20	100



พ33232 สรีรวิทยาการออกกำลังกาย

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียน 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

การศึกษาการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้าง (Structure) และการทำงาน (Function) ของระบบต่างๆ ทั้งนี้ภายในร่างกายของมนุษย์เกิดขึ้น จากเซลล์ (Cells) รวมกันเป็นเนื้อเยื่อ (Tissues) เช่น ผิวหนัง และเนื้อเยื่อชนิดเดียวกัน รวมตัว กันเป็นอวัยวะ (Organs) เช่น หัวใจ ไต และอวัยวะที่ทำหน้าที่เหมือนกันรวมเป็นระบบ (System) เช่น ระบบโครงร่างประกอบเป็นโครงสร้างของมนุษย์ จากการศึกษาสรีรวิทยาการ ออกกำลังกายและกีฬาเพื่อให้เกิดความรู้และความเข้าใจถึงความหมาย ความสำคัญของ สรีรวิทยาการออกกำลังกาย และกีฬา กายวิภาคศาสตร์ โครงสร้างและหน้าที่ของระบบต่าง ๆ ได้แก่ ระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ระบบหายใจ และระบบไหลเวียนเลือด ระบบพลังงาน ขณะที่มีการออกกำลังกาย

ผลการเรียนรู้

1. มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโครงสร้างของร่างกาย
2. สามารถบอกหน้าที่ของอวัยวะต่างๆของร่างกายมนุษย์ได้
3. เข้าและวิเคราะห์การนำระบบพลังงานไปใช้ในการออกแบบการออกกำลังกาย
4. เข้าใจและมีความรู้เกี่ยวกับระบบต่างๆของร่างกาย
5. เข้าใจถึงความหมายของสรีรวิทยาการออกกำลังกาย
6. มีความรู้และความเข้าใจถึง ความสำคัญของ สรีรวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา
7. เปรียบเทียบความแตกต่างของระบบอวัยวะระหว่างสภาวะปกติกับขณะออกกำลังกาย
8. สามารถนำความรู้เกี่ยวกับสรีรวิทยาการออกกำลังกายไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสมรรถภาพ

ทางกายและทางกลไกได้

รวม 8 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา 33232 สรีรวิทยาการออกกำลังกาย
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระการเรียนรู้	จำนวน ชั่วโมง	น้ำหนัก คะแนน รวม
1	โครงสร้างของ ร่างกาย	1. มีความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับโครงสร้างของ ร่างกาย	โครงสร้างของร่างกาย	4	10
2	อวัยวะ	สามารถบอกหน้าที่ของ อวัยวะต่างๆของร่างกาย มนุษย์ได้	อวัยวะต่างๆ	4	10
3	ระบบพลังงาน	เข้าใจและวิเคราะห์การนำ ระบบพลังงานไปใช้ใน การออกแบบการออก กำลังกาย	-ระบบพลังงาน	4	10
4	ระบบอวัยวะ	เข้าใจและมีความรู้ เกี่ยวกับระบบต่างๆของ ร่างกาย	ระบบอวัยวะทั้ง 10 ระบบ	8	20
สอบกลางภาค					20
5	สรีรวิทยาการ ออกกำลังกาย	เข้าใจถึงความหมายของ สรีรวิทยาการออกกำลัง กาย	ความหมายของสรีรวิทยาการ ออกกำลังกาย	2	
6	สรีรวิทยาการ ออกกำลังกาย	มีความรู้และความเข้าใจ ถึง ความสำคัญของ สรีรวิทยาการออกกำลัง กายและกีฬา	ความสำคัญของสรีรวิทยาการ ออกกำลังกาย	2	



7	ระบบอวัยวะ	เปรียบเทียบความแตกต่างของระบบอวัยวะระหว่างสภาวะปกติกับขณะออกกำลังกาย	ระบบอวัยวะ	8	
8	ส่งเสริมสมรรถภาพ	สามารถนำความรู้เกี่ยวกับสรีรวิทยาการออกกำลังกายไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย	ประยุกต์ใช้ความรู้เพื่อส่งเสริมสมรรถภาพ	8	
สอบปลายภาค					20
รวมทั้งสิ้น				40	100



พ33233 จิตวิทยาการกีฬา

รายวิชาเพิ่มเติม
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ภาคเรียนที่ 2 เวลา 40 ชั่วโมง
จำนวน 1 หน่วยกิต

เป็นสหวิทยาการด้านวิทยาศาสตร์ ที่ศึกษาศาสตร์หลาย ๆ ด้านเกี่ยวกับชีวกลศาสตร์ สรีรวิทยา วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว ประชญาการกีฬา และจิตวิทยา การศึกษานี้เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านจิตวิทยาที่ส่งผลกระทบต่อสมรรถภาพและเกี่ยวข้องในด้านกีฬาและการออกกำลังกายที่ส่งผลกระทบต่อจิตวิทยาและปัจจัยด้านร่างกาย หลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาการกีฬาและการออกกำลังกาย องค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีผลต่อสภาพจิตใจของผู้ออกกำลังกายและนักกีฬา ความใส่ใจทางการกีฬา ความวิตกกังวล แรงกระตุ้นในการกีฬา และการออกกำลังกาย แรงจูงใจในการกีฬาและการออกกำลังกาย ความก้าวร้าวในการกีฬาและ การออกกำลังกาย การเป็นผู้นำทางการกีฬา จิตวิทยาการบาดเจ็บของนักกีฬา

ผลการเรียนรู้

1. อธิบายหลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาการกีฬาได้
2. มีความรู้เบื้องต้นองค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีผลต่อสภาพจิตใจของตนเองและนักกีฬา
3. สามารถนำความรู้ไปใช้ในการแก้ไขความผิดพลาดด้วยผลย้อนกลับ การควบคุม ความวิตกกังวล ความตั้งใจ สมาธิ และแรงจูงใจ บุคลิกภาพกับตนเอง
4. สามารถทำการฝึกปฏิบัติทักษะทางจิต การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ให้กับตนเองได้

รวม 3 ผลการเรียนรู้

โครงสร้างรายวิชา พ33233 จิตวิทยากีฬา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

เวลา 40 ชั่วโมง

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
1	ความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยาการกีฬา	-อธิบายหลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาการกีฬาได้	-ความหมายของจิตวิทยาการกีฬาระวัติความเป็นมาของจิตวิทยาการกีฬาต่างประเทศและในประเทศไทย บทบาทความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬา การนำจิตวิทยาการกีฬาไปใช้	10	25
2	ความเข้มแข็งทางจิตใจ	-มีความรู้เบื้องต้นองค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีผลต่อสภาพจิตใจของตนเองและนักกีฬา	-ความหมายของความเข้มแข็งทางจิตใจ ความสำคัญของความเข้มแข็งทางจิตใจ การสร้างความเข้มแข็ง 2 ความเข้มแข็งทางจิตใจ 7 ด้าน แบบวัดความเข้มแข็งทางจิตใจ (Psychological Performance Inventory : PPI) การพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจ	10	25
สอบกลางภาค				1	10
3	การฝึกทักษะทางจิตวิทยาการกีฬา	-สามารถทำการฝึกปฏิบัติทักษะทางจิต การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ให้กับตนเองได้	- ประเภทของการฝึกเทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬา เทคนิคการจินตภาพ (Imagery) เทคนิคการรวบรวมสมาธิ (Concentration) เทคนิคการพูดกับตนเอง (Self- talk) เทคนิคการตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) เทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (Progressive Relaxation) เทคนิคการกำหนดและการควบคุมการหายใจ (Breathing Control) เทคนิคการสะกดจิต (Hypnosis) เทคนิคไบโอฟีดแบ็ค (Biofeedback) เทคนิคออโตเจนิค (Autogenic Training) การนำเทคนิคทางจิตวิทยาการกีฬาไปใช้	10	25



ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	ผลการเรียนรู้	สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนนรวม
4	แรงจูงใจทางการกีฬา	-สามารถนำความรู้ไปใช้ในการแก้ไขความผิดพลาดด้วยผลย้อนกลับ การควบคุม ความวิตกกังวล ความตั้งใจสมาธิ และแรงจูงใจ บุคลิกภาพกับตนเอง	- ความหมายของแรงจูงใจ ความสำคัญของแรงจูงใจ ทฤษฎีแรงจูงใจ ประเภทของแรงจูงใจ องค์ประกอบที่มีผลต่อแรงจูงใจ แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย ทฤษฎีแรงจูงใจทางการกีฬา แรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา	10	25
สอบปลายภาค				1	20
รวมทั้งสิ้น				40	100

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

จุดมุ่งหมายของการวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐานสองประการ คือ เป็นการวัดและประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนและเพื่อตัดสินผลการเรียนรู้ การที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายแรกได้จะต้องมีการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้ของผู้เรียนในระหว่างการเรียนการสอนอย่างต่อเนื่อง บันทึกวิเคราะห์ แผลความหมายข้อมูล แล้วนำมาใช้ในการส่งเสริมหรือปรับปรุงแก้ไขการเรียนรู้ของผู้เรียนและการสอนของครู การวัดและประเมินผลกับการสอนจึงเป็นเรื่องที่สัมพันธ์กัน หากขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดการเรียนการสอนก็ขาดประสิทธิภาพ การประเมินระหว่างการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้เช่นนี้ เรียกว่า Formative assessment เป็นการวัดและประเมินผลที่เกิดขึ้นในห้องเรียนทุกวัน เป็นการประเมินเพื่อให้รู้จุดเด่น จุดที่ต้องปรับปรุง จึงเป็นข้อมูลเพื่อใช้ในการพัฒนา ซึ่งในปัจจุบันงานวิจัยบ่งชี้ว่าถ้าใช้การประเมินผลย่อยอย่างถูกวิธี การประเมินผลย่อยจะเป็นเครื่องมือที่ทรงพลังในการกำหนดเป้าหมาย การเรียนการสอน แต่ทั้งนี้ผู้สอนต้องมีทักษะในการใช้วิธีการและเครื่องมือการประเมินที่หลากหลาย เช่น การสังเกต การซักถาม การระดมความคิดเห็นเพื่อให้ได้มติข้อสรุปของประเด็นที่กำหนด การใช้แฟ้มสะสมงาน การใช้ภาระงานที่เน้นการปฏิบัติ การประเมินความรู้เดิม การให้ผู้เรียนประเมินตนเอง การให้เพื่อนประเมินเพื่อน การใช้เกณฑ์การให้คะแนน (Rubrics) และที่สำคัญการให้ข้อมูลย้อนกลับโดยผู้สอนต้องสามารถให้คำแนะนำเพื่อเชื่อมโยงความรู้เดิมกับความรู้ใหม่ทำให้การเรียนรู้พอกพูน นอกจากนี้ยังต้องรู้จักใช้ผลที่ได้จากการประเมินมาวางแผนและทบทวนการสอนของตนอีกด้วย

สำหรับจุดมุ่งหมายที่สองคือ การวัดและประเมินผลเพื่อตัดสินผลการเรียนรู้ เป็นการประเมินสรุปผลการเรียนรู้ เรียกว่า Summative assessment เมื่อเรียนจบหน่วยการเรียนรู้ หรือจบรายวิชาเพื่อตัดสินให้คะแนนหรือให้ระดับผลการเรียน หรือให้การรับรองความรู้ความสามารถของผู้เรียนว่าผ่านรายวิชาหรือไม่ ควรได้รับการเลื่อนชั้นหรือไม่ หรือสามารถจบหลักสูตรหรือไม่ โดยสถานศึกษามีหน้าที่ในการอนุมัติและรายงานผลการเรียน งานวิจัยเสนอแนะว่าการประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียนที่ดีต้องให้ออกาสผู้เรียนแสดงออกซึ่งความรู้ ความสามารถ ด้วยวิธีการที่หลากหลายและพิจารณาตัดสินบนพื้นฐานของเกณฑ์ผลการปฏิบัติมากกว่าใช้เปรียบเทียบระหว่างนักเรียน

การกำกับดูแลคุณภาพการศึกษา

การจัดการศึกษาในปัจจุบันนอกจากให้ทั่วถึงแล้วยังมุ่งเน้นคุณภาพด้วย ผู้ปกครอง สังคมและรัฐต้องการเห็นหลักฐานอันเป็นผลมาจากการจัดการศึกษา นั่นคือ คุณภาพของผู้เรียนที่เป็นไปตามมาตรฐานการเรียนรู้ตามที่หลักสูตรกำหนด หน่วยงานที่รับผิดชอบนับตั้งแต่สถานศึกษา ต้นสังกัด หน่วยงานระดับชาติที่ได้รับมอบหมาย จึงมีบทบาทหน้าที่ในการตรวจสอบคุณภาพผู้เรียนตามความคาดหวังของหลักสูตร ดังนั้นหลักสูตร

แกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ จึงกำหนดให้มีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ใน ๔ ระดับ ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษาและระดับชาติ ทุกระดับ มีเจตนาธรรมเช่นเดียวกัน คือ ตรวจสอบความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของผู้เรียนเพื่อนำผลการประเมินมาใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนาอย่างต่อเนื่องต่อไป

การประเมินระดับชั้นเรียน

เป็นการวัดและประเมินผลที่อยู่ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ ผู้สอนดำเนินการเป็นปกติและสม่ำเสมอในการจัดการเรียนการสอน ใช้เทคนิคการประเมินที่หลากหลาย เช่น การซักถาม การสังเกต การตรวจการบ้าน การประเมินโครงงาน การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน แฟ้มสะสมงาน การใช้แบบทดสอบ ฯลฯ โดยผู้สอนเป็นผู้ประเมินเอง หรือเปิดโอกาสให้ผู้เรียนประเมินตนเอง เพื่อนประเมินเพื่อน ผู้ปกครองร่วมประเมิน

การประเมินระดับชั้นเรียนเป็นการตรวจสอบว่า ผู้เรียนมีพัฒนาการความก้าวหน้าในการเรียนรู้ อันเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนหรือไม่และมากน้อยเพียงใด มีสิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาปรับปรุง และส่งเสริมในด้านใด นอกจากนี้ยังเป็นข้อมูลให้ผู้สอนใช้ปรับปรุงการเรียนการสอนของตนด้วย ทั้งนี้โดยให้สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

การประเมินระดับสถานศึกษา

เป็นการตรวจสอบผลการเรียนของผู้เรียนเป็นรายปี/รายภาค ผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และเป็นการประเมินเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการศึกษาของสถานศึกษาว่าส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนตามเป้าหมายหรือไม่ ผู้เรียนมีสิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาในด้านใด รวมทั้งสามารถนำผลการเรียนของผู้เรียนในสถานศึกษาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ระดับชาติ และระดับเขตพื้นที่การศึกษา ผลการประเมินระดับสถานศึกษาจะเป็นข้อมูลและสารสนเทศเพื่อการปรับปรังนโยบาย หลักสูตร โครงการ หรือวิธีการจัดการเรียนการสอน ตลอดจนเพื่อการจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษาตามแนวทางการประกันคุณภาพการศึกษาและการรายงานผลการจัดการศึกษาต่อคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้ปกครองและชุมชน

การประเมินระดับเขตพื้นที่การศึกษา

เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับเขตพื้นที่การศึกษา ตามมาตรฐานการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของเขตพื้นที่การศึกษา ตามภาระความรับผิดชอบ สามารถดำเนินการโดยประเมินคุณภาพของผู้เรียนด้วยวิธีการและเครื่องมือที่เป็นมาตรฐานที่จัดทำและดำเนินการโดยเขตพื้นที่การศึกษา หรือด้วยความร่วมมือกับหน่วยงานต้นสังกัดและหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือจากการตรวจสอบข้อมูลจากการประเมินระดับสถานศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษา



การประเมินระดับชาติ

เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับชาติ ตามมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน สถานศึกษาต้องจัดให้ผู้เรียนทุกคนที่เรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ เข้ารับการประเมิน ผลจากการประเมินใช้เป็นข้อมูล ในการเทียบเคียงคุณภาพการศึกษาในระดับต่างๆ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนยกระดับคุณภาพ การจัดการ การศึกษา ตลอดจนเป็นข้อมูลสนับสนุนการตัดสินใจในระดับนโยบายของประเทศ

ข้อมูลการประเมินในระดับต่างๆ ข้างต้น เป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาในการตรวจสอบ ทบทวน พัฒนา คุณภาพผู้เรียน ถือเป็นภาระความรับผิดชอบของสถานศึกษาที่จะต้องจัดระบบดูแลช่วยเหลือ ปรับปรุงแก้ไข ส่งเสริมสนับสนุน เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพบนพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคลที่จำแนก ตามสภาพปัญหาและความต้องการ ได้แก่ กลุ่มผู้เรียนทั่วไป กลุ่มผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มผู้เรียนที่มีปัญหาด้านวินัยและพฤติกรรม กลุ่มผู้เรียนที่ปฏิเสธโรงเรียน กลุ่ม ผู้เรียนที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคม กลุ่มพิการทางร่างกายและสติปัญญา เป็นต้น ข้อมูลจากการ ประเมินจึงเป็นหัวใจของสถานศึกษาในการดำเนินการช่วยเหลือผู้เรียนได้ทันท่วงที เป็นโอกาสให้ผู้เรียนได้รับ การพัฒนาและประสบความสำเร็จในการเรียน

๒๖ การจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษา

สถานศึกษาในฐานะผู้รับผิดชอบจัดการศึกษา จะต้องจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการ เรียนของสถานศึกษาให้สอดคล้องและเป็นไปตามหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติที่เป็นข้อกำหนดของหลักสูตร แกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เพื่อให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายถือปฏิบัติร่วมกัน

ระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษาเป็นกรอบภาระงานและ แนวปฏิบัติด้านการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ ซึ่งจะต้องเชื่อมโยงกับการเรียนรู้เป็นกระบวนการเดียวกัน สาระของระเบียบดังกล่าวกำหนดบนพื้นฐานของนโยบายด้านการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลการ เรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษา หลักการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักวิชา หลักเกณฑ์การวัด และประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กฎระเบียบที่ เกี่ยวข้องและแนวปฏิบัติที่สถานศึกษากำหนดเพิ่มเติม อันจะสะท้อนมาตรฐานการปฏิบัติงานของสถานศึกษาที่ สร้างความมั่นใจในกระบวนการดำเนินงานและความเชื่อมั่นแก่สังคม ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาผู้เรียนให้มี คุณภาพตามเป้าหมายการจัดการศึกษาของสถานศึกษา

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดว่าการวัดและประเมินผลการ เรียนรู้เป็นกระบวนการพัฒนาปรับปรุงการเรียนรู้ของผู้เรียนและตัดสินว่าผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถ ทักษะ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ อันเป็นผลมาจากการเรียนการสอนบรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดใน ระดับใด สามารถที่จะได้รับการเลื่อนชั้นเรียน หรือจบการศึกษาได้หรือไม่ สถานศึกษาในฐานะผู้รับผิดชอบ จัดการศึกษาจะต้องจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรของสถานศึกษาให้

สอดคล้องและเป็นไปตามหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติที่เป็นข้อกำหนดของหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ โดยมีการดำเนินการในเรื่องต่อไปนี้

๑. การตัดสินผลการเรียน กำหนดให้มีการดำเนินงานที่เชื่อมโยงกับการเรียนการสอนโดยผู้สอนต้องเก็บข้อมูลของผู้เรียนทุกด้านอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องในแต่ละปี/ภาค ตลอดจนให้มีการสอนซ่อมเสริมผู้เรียนในด้านที่ต้องได้รับการพัฒนาและสนับสนุนในด้านที่เด่น เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพ

การตัดสินผลการเรียนเพื่อพิจารณาเลื่อนชั้น กำหนดให้ระดับประถมศึกษาตัดสินผลการเรียนปลายปีเพื่อการเลื่อนชั้นเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เรียนเป็นหน่วยกิตให้ตัดสินผลการเรียนเป็นรายภาคเรียน เพื่อนำไปใช้ในการพิจารณาการเลื่อนชั้นเมื่อสิ้นปีการศึกษา นอกจากนี้ยังกำหนดให้มีการชี้แจงโดยให้คำเนิ่งถึงวุฒิภาวะและความรู้ความสามารถของผู้เรียนเป็นสำคัญ

๒. การให้ระดับผลการเรียนในระดับประถมศึกษา สามารถให้ระดับผลการเรียนได้หลายลักษณะขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของสถานศึกษา ระดับมัธยมศึกษากำหนดให้ใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับ สำหรับการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ให้ระดับผลการประเมินเป็นดีเยี่ยม ดี และผ่าน และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ให้ระดับผลการประเมินเป็นผ่านและไม่ผ่าน

๓. การรายงานผลการเรียน กำหนดให้สถานศึกษารายงานผลการเรียนให้ผู้เรียน ผู้ปกครองและผู้เกี่ยวข้องรับทราบความก้าวหน้าและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

๔. เกณฑ์การจบการศึกษา กำหนดคุณสมบัติของผู้จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และผู้จบการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ

๕. เอกสารหลักฐานการศึกษา กำหนดให้สถานศึกษาต้องจัดทำระเบียบแสดงผลการเรียน ประกาศนียบัตรและแบบรายงานผู้สำเร็จการศึกษา โดยใช้แบบพิมพ์ที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดและเอกสารหลักฐานการศึกษาที่สถานศึกษาจัดทำขึ้นเพื่อบันทึกผลการประเมินและข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับผู้เรียน

๖. การเทียบโอนผลการเรียน สถานศึกษาสามารถเทียบโอนผลการเรียนของผู้เรียนได้ในกรณีต่างๆ ได้แก่ การย้ายสถานศึกษา การศึกษาจากต่างประเทศและขอเข้าศึกษาต่อในประเทศ การย้ายหลักสูตร การเปลี่ยนรูปแบบการศึกษา การขอกลับเข้าศึกษาต่อของผู้ที่ออกกลางคัน ตลอดจนการเทียบโอนความรู้ ทักษะ ประสบการณ์จากแหล่งการเรียนรู้อื่นๆ

๗. การประเมินคุณภาพผู้เรียน สถานศึกษาต้องจัดให้ผู้เรียนได้เข้ารับการประเมินระดับเขตพื้นที่การศึกษา/หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและระดับชาติด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลสารสนเทศของผู้เรียนนำไปใช้ในการปรับปรุงพัฒนาผู้เรียนและการวางแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษาต่อไป

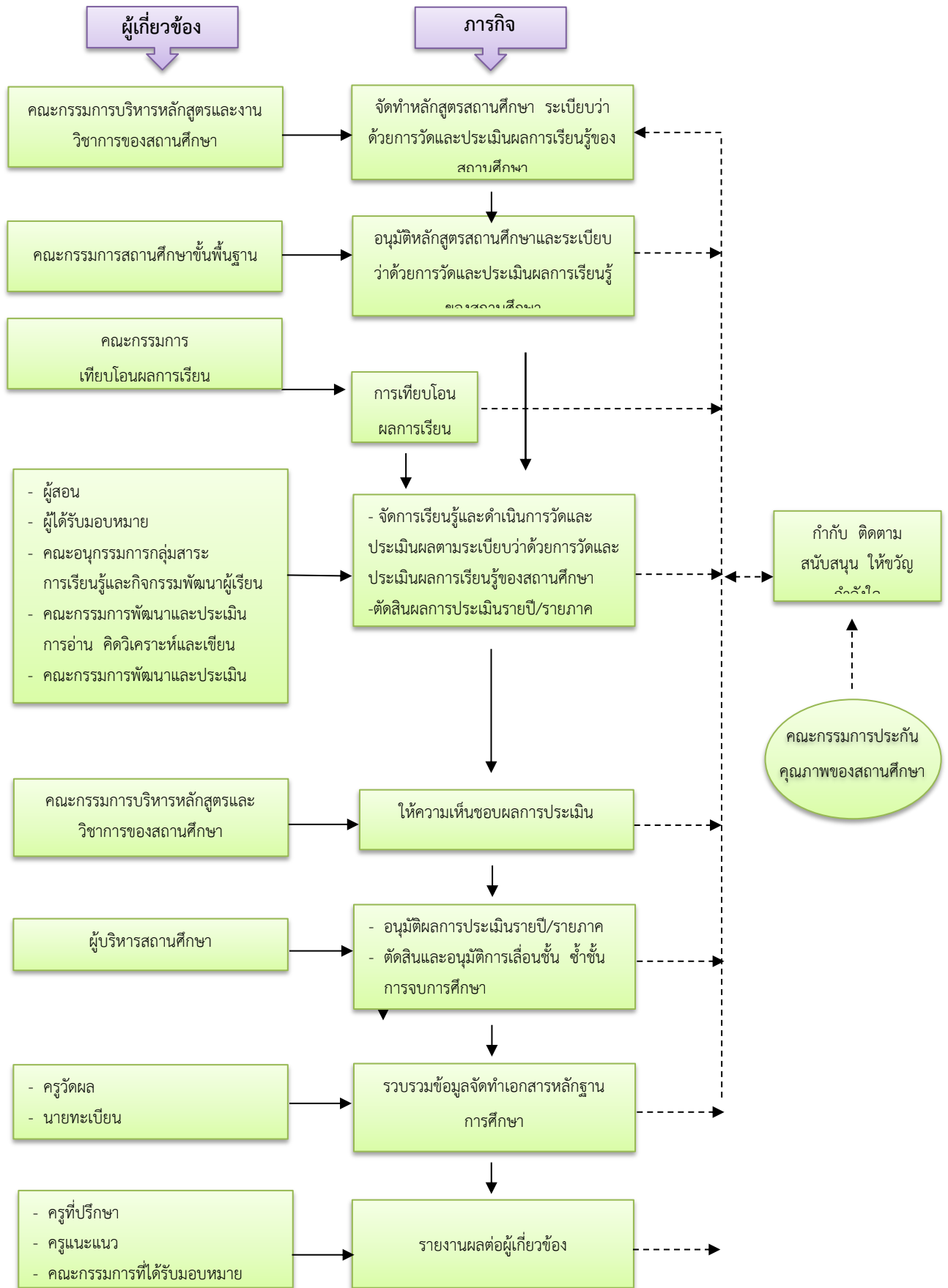
นอกจากนี้ สถานศึกษาอาจเพิ่มเติมประเด็นอื่นๆ ตามความเหมาะสม

๒ การจัดการระบบงานวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การดำเนินงานวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษา ครอบคลุมงาน ๒ ส่วน ได้แก่ งานวัดและประเมินผลการเรียนรู้และงานทะเบียน สถานศึกษาโดยทั่วไปจะกำหนดผู้รับผิดชอบแต่ละงาน อย่างไรก็ตามสถานศึกษาขนาดเล็กมักจะรวมงานทั้งสองและมอบหมายผู้รับผิดชอบคนเดียว

งานวัดและประเมินผลการเรียนรู้ มีหน้าที่รับผิดชอบในการจัดการให้ภาระงานวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการวัดและประเมินผล การเรียนรู้กับผู้สอนและผู้เรียน ตลอดจนดำเนินการเกี่ยวกับการสร้างเสริมความเข้มแข็งในเทคนิควิธีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ให้บุคลากรของสถานศึกษา สำหรับงานทะเบียนรับผิดชอบด้านเอกสารหลักฐานการศึกษา เอกสารการประเมินผลต่างๆ เพื่อการบันทึกหลักฐานการศึกษา การจัดเก็บเอกสารหลักฐานการศึกษาอย่างเป็นระบบ การออกเอกสารหลักฐานการศึกษา เป็นต้น

ภาระงานวัดและประเมินผลการเรียนรู้มีความเกี่ยวข้องกับฝ่ายต่างๆ ในสถานศึกษานับตั้งแต่ระดับนโยบาย ในการกำหนดนโยบายการวัดผล การจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษา เพื่อให้บุคลากรทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องถือปฏิบัติและยังเกี่ยวข้องกับผู้เรียนทุกคนตั้งแต่เข้าเรียนจนจบการศึกษาและออกจากสถานศึกษา จึงจำเป็นที่สถานศึกษาต้องวิเคราะห์ภาระงาน กำหนดกระบวนการทำงานและผู้รับผิดชอบแต่ละขั้นตอนอย่างชัดเจนเหมาะสม ดังในแผนภาพที่ ๑.๑ ได้แสดงถึงระบบ การบริหารการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษาที่กำหนดขึ้น โดยนำนโยบายการจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ ตลอดจนหลักการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานมาวิเคราะห์ภาระงาน และตารางที่ ๑.๑ แสดงถึงการมอบหมาย ภารกิจเกี่ยวกับการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ให้แก่บุคลากรฝ่ายต่างๆ ของสถานศึกษารับผิดชอบ



แผนภาพที่ ๑ ระบบการบริหารการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ตารางที่ ๑ การมอบหมายภารกิจการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ให้บุคลากรฝ่ายต่าง ๆ ของสถานศึกษารับผิดชอบ

ผู้ปฏิบัติ	บทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานการวัดและประเมินผลการเรียนรู้
<p>๑. คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน</p>	<p>๑.๑ อนุมัติและให้ความเห็นชอบหลักสูตรสถานศึกษา และระเบียบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษา</p> <p>๑.๒ อนุมัติและให้ความเห็นชอบต่อหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ทั้ง ๘ กลุ่ม</p> <p>๑.๓ อนุมัติและให้ความเห็นชอบต่อหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติในการประเมิน ความสามารถในการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน</p> <p>๑.๔ อนุมัติและให้ความเห็นชอบต่อคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของสถานศึกษา เกณฑ์และแนวปฏิบัติในการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของสถานศึกษา</p> <p>๑.๕ อนุมัติและให้ความเห็นชอบกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา เกณฑ์และแนวปฏิบัติในการประเมินผลกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน</p> <p>๑.๖ อนุมัติและให้ความเห็นชอบกระบวนการและวิธีการสอนซ่อมเสริม การแก้ไขผลการเรียนและอื่นๆ</p> <p>๑.๗ กำกับ ติดตามการดำเนินการจัดการเรียนการสอนตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ การพัฒนาความสามารถด้านการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน การพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์และการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน</p> <p>๑.๘ กำกับ ติดตาม การวัดและประเมินผล และการตัดสินผลการเรียน</p>
<p>๒. คณะกรรมการบริหารหลักสูตรและวิชาการของสถานศึกษา</p>	<p>๒.๑ จัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษา</p> <p>๒.๒ จัดทำแผนการประเมินผลการเรียนรู้ของหลักสูตรแกนกลางและสาระเพิ่มเติมของรายวิชาต่างๆ ในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ โดยวิเคราะห์จากมาตรฐานการเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้และจัดทำรายวิชาพร้อมเกณฑ์การประเมิน</p> <p>๒.๓ กำหนดสิ่งที่ต้องการประเมินในการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของสถานศึกษา กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษาพร้อมเกณฑ์การประเมินและแนวทางการปรับปรุงแก้ไขผู้เรียน</p> <p>๒.๔ กำหนดการตรวจสอบและรายงานสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน</p> <p>๒.๕ กำหนดวิธีการเทียบโอนผลการเรียน จำนวนรายวิชา จำนวนหน่วยกิต เพื่อการเทียบโอนผลการเรียน</p>

ตารางที่ ๑ (ต่อ)

ผู้ปฏิบัติ	บทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานการวัดและประเมินผลการเรียนรู้
๓. คณะอนุกรรมการ กลุ่มสาระการเรียนรู้ และกิจกรรมพัฒนา ผู้เรียน	๓.๑ กำหนดแนวทางการจัดการเรียนรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนพร้อมแนวทางการวัดและประเมินผล ๓.๒ สนับสนุนการจัดการเรียนรู้ การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน การวัด และประเมินผลการเรียนรู้และตัดสินผลการเรียนตามแนวทางที่กำหนดไว้ ๓.๓ พิจารณาให้ความเห็นชอบผลการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ สาระการเรียนรู้รายปี/รายภาคและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
๔. คณะกรรมการพัฒนา และประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน	๔.๑ กำหนดแนวทางในการพัฒนาและการประเมินความสามารถ การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียนของผู้เรียน ๔.๒ ดำเนินการประเมินความสามารถการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ๔.๓ ตัดสินผลการพัฒนาความสามารถการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ของผู้เรียนรายปี/รายภาคและการจบการศึกษาแต่ละระดับ
๕. คณะกรรมการพัฒนา และประเมินคุณลักษณะ อันพึงประสงค์ ของสถานศึกษา	๕.๑ กำหนดแนวทางการพัฒนา แนวทางการประเมินเกณฑ์ การประเมิน และแนวทางการปรับปรุงแก้ไขคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ๕.๒ พิจารณาตัดสินผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ รายปี/ รายภาคและการจบการศึกษาแต่ละระดับ ๕.๓ จัดระบบการปรับปรุงแก้ไขคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้วยวิธีการอัน เหมาะสมและส่งต่อข้อมูลเพื่อการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง
๖. คณะกรรมการ เทียบโอนผลการเรียน	๖.๑ จัดทำสาระ เครื่องมือ และวิธีการเทียบโอนผลการเรียนของรายวิชา และกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ ๖.๒ ดำเนินการเทียบโอนผลการเรียนให้กับผู้เรียนที่ร้องขอ ๖.๓ ประมวลผลและตัดสินผลการเทียบโอน ๖.๔ เสนอผลการเทียบโอนต่อคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและวิชาการ ของสถานศึกษาให้ความเห็นชอบและเสนอผู้บริหารสถานศึกษาตัดสินอนุมัติ การเทียบโอน
๗. ผู้บริหารสถานศึกษา	๗.๑ เป็นเลขานุการคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ๗.๒ เป็นประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและวิชาการของ สถานศึกษา ๗.๓ อนุมัติผลการประเมินผลการเรียน รายปี/รายภาค และตัดสินอนุมัติ การเลื่อนชั้นเรียน การเข้าชั้น การจบการศึกษา ๗.๔ ให้คำแนะนำข้อปรึกษาหารือเกี่ยวกับการดำเนินงานแก่บุคลากรใน สถานศึกษา ๗.๕ กำกับ ติดตามให้การดำเนินงานการวัดและประเมินผลการเรียน บรรลุเป้าหมาย ๗.๖ นำผลการประเมินไปจัดทำรายงานผลการดำเนินงาน กำหนด นโยบายและวางแผนพัฒนาการจัดการศึกษา

ตารางที่ ๑.๑ (ต่อ)

ผู้ปฏิบัติ	บทบาทหน้าที่ในการดำเนินงานการวัดและประเมินผลการเรียนรู้
๘. ผู้สอน	<p>๘.๑ จัดทำแผนการจัดการเรียนรู้แผนการประเมินผลการเรียนรู้ในรายวิชาที่รับผิดชอบให้สอดคล้องกับแนวปฏิบัติและปฏิทินปฏิบัติงาน</p> <p>๘.๒ ทำการวัดและประเมินผลระหว่างเรียนควบคู่กับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนที่กำหนดพร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขผู้เรียนที่มีข้อบกพร่อง</p> <p>๘.๓ ประเมินตัดสินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนในรายวิชาที่สอน หรือกิจกรรมที่รับผิดชอบเมื่อสิ้นสุดการเรียนรายปี/รายภาค ส่งหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้หรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน</p> <p>๘.๔ นำผลการประเมินไปวิเคราะห์เพื่อพัฒนาการจัดการเรียนการสอน</p> <p>๘.๕ ตรวจสอบสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน</p>
๙. ครูวัดผล	<p>๙.๑ ส่งเสริมพัฒนาระบบและเทคนิควิธีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ด้านต่างๆ แก่ครูและบุคลากรของสถานศึกษา</p> <p>๙.๒ ให้คำปรึกษา ติดตาม กำกับการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษาให้เป็นไปตามหลักวิชาการและแนวทางที่สถานศึกษากำหนดไว้</p> <p>๙.๓ ตรวจสอบ กลั่นกรอง ปรับปรุงคุณภาพของวิธีการ เครื่องมือวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของสถานศึกษา</p> <p>๙.๔ ปฏิบัติงานร่วมกับนายทะเบียนในการรวบรวม ตรวจสอบและประมวลผลการประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคน</p>
๑๐. นายทะเบียน	<p>๑๐.๑ ปฏิบัติงานร่วมกับครูวัดผลในการรวบรวม ตรวจสอบและบันทึกผลการประมวลข้อมูลผลการเรียนของผู้เรียนแต่ละคน</p> <p>๑๐.๒ ตรวจสอบและสรุปข้อมูลผลการเรียนของผู้เรียนรายบุคคล แต่ละชั้นปีและเมื่อจบการศึกษา เพื่อเสนอรายชื่อผู้มีคุณสมบัติครบถ้วน ให้คณะกรรมการบริหารหลักสูตรและวิชาการของสถานศึกษาให้ความเห็นชอบ และเสนอให้ผู้บริหารสถานศึกษาตัดสินและอนุมัติผลการเลื่อนชั้นเรียน และจบการศึกษาแต่ละระดับ</p> <p>๑๐.๓ จัดทำเอกสารหลักฐานการศึกษา</p>



ระเบียบโรงเรียนเมวดีพิทยาคม

ว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ พุทธศักราช ๒๕๖๗
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

โดยที่โรงเรียนเมวดีพิทยาคม ได้ประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ตามคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ ที่ วก. ๒๙๓/๒๕๕๑ ลงวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ เรื่อง ให้ใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ จึงเป็นการสมควรที่จะกำหนดระเบียบโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ด้วย การวัดและประเมินผลการตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เพื่อให้สามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับคำสั่งดังกล่าว

ฉะนั้น อาศัยอำนาจนามความในมาตรา ๓๙ แห่งระเบียบพระราชบัญญัติบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. ๒๕๔๖ โดยความเห็นชอบของคณะกรรมการบริหารโรงเรียน จึงวางระเบียบไว้ดังต่อไปนี้ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ระเบียบนี้เรียกว่า “ระเบียบโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ พุทธศักราช ๒๕๖๗ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑”

ข้อ ๒ ระเบียบนี้ให้บังคับตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๖๗ เป็นต้นไป

ข้อ ๓ ให้ยกเลิก ระเบียบโรงเรียน ข้อบังคับหรือคำสั่งอื่นใดในส่วนที่กำหนดไว้ในระเบียบนี้ หรือซึ่งขัดหรือแย้งกับบรรดาระเบียบ ข้อบังคับหรือคำสั่งอื่นใดในส่วนที่กำหนดไว้แล้วในระเบียบนี้ หรือซึ่งขัดหรือแย้งกับระเบียบนี้ ให้ใช้ระเบียบนี้แทน

ข้อ ๔ ให้ใช้ระเบียบนี้ ควบคู่กับหลักสูตร โรงเรียนเมวดีพิทยาคม ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗

ข้อ ๕ ให้ผู้อำนวยการโรงเรียนรักษาการให้เป็นไปตามระเบียบฉบับนี้

หมวด ๑

หลักการในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้

ข้อ ๖ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ให้เป็นไปตามหลักการ ดังนี้

โรงเรียนมีหน้าที่วัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน ด้วยวิธีการที่หลากหลายทั้ง ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ เป็นรายวิชาให้สอดคล้องกับ มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด/ ผลการเรียนรู้ ของแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ทำการวัดและประเมินผล การอ่าน คิควิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 โดยความเห็นชอบของคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานของโรงเรียน

ข้อ ๗ โรงเรียนมีการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน เพื่อปรับปรุงพัฒนาผู้เรียน เพื่อพัฒนาระบบการจัดการเรียนรู้ และเพื่อตัดสินผลการเรียน

ข้อ ๘ กระบวนการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ เพื่อปรับปรุงกระบวนการเรียนรู้ให้ถือปฏิบัติดังนี้

๘.๑ แจ้งให้ผู้เรียนทราบมาตรฐาน/ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้ทั้ง ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ วิธีการวัดและประเมินผล เกณฑ์การผ่านตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้ และเกณฑ์การวัดและประเมินผลในแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้รายภาค

๘.๒ แจ้งให้นักเรียนทราบผลการเรียนรู้แต่ละกิจกรรม เกณฑ์การตัดสินพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรม และเวลาเรียน/เข้าร่วมกิจกรรม ในการประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

๘.๓ แจ้งให้ผู้เรียนทราบคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของโรงเรียน วิธีการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ และเกณฑ์การตัดสิน

๘.๔ แจ้งให้ผู้เรียนทราบเกณฑ์และแนวปฏิบัติในการวัดและประเมินผลความสามารถในการอ่าน คิควิเคราะห์ และเขียน

๘.๕ ก่อนจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้สอนจะต้องวัดและประเมินผลก่อนเรียน เพื่อตรวจสอบความรู้พื้นฐานและทักษะเบื้องต้นของผู้เรียน

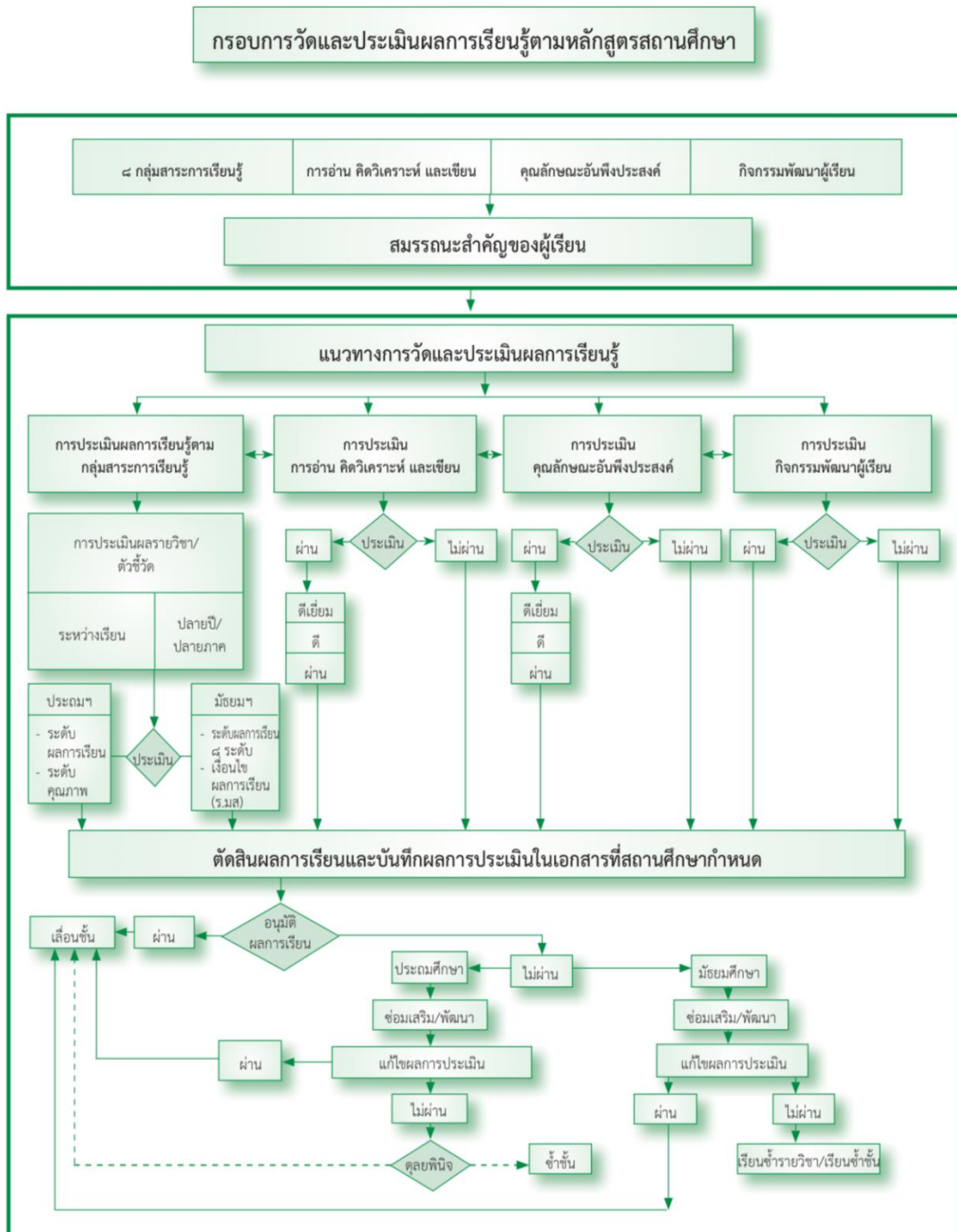
๘.๖ ระหว่างจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ให้ผู้สอนวัดและประเมินผลการเรียนของผู้เรียนเป็นระยะๆ เพื่อตรวจสอบพัฒนาการของผู้เรียนว่าบรรลุตามมาตรฐาน/ตัวชี้วัด /ผลการเรียนรู้ ตามที่กำหนดไว้ในแผนการจัดการเรียนรู้ หากผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ให้ผู้สอนวินิจฉัยหาข้อบกพร่องของผู้เรียนแล้วสอนซ่อมเสริม โดยจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับศักยภาพการเรียนรู้ของผู้เรียน

ข้อ ๙ ให้โรงเรียนอนุมัติการเลื่อนชั้น การซ้ำชั้น การจบการศึกษาภาคบังคับ และการจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน

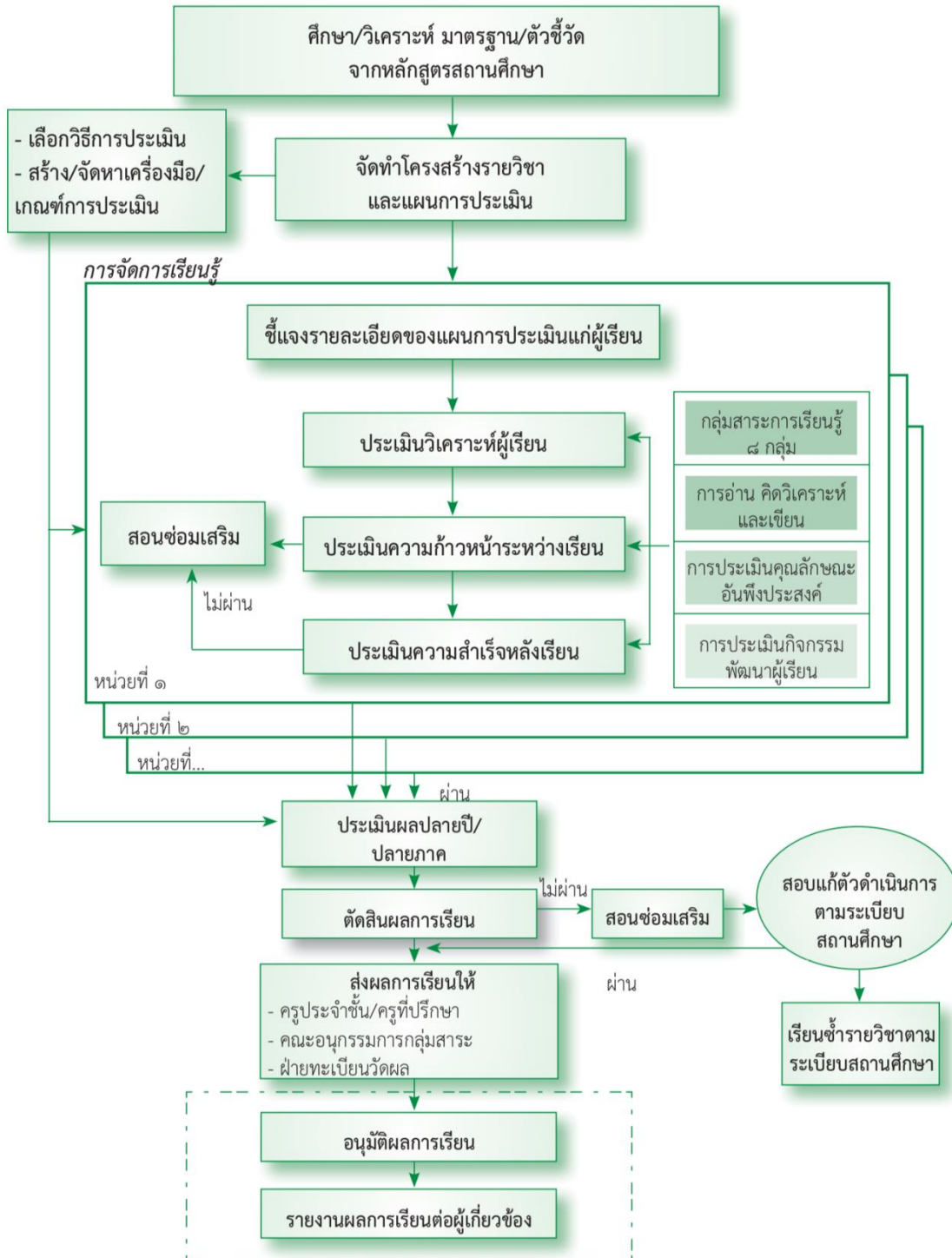
ข้อ ๑๐ ให้ใช้ตัวเลขแสดงผลการเรียนรู้ ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ โดยนำคะแนนผลการวัดและประเมินผลระหว่างเรียน รวมกับคะแนนการวัดและประเมินผลปลายปี/ภาค ตามสัดส่วนที่โรงเรียนกำหนด แล้วนำมาเทียบเพื่อปรับเป็นระดับผลการเรียน โดยใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียน ๘ ระดับ คือ “๔” “๓.๕” “๓” “๒.๕” “๒” “๑.๕” “๑” และ “๐”

ข้อ ๑๑ ให้ใช้คำว่า “ผ่าน” และ “ไม่ผ่าน” แสดงผลการวัดและประเมินผลกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และใช้คำว่า “ดีเยี่ยม” “ดี” และ “ผ่าน” ในการวัดและประเมิน การอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

ข้อ ๑๒ ให้แจ้งผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนเป็นรายบุคคล โดยรายงานผลการเรียนทั้ง ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน ให้ผู้ปกครองทราบอย่างน้อย ภาคเรียนละ ๑ ครั้ง



แผนภาพที่ ๒ กรอบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตามหลักสูตรสถานศึกษา



แผนภาพที่ ๓ กรอบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้

หมวด ๒ การตัดสินผลการเรียน

ข้อ ๑๓ การตัดสินผลการเรียน ประกอบการพิจารณาการเลื่อนชั้นเรียนสูงขึ้นเมื่อสิ้นปีการศึกษา ยกเว้นในกรณีที่พบว่าผู้เรียนมีผลการเรียนรู้ ผลการประเมินไม่ผ่านเกณฑ์ที่โรงเรียนกำหนดและมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาเพิ่มเติมในด้านต่าง ๆ เป็นอย่างมากก็ให้เรียนซ้ำชั้นได้

๑๓.๑ การเลื่อนชั้น

เมื่อสิ้นปีการศึกษา ผู้เรียนจะได้รับการเลื่อนชั้น เมื่อมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังต่อไปนี้

(๑) ตัดสินผลการเรียนเป็นรายวิชา ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้น ๆ

(๒) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัด และผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

(๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

(๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมิน และมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด ในการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

ทั้งนี้ ถ้าผู้เรียนมีข้อบกพร่องเล็กน้อย และพิจารณาเห็นว่าสามารถพัฒนาและสอนซ่อมเสริมได้ ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะผ่อนผันให้เลื่อนชั้นได้

๑๓.๒ การเรียนซ้ำชั้น

สถานศึกษาจะจัดให้ผู้เรียนเรียนซ้ำใน ๒ กรณี ดังนี้

กรณีที่ ๑ การเรียนซ้ำรายวิชา เมื่อผู้เรียนซ่อมเสริมและสอบแก้ตัว ๒ ครั้งแล้วไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา โดยจัดให้เรียนซ้ำในช่วงใดช่วงหนึ่งที่สถานศึกษาเห็นว่าเหมาะสม เช่น พักกลางวัน วันหยุด ชั่วโมงว่างหลังเลิกเรียน ภาคฤดูร้อน เป็นต้น

กรณีที่ ๒ เรียนซ้ำชั้น มี ๒ ลักษณะ คือ

- ผู้เรียนมีระดับผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษานั้นต่ำกว่า ๑.๐๐ และมีแนวโน้มว่า จะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้น

- ผู้เรียนมีผลการเรียน ๐ , ร , มส เกินครึ่งหนึ่งของรายวิชาที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษานั้น

ทั้งนี้ หากเกิดลักษณะใดลักษณะหนึ่ง หรือทั้ง 2 ลักษณะ ให้สถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการพิจารณา หากเห็นว่าไม่มีเหตุผลอันสมควรก็ให้ซ้ำชั้น โดยยกเลิกผลการเรียนเดิม และให้ใช้ผลการเรียนใหม่แทน หากพิจารณาแล้วไม่ต้องเรียนซ้ำชั้น ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาในการแก้ไขผลการเรียน

ข้อ ๑๔ เกณฑ์การจบการศึกษาได้จะต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

(๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐานและเพิ่มเติม โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๖๖ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติมตามที่สถานศึกษากำหนด



(๒) ผู้เรียนต้องได้หน่วยกิต ตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า ๗๗ หน่วยกิต โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๖๖ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติมไม่น้อยกว่า ๑๑ หน่วยกิต

(๓) ผู้เรียนมีผลการประเมิน การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมินผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

(๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐานและเพิ่มเติม โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๔๑ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติมตามที่สถานศึกษากำหนด

(๒) ผู้เรียนต้องได้หน่วยกิต ตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า ๗๗ หน่วยกิต โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๔๑ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติม ไม่น้อยกว่า ๓๖ หน่วยกิต

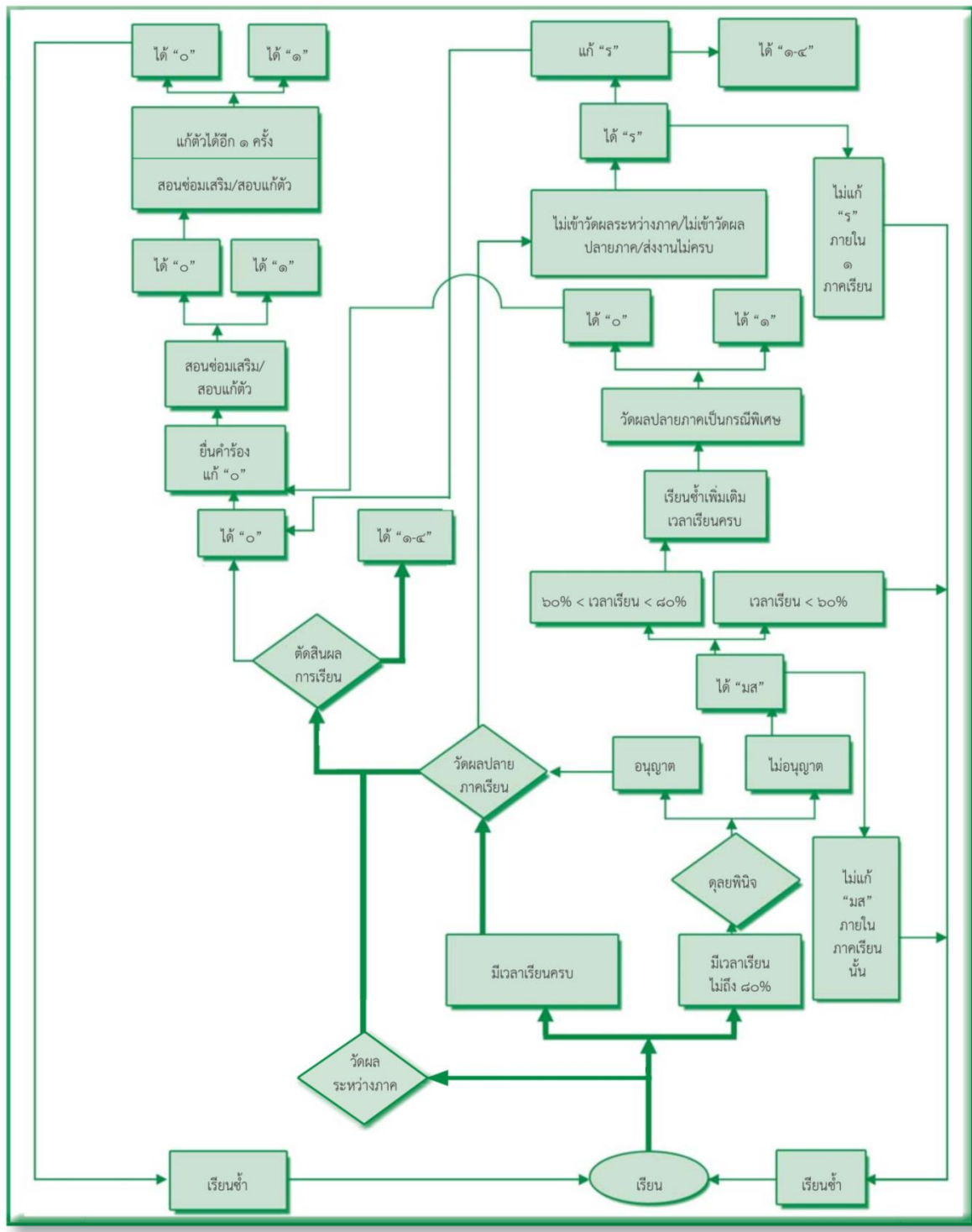
(๓) ผู้เรียนมีผลการประเมิน การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

(๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

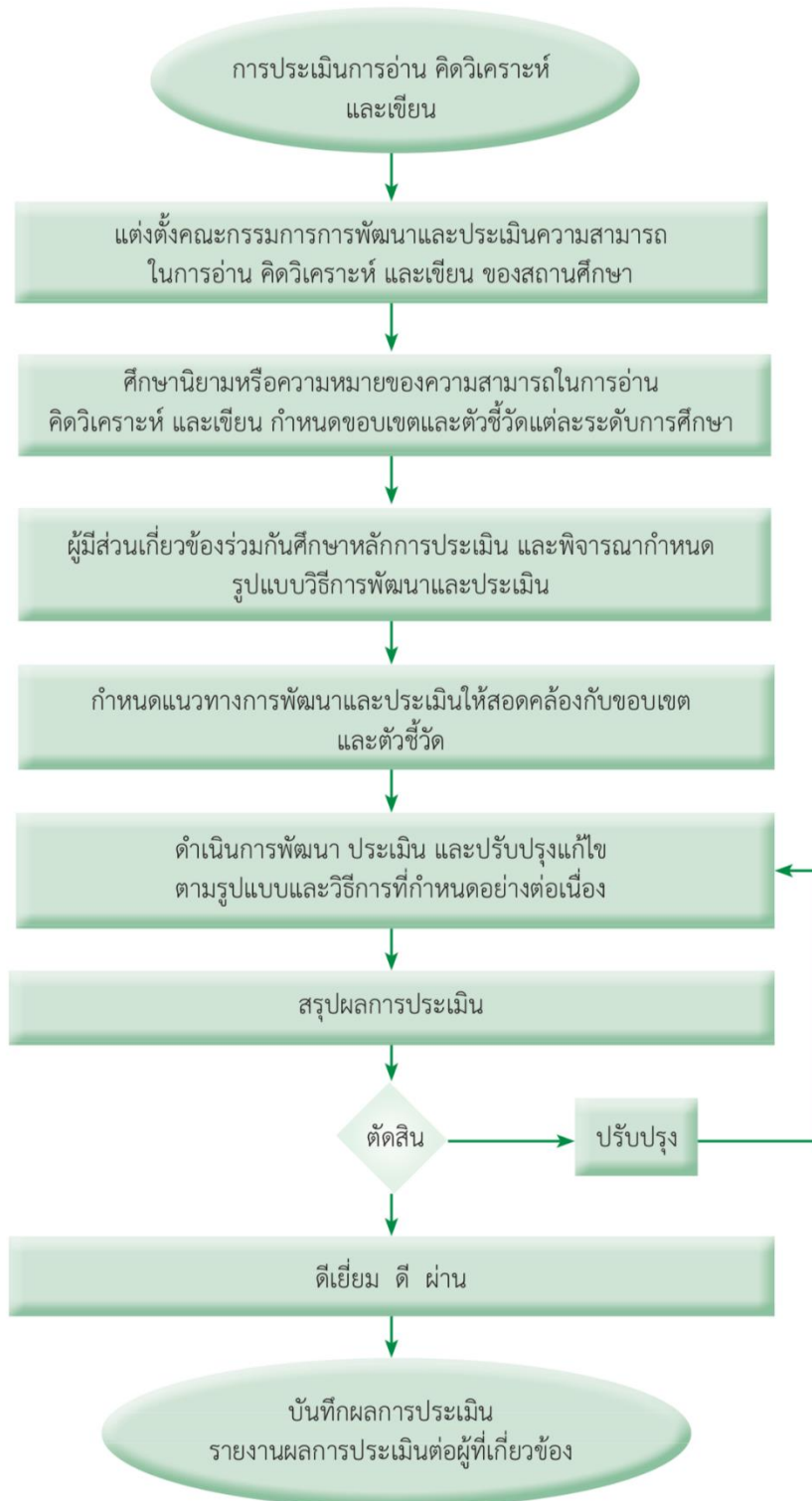
(๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมินผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

ข้อ ๑๕ การอนุมัติการจบหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ นักเรียนที่จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ อนุมัติให้จบการศึกษาภาคบังคับและนักเรียนที่จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ อนุมัติให้จบการศึกษาขั้นพื้นฐาน

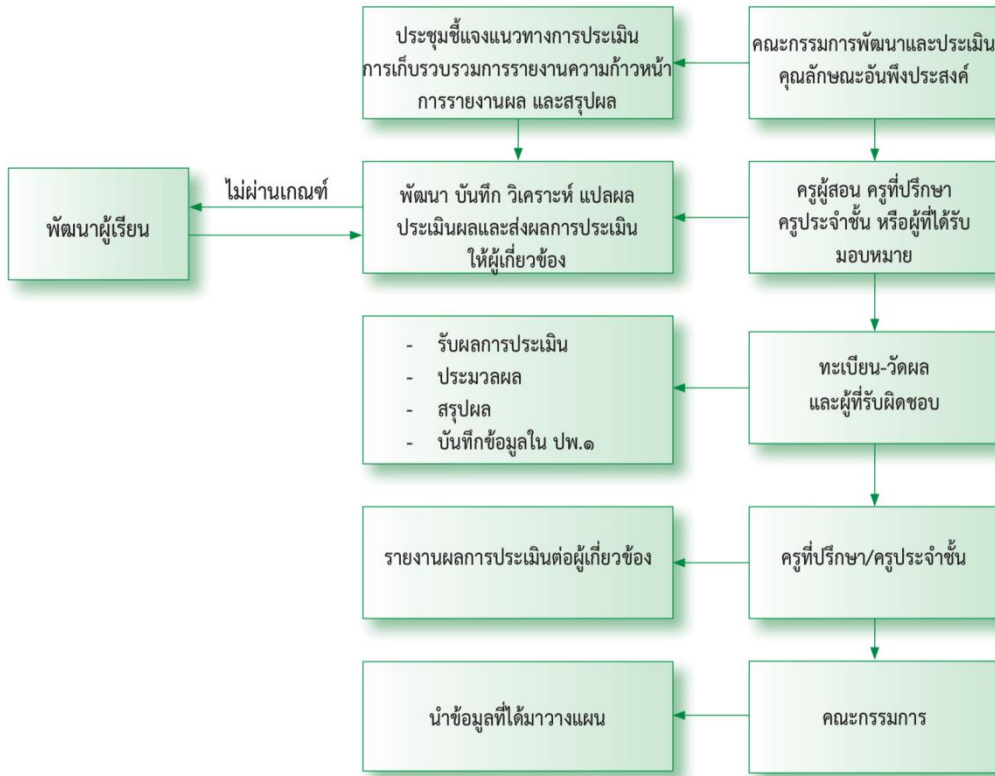
ข้อ ๑๖ นักเรียนไม่ได้เข้ารับการประเมินผลปลายปี/ภาค เพราะเหตุจำเป็นหรือเหตุสุดวิสัย โรงเรียนอาจจัดให้เข้ารับการประเมินผลปลายภาค ภายหลังได้



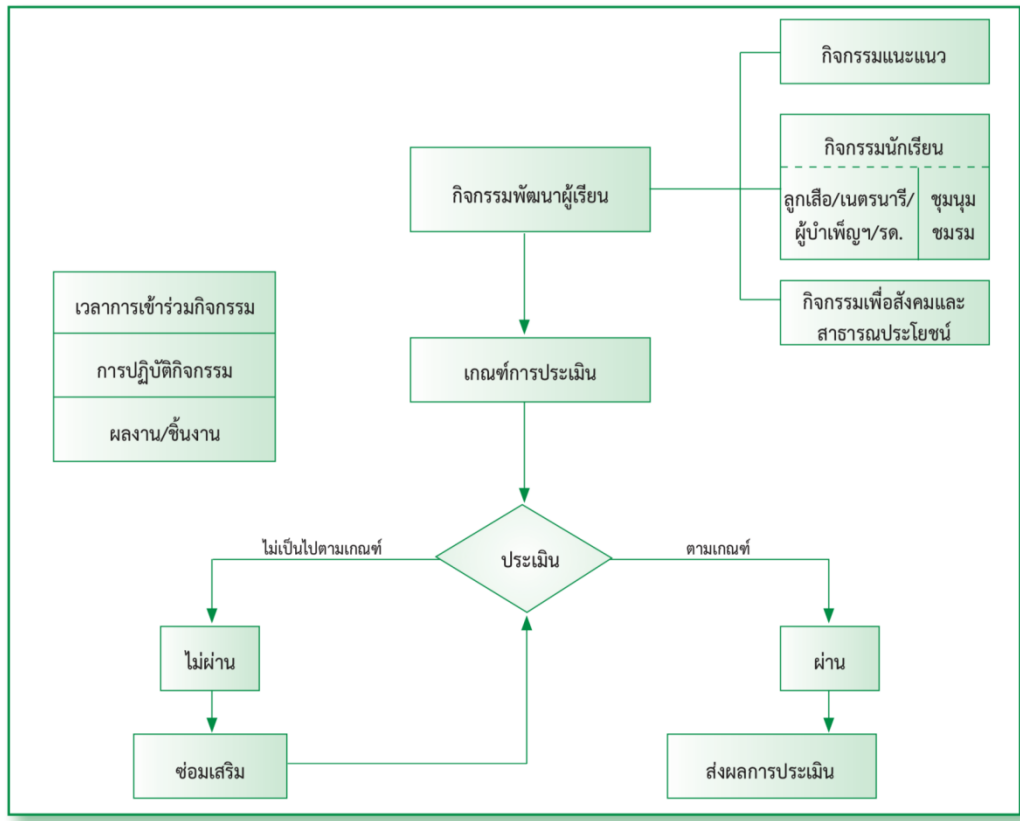
แผนภาพที่ ๔ กระบวนการตัดสินและแก้ไขผลการเรียน



แผนภาพที่ ๕ กระบวนการดำเนินการพัฒนาและประเมินความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน



แผนภาพที่ ๖ ขั้นตอนการดำเนินการวัดและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของสถานศึกษา



แผนภาพที่ ๗ ขั้นตอนการประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

หมวด ๓

การเทียบโอนผลการเรียน

ข้อ ๑๗ การเทียบโอนผลการเรียน ให้เป็นไปตามหลักการและแนวทางการเทียบโอนผลการเรียน ตามประกาศของกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง การเทียบโอนผลการเรียนการศึกษาขั้นพื้นฐานและการศึกษา ระดับอุดมศึกษา ระดับต่ำกว่าปริญญา ประกาศ ณ วันที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๐ และแนวปฏิบัติที่เกี่ยวกับการเทียบโอนผลการเรียนเข้าสู่การศึกษาในระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งจัดทำโดยสำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สิงหาคม ๒๕๕๙)

หมวด ๔

การย้ายที่เรียน

ข้อ ๑๘ นักเรียนคนใดจำเป็นต้องย้ายที่เรียน โรงเรียนต้องจัดเอกสารหลักฐานให้นักเรียนนำไปที่ โรงเรียนแห่งใหม่คือ ระเบียบแสดงผลการเรียน (ปพ.๑) และหลักฐานทางการศึกษาอื่นเท่าที่จำเป็น เพื่อให้ ผู้ปกครองและผู้เรียน นำไปแสดงผลการเรียนรู้อันที่ผ่านมาให้กับสถานศึกษาแห่งใหม่พิจารณารับย้ายผู้เรียน

หมวด ๕

หลักฐานสำคัญทางการศึกษา

- ข้อ ๑๙ เอกสารหลักฐานการศึกษาที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนด มีดังนี้
- ๑๙.๑ ระเบียบแสดงผลการเรียน (ปพ.๑)
 - ๑๙.๒ หลักฐานแสดงวุฒิการศึกษา (ปพ.๒)
 - ๑๙.๓ แบบรายงานผู้สำเร็จการศึกษา (ปพ.๓)
- ข้อ ๒๐ เอกสารหลักฐานการศึกษาที่สถานศึกษากำหนด มีดังนี้
- ๒๐.๑ แบบบันทึกผลการเรียนประจำรายวิชา
 - ๒๐.๒ แบบรายงานประจำตัวนักเรียน
 - ๒๐.๓ ใบรับรองผลการเรียน
 - ๒๐.๔ ระเบียบนสะสม
 - ๒๐.๕ เอกสารหลักฐานอื่น ๆ เท่าที่จำเป็นที่สถานศึกษากำหนด

ประกาศ ณ วันที่ ๑๔ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗



(นายชวลิต ไชยชนะนิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเมวดีพิทยาคม



เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ. (2555). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และพระราชบัญญัติการศึกษาภาคบังคับ พ.ศ. 2545. กรุงเทพฯ : อักษรไทย,
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2545). หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2545. กรุงเทพฯ :
คุรุสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2550 ก). แนวทางการจัดทำหน่วยการเรียนรู้แบบบูรณาการปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-3). กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2550 ข). แนวทางการจัดทำหน่วยการเรียนรู้แบบบูรณาการปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงช่วงชั้นที่ 2(ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6). กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. (2560). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. (2560). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2557, 29 กันยายน). แนวปฏิบัติเกี่ยวกับค่านิยมหลัก 12 ประการสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561, 8 มกราคม) แนวทางบริหารจัดการหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). แนวทางการบริหารจัดการหลักสูตร. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561, 5 มกราคม) คำสั่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่ 30/2561 เรื่อง ให้นำเปลี่ยนแปลงมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดการเรียนรู้คณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด,2551.



- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม.** กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา.** กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี.** กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ.** กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2557). **แนวทางการจัดการเรียนรู้รายวิชาเพิ่มเติม หน้าที่พลเมือง.** กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2558). **คู่มือบริหารจัดการเวลาเรียน “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”** กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2561). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลางสาระภูมิศาสตร์ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และแนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.** กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2561). **เอกสารประกอบการประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาบุคลากรหลักเพื่อสร้างความเข้าใจเรื่อง การจัดทำมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สาระภูมิศาสตร์ฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ไปสู่การปฏิบัติ.** กรุงเทพฯ : ผู้แต่ง.



ภาคผนวก



คำสั่งโรงเรียนเมยวดีพิทยาคม

ที่ ๑๐๗ / ๒๕๖๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรโรงเรียนเมยวดีพิทยาคม พุทธศักราช ๒๕๖๗
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

โรงเรียนเมยวดีพิทยาคม ได้ประกาศใช้หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมยวดีพิทยาคม ในปีการศึกษา ๒๕๖๑ โดยให้ใช้ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ และ ๔ ตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๖๑ เป็นต้นมา ได้มีการใช้และการประเมินหลักสูตรผลการประเมินทำให้พบว่า คำอธิบายรายวิชา และโครงสร้างหลักสูตรไม่มีความชัดเจน ไม่ครอบคลุมมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เท่าที่ควร และหลักสูตรไม่สามารถพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนให้เต็มตามศักยภาพได้ และไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้เรียน ชุมชน และโรงเรียนเมยวดีพิทยาคมได้มีการจัดทำโครงการพัฒนาผู้ที่มีความสามารถพิเศษทางด้านคณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ (Gifted Program : GP) ขึ้นเพื่อพัฒนาต่อยอดให้แก่ักเรียน ให้นักเรียนได้พัฒนาความรู้ ทักษะ กระบวนการ เจตคติ และการคิดอย่างสร้างสรรค์ เข้ามาศึกษาเรียนรู้ประสบการณ์ เป็นการส่งเสริมและพัฒนาอัจฉริยภาพนักเรียนไปสู่ความเป็นเลิศทางคณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์กันมากขึ้น เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน ชุมชน ครอบคลุมมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง ๒๕๖๐) และเป็นการปลูกฝังด้าน วิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ ตั้งแต่เยาว์วัย โรงเรียนจึงได้มีการปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรขึ้น

เพื่อให้การดำเนินการดังกล่าวเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงอาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๙ วรรคหนึ่ง แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พุทธศักราช ๒๕๔๖ และ มาตรา ๒๗ แห่งพระราชบัญญัติข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา พุทธศักราช ๒๕๔๗ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ทำหน้าที่ปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๔) ของโรงเรียนเมยวดีพิทยาคม ดังนี้

๑. คณะกรรมการที่ปรึกษา ประกอบด้วย

- | | | |
|-----------------------------|---------------|------------------|
| ๑.๑ นายเมธี บุญเจริญธนากุล | ผู้ทรงคุณวุฒิ | ประธานกรรมการ |
| ๑.๒ นายศิริศักดิ์ โคตรพัฒน์ | ผู้ทรงคุณวุฒิ | รองประธานกรรมการ |

๑.๓ นายวิชัย พลเชื้อ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	กรรมการ
๑.๔ ดร.เอกชัย พลเชื้อ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	กรรมการ
๑.๕ นายบุญช่วย มหิวรรณ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	กรรมการ
๑.๖ ร.ต.ต.มนตรี พลนิกรดำรงเดช	ผู้ทรงคุณวุฒิ	กรรมการ
๑.๗ นายทำวาน ตรีภพ	ผู้ทรงคุณวุฒิ	กรรมการ
๑.๘ นายพิพิศ เวียงอินทร์	ผู้แทนองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	กรรมการ
๑.๙ นายภูชิต ถนัดคำ	ผู้แทนองค์กรชุมชน	กรรมการ
๑.๑๐ นางกุหลาบ สีแดงงาม	ผู้แทนผู้ประกอบการ	กรรมการ
๑.๑๑ นายบัญชา ยุระหาร	ผู้แทนศิษย์เก่า	กรรมการ
๑.๑๒ นายสำเร็จ สุตระ	ผู้แทนครู	กรรมการ
๑.๑๓ พระครูสันติธรรมประทีปภูริ(คำจร ธรรมวโร) ผู้แทนพระภิกษุ		กรรมการ
๑.๑๔ พระครูสมุห์สุริยา สุภทโท	ผู้แทนพระภิกษุ	กรรมการ
๑.๑๕ นายชวลิต ไชยชนะ	ผู้อำนวยการโรงเรียน	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่ ให้คำปรึกษา แนะนำ ติดตามการดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรโรงเรียนเมวดีพิทยาคม พุทธศักราช ๒๕๖๗ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๐)

๒. คณะกรรมการอำนวยการ ประกอบด้วย

๒.๑ นายชวลิต ไชยชนะ	ผู้อำนวยการ	ประธาน
๒.๒ นางราตรี โพธิ์สุวรรณ	รองผู้อำนวยการ	รองประธาน
๒.๓ นายจตุรภัทร ประทุม	รองผู้อำนวยการ	กรรมการ
๒.๔ นายศักดิ์สิทธิ์ สาขามุละ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๒.๕ นายสำเร็จ สุตระ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๒.๖ นางบุรี สุตระ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๒.๗ นางจรัสศรี ร่มเย็น	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๒.๘ นางจันทร์เพ็ญ สระเกษ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ
๒.๙ นางสาวรัตดาวรรณ มานัด	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

หน้าที่ อำนวยการ ให้คำปรึกษา เสนอแนะ ช่วยเหลือ แก้ไขปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น และสนับสนุนงบประมาณ สถานที่ หรือทรัพยากรอื่นๆ ให้กับคณะกรรมการฝ่ายต่างๆ

๓. คณะกรรมการดำเนินการ ประกอบด้วย

๓.๑ นายจตุรภัทร ประทุม	รองผู้อำนวยการ	ประธานกรรมการ
๓.๒ นายสำเร็จ สุตระ	ครูชำนาญการพิเศษ	รองประธานกรรมการ
๓.๓ นางจันทร์เพ็ญ สระเกษ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๔ นางบุรี สุตระ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ

๓.๕ นายศักดิ์สิทธิ์ สาขามุละ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๖ นางสาวกนกวรรณ คันสินธ์	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๗ นางอรชร ศรีขาวรส	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๘ นายพูนสิทธิ์ บุญสินพร้อม	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๙ นางทิวา พลเชื้อ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๑๐ นายธนากร ศรีแนน	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๓.๑๑ นายเปรมฤทัย แสงแก้ว	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๓.๑๒ นางสาวอมร หนองขุนสาร	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๓.๑๓ นางสาวรัตดาวรรณ มานัด	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ
๓.๑๔ นางสาวนীরพร โพธิ์พงษ์	ครูผู้ช่วย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

หน้าที่

๑. วางแผนดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา และดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษาให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

๒. รวบรวมข้อมูลจากคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ ศึกษา วิเคราะห์ วิจารณ์ ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ มาจัดทำร่างหลักสูตรโรงเรียนเมวดีพิทยาคม พุทธศักราช ๒๕๖๔ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๐)

๓. นำร่างหลักสูตร ฯ เสนอขอความเห็นชอบจาก คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานโรงเรียนเมวดีพิทยาคม

๔. คณะกรรมการปรับปรุงโครงสร้างหลักสูตรและระเบียบวัดประเมินผล

๔.๑ นายจตุรภัทร ประทุม	รอง ผอ.ฝ่ายบริหารวิชาการ	ประธานกรรมการ
๔.๒ นายสำเริง สุตระ	ผู้ช่วยฝ่ายวิชาการ	รองประธานกรรมการ
๔.๓ นางจันทร์เพ็ญ สระเกษ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๔.๔ นางสาวนীরพร โพธิ์พงษ์	ครูผู้ช่วย	กรรมการ
๔.๕ นางรัชฎากร มะระโซ	พนักงานราชการ	กรรมการ
๔.๖ นางสาวรัตดาวรรณ มานัด	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ
๔.๗ นางสาวอมร หนองขุนสาร	ครูชำนาญการ	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

หน้าที่ ปรับปรุงโครงสร้างหลักสูตรและระเบียบวัดและประเมินผลให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและงานวิชาการ และต่อคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๕. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย ประกอบด้วย

๕.๑ นางสาวกนกวรรณ คันสินธ์	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๕.๒ นางรุ่งรัตน์ สุขแสง	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ

- | | | | |
|-----|-------------------------------|------------------|---------------------|
| ๕.๓ | นางอุไรวรรณ ร่มเย็น | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๕.๔ | นางสาวฉัตรรัตน์ ไชยพิรุณรักษ์ | ครูชำนาญการ | กรรมการ |
| ๕.๕ | นายปกรณ์กฤษฎ์ ปะกิลาคะ | ครู | กรรมการและเลขานุการ |

มีหน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๖. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ ประกอบด้วย

- | | | | |
|-----|-----------------------|------------------|---------------------|
| ๖.๑ | นางสาวรัตดาวรรณ มานัด | ครูชำนาญการพิเศษ | ประธานกรรมการ |
| ๖.๒ | นางเย็นใจ สวงรัตน์ | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๖.๓ | นายปัญญา สีหาบุญมาก | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๖.๔ | นายทวิชย์ มะระโซ | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๖.๕ | นายอำนาจ หกพันนา | ครู | กรรมการ |
| ๖.๖ | นางสาวปณิศพา ไอนซ์ | ครู | กรรมการและเลขานุการ |

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๗. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ประกอบด้วย

- | | | | |
|-----|--------------------------|------------------|---------------|
| ๗.๑ | นายศักดิ์สิทธิ์ สาขามุละ | ครูชำนาญการพิเศษ | ประธานกรรมการ |
| ๗.๒ | นางปราณี ใจทาน | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๗.๓ | นางสะอาด พลเชื้อ | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๗.๔ | นายธนาคร ศรีแนน | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |
| ๗.๕ | นางสาวสุกัญญา สงเคราะห์ | ครูชำนาญการพิเศษ | กรรมการ |



๗.๖ นางอุบลรัตน์ ชรารัตน์	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๗.๗ นางสาวอมร หนองขุนสาร	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๗.๘ นายณัฐวุฒิ ภูมิชัยโชติ	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๗.๙ นางสาวจารุวรรณ แสงโคตร	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๗.๑๐ นางสาวภีรนนท์ กล้าหาญ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๘. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

ประกอบด้วย

๘.๑ นางทิวา พลซื่อ	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๘.๒ นายทศพร บุญปก	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๘.๓ นางสุกัญญา บุญปก	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๘.๔ นางนิตติกา พลทะกลาง	ครู	กรรมการ
๘.๕ นางรัชฎากร มะระโซ	พนักงานราชการ	กรรมการ
๘.๖ นางสาวนীরพร โพธิ์พงษ์	ครูผู้ช่วย	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๙. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา ประกอบด้วย

๙.๑ นายเปรมฤทัย แสงแก้ว	ครูชำนาญการ	ประธานกรรมการ
๙.๒ นางสาวณัชชาภัทร ยุระหาร	ครูชำนาญการ	กรรมการ

๙.๓ นายนนท์ธวัฒน์ ปัดถาทุม ครูชำนาญการ กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๑๐. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ ประกอบด้วย

๑๐.๑ นายนิราศ ศรีขาวรส	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๑๐.๒ นายพูนสิทธิ์ บุญสินพร้อม	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๐.๓ นางสาวกนกกร จันทร์เตี้ย	ครูอัตราจ้าง	กรรมการ
๑๐.๔ นางจันทร์เพ็ญ สระเกษ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๑๑. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ประกอบด้วย

๑๑.๑ นางอรชร ศรีขาวรส	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๑๑.๒ นางวนิดา ไชยแสง	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๑.๓ นายระดมพล พลชื้อ	ครูชำนาญการ	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม กฎหมาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๑๒. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ ประกอบด้วย

๑๒.๑ นางบุรี สุตระกูล	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๑๒.๒ นายสำเร็จ สุตระกูล	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๒.๓ นางจรัสศรี ร่มเย็น	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๒.๔ นายประสิทธิ์ พิลาศรี	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๒.๕ นางพนิดา บุญสินพร้อม	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๑๒.๖ นางสาวจิรปริยา ตูลากัน	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๑๒.๗ นางสาวกรรณิการ์ มูลสุวรรณ	ครูอัตราจ้าง	กรรมการ
๑๒.๘ นางสาวศิริธร พลเยี่ยม	ครูชำนาญการ	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม ภูมิหาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๑๓. คณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตร กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ประกอบด้วย

๑๓.๑ นายธนาคร ศรีเนน	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๑๓.๒ นางรุ่งรัตน์ สุขแสง	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๓.๓ นางสาวอมร หนองขุนสาร	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๑๓.๔ นางรุ่งทิพย์ สาขามุละ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการและเลขานุการ

หน้าที่

๑. ศึกษา วิเคราะห์ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง บริบทของโรงเรียน ชุมชน สังคม ภูมิหาย แนวโน้มการจัดการศึกษา และนโยบายรัฐบาล ฯลฯ เพื่อนำมาจัดทำเป็นหลักสูตรของกลุ่มสาระการเรียนรู้

๒. ปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) เสนอต่อประธานคณะกรรมการดำเนินงาน และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานต่อไป

๑๔. คณะกรรมการ จัดพิมพ์ ทำสำเนา และเข้าเล่ม ประกอบด้วย

๑๔.๑ นางสาวรัตดาวรรณ มานันต์	ครูชำนาญการพิเศษ	ประธานกรรมการ
๑๔.๒ นางจันทร์เพ็ญ สระเกษ	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๔.๓ นางสาวสุกัญญา สงเคราะห์	ครูชำนาญการพิเศษ	กรรมการ
๑๔.๔ นางสาวฉัตรรัตน์ ไชยพิรุณรักษ์	ครูชำนาญการ	กรรมการ
๑๔.๕ นางรัชฎากร มะระโซ	พนักงานราชการ	กรรมการ
๑๔.๖ นางสาวอมร หนองขุนสาร	ครูชำนาญการ	กรรมการและเลขานุการ
๑๔.๗ นางสาวนীরภาพร โพธิ์พงษ์	ครูผู้ช่วย	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

หน้าที่ จัดพิมพ์ข้อมูล พิสูจน์อักษร จัดทำสำเนา และเข้าเล่มเอกสารหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเมวดีพิทยาคม ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) ให้มีจำนวนครบตามกลุ่มสาระการเรียนรู้

ขอให้คณะกรรมการที่ได้รับแต่งตั้ง อุทิศตน ทำงานอย่างเต็มความสามารถ เพื่อให้งานสำเร็จเรียบร้อยบรรลุวัตถุประสงค์ ก่อประโยชน์สูงสุดต่อราชการสืบไป

สั่ง ณ วันที่ ๕ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗



(นายชวลิต ไชยชะไนจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเมวดีพิทยาคม