



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

หลักสูตรโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค
ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พุทธศักราช 2560

กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค
สังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คำนำ

กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ได้ขออนุญาตใช้กรอบโครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ พุทธศักราช 2560 เพื่อใช้เป็นต้นแบบในการจัดทำรายละเอียดหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้และรายวิชาให้สอดคล้องกับการพัฒนานักเรียนผู้มีความสามารถพิเศษด้านคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ ในลักษณะเดียวกัน ในฐานะที่เป็นโรงเรียนวิทยาศาสตร์ต้นแบบของประเทศ และมอบหมายให้อนุกรรมการกลุ่มบริหารด้านวิชาการ กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ดำเนินการจัดทำหลักสูตรรายวิชาแผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการจัดการเรียนรู้ ฉบับย่อ ให้แล้วเสร็จและส่งมอบให้โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย (โรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค) ทุกโรงเรียนนำเสนอที่ประชุมคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานของโรงเรียนเพื่อขออนุมัติใช้หลักสูตร ในปีการศึกษา 2560 เป็นต้นไป

อนุกรรมการกลุ่มบริหารด้านวิชาการ กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ได้นำกรอบโครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ มาจัดทำรายละเอียดรายวิชาพื้นฐาน วิชาเพิ่มเติมกลุ่ม 1 รายวิชาเพิ่มเติมกลุ่ม 2 พร้อมประชุม กำหนดกรอบคณะกรรมการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องแล้วมอบหมายให้โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี เป็นเจ้าภาพจัดประชุมเชิงปฏิบัติการจัดทำหลักสูตรแผนจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ ทุกรายวิชาของกลุ่มสาระการเรียนรู้ตามกรอบโครงสร้างหลักสูตร กำหนดเมื่อวันที่ 17-19 ตุลาคม 2559 ณ โรงแรมเอเชีย แอร์พอร์ท จังหวัดปทุมธานี สืบเนื่องจากหลายรายวิชาตามโครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ เป็นวิชาใหม่กลุ่มโรงเรียนขาดผู้ทรงคุณวุฒิและครูผู้สอนขาดประสบการณ์ในการจัดทำรายละเอียดอย่างเข้าใจ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช จึงขอรับความอนุเคราะห์จาก ผศ.ดร.ยุวดี นาคะผดุงรัตน์ ผู้อำนวยการโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ จัดผู้เชี่ยวชาญช่วยเหลือครูโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ดำเนินการจัดทำหลักสูตรแผนจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ เมื่อวันที่ 6-10 มีนาคม 2560 ทุกรายวิชาจนแล้วเสร็จจัดส่งตามวัตถุประสงค์ทุกประการ

ขอขอบคุณ คณะกรรมการบริหารและอนุกรรมการด้านวิชาการ ในโครงการพัฒนาโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ให้เป็นโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ศูนย์บริหารโครงการฯ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย (โรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค) ทุกโรงเรียน ผู้ทรงคุณวุฒิทุกสาขาวิชา และคณะครูกลุ่มโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ทุกสาขาวิชา ที่ได้ทุ่มเทเสียสละดำเนินการจัดทำหลักสูตรแผนจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายให้มีความเหมาะสมต่อการพัฒนานักเรียนผู้มีความสามารถพิเศษด้านคณิตศาสตร์และวิทยาศาสตร์ ได้อย่างเต็มศักยภาพ ไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

คณะอนุกรรมการกลุ่มบริหารด้านวิชาการ
กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (รหัส พ 30101)	4
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 2 (รหัส พ 30102)	18
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 3 (รหัส พ 30103)	31
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 4 (รหัส พ 30104)	43
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 5 (รหัส พ 30105)	56
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา 6 (รหัส พ 30106)	69



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา1 พ30101 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต/ภาคเรียน
 ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

คำอธิบายรายวิชา

วิเคราะห์กระบวนการทำงานตามหน้าที่และการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบต่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อ การวางแผนการดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น เหตุผลและความจำเป็นต้องป้องกันโรค การมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพของ บุคคล บทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคมะเร็ง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก ระบบการใช้พลังงานของร่างกายในรูปแบบต่างๆ การประเมินสมรรถภาพทางกายของตนเองโดยใช้เครื่องมือการประเมินและทดสอบสมรรถภาพทางกายที่ถูกต้อง การดูแลรักษาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา การวางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก

วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัวเพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ หลักวิทยาศาสตร์ การเคลื่อนไหวและรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบต่างๆ นำไปประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย หลักการสำคัญในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่องการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ มีกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพและประสิทธิภาพการทำงานของระบบต่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อ มีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพทางกายจนเป็นกิจนิสัย

ตัวชี้วัด

1. วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบห่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อที่มีผลต่อสุขภาพได้
2. รู้วิธีการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบห่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูกและระบบกล้ามเนื้อ
3. รู้วิธีวางแผนการดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเอง
4. บอกคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองได้
5. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิตได้
6. เข้าใจเหตุผลและความจำเป็นที่ทุกคนต้องป้องกันโรค มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน
7. เข้าใจบทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคมะเร็ง
8. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา
9. ประยุกต์ความคิดรวบยอดจากหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
10. เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก
11. เข้าใจกระบวนการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกเพื่อดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข
12. รู้วิธีการวางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกเพื่อสุขภาพที่ยั่งยืน
13. อธิบายหลักการสำคัญในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้
14. บอกขั้นตอนในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้
15. อธิบายระบบการไหลเวียนของร่างกายในรูปแบบต่างๆได้
16. มีทักษะในการดูแลรักษาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
17. ประเมินสมรรถภาพทางกายของตนเองโดยใช้เครื่องมือการประเมินและทดสอบสมรรถภาพทางกายได้

3. โครงสร้างรายวิชา พ30101 สุขศึกษาและพลศึกษา1 (HPE30101 Health and Physical Educatio1)

3.1 กำหนดการสอนและตัวชี้วัด

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้
1-5	<p>ระบบร่างกาย</p> <p>1. ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30101</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30101</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p> <p>3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ</p> <p>1) ระบบห่อหุ้มร่างกาย</p> <p>2) ระบบกระดูก</p> <p>3) ระบบกล้ามเนื้อ</p>	<p>1. วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบห่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อที่มีผลต่อสุขภาพได้</p> <p>2. รู้วิธีการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบห่อหุ้มร่างกาย ระบบกระดูกและระบบกล้ามเนื้อ</p>
6	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	<p>3. รู้วิธีวางแผนการดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเอง</p> <p>4. บอกคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองได้</p>
7-8	อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน	5. วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิตได้
9	การบริหารจัดการชีวิตที่ยั่งยืน	<p>6. เขาใจเหตุผลและความจำเป็นที่ทุกคนต้อง ป้องกันโรค มีส่วนรวมในการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p> <p>7. เขาใจบทบาทและความรับผิดชอบในการ สร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคมะเร็ง</p>
10	ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้
11	วิทยาศาสตร์และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	8. วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา 9. ประยุกต์ความคิดรวบยอดจากหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
12-13	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก	10. เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก 11. เขาใจกระบวนการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกเพื่อดำรงชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข 12. รู้วิธีการวางแผนและปฏิบัติตามแผนการพัฒนสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไก เพื่อสุขภาพที่ยั่งยืน
14-15	หลักในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	13. อธิบายหลักการสำคัญในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาได้ 14. บอกขั้นตอนในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาได้
16-17	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย
18	การป้องกันและรักษาการดูแลรักษาการบาดเจ็บที่เกิดการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	15. อธิบายระบบการไหลเวียนของร่างกายในรูปแบบต่างๆได้ 16. มีทักษะในการดูแลรักษาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
19	ประเมินสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	17. ประเมินสมรรถภาพทางกายของตนเองโดยใช้เครื่องมือการประเมินและทดสอบสมรรถภาพทางกายได้
20	ประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1-5	<p>ระบบร่างกาย</p> <p>1.ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30101</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30101</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p> <p>3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ</p> <p>1) ระบบห่อหุ้มร่างกาย</p> <p>2) ระบบกระดูก</p> <p>3) ระบบกล้ามเนื้อ</p>	<p>1.วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:</p> <p>กระบวนการกลุ่ม</p> <p>3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น</p> <p>4. บทบาทสมมุติ</p> <p>5.ประสบการณ์จริง</p> <p>6. Learning</p>	<p>1.เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4.หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p>
6	<p>การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์</p>	<p>1.วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:</p> <p>กระบวนการกลุ่ม</p> <p>3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น</p> <p>4. บทบาทสมมุติ</p> <p>5.ประสบการณ์จริง</p> <p>6. Learning</p>	<p>1.เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2.สื่อ ICT</p> <p>3.หนังสือแบบเรียน</p> <p>4.อินเทอร์เน็ต</p>
7-8	<p>อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมในการดำเนินชีวิตประจำวัน</p>	<p>1.วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:</p> <p>กระบวนการกลุ่ม</p> <p>3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น</p> <p>4. บทบาทสมมุติ</p> <p>5.ประสบการณ์จริง</p> <p>6. Learning</p>	<p>1.เอกสาร</p> <p>2.สื่อ ICT</p> <p>3 หนังสือแบบเรียน</p> <p>4. อินเทอร์เน็ต</p>

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
9	การบริหารจัดการชีวิตที่ยั่งยืน	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น 4. บทบาทสมมุติ 5.ประสบการณ์จริง 6. Learning	1.เอกสาร 2.สื่อ ICT 3,หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
10	ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค		
11	วิทยาศาสตร์และทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬา	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3.วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความ ตระหนัก	1.เอกสารประกอบการ สอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4.อินเทอร์เน็ต
12-13	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและ สมรรถภาพทางกลไก	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3.วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความ ตระหนัก	1.เอกสารประกอบการ สอน 2.สื่อ ICT 3.หนังสือแบบเรียน 4.อินเทอร์เน็ต
14-15	หลักในการออกกำลังกายและการ เล่นกีฬา	๑. วิธีสอนแบบบรรยาย ๒. วิธีสอนแบบสาธิตและ ปฏิบัติ ๓. วิธีสอนโดยกระบวนการ สร้างความตระหนัก	๑. เอกสาร ประกอบการ สอน ๒. สื่อ ICT ๓. หนังสือ แบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
16-17	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	๑. วิธีสอนแบบบรรยาย ๒. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ ๓. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	๑. เอกสารประกอบการสอน ๒. สื่อ ICT ๓. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
18	การป้องกันและรักษาการดูแลรักษาการบาดเจ็บที่เกิดการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	๑. วิธีสอนแบบบรรยาย ๒. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ ๓. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	๑. เอกสารประกอบการสอน ๒. สื่อ ICT ๓. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
19	ประเมินสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๑. วิธีสอนแบบบรรยาย ๒. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ ๓. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	๑. เอกสารประกอบการสอน ๒. สื่อ ICT ๓. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
20	ประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค		

4. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

แผนการประเมินผลการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

รายการทดสอบ	ความรู้ (30คะแนน) K	เจตคติ (20คะแนน) A	ทักษะ (20คะแนน) P	สมรรถภาพทางกาย (20คะแนน) PF	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน) DC	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อยครั้งที่1	18	9	4	-	4	35
สอบกลางภาค	10	3	2	-	-	15
การสอบย่อยครั้งที่2	1	7	8	18	6	40
สอบปลายภาค	1	1	6	2	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ เครื่องมือ ข้อทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย เครื่องมือ ข้อทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ30101 สุขศึกษาและพลศึกษา 1 (HPE 30101 Health and Physical Education 1)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	ระบบร่างกาย	พ1.1 ม4/1	5	4	2	1	-	1	8
2	การเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์	พ1.1 ม4/2	1	4	2	1	-	1	8
3	อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมในการ ดำเนินชีวิตประจำวัน	พ2.1 ม4/1	2	5	2	1	-	1	9
4	การบริหารจัดการชีวิตที่ยั่งยืน	พ4.1 ม4/1	1	5	3	1	-	1	10
ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค			1	10	3	2	-	-	15
5	วิทยาศาสตร์และทักษะการ เคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	พ3.1 ม4/3, ม4/4	1	-	2	2	2	1	7
6	การสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กายเพื่อสุขภาพและ สมรรถภาพทางกลไก	พ3.1 ม4/3, ม4/4	2	-	1	1	2	1	5
7	หลักในการออกกำลังกายและ การเล่นกีฬา	พ3.1 ม4/3, ม4/4	2	-	1	1	2	1	5

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
8	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ3.1 ม4/3, ม4/4	2	-	-	1	8	1	10
9	การป้องกันและรักษาการดูแล รักษาการบาดเจ็บที่เกิดการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กาย	พ3.1 ม4/3, ม4/4	1	1	3	3	2	1	10
10	ประเมินสุขภาพและการ ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	พ3.1 ม4/3, ม4/4	1	-	-	-	2	1	3
ประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค			1	1	1	6	2	-	10
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน			-	30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ 30 คะแนน

ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมกรเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม พลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
ทักษะด้านสุขศึกษา (คะแนน)					
1.1					
1.2					
1.3					
1.4					
1.5					
2. ทักษะด้านกีฬา (คะแนน)					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) 20 คะแนน

การทดสอบประจำภาคเรียนที่ 1 /

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 แขนด้านใน			มิลลิเมตร	
3.2 น่อง			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งงอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน										ใช้เวลาเรียน		
		1. ความสนใจตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้ นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนใจใฝ่เรียนและ	10. สุขนิสัย					

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

ผู้ประเมิน

วันที่...เดือน.....พ.ศ.....



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 2 พ30102

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต/ภาคเรียน

ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาวิธีการจัดการกับอารมณ์ ความเครียด การพัฒนาจิต และการฝึกสติ การประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพ แนวทางป้องกันอันตรายและการปฐมพยาบาลจากการได้รับสารพิษ ไฟไหม้น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา องค์ประกอบของกระบวนการทางสังคมและกระบวนการเพื่อสร้างเสริมเข้มแข็งทางสังคม ความปลอดภัยในชุมชนสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีระหวางการเล่นและการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น

วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพและการบริโภคหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและรูปแบบการเคลื่อนไหว การประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวไปใช้ในทักษะการใช้ลูกบอลและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย การใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาเกี่ยวกับทักษะการใช้ลูกบอล

รู้ เข้าใจ อิทธิพลของสื่อโฆษณาที่ส่งผลต่อสุขภาพและการบริโภค มีวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้อย่างเหมาะสมจนเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี นำหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและรูปแบบการเคลื่อนไหวนำไปประยุกต์ไปใช้ในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาได้หลากหลายประเภท แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดูการเล่นการแข่งขันกีฬาดวย ความมีน้ำใจนักกีฬา มีสุนทรียภาพและแสดง ออกถึงความมีน้ำใจ นักกีฬามีเจตคติที่ดีต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬายอมรับและเห็นคุณค่าของประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง

ตัวชี้วัด

1. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการบริโภคได้
2. รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์ ความเครียด การพัฒนาจิต และการฝึกสติได้
3. รู้วิธีการออกกำลังกายและพักผ่อนได้อย่างถูกต้อง
4. เข้าใจการประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพ และแสวงหาแนวทางป้องกันอันตรายเพื่อความปลอดภัยในเรื่องการได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา
5. เข้าใจองค์ประกอบของกระบวนการทางสังคม
6. รู้วิธีการใช้กระบวนการทางสังคมเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชนเข้มแข็ง
7. แสดงการปฐมพยาบาล การได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวกได้อย่างถูกต้อง
8. วิเคราะห์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในทักษะการใช้ลูกบอล และสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
9. วิเคราะห์รูปแบบการเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในกิจกรรมการใช้ลูกบอล และสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
10. ประยุกต์ความคิดรวบยอดจากหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในกิจกรรมการใช้ลูกบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพ
11. ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคมได้
12. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภททักษะการใช้ลูกบอลได้
13. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่น และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่องได้
14. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี
15. ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
16. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็น แนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวันได้

3. โครงสร้างรายวิชา พ30102 สุขศึกษาและพลศึกษา2 (HPE30102 Health and Physical Education 2)

3.1 กำหนดการสอนและตัวชี้วัด

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
1-2	อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการบริโภค	1. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการบริโภคได้
3-4	การจัดการอารมณ์ความเครียด การพัฒนาจิต และการฝึกสมาธิ	2. รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์ ความเครียด การพัฒนาจิต และการฝึกสติได้ 3. รู้วิธีการออกกำลังกายและพักผ่อนได้อย่างถูกต้อง
5-7	การประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพและแสวงหาแนวทางป้องกันอันตราย วิธีการปฐมพยาบาล เพื่อความปลอดภัยในเรื่องการได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่และการดื่มสุรา	4. เข้าใจการประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพ และแสวงหาแนวทางป้องกันอันตรายเพื่อความปลอดภัยในเรื่องการได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา 5. เข้าใจองค์ประกอบของกระบวนการทางสังคม 6. รู้วิธีการใช้กระบวนการทางสังคมเพื่อส่งเสริมความปลอดภัยในชุมชนเข้มแข็ง
8-9	กระบวนการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	7. แสดงการปฐมพยาบาล การได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวกได้อย่างถูกต้อง
10	ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	
11	วิทยาศาสตร์และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	8. วิเคราะห์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในทักษะการใช้ลูกบอล และสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ 9. วิเคราะห์รูปแบบการเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในกิจกรรมการใช้ลูกบอล และสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
12-13	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ และสมรรถภาพทางกลไก	10. ประยุกต์ความคิดรวบยอดจากหลักการทางวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในกิจกรรมการใช้ลูกบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพ 11. ใช้ความสามารถของตนเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคมได้

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
14-15	หลักในการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	12. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภททักษะการใช้ลูกบอลได้ 13. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่องได้
16-17	ฝึกสมรรถภาพทางกาย	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย
18	การป้องกันและรักษาการดูแลรักษาการบาดเจ็บที่เกิดการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	14. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดูแล การเล่น การแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี 15. ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
19	ประเมินสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	16. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวันได้
20	ประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1-2	อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการบริโภค	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น 4. บทบาทสมมุติ 5.ประสบการณ์จริง	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต
3-4	การจัดการอารมณ์ความเครียด การพัฒนาจิตและการฝึกสมาธิ	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น 4. บทบาทสมมุติ 5.ประสบการณ์จริง	1.เอกสารประกอบการสอน 2.สื่อ ICT 3.หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
5-7	การประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพและแสวงหาแนวทางป้องกันอันตราย วิธีการปฐมพยาบาลเพื่อความปลอดภัยในเรื่องการได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่และการดื่มสุรา	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น 4. บทบาทสมมุติ 5.ประสบการณ์จริง	1.เอกสารประกอบการสอน 2.สื่อ ICT 3.หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
8-9	กระบวนการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการเรียนรู้บันได 5 ขั้น 4. บทบาทสมมุติ 5.ประสบการณ์จริง	1.เอกสารประกอบการสอน 2.สื่อ ICT 3.หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
10	ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค		
11	วิทยาศาสตร์และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	1.วิธีสอนแบบบรรยาย 2.วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3.วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1.เอกสารประกอบการสอน 2.สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
12-13	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทาง กลไก	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1. เอกสารประกอบการสอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
14-15	หลักในการออกกำลังกายและเล่น กีฬา	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1. เอกสารประกอบการสอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
16-17	ฝึกสมรรถภาพทางกาย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1. เอกสารประกอบการสอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
18	การป้องกันและรักษาการดูแล รักษาการบาดเจ็บที่เกิดการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1. เอกสารประกอบการสอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
19	ประเมินสุขภาพและการทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสาธิตและปฏิบัติ 3. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก	1. เอกสารประกอบการสอน 2. สื่อ ICT 3. หนังสือแบบเรียน 4. อินเทอร์เน็ต
20	วัดและประเมินผลปลายภาค		

๑. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

รายการทดสอบ	ความรู้ (35คะแนน) K	เจตคติ (25คะแนน) A	ทักษะ (20คะแนน) P	สมรรถภาพทางกาย (10คะแนน) PF	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน) DC	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อยครั้งที่1	18	9	4	-	4	35
สอบกลางภาค	10	3	2	-	-	15
การสอบย่อยครั้งที่2	1	7	8	18	6	40
สอบปลายภาค	1	1	6	2	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ ใช้เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ30102 สุขศึกษาและพลศึกษา 2 (HPE 30102 Health and Physical Education 2)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการบริโภค	พ4.1 ม4/2	2	4	2	1	-	1	8
2	การจัดการอารมณ์ ความเครียด การพัฒนาจิต และการฝึกสมาธิ	พ2.1 ม4/1	2	4	2	1	-	1	8
3	การประเมินความเสี่ยงต่อสุขภาพและแสวงหาแนวทางป้องกันอันตราย วิธีการปฐมพยาบาลเพื่อความปลอดภัยในเรื่องการได้รับสารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก การสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา	พ5.1 ม4/1, 4/7	3	5	2	1	-	1	9
4	กระบวนการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	พ5.1 ม4/5	2	5	3	1	-	1	10
ประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค			1	10	3	2	-	-	15
5	วิทยาศาสตร์และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา	พ3.1 ม4/1	1	-	2	2	2	1	7
6	การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกลไก	พ 3.1 ม4/4	2	-	1	1	2	1	5

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
7	หลักในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	พ 3.1 ม4/3 ม4/4	2	-	1	1	2	1	5
8	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ 3.1 ม4/3, ม4/4	2	-	-	1	8	1	10
9	การป้องกันและรักษาการดูแลรักษาการบาดเจ็บที่เกิดการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ 3.1 ม4/3,ม4/4	1	1	3	3	2	1	10
10	ประเมินสุขภาพและการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	พ 3.1 ม4/3,ม4/4	1	-	-	-	2	1	3
ประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค			1						
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน			-	30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ 30 คะแนน

ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม พลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
ทักษะด้านสุขศึกษา (5คะแนน)					
1.1					
1.2					
1.3					
1.4					
1.5					
2. ทักษะด้านกีฬา (5คะแนน)					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) 20 คะแนน

การทดสอบประจำภาคเรียนที่ 1 /

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 แขนด้านใน			มิลลิเมตร	
3.2 น่อง			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งงอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที	
8. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน								ใช้เวลาเรียน	
		1. ความสนใจตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้ นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนใจใฝ่เรียนและ	10. สุขนิสัย		

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง

ลงชื่อ.....ครูผู้สอน

ผู้ประเมิน

วันที่...เดือน.....พ.ศ.....



แผนการจัดการเรียนรู้

รายวิชา พ30103 สุขศึกษาและพลศึกษา 3 (HPE30103 Health and Physical Education 3)

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน 1 ชั่วโมง/สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

1. คำอธิบายรายวิชา

ศึกษากระบวนการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย ที่มีผลต่อสุขภาพ เหตุผลและความจำเป็นของการป้องกันโรค การมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพ ของบุคคล บทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและ โรคมะเร็ง กระบวนการสร้างเสริมประสิทธิภาพการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย การป้องกันและหลีกเลี่ยงความรุนแรง

วิเคราะห์หลักวิทยาศาสตร์ การเคลื่อนไหวและรูปแบบการเคลื่อนไหวนำไปประยุกต์ใช้ในศิลปะการต่อสู้ ป้องกันตัว

รู้ เข้าใจและเห็นคุณค่าการวางแผนดูแลสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและสมรรถภาพทางกายของ ตนเองและบุคคลในครอบครัว มีเจตคติและค่านิยมที่ดีต่อการเคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา ของการเล่น กีฬาอย่างเคร่งครัด มีสุนทรียภาพในการชมและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาระหว่างออกกำลังกายหรือการเล่น กีฬา เห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน

2. ตัวชี้วัด

1. วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ
2. รู้วิธีการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย
3. รู้วิธีการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว
4. เห็นคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว
5. รู้วิธีการสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดีต่อกันระหว่างบุคคล ครอบครัวและสังคม
6. เข้าใจบทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและโรคมะเร็ง
7. วิเคราะห์รูปแบบและหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัวและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
8. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้
9. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภทศิลปะ ต่อสู้ป้องกันตัวได้
10. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด
11. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
12. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

3. โครงสร้างรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา 3 พ30103

(HPE30103 Health and Physical Education3)

3.1 กำหนดการสอนและและตัวชี้วัด

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้
1	1. ปฐมนิเทศการเรียนการสอน 1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาพ30103 2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชาพ30103 2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย 1) การอบอุ่นร่างกาย 2) กิจกรรมออกกำลังกาย 3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ	1. บอกองค์ประกอบสาระและมาตรฐานของการเรียน กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาได้ 2. อธิบายและวิเคราะห์ความสำคัญของสาระการเรียนรู้ได้ 3. อธิบายวิธีการศึกษาและระบุแหล่งการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้ของกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา 4. อธิบายและระบุเกณฑ์การตัดสินผลการเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้ 5. ปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้ 6. บอกประโยชน์ของการปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้อย่างน้อย 2 ข้อ
2-5	3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ - ระบบหายใจ - ระบบไหลเวียนเลือด - ระบบย่อยอาหาร - ระบบขับถ่าย	7. วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ 8. รู้อิทธิพลการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบไหลเวียนเลือด ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
6-7	4. การวางแผนดูแลสุขภาพและการสร้างเสริมสัมพันธภาพของตนเองครอบครัว	9. รู้วิธีการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว 10. เห็นคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว 11. รู้วิธีการสร้างเสริมสัมพันธภาพที่ดีต่อกันระหว่างบุคคล ครอบครัวและสังคม
8-9	5. การป้องกันโรคต่างๆ - โรคความดันโลหิตสูง - โรคหัวใจ - โรคมะเร็ง	12. เข้าใจบทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและโรคมะเร็ง
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	
11-15	6. ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว	13. วิเคราะห์รูปแบบและหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในศิลปะการต่อสู้ ป้องกันตัวและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ 14. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้ 15. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภทศิลปะต่อสู้ป้องกันตัวได้
16	7. สิทธิ กฎ กติกาของการต่อสู้และป้องกันตัว	16. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด
17-19	8. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	17. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรีย์ภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา 18. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตประจำวันได้
20	สอบปลายภาคเรียน	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1	<p>1. ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30103</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30103</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>
2-5	<p>3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ</p> <p>- ระบบหายใจ</p> <p>- ระบบไหลเวียนเลือด</p> <p>- ระบบย่อยอาหาร</p> <p>- ระบบขับถ่าย</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>
6-7	<p>4. การวางแผนดูแลสุขภาพและการสร้างเสริมสัมพันธภาพของตนเอง ครอบครัว</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
8-9	5. การป้องกันโรคต่างๆ - โรคความดันโลหิตสูง - โรคหัวใจ - โรคมะเร็ง	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค		
11-15	6. ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
16	7. สิทธิ กฎ กติกาของการต่อสู้และ ป้องกันตัว	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต
17-19	8. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
20	การประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค		

4. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

แผนการประเมินผลการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

รายการทดสอบ	ความรู้ (30คะแนน)	เจตคติ (20คะแนน)	ทักษะ (20คะแนน)	สมรรถภาพทางกาย (20คะแนน)	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อยครั้งที่ 1	12	10	4	5	4	35
การประเมินผล การเรียนรู้ กลางภาค	10	2	3	-	-	15
การสอบย่อยครั้งที่ 2	7	7	8	12	6	40
การประเมินผล การเรียนรู้ ปลายภาค	1	1	5	3	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ ใช้เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ30103 สุขศึกษาและพลศึกษา 3
(HPE30103 Health and Physical Education3)
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	กระบวนการสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการทำงานของระบบ อวัยวะต่างๆ	พ 1.1 ม5/1,ม5/2	4	6	2	1	1	2	12
2	การวางแผนดูแลสุขภาพและการ สร้างเสริมสัมพันธภาพของตนเอง ครอบครัว	พ 2.1 ม5/3, ม5/4,ม5/5	2	1	5	1	2	1	10
3	การป้องกันโรคต่างๆ	พ 4.1 ม5/1,ม5/3	2	5	3	2	2	1	13
การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค			1	10	2	3	-	-	15
4	ศิลปะการต่อสู้ป้องกันตัว	พ 3.1 ม5/1, ม5/2,ม5/3	5	3	3	3	4	3	16
5	สิทธิ กฎ กติกาของการต่อสู้และ ป้องกันตัว	พ 3.2 ม5/3, ม5/4,ม5/5	1	2	2	2	1	1	8
6	การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	พ 3.2 ม5/1,ม5/2	3	2	2	3	7	2	16
การประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค			1	1	1	5	3	-	10
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน			-	30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ (30 คะแนน)

- ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ (20 คะแนน)

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม พลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ (20 คะแนน)

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
ทักษะด้านสุขศึกษา					
1.1 ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ					
1.2 ทักษะการต่อรอง					
1.3 ทักษะการปฏิเสธ					
1.4 ทักษะการคิดวิเคราะห์					
1.5 ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ฯลฯ					
2. ทักษะด้านกีฬา					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) (20 คะแนน)

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 ต้นแขนด้านนอก			มิลลิเมตร	
3.2 น่องด้านใน			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งงอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที	
8. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน								เช็คเวลาเรียน	
		1. ความสนใจตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้ นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนใจใฝ่เรียนและ	10. สุขนิสัย		

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

รายวิชา พ30104 สุขศึกษาและพลศึกษา 4 (HPE30104 Health and Physical Education 4)

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน 1 ชั่วโมง/สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

1. คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาวิธีประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดวิธีการลดความเสี่ยง การสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ชุมชนและสังคมด้วยภูมิปัญญาไทย ความรับผิดชอบของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อมในชุมชนตนเอง แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมในชุมชน วิธีประเมินและกระบวนการในการจัดการกับอาชญากรรมและความเครียด และนำไปใช้วางแผนปรับปรุงตนเอง ระบบบริการสุขภาพของประเทศ แนวทางการป้องกันแก้ไข ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ หลักการปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุภัยและภัยสาธารณะ กระบวนการทางประชาสังคมสร้างเสริมความปลอดภัยให้ชุมชนเข้มแข็ง แนวทางการแก้ไขปัญหาเมื่อเกิดการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุและความรุนแรง

ฝึกปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกายและกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ การปฐมพยาบาล กระดูกหัก ขอลเคลื่อน การเขาเฟอกชั่วคราว

วิเคราะห์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและรูปแบบการเคลื่อนไหวนำไปประยุกต์ใช้ในการ เล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเอง

รู้ เข้าใจ มีเจตคติและค่านิยมที่ดีต่อการปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพทางกายจนเป็นกิจนิสัย เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬา ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

2. ตัวชี้วัด

1. ประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดวิธีการลดความเสี่ยงและการสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง
ชุมชนและสังคมด้วยภูมิปัญญาไทย
2. แสดงความรับผิดชอบต่อของบุคคลต่อสิ่งแวดล้อมในชุมชน ตลอดจนรู้แนวทางการป้องกันและแก้ไข
ปัญหาสิ่งแวดล้อมในชุมชน
3. รู้เข้าใจ วิธีการประเมินกระบวนการในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด
4. ปฏิบัติกิจกรรมการออกกำลังกาย การพักผ่อนและกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง
5. เข้าใจระบบบริการสุขภาพของประเทศ และรู้แนวทางการป้องกันแก้ไขปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของ
ประเทศได้
6. รู้เข้าใจ หลักการปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุภัยและภัยสาธารณะ
7. รู้วิธีการป้องกันอุบัติเหตุจากการจราจร ตลอดจนพฤติกรรมเสี่ยงและความปลอดภัยในการขับขี่และ
การเดินทางได้
8. ไขกระบวนการทางประชาสังคมสร้างเสริมความปลอดภัยให้ชุมชนเข้มแข็ง
9. ระบุปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาเมื่อเกิดการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ และความรุนแรง
10. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน การเอาผลอกชั่วคราวได้อย่างถูกต้อง
11. วิเคราะห์รูปแบบและหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในการเล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬา
ไทยและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
12. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้
13. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย
14. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด
15. ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
16. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางใน
การทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

3. โครงสร้างรายวิชา พ30104 สุขศึกษาและพลศึกษา 3 (HPE30104 Health and Physical Education4)

3.1 กำหนดการสอนและตัวชี้วัด

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
1	<p>1.ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30104</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30104</p> <p>3) ประวัติและความเป็นมาของกีฬาไทย/ กีฬาสากล</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p>	<p>1. บอกองค์ประกอบสาระและมาตรฐานของการเรียน กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาได้</p> <p>2. อธิบายและวิเคราะห์ความสำคัญของสาระการเรียนรู้ได้</p> <p>3. อธิบายวิธีการศึกษาและระบุแหล่งการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้ของกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา</p> <p>4. อธิบายและระบุเกณฑ์การตัดสินผลการเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้</p> <p>5. บอกประวัติและความเป็นมาของกีฬาไทย/ กีฬาสากลได้</p> <p>6. ปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้</p> <p>7. บอกประโยชน์ของการปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้</p>
2	3. การประเมินสุขภาพ/การลดความเสี่ยง	8. ประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดวิธีการลดความเสี่ยงและการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ชุมชนและสังคมด้วยภูมิปัญญาไทย
3	4. การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมในชุมชน	9. แสดงความรับผิดชอบของบุคคล ต่อสิ่งแวดล้อมในชุมชน ตลอดจนรู้แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมในชุมชน
4	5. การจัดการอารมณ์และความเครียด	10. รู้ เข้าใจ วิธีการประเมินกระบวนการในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด
5	6. ระบบบริการสุขภาพ	11. เข้าใจระบบบริการสุขภาพของประเทศ และรู้แนวทางการป้องกันแก้ไขปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศได้

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
6	7. อุบัติภัยและภัยสาธารณะ	12. รู้ เข้าใจ หลักการปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุและภัยสาธารณะ 13. รู้วิธีการป้องกันอุบัติเหตุจากการจราจรตลอดจนพฤติกรรมเสี่ยงและความปลอดภัยในการขับขี่และการเดินทางใด 14. ไขกระบวนการทำงานประชาสังคมเสริมความปลอดภัยให้ชุมชน เข้มแข็ง 15. รู้ปัญหาและแนวทางการแก้ไข ปัญหาเมื่อเกิดการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ และความรุนแรง
7-9	8. การปฐมพยาบาล	16. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ขอลเคลื่อน การเอาผลอกชั่วคราวได้อย่างถูกต้อง
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	
11-17	9. กีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย 10. การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	17. วิเคราะห์รูปแบบและหลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและนำไปใช้ในการเล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทยและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ 18. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้ 19. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นกีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย
18	11. สิทธิ กฎ กติกา กีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย	20. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด
19	12. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	21. ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา 22. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน
20	การประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

สัปดาห์ที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1	<p>1.ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้ รายวิชา พ30104</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียน รายวิชา พ30104</p> <p>3) ประวัติและความเป็นมาของ กีฬาไทย/กีฬาสากล</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>
2	<p>3. การประเมินสุขภาพ/การลดความเสี่ยง</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>
3	<p>4. การป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวดล้อมในชุมชน</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ</p> <p>5. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>6. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการเรียน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. อินเทอร์เน็ต</p> <p>6. ใบงาน</p>

ลำดับที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
4	5. การจัดการอารมณ์และความเครียด	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
5	6. ระบบบริการสุขภาพ	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
6	7. อุบัติภัยและภัยสาธารณะ	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
7-9	8. การปฐมพยาบาล	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการเรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน

ลำดับที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
10	การประเมินผลการเรียนรู้ กลางภาค		
11-17	9. กีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย 10. การสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางกาย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการ เรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
18	11. สิทธิ กฎ กติกา กีฬาพื้นบ้าน และกีฬาไทย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการ เรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
19	12. การออกกำลังกายและการเล่น กีฬา	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนแบบสาธิต/ปฏิบัติ 5. วิธีสอนแบบ Active Learning 6. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสารประกอบการ เรียน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. อินเทอร์เน็ต 6. ใบงาน
20	การประเมินผลการเรียนรู้ ปลายภาค		

4. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

แผนการประเมินผลการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

รายการทดสอบ	ความรู้ (30คะแนน)	เจตคติ (20คะแนน)	ทักษะ (20คะแนน)	สมรรถภาพทางกาย (20คะแนน)	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อยครั้งที่1	11	10	4	5	5	35
การประเมินผล การเรียนรู้ กลางภาค	10	2	3	-	-	15
การสอบย่อยครั้งที่2	8	7	8	12	5	40
การประเมินผล การเรียนรู้ ปลายภาค	1	1	5	3	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ ใช้เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ 30104 สุขศึกษาและพลศึกษา 4
(HPE30104 Health and Physical Education 4)
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	การประเมินสุขภาพ/การลดความเสี่ยง	พ 4.1 ม5/1,ม5/2	1	2	1	-	-	-	3
2	การป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวตล้อมในชุมชน	พ 4.1 ม5/5	1	2	2	-	-	1	5
3	การจัดการอารมณ์และความเครียด	พ 4.1 ม5/3	1	2	2	1	2	1	8
4	ระบบบริการสุขภาพ	พ 4.1 ม5/5	1	1	1	-	-	1	3
5	อุบัติเหตุภัยและภัยสาธารณะ	พ 4.1 ม5/6	1	2	1	1	1	1	6
6	การปฐมพยาบาล	พ 4.1 ม5/7	3	2	3	2	2	1	10
การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค			1	10	2	3	-	-	15
7	กีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ 3.1 ม5/1,ม5/2	7	4	3	3	4	2	16
8	สิทธิ กฎ กติกา กีฬาพื้นบ้านและกีฬาไทย	พ 3.2 ม5/3	1	2	2	2	1	1	8
9	การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	พ 3.2 ม5/4	1	2	2	3	7	2	16
กาประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค			1	1	1	5	3	-	10
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน				30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ (30 คะแนน)

- ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ (20 คะแนน)

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5 คะแนน)	ดีมาก (4 คะแนน)	ดี (3 คะแนน)	ปานกลาง (2 คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมพลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัยและ อุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ (20 คะแนน)

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้องปรับปรุง (1คะแนน)
1. ทักษะด้านสุขศึกษา					
1.1 การประเมินสุขภาพ					
1.2 การปฐมพยาบาล					
1.3					
2. ทักษะด้านกีฬา					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) (20 คะแนน)

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 แขนด้านใน			มิลลิเมตร	
3.2 น่อง			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งงอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที	
8. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน								เช็คเวลาเรียน	
		1. ความสนใจ-ตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนุกสนานและ	10. สุชนนิสัย		

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

รายวิชา พ30105 สุขศึกษาและพลศึกษา 5 (HPE30105 Health and Physical Education 5)

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน 1 ชม./สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

คำอธิบายรายวิชา

วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อและระบบสืบพันธุ์ ที่มีผลต่อสุขภาพ การดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อและระบบสืบพันธุ์ การวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชนและสังคม ปลอดภัยเสี่ยงต่อการมีเพศสัมพันธ์ แนวทางป้องกันความรุนแรงระหว่างบุคคล ความแตกต่างระหว่างความรู้สึกรักนึกคิดถึงเรื่องของเพศชายและเพศหญิง รูปแบบและขอบเขตของความสัมพันธ์แบบเพื่อนสนิท แบบคู่รัก การวางแผนชีวิตและการสร้างสัมพันธ์ภาพครอบครัว กลวิธีการหาแนวร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการป้องกันโรคของในชุมชนด้วยภูมิปัญญาไทย

วิเคราะห์และประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในทักษะการใช้แร็กเกต สิทธิ กฏ กติกา กลวิธีต่างๆในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่น

รู้ เข้าใจ ในเรื่องระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อและระบบสืบพันธุ์ นำมาใช้วางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว มีค่านิยมที่ดีในการปฏิบัติตนที่เหมาะสมในสังคม มีทักษะในการใช้แร็กเกตสำหรับการประกอบกิจกรรมทางกาย แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา นำไปปฏิบัติในทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี ใช้ความสามารถของตนเองเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม ภูมิใจด้วยความชื่นชมและมีสุนทรียภาพ ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้ปนแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

ตัวชี้วัด

1. วิเคราะห์กระบวนการทำงานและความผิดปกติของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อและระบบสืบพันธุ์ที่มีต่อสุขภาพ
2. รู้วิธีการดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อและระบบสืบพันธุ์
3. รู้วิธีการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชนและสังคม
4. บอกคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชนและสังคม
5. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงของสังคมที่มีต่อการมีเพศสัมพันธ์และความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกันได้
6. เข้าใจความแตกต่างระหว่างความรู้สึกนึกคิดเรื่องเพศชายและเพศหญิงที่ถูกต้อง
7. เข้าใจรูปแบบและขอบเขตของความสัมพันธ์แบบเพื่อนสนิทและแบบคู่รักที่ถูกต้อง
8. มีค่านิยมที่ดีในเรื่องการเลือกปฏิบัติตนตามค่านิยมที่เหมาะสมในสังคม
9. รู้วิธีการวางแผนชีวิตและการสร้างสัมพันธ์ภาพครอบครัว
10. พัฒนากลวิธีหาแนวร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชนด้วยภูมิปัญญาไทย
11. วิเคราะห์รูปแบบและประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในทักษะการไขว่คว้า และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้
12. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬา และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
13. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาและไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี
14. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้
15. ใช้ความสามารถของตนเองเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมโดยคำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม
16. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภททักษะการไขว่คว้าได้
17. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
18. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

3. โครงสร้างรายวิชา พ30105 สุขศึกษาและพลศึกษา 5

(HPE30105 Health and Physical Education5)

3.1 กำหนดการสอนและตัวชี้วัด

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้
1-3	ระบบร่างกาย 1. ปฐมนิเทศการเรียนการสอน 1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30105 2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30105 2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย 1) การอบอุ่นร่างกาย 2) กิจกรรมออกกำลังกาย 3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ 1) ระบบห่อประสาท 2) ระบบต่อมไร้ท่อ 3) ระบบสืบพันธุ์	1. บอกองค์ประกอบสาระและมาตรฐานของการเรียน กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาได้ 2. อธิบายและวิเคราะห์ความสำคัญของสาระการเรียนรู้ได้ 3. อธิบายวิธีการศึกษาและระบุแหล่งการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้ของกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา 4. อธิบายและระบุเกณฑ์การตัดสินผลการเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้ 5. ปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้ 6. บอกประโยชน์ของการปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้อย่างน้อย 2 ข้อ 7. วิเคราะห์กระบวนการทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบสืบพันธุ์ ที่มีผลต่อสุขภาพได้ 8. รู้วิธีการดำรงประสิทธิภาพกระบวนการทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบสืบพันธุ์
4	4. การดูแลสุขภาพ	9. รู้วิธีการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคม 10. เห็นคุณค่าของการวางแผนดูแลสุขภาพของบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคม
5 – 7	5. เพศศึกษาและการวางแผนชีวิต	11. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงของสังคมที่มีต่อการเพศสัมพันธ์หรือความรุนแรงของคนไทยและแนวทางการป้องกัน 12. เข้าใจความแตกต่างระหว่างความรู้สึนึกคิด เรื่องของเพศชายและเพศหญิงที่ถูกต้อง

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
8 - 9	6. การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	13. พัฒนากลวิธีในการหาแนวร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคของชุมชนด้วยภูมิปัญญาไทยที่เหมาะสม
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	
11 – 16	7. ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆในการเล่นกีฬา ทักษะการใช้ร่างกาย	14 วิเคราะห์รูปแบบและประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในทักษะการใช้ร่างกาย และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ 15. แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขันกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาและนำไปใช้ปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี 16. ใช้ความสามารถของตนเองเพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมโดยคำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม
17 – 18	8. สิทธิ กฎ กติกา ของทักษะการใช้ร่างกาย	17.อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่างๆในระหวางการเล่น การแข่งขันกีฬาและนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง
19	9. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	18. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายของตนเองได้ 19. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาประเภททักษะการใช้ร่างกายได้ 20. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรียภาพ และแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา 21. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำ ประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทาง ในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน
20	การประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1 – 4	<p>ปฐมนิเทศการเรียนการสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30105</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30105</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p> <p>3. กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ</p> <p>1) ระบบประสาท</p> <p>2) ระบบต่อมไร้ท่อ</p> <p>3) ระบบสืบพันธุ์</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก</p> <p>5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์</p> <p>6. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>7. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. INTERNET</p> <p>6. ใบงาน</p>
5	4. การดูแลสุขภาพ	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล</p> <p>3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก</p> <p>5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์</p> <p>6. วิธีสอนแบบ Active Learning</p> <p>7. วิธีสอนแบบ QSCCS</p>	<p>1. เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. INTERNET</p> <p>6. ใบงาน</p>

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
6 - 7	5. เพศศึกษาและการวางแผนชีวิต	<ol style="list-style-type: none"> 1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ 6. วิธีสอนแบบ Active Learning 7. วิธีสอนแบบ QSCCS 	<ol style="list-style-type: none"> 1. เอกสารประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. INTERNET 6. ใบงาน
8 - 9	6. การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	<ol style="list-style-type: none"> 1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ 6. วิธีสอนแบบ Active Learning 7. วิธีสอนแบบ QSCCS 	<ol style="list-style-type: none"> 1. เอกสารประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. INTERNET 6. ใบงาน
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค		
11-16	7. ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆในการเล่นกีฬา ทักษะการใช้ร่างกาย	<ol style="list-style-type: none"> 1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ 6. วิธีสอนแบบ Active Learning 7. วิธีสอนแบบ QSCCS 	<ol style="list-style-type: none"> 1. เอกสารประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. INTERNET 6. ใบงาน

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งการเรียนรู้
17	8. สิทธิ กฎ กติกา ของทักษะการใช้ ร่างกาย	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้าง ความตระหนัก 5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ 6. วิธีสอนแบบ Active Learning 7. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. INTERNET 6. ใบงาน
18 – 18	9. การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล 3. วิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม 4. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้าง ความตระหนัก 5. วิธีสอนแบบการสัมภาษณ์ 6. วิธีสอนแบบ Active Learning 7. วิธีสอนแบบ QSCCS	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. INTERNET 6. ใบงาน
20	การประเมินผลเรียนรู้ปลายภาค		

4. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

แผนการประเมินผลการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

รายการทดสอบ	ความรู้ (30คะแนน)	เจตคติ (20คะแนน)	ทักษะ (20คะแนน)	สมรรถภาพทางกาย (20คะแนน)	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อย ครั้งที่1	11	7	12	-	5	35
สอบกลางภาค	10	5	-	-	-	15
การสอบย่อย ครั้งที่2	4	8	3	20	5	40
สอบปลายภาค	5	-	5	-	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ ใช้เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ 30105 สุขศึกษาและพลศึกษา 5

(HPE 30105 Health and Physical Education 5)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	ระบบร่างกาย	พ 1.1 ม6/1,ม6/2	4	5	-	4	-	1	10
2	การดูแลสุขภาพ	พ 1.1 ม6/2	1	1	2	1	-	1	5
3	เพศศึกษาและการวางแผนชีวิต	พ2.1 ม6/2	2	3	3	4	-	2	12
4	การสร้างเสริมสุขภาพและ การป้องกันโรค	พ4.1 ม6/1	2	2	2	3	-	1	8
คะแนนสอบกลางภาค			1	10	2	3	-	-	15
5	ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวรูปแบบต่างๆในการเล่น กีฬา ทักษะการใช้แรรีกเกต	พ 3.1 ม6/1, ม6/2,ม6/3	6	1	3	1	8	2	15
6	สิทธิ กฎ กติกา ของทักษะการใช้ แรรีกเกต	พ 3.2 ม6/3, ม6/4,ม6/5	1	2	2	1	4	1	10
7	การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา	พ 3.2 ม6/1,ม6/2	2	1	3	1	8	2	15
คะแนนสอบปลายภาค			1	5	-	5	-	-	10
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน			-	30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ 30 คะแนน

- ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม พลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
ทักษะด้านสุขศึกษา(12 คะแนน)					
1.1 ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ					
1.2 ทักษะการต่อรอง					
1.3 ทักษะการปฏิเสธ					
1.4 ทักษะการคิดวิเคราะห์					
1.5 ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ฯลฯ					
2. ทักษะด้านกีฬา(13 คะแนน)					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) 20 คะแนน

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 แขนด้านใน			มิลลิเมตร	
3.2 น่อง			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที	
8. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน								เช็คเวลาเรียน	
		1. ความสนใจตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนุกสนานและ	10. สุขนิสัย		

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง



แผนการจัดการเรียนรู้และแผนการประเมินผลการเรียนรู้ ฉบับย่อ

รายวิชา พ30106 สุขศึกษาและพลศึกษา 6 (HPE 30106 Health and Physical Education 6)

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

เวลาเรียน 1 ชม./สัปดาห์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ภาคเรียนที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ครูผู้สอน คณะครูกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาการป้องกันและความเสี่ยงจากการใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง ปัญหาในสถานการณ์เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรงในสังคมไทย ผลกระทบที่เกิดจากครอบครอง การใช้ยาและการจำหน่ายสารเสพติด ภาวะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีในการออกกำลังกายและกิจกรรมนันทนาการ งานสาธารณสุขชุมชน ประเทศและองค์การอนามัยโลก การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสาธารณสุข การสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ชุมชนและสังคมให้เข้มแข็ง การเลือกคบเพื่อน การบริโภคสื่อในรูปแบบต่างๆที่ยั่วยู่ให้เกิดความรุนแรงในสังคม การช่วยฟื้นคืนชีพ การเคหพยาบาล

วิเคราะห์และประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในกิจกรรมเข้าจังหวะและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

รู้ เข้าใจ ในเรื่องการใช้ยา สารเสพติด วางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ อุบัติภัยในโรงเรียนและชุมชน มีทักษะในการใช้กระบวนการทางประชาสังคม ลดความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพ สร้างเสริมให้ชุมชนเข้มแข็งปลอดภัย แสดงทักษะการเคลื่อนไหวเข้าจังหวะอย่างสร้างสรรค์เพื่อสร้างเสริมสุขภาพ เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมการเคลื่อนไหวเข้าจังหวะ เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรียภาพและแสดงความมีน้ำใจ นักกีฬา การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

ตัวชี้วัด

1. มีส่วนรวมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการไอชา สารเสพติดและความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและสังคม
2. ไขทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรงในสังคมไทยได้
3. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากครอบครองการไอชาและการจำหน่ายสารเสพติด
4. มีภาวะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีในการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุง และพัฒนาคุณภาพของตนและสังคม
5. เขาใจงานสาธารณสุขชุมชน ประเทศและองค์การอนามัยโลก การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสาธารณสุขได้เป็นอย่างดี
6. วิเคราะห์สถานการณ์เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ อุบัติภัยในโรงเรียน ชุมชนและแนวทางการป้องกันแก้ไขได้เป็นอย่างดี
7. มีส่วนรวมในการสร้างเสริมสุขภาพตนเอง ชุมชนและสังคม
8. รูวิธีการเลือกคบเพื่อน การบริโภคสื่อในรูปแบบต่าง ๆ ที่ยั่วยุให้เกิดความรุนแรง
9. รู้หลักการช่วยฟื้นคืนชีพและการเคหพยาบาลไปไขได้อย่างถูกต้อง
10. วิเคราะห์รูปแบบและประยุกต์หลักวิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในกิจกรรมเขาจังหวะ และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
11. การเคลื่อนไหวในกิจกรรมเขาจังหวะได้อย่างสร้างสรรค์
12. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมเขาจังหวะ
13. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาอย่างเคร่งครัด
14. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมในสุนทรีย์ภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬาการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
15. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปไขเป็นแนวทางในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน

3. โครงสร้างรายวิชา พ30106 สุขศึกษาและพลศึกษา6

(HPE30106 Health and Physical Education6)

3.1 กำหนดการสอนและและตัวชี้วัด

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด / ผลการเรียนรู้
1-2	1. สารเสพติด 1. ปฐมนิเทศการเรียนรู้การสอน 1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ30106 2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ30106 2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย 1) การอบอุ่นร่างกาย 2) กิจกรรมออกกำลังกาย 3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ 3. สารเสพติด	1. บอกองค์ประกอบสาระและมาตรฐานของการเรียน กลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาได้ 2. อธิบายและวิเคราะห์ความสำคัญของสาระการเรียนรู้ได้ 3. อธิบายวิธีการศึกษาและระบุแหล่งการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้ของกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา 4. อธิบายและระบุเกณฑ์การตัดสินผลการเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้ 5. ปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้ 6. บอกประโยชน์ของการปฏิบัติตามขั้นตอนการออกกำลังกายได้อย่างน้อย 2 ข้อ 7. มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติดและความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและสังคม 8. ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรงได้ 9. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากครอบครองการใช้ยาและการจำหน่ายสารเสพติด

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
3	2. การออกกำลังกาย	1. มีภาวะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีในการออกกำลังกายและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุง และพัฒนาคุณภาพของตนและสังคม
4	3. นันทนาการ	1. มีภาวะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีในการออกกำลังกาย และการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุง และพัฒนาคุณภาพของตนและสังคม
5-7	4. การสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<p>1. เข้าใจงานสาธารณสุขของชุมชน ประเทศ และองค์การอนามัยโลก แสดงการมีส่วนร่วมในการพัฒนา สาธารณสุขได้เป็นอย่างดี</p> <p>2. วิเคราะห์สถานการณ์เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ อุบัติภัยในโรงเรียน ชุมชนและแนวทางการป้องกันแก้ไขได้เป็นอย่างดี</p> <p>3. มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพของตนเอง ชุมชน และสังคมให้เข้มแข็ง</p> <p>4. รู้วิธีการเลือกคบเพื่อน การบริโภคสื่อในรูปแบบต่าง ๆ ที่ช่วยทำให้เกิดความรุนแรง</p>
8	5. การช่วยฟื้นคืนชีพ	1. รู้หลักการและทักษะการช่วยชีวิตการเคหพยาบาลไปใช้ได้ถูกต้อง
9	6. การเคหพยาบาล	1. รู้หลักการและทักษะการช่วยชีวิตการเคหพยาบาลไปใช้ได้ถูกต้อง
10	การประเมินผลการเรียนรู้กลางภาค	

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้
11 - 14	7. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อ เพิ่มศักยภาพของทีมโดยคำนึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและ สังคม	1. วิเคราะห์รูปแบบและประยุกต์หลัก วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวในกิจกรรมเขา จันทะและการสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กาย
15 - 19	8. การเคลื่อนไหว กิจกรรมเข้าจันทะ อย่างสร้างสรรค์	1. แสดงการเคลื่อนไหวในกิจกรรมเขาจันทะ ได้อย่างสร้างสรรค์ 2. เห็นคุณค่าของการออกกำลังกายและการ เข้าร่วมกิจกรรมเขาจันทะ 3. เคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่น กีฬาอย่างเคร่งครัด 4. มีเจตคติและค่านิยมที่ดี ชื่นชมใน สุนทรีย์ภาพและแสดงความมีน้ำใจนักกีฬา การออกกำลังกายและการเล่นกีฬา 5. ยอมรับและเห็นคุณค่าของการนำประสบ การณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมทางกายไปใช้เป นแนวทางในการทำงานและดำเนิน ชีวิตประจำวัน
20	การประเมินผลการเรียนรู้ปลายภาค	

3.2 โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
1-2	<p>1. สารเสพติด</p> <p>1. ปฐมนิเทศการเรียนรู้การสอน</p> <p>1) แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชา พ 30106</p> <p>2) ความสำคัญของการเรียนรายวิชา พ 30106</p> <p>2. ขั้นตอนการออกกำลังกาย</p> <p>1) การอบอุ่นร่างกาย</p> <p>2) กิจกรรมออกกำลังกาย</p> <p>3) การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ</p> <p>3. สารเสพติด</p> <p>- การป้องกันและความเสี่ยงในการใช้ยา การใช้สารเสพติดและความรุนแรง</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:</p> <p>กระบวนการกลุ่ม</p> <p>3. กระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. การสัมภาษณ์</p> <p>4. Active Learning</p> <p>5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก</p> <p>6. การสาธิต</p> <p>7. การแสดงบทบาทสมมติ</p>	<p>1. เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. Internet</p> <p>6. ใบงาน</p>
3	<p>4. ออกกำลังกาย</p>	<p>1. วิธีสอนแบบบรรยาย</p> <p>2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล:</p> <p>กระบวนการกลุ่ม</p> <p>3. กระบวนการกลุ่ม</p> <p>4. การสัมภาษณ์</p> <p>4. Active Learning</p> <p>5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก</p> <p>6. การสาธิต</p> <p>7. การแสดงบทบาทสมมติ</p>	<p>1. เอกสารประกอบการสอน</p> <p>2. รูปภาพ</p> <p>3. สื่อ ICT</p> <p>4. หนังสือแบบเรียน</p> <p>5. Internet</p> <p>6. ใบงาน</p>

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
4	5. นันทนาการ - การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการกลุ่ม 4. การสัมภาษณ์ 4. Active Learning 5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 6. การสาธิต 7. การแสดงบทบาทสมมติ	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. Internet 6. ใบงาน
5-7	6. การสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการกลุ่ม 4. การสัมภาษณ์ 4. Active Learning 5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 6. การสาธิต 7. การแสดงบทบาทสมมติ	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. Internet 6. ใบงาน
8-9	7. การช่วยฟื้นคืนชีพ - ทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ - การเคหพยาบาล	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการกลุ่ม 4. การสัมภาษณ์ 4. Active Learning 5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้างความตระหนัก 6. การสาธิต 7. การแสดงบทบาทสมมติ	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. Internet 6. ใบงาน

ชั่วโมงที่	หัวข้อ/สาระการเรียนรู้	วิธีสอน/กระบวนการจัดการเรียนรู้	สื่อ/แหล่งเรียนรู้
10	การประเมินผลกลางภาค		
11 – 14	8. การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การใช้ความสามารถของตนในการเล่น กีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมโดย คำนึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการกลุ่ม 4. การสัมภาษณ์ 4. Active Learning 5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้าง ความตระหนัก 6. การสาธิต 7. การแสดงบทบาทสมมุติ	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. Internet 6. ใบงาน
15 - 19	9. การเคลื่อนไหว กิจกรรมเข้าจังหวะ อย่างสร้างสรรค์	1. วิธีสอนแบบบรรยาย 2. วิธีสอนแบบสืบค้นข้อมูล: กระบวนการกลุ่ม 3. กระบวนการกลุ่ม 4. การสัมภาษณ์ 4. Active Learning 5. วิธีสอนโดยกระบวนการสร้าง ความตระหนัก 6. การสาธิต 7. การแสดงบทบาทสมมุติ	1. เอกสาร ประกอบการสอน 2. รูปภาพ 3. สื่อ ICT 4. หนังสือแบบเรียน 5. Internet 6. ใบงาน
20	การประเมินผลปลายภาค		

1. แผนการประเมินผลการเรียนรู้และการมอบหมายงาน

แผนการประเมินผลการเรียนรู้ มีรายละเอียดดังนี้

รายการทดสอบ	ความรู้ (30คะแนน)	เจตคติ (20คะแนน)	ทักษะ (20คะแนน)	สมรรถภาพทางกาย (20คะแนน)	คุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)	รวม (100คะแนน)
การสอบย่อยครั้งที่1	13	7	11	-	4	35
สอบกลางภาค	10	5	-	-	-	15
การสอบย่อยครั้งที่2	2	8	4	20	6	40
สอบปลายภาค	5	-	5	-	-	10
รวม	30	20	20	20	10	100

หมายเหตุ

1. ด้านความรู้ ใช้เครื่องมือ ใบงาน/ข้อสอบ
2. ด้านเจตคติ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมเดี่ยว/กลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม
3. ด้านทักษะ ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/แบบสังเกต
4. ด้านสมรรถภาพทางกาย ใช้เครื่องมือ แบบทดสอบ/ใบรับรองแพทย์
5. ด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ใช้เครื่องมือ กิจกรรมกลุ่ม/แบบบันทึกพฤติกรรม

รายวิชา พ 30106 สุขศึกษาและพลศึกษา 6 (HPE 30106 Health and Physical Education 6)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เวลา 20 ชั่วโมง คะแนน 100 คะแนน

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	ชั่วโมง	น้ำหนักคะแนน					รวม
				ด้าน K	ด้าน A	ด้าน P	ด้าน PF	ด้าน DC	
1	สารเสพติด	พ5.1 ม6/1, ม6/2	2	4	3	2	-	1	10
2	อารมณ์และความเครียด	พ5.1 ม6/3	1	1	1	2	-	1	5
3	นันทนาการ	พ3.1 ม6/5	1	1	1	2	-	1	5
4	การสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	พ5.1 ม6/4,ม6/5, ม 1/6	3	5	2	2	-	1	10
5	การช่วยฟื้นคืนชีพ	พ5.1 ม6/7	1	1	-	2	-	-	3
6.	การเคหพยาบาล	พ4.1 ม6/9	1	1	-	1	-	-	2
คะแนนสอบกลางภาค			1	10	5	-	-	-	15
7	การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายการใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีมโดยคำนึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	พ3.1 ม6/3, ม6/4	4	1	4	2	9	4	20
8	การเคลื่อนไหว กิจกรรมเข้าจังหวะอย่างสร้างสรรค์	พ 3.2 ม6/1, ม6/2	5	1	4	2	11	2	20
คะแนนสอบปลายภาค			1	5	-	5	-	-	10
รวมคะแนนตลอดภาคเรียน			-	30	20	20	20	10	100
รวมทั้งสิ้นตลอด 1 ภาคเรียน			20						

4.1 ด้านความรู้ 30 คะแนน

- ประเมินจากใบงานและการทดสอบ

4.2 ด้านเจตคติ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
1. ด้านคุณธรรม					
1.1 การเข้าเรียนสม่ำเสมอ					
1.2 ความซื่อสัตย์ สุจริต					
1.3 การเสียสละ					
1.4 เห็นประโยชน์ส่วนรวม					
2. ด้านจริยธรรม					
2.1 มีระเบียบวินัย					
2.2 ความรับผิดชอบ					
2.3 การตรงต่อเวลา					
2.4 รู้จักควบคุมอารมณ์					
3. ด้านค่านิยม					
3.1 ความขยันหมั่นเพียรสนใจในการเรียน					
3.2 พัฒนาตนเองอยู่เสมอ					
3.3 ศรัทธาในปรัชญาของโรงเรียน					
3.4 รู้จักดูแลสุขภาพ					
3.5 สร้างนิสัยในการดูแลสุขภาพ					
3.6 ร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม พลานามัย					
3.7 รู้จักป้องกันตนเองจากโรคภัย และอุบัติเหตุต่าง ๆ					

4.3 ด้านทักษะ 20 คะแนน

ประเมินผลจากการสังเกตพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนตามแบบประเมิน ดังนี้

รายการประเมิน	ผลการประเมิน				
	ดีเยี่ยม (5คะแนน)	ดีมาก (4คะแนน)	ดี (3คะแนน)	ปานกลาง (2คะแนน)	ต้อง ปรับปรุง (1 คะแนน)
ทักษะด้านสุขศึกษา					
1.1 ทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพ					
1.2 ทักษะการเคหพยาบาล					
1.3					
1.4					
1.5					
2. ทักษะด้านกีฬา					
2.1					
2.2					
2.3					
2.4					
2.5					

4.4 ด้านสมรรถภาพทางกาย (ปฏิบัติ / แบบทดสอบ / การสังเกต) 20 คะแนน

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 1 (Pre-test)	ผลการทดสอบ ครั้งที่ 2 (Post -test)	หน่วย	ชื่ออาจารย์ ผู้ทดสอบ
1. น้ำหนัก			กิโลกรัม	
2. ส่วนสูง			เซนติเมตร	
3. วัดไขมันใต้ผิวหนัง				
3.1 แขนด้านใน			มิลลิเมตร	
3.2 น่อง			มิลลิเมตร	
4. ลูกนั่ง 60 วินาที			ครั้ง	
5. ดันพื้น 30 วินาที			ครั้ง	
6. นั่งอตัวไปข้างหน้า			เซนติเมตร	
7. วิ่งอ้อมหลัก			วินาที	
8. วิ่งทางไกล 1,600 เมตร			นาที:วินาที	

4.5 แบบบันทึกพฤติกรรมด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ (10 คะแนน)

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอบอุ่นร่างกาย		กิจกรรมการเรียนการสอน								เช็คเวลาเรียน	
		1. ความสนใจตั้งใจปฏิบัติ	2. ปฏิบัติได้ถูกต้องครบถ้วน	3. การตรงต่อเวลา	4. ความมีระเบียบวินัย	5. ความมีน้ำใจนักกีฬา	6. ความรับผิดชอบ	7. ความเป็นผู้นำ-ผู้ตาม	8. การควบคุมอารมณ์	9. ความสนุกสนานและ	10. สุขนิสัย		

ระดับการประเมิน

2 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับดี

1 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้

0 คะแนน หมายถึง มีพฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง

8. นายบุญนที ศักดิ์บุญญารัตน์	โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
9. อาจารย์ศิริพร ศักดิ์บุญญารัตน์	โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
10. นายปัญญา ทรงเสรี	ศูนย์สร้างสรรค์เครื่องมืออาชีพ
11. อาจารย์ระวีวรรณ ภาคพรต	ผู้เชี่ยวชาญนอกประจำการ
12. อาจารย์สุภรณ์ สภาพงศ์	ผู้เชี่ยวชาญนอกประจำการ
13. นายอภิสิทธิ์ ชงไชย	สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี(สสวท.)
14. อาจารย์อัจฉรา เก่งบัญชา	โรงเรียนสาธิตนานาชาติ
15. ผศ.ดร.สมชาย นาคะผดุงรัตน์	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
16. อาจารย์ชัยวัฒน์ เชื้อมั่ง	โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
17. ศ.ดร.ณรงค์ ปั่นนิ่ม	ผู้เชี่ยวชาญนอกประจำการ
18. ดร.สุทัสสี สมุทรโคจร	ผู้เชี่ยวชาญโรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
19. ดร.อลันด์ คงไทย	มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

ผู้รับผิดชอบโครงการ จกวก.

ศูนย์บริหารโครงการพัฒนาโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ให้เป็นโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

1. ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา	ที่ปรึกษา
2. นายภูริวรรษ คำอ้ายกาวิณ	ผู้อำนวยการศูนย์บริหารโครงการฯ
3. นางภานุมาศ ธรรมถาวรสกุล	ครู ช่วยราชการ ศ.จก.
4. นางสาวสายชล สาละ	ครู ช่วยราชการ ศ.จก.

คณะกรรมการอำนวยการ

1. นายไพรัช วงศ์นาคกุล	ประธานกลุ่มและผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
2. นายสมร ปาโท	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
3. นายธรรมวิทย์ ธรรมพิธิ	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
4. นายวิทยา อรุณแสงฉาน	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
5. นายชาติรี ประดุงชนม์	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
6. นายสรยุทธ หนูแก้ว	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
7. นายพงศ์พิศักดิ์ แก้วเอี่ยม	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
8. นายศักดิ์ รุ่งแสง	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
9. นายทินกร นนทการ	ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย

10. นายชูรัฐ ระหว่างบ้าน ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
11. รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
12. รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย

คณะกรรมการรับฟังข้อมูลและแนวคิดในการพัฒนาปรับปรุงหลักสูตร

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. นายสมทรง ฝั่งชลจิตร | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 2. นายประกาศ อ่อนตาม | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 3. นายปรีชา ไพรินทร์ | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 4. นางสาวสมพิศ ผาดไธสง | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 5. นายวุฒิชัย สุข่ม่วง | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 6. นายประทีปแสง พลรักษา | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 7. นางจิตินันท์ ศูนย์กลาง | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 8. นายปฏิพล ดำรงศุภปัญญา | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 9. นางอรทัย ลำสำน | รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 10. นางตรีชฎา ถาวรมาศ | หัวหน้างานวิชาการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 11. นางสาวสินีนารถ ธรรมชาติ | หัวหน้างานวิชาการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |
| 12. นางสาวคณิตา สุขเจริญ | หัวหน้างานวิชาการโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 13. นางสาวสรารัตน์ คนชื้อ | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 14. นายบุญเลิศ จรัส | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 15. นายวิเชียร ดอนแรม | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 16. นางรัตเนตร วิชัยผิน | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 17. นางพิมพ์ใจ พุ่มประทีป | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 18. นางสาวอารีรัตน์ มัธฐา | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 19. นายศุภณัฐ นงค์นวล | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 20. นางสาวจุฑารัตน์ ใจงาม | หัวหน้างานหลักสูตรโรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

การประชุมเชิงปฏิบัติการทบทวนหลักสูตรและการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้
ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ระหว่างวันที่ 17 – 19 ตุลาคม 2559
ณ โรงแรมเอเชีย แอร์พอร์ต จังหวัดปทุมธานี

กลุ่มวิชาการงานอาชีพ

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| 1. นายคมฤชิต โต๊ะชาลี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายณัฐชนน ศรีเมือง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นายจักรพันธ์ ศรีวราพันธ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นายพีระ บุญฉลาด | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 5. สิบโทประจักษ์ เกษมรักษ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 6. นายธีระวัฒน์ ไชยศรี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 7. นางดวงดาว ผ่องใส | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 8. นายประเสริฐ สุตโลก | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 9. นางสาวกฤติยา ราชสีห์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 10. นายไพบูลย์ ประเสริฐสุข | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 11. นายวณัส หมาดโซ๊ะ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชากิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

- | | |
|---------------------------------|-------------------------------------|
| 1. นางสาวสมร ใจสืบ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 2. นายสุทธิพงษ์ อุดมเจริญศักดิ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 3. ว่าที่ ร.ต. วัฒนะ รัมมะเอ็ด | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 4. นางมริสา อริยะวงศ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 5. นางสาวพนิดา ผาทอง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 6. นายदनุจ สามีญ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาคณิตศาสตร์

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| 1. นายไมตรี สมบูรณ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายวุฒิพงษ์ ประทุมมา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 3. นางพัชรินทร์ บุญยีน | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 4. นายเอกลักษณ์ อุตมะแก้ว | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 5. นายทรงศักดิ์ หมั่นถนอม | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 6. นางรัตนียา อุดมเจริญศักดิ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| 7. นางสาวชิราณี บุญเกิด | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 8. นางประภาศรี จิตจำนอง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 9. นายสถาปน สัตบุตร์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 10. นางสาวชัชฎาภรณ์ ประจันพล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 11. นางสาวฉวีวรรณ อรุณถาวร | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 12. นางสาวดาวเรือง บุตรทรัพย์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 13. นางนิตตรา บุญรอด | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 14. นางวรรณภา มานักห้อง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 15. นางสาวใจ ประเสริฐสุข | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 16. นางสาวพิชญ์สินี คงสุคนธ์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 17. นางไสลา รูปเหลี่ยม | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 18. นางสาวพัชชา บุตรดีวงศ์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 19. นายศุภสฤกษ์ ชาปัญญา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 20. นางสาวมณฑิลา คล้ายแก้ว | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 21. นางสาวจันทนา เปรมฤดีปรีชาชาญ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 22. นายทงเกียรติ พลไชยา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 23. นายปรัชญากร ฮตมาลี | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 24. นายอิสมาแอล หมาดโตะไส๊ะ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |
| 25. นายลักณ์ขมัน ชียง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาคอมพิวเตอร์

- | | |
|------------------------------|---------------------------------------|
| 1. นายเชาวเลิศ พลรัตน์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายชวลิต ธิจันดา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นายเฉลิม ขวัญดำ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นายทวีวัฒน์ ศรีสุวรรณ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นายพยุงค์ศักดิ์ โพธิ์ไทร | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายธีระกาญจน์ ปกรซ์ สันไส | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางกรรณิกา จันทรวงศ์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นายภาณุพงศ์ เขี่ยมยงวรรณ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นายธนบัตร กองแก้ว | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นายพิเชษฐ์ กัลป์ชัย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 11. นายวิชัย บัวเนี้ยว | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาเคมี

1. นางอัญมณี พุทรมงคล โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี
2. นางสาวนารีรัตน์ พิริยะพันธุ์สกุล โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย
3. นางปัญญาลักษณ์ เคารพพงศ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
4. นางสาววัชรภรณ์ แสนนา โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
5. นางสุกัญญา กล่อมเกลี้ยง โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี
6. นางดวงภา สมพงษ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก
7. นางสาวทัศนียา มาตุการักษ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี
8. นางวราภรณ์ แสงเจริญ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร
9. นางสาวอำนวยการพร ศรีสวัสดิ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี
10. นางน้ำผึ้ง สุพรมอินทร์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย
11. นางสาวธนิษฐา พันธุ์สว่าง โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล

กลุ่มวิชาชีววิทยา

1. นางสาวพรปวีณ์ ทนสูงเนิน โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี
2. นางกาญจนา คำจันะ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย
3. นายกอบชัย วรรณเกียรติพงศ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง
4. นางสาวอาภรณ์ ไร่ไชย โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
5. นายธิตี เพียรโคตร โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
6. นางสาวศุภลักษณ์ ห้วยหงษ์ทอง โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี
7. นางสุดคนึง คุ่มเกตุ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก
8. นางสาวคณิดา สุขเจริญ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี
9. นางสาวดวงดาว มงคลสวัสดิ์ โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร
10. นางสาวฉัตรธิดา ชัยโพธิ์ศรี โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี
11. นายเทพนฤทธิ์ สุภาแสน โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย
12. นางกัญญณ์พัชร์ เพิ่มพูล โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล

กลุ่มวิชาดนตรี

- | | |
|--------------------------|---------------------------------------|
| 1. นางสาวสุภาภรณ์ ศรีคง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายภิญโญ จันทพุ่ม | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 3. นายกัมสิทธิ์ เมตตาพล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 4. นายวิษณุ หนูแย้ม | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 5. นายอนันตพงษ์ จันทรกุล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |

กลุ่มวิชาทัศนศิลป์

- | | |
|-------------------------|---------------------------------------|
| 1. นางสุมล วรรณช | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 2. นางพรรณิ อินทรปาน | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 3. นายสุพล สีวไสสง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 4. นายมานะชัย วงศ์ประชา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 5. นายอนุชิต ชัยเรียบ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |

กลุ่มวิชานาฏศิลป์

- | | |
|----------------------------|-----------------------------------|
| 1. นายชาติ ถนอมวงษ์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นางสาวกนิษฐา สอนชา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 3. นางสาวนทิตา สุทะปัญญา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 4. นางศุภรดา ทองโสม | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 5. นายพีระพงษ์ เตียนจันทิก | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 6. นายณัฐพล เทพศิริ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาธรรมชาติของวิทยาศาสตร์ฯ สัมมนาทางวิทยาศาสตร์ โครงการวิทยาศาสตร์ และนวัตกรรม

- | | |
|---------------------------|---------------------------------------|
| 1. นางสุภาพร ราชา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นางคุณากร จิตตางกูร | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นางพัชรา พงศ์มานะวุฒิ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางกนกรัตน์ สิงห์น้อย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นางสาวรัชณี วุฒิยา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายขุนทอง คล้ายทอง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางณัฐภัสสร เหล่าเนตร์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นายณัฐพล กลิ่นพุด | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นางมีนารัตน์ วงศ์เสนห์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นางวันวิสาข์ แก้วอำภา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 11. นายณรงค์ศักดิ์ แสงขาว | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 12. นางสาวบุษรินทร์ จิตเส็ง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาประวัติศาสตร์ และศาสนา

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. นางพัชชา อนุกุลเวช | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายชัยนันท์ จินะพรม | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นางยุพา ชูเนตร์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางเจียรนัย สังสุทธิพงศ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นางอรุณศรี มณีวรรณ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายเจษฎา สังข์ประเสริฐ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางสาวบุรุษิณี บุญคง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นางสาวโสรัตดา วงษ์ไธ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นางสาววิลาวัลย์ สุคำภา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นางวรรณภา เจริญสุข | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 11. นายสิทธิชัย เทียมไธสงค์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 12. นายพงศ์เทพ กลิ่นเขียว | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาฟิสิกส์

- | | |
|-----------------------------|--|
| 1. นางนาฏยา สุวรรณกิจเจริญ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายพิพัฒน์ เชื้อเมืองพาน | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นายวิชชุ आयุสุข | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นายสมศักดิ์ กัญจนกาญจน์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นางสาววิวรรณ กองมาศ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายนิติ ไชยวงศ์คต | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นายวีระพล พงศ์ดา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นายธนพงษ์ ลิ้มปรีระวงษ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นางสาวพรพิทักษ์ คนหาญ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นางสาวสุพัตรา ยี่สุนทอง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 11. นางสาวสุพลา ทองแป้น | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาภาษาไทย

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. นางฐิตินันท์ เอี่ยมรัศมี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นางบัวตุม ออนตะไคว้ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นางสาวสุธารัตน์ ชำนาญเหนาะ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางสาวณัฐนิชา ศรีสุขสวัสดิ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นายวรวัฒน์ วัฒนธีรางกูร | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นางสาวสุนิตดา กล่อมแสง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางภาวิณี บุญประสพ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นางสาวจุฑาธิป เปลาเล | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นางสาวพรทิภา มากมูลดี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นางเยาวลักษณ์ ศรีภักดี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 11. นางศิริรัตน์ บุญเต็ม | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 12. นางสาว พลอยเจริญ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 13. นางเพชรภรณ์ ไส่ลำภา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 14. นางสาวจริยา จิตตพงศ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาโลกและดาราศาสตร์

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. นางขวัญตา วรรณรัตน์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 2. นางสุวิภา เกตุทัต | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 3. นายภัสรพงศ์ พระไฉ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 4. นายสมคิด รูปเหมาะ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 5. นางสาวปัฐมาพร สุราสา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |

กลุ่มวิชาสังคมศึกษา

- | | |
|------------------------------|--|
| 1. นางสาวประไพพรรณ ศุกระศร | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นายจุลดิษฐ์ วีรศิลป์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นางจินดา ทองอ่อน | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางสาวศิริพัฒน์ ศรีเปารยะ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นางสาวพัชรดา สระทองดี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายสิทธิพร ธิมาชัย | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางพิมพ์ใจ พุ่มประทีป | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นางสาวชลดดา ภูระหงษ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นางสาวอรุณรัตน์ ยืนยง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| 10. นางสาวพิมพ์วรัญญู ใจสุขุ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 11. นายอุไทย โภยชัย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 12. นายสุลตรณณ์ หลั่งเกตุ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มวิชาสุศึกษาและพลศึกษา

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| 1. นายธเนศ ทองไทย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. ว่าที่ ร.ต.สุรยุทธ ชำนาญยา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 3. นายอุทิศ สุวรรณศิริ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางสาวธัญญาภรณ์ เมืองจันทร์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 5. นายภาณุพงษ์ ชาญศรี | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นายกำพล นรชาญ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางศุภลักษณ์ ปู่ซึ้ง | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 8. นางอภิวันท์ เจียมดี | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นายกิตติกร พันธุ์สุวรรณ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 10. นายพิเชษฐ์ สนิบ้าย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 11. นายอาทิตย์ บุญผ่องศรี | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |
| 12. ว่าที่ ร.ต.สุรศักดิ์ เส็มหมาน | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล |

กลุ่มภาษาต่างประเทศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

- | | |
|--------------------------------|---------------------------------------|
| 1. นางศิริรัตน์ พรหมอินทร์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 2. นายวสันต์ ปูนผล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 3. นางเครือวัลย์ ศักดิ์แก้ว | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง |
| 4. นางอรษา กมล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 5. นางสาวพรนัชชา มาตา | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 6. นางวรุบล พลไชย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 7. นางสาวพัชรกนกฉัตร กระดานลาด | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 8. นางสาวสุรีพร โบราณมูล | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 9. นายภูริวัฒน์ เฉิดฉาย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 10. นายคมสรรงค์ ศักดิ์รู่ฟ้าย | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 11. นายพรรคกร วงจันทร์ | โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย |

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| 12. นางสาววิรัชพัชร บุตรจันทร์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 13. นางสาวซีต้า ไรมันชา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |
| 14. นางสาวปนรรฐพร ชวนรัมย์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. นางสาวสุนันทา ไพรินทร์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 2. นางสุภรณ์ คงนก | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 3. นางสาวกรรณิกา แสงระวี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช |
| 4. นางสุมาพร แทนมาก | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 5. นางพัชราภรณ์ คุณาธรภักดี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 6. นางสาวสมถวิล วงศ์ประณูท | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 7. นางสาวอรพรรณ เปาอินทร์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 8. ว่าที่ร้อยตรีธีระชัย ช่วงบุญศรี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย พิษณุโลก |
| 9. นางศิริพร คำสิงห์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 10. นางสาววรรณวิศา ลีทอง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 11. นายนิธิโรจน์ เรืองธนะวิชญ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 12. นางสาววิมลมาลย์ แก้ววิมล | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 13. นางนพมาศ ไทยภักดี | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 14. นายเชิดชัย หยีหริ่ม | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

- | | |
|------------------------------|--------------------------------------|
| 1. นางเอมอร กุลบุญ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ตรัง |
| 2. ดร.สุวิวัชร สมมาตย์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย มุกดาหาร |
| 3. นางศรัณย์ภรณ์ นาคา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ชลบุรี |
| 4. นางสร้อยทิพย์ แก้วหน่อ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย |
| 5. ดร.ชัตติยานันท์ โนนไธสง | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย บุรีรัมย์ |
| 6. นางสาววรรณพร สุวิเศษ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี |
| 7. นางสาวกรรณา จันทร์งาม | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เพชรบุรี |
| 8. นางสาวอรพรรณพรณ สืบศักดิ์ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี |
| 9. นางเรณู นวลคำ | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เลย |
| 10. นายวิจิตร นิยมเดชา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |
| 11. นางสาวอังคณา บุญทา | โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย สตูล |

12. นางปวีตรา แดงวิไล โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
 13. นางสาวกาญจนา แก้วจำรัส โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค

การประชุมเชิงปฏิบัติการทบทวนหลักสูตรและการจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย กลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค ระหว่างวันที่ 6 – 10 มีนาคม 2560 ณ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์ ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

คณะกรรมการอำนวยการและผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผศ.ดร.ยุวดี นาคะผดุงรัตน์ ผู้อำนวยการโรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
2. นายชัยวัฒน์ เข็มมั่ง รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการโรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
3. หัวหน้าสาขาวิชาคณิตศาสตร์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
4. หัวหน้าสาขาวิชาเคมี โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
5. หัวหน้าสาขาวิชาฟิสิกส์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
6. หัวหน้าสาขาวิชาชีววิทยา โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
7. หัวหน้าสาขาวิชาสังคมศึกษาและศิลปะ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
8. หัวหน้าสาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์

คณะกรรมการประสานการดำเนินงาน

1. นายไพรัช วงศ์นาคกุล ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
2. นายสมร ปาโท ผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี
3. นายสมทรง ผึ้งชลจิตร รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
4. นางอรทัย ลำสัน ปฏิบัติหน้าที่รองผู้อำนวยการโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ลพบุรี
5. นายทวีวัฒน์ ศรีสุวรรณ ครูโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
6. นายประยงค์ ปิยนารถ ครูโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี
7. นางสาวจุฑารัตน์ ใจงาม ครูโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ปทุมธานี
8. นายธนกฤษ ผลศิริ ครูโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตร วิชาแคลคูลัสเบื้องต้น 2

1. นายนคร จันละ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
2. นายธรรมบุญ ผุ่ยรอด โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
3. นายชิตเฉลิม คงประดิษฐ์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
3. นายบุญเลิศ จรัส โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย
4. นางสาวชิราณี บัญเกิด โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช

- 5.นางอมรรัตน์ นิรุรัมย์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 6.นางสาวเสาวณีย์ ทองเกิด โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 7.นายปรัชญากร ฮตมาลี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 8.นายไมตรี สมบูรณ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
- 9.นายชัยสิทธิ์ พงษ์พัฒน์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
- 10.นายลักณ์ขมัน ซียง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
- 11.นางสายใจ ประเสริฐสุข โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
- 12.นางสาวมณิชา คลายแก้ว โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
13. นางสาวอัจฉรา วันฤกษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 14.นางสาวฉวีวรรณ อรุณถาวร โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตร สาขาวิชาเคมี

1. นายศราวุธ แสงอุไร โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
2. นางสาวจตุรณี สวัสดิ์รักษา โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
3. นางสาวสิริหทัย ศรีขวัญใจ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
4. นางสาวปัญญาลักษณ์ เคารพพงศ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
5. นางสาวเบญจมาศ เภรีฤกษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
6. นางสาวทัศนียา มาตุการักษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
7. นางมลิวลัย ปาณะศรี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
8. นางสาวนารีรัตน์ พิริยะพันธุ์สกุล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
9. นางดวงภา สมพงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
10. นางสาวศิริพร นันท์ชัย โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
11. นางสาวดารานี ไชยเวช โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
12. นางสาวนารถี ชูอ่อน โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
13. นางสาววิชรภรณ์ แสนนา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
14. นางสาวอารีรัตน์ มัธูผา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
15. นางสุกัญญา กล่อมเกลี้ยง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
16. นางสาวอำนวยการ ศรีสวัสดิ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรวิชาโลกศาสตร์และภูมิศาสตร์

- 1.นายวิรุฒิ เทียนขาว โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 2.นายวัลลพ คงนะ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 3.นางสาวสิริรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธุ์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์

- 4.นางเจียรนัย สังสุทธิพงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
- 5.นายธวัชชัย จูติประภาค โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
- 6.นางสาวชลดา ภูระหงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
- 7.นางสาวจิราวรรณ เนียมศรี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
- 8.นายภิโชติ เอียดเฉลิม โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
- 9.นางสาวบุศรินทร์ จิตเส้ง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
- 10.นายนมินทร์ วงศ์ไชย โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
- 11.นางมยุรี มูลสวัสดิ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
- 12.นางสุวิภา เกตุทัต โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
- 13.นางดวงใจ พรหมมา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
- 14.นายเรืองรงค์ กงแก้ว โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
- 15.นางเพ็ญศรี สมบูรณ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
- 16.นางสาวปัฐมาพร สุราสา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 17.นางชนิษฐา โลจันทร์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 18.นางตรีชฎา ถาวรมาศ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 19.นายสนอง ตูลเพ็ง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 20.นางกัลยาณี วัฒนธีรางกูล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 21.นางอรุณศรี มณีวรรณ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 22.นางรัชณี รักอยู่ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
- 23.นางกัลยา ปัญญา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
- 24.ว่าที่ ร.ต.วัฒนะ รัมมะเอ็ด โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
- 25.นางสาวชญานันท์ ประเสริฐสังข์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
- 26.นางสาวพรพิทักษ์ คนหาญ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 27.นางอรุณี สารยคง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรวิชามนุษย์กับสิ่งแวดล้อม

- 1.นางสาวสถาพร วรรณธนิจารณ์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 2.นางสาวสิริรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธ์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 3.นางทิพนาถ น้อยแก้ว โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 4.นางเจียรนัย สังสุทธิพงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
- 1.นายภูริทัศน์ สุกนวล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
- 2.นายสุลตรณ์ หลังเกตุ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล

- 5.นายจุลดิษฐ์ วีรศิลป์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
- 6.นางสาวชุรพีษฐ์ ไชยศรี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 7.นางสาวประไพพรรณ ศุกระศร โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
- 8.นายอุทัย โกยชัย โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 9.นางยุพา ชูเนตร์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 10.นางสาวพัชรดา สระทองดี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 11.นายอนุทิน พยุงวงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 12.นายเจษฎา สังข์ประเสริฐ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
- 13.นางวรรณภา เจริญสุข โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรวิชาบูรณาการความรู้

- 1.นางปภากร วงศ์ศิลปะกุล โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 2.นายเดี่ยว ใจบุญ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 3.นางสาวขวัญสกุล ศรีจอมขวัญ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 4.นางสาวศิริพัฒน์ ศรีเปาระยะ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช .
- 5.นายภูริทัศน์ สุกนวล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
- 6.นายสุตตรณ์ หลังเกตุ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
- 7.นายจุลดิษฐ์ วีรศิลป์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
- 8.นางสาวชุรพีษฐ์ ไชยศรี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
- 9.นางสาวประไพพรรณ ศุกระศร โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
- 10.นายอุทัย โกยชัย โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 11.นางยุพา ชูเนตร์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 12.นางสาวพัชรดา สระทองดี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 13.นายอนุทิน พยุงวงษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 14.นายเจษฎา สังข์ประเสริฐ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
- 15.นางวรรณภา เจริญสุข โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรวิชาคอมพิวเตอร์

- 1.นางศิริพร ศักดิ์บุญญารัตน์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 2.นายบุญนที ศักดิ์บุญญารัตน์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 3.นางสาวเลขาขวัญ งามประสิทธิ์ โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
- 4.นายทวีวัฒน์ ศรีสุวรรณ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช

5. นายฐปนวัฒน์ ชุกกลิ่น โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
6. นายศิวรักษ์ จิตอุทศน์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
7. นางสาวรุ่งนภา บุญธรรม โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
8. นายวิชัย บัวเนี่ยว โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
9. นางสุนีย์ ยามี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
10. นางมนัสชนก ตามวงศ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
11. นางพุทธพร อินอ่อน โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
12. นางยุภาพร เปรมกมล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
13. นางอรจิรา ยอดคำ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี
14. นายพิษณุวัชร สวัสดิ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
15. นายธวัชชัย จันทร์บุตรสา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
16. นางมิ่งขวัญ ขาวดี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
17. นายเฉลิม ขวัญคำ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
18. นายปรีชา ศาลางาม โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
19. นายพีระ บุญฉลาด โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
20. นายพิทักษ์ ภูมิตอนมิ่ง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
21. นายธนบดี กองแก้ว โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
22. นางสาวทวิพร ผดุงสงฆ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
23. นายธีระกาญจน์ ปกรณ์ สันโส โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
24. นางสาวกฤติยา ราชสีห์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
25. นายอดิเรก สาระยาม โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี

คณะกรรมการจัดทำหลักสูตรวิชาการออกแบบและพื้นฐานทางวิศวกรรม

1. นายสมพร บัวประทุม โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
2. นายพรชัย โกพัฒนา โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
3. นายวิทวัส พันมณี โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์
4. นายธวัช ไกรนุกูล โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช
5. นางจตุดาว ผ่องใส โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เพชรบุรี
6. นายอิสรา สำเร โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย สตูล
7. นายมนัสชนก ตามวงศ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย
8. นายธีระวัฒน์ ไชยศรี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย พิษณุโลก
9. นายคมฤชิต โต๊ะชาลี โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ชลบุรี

- 10.นายพิเชษฐ์ กัลป์ชัย โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เลย
- 11.นายจักรพันธ์ ศรีวรพันธ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ตรัง
- 12.นายสถเกียรติ ชันทอง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย บุรีรัมย์
- 13.นายสมชัย เถาว์หมอ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ลพบุรี
- 14.สิบทประจักษ์ เกษมรักษ์ โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย ปทุมธานี
- 15.นายธวัชชัย มั่นอาษา โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย มุกดาหาร
- 16.นายณัชนน ศรีเมือง โรงเรียนจุฬาราชวิทยาลัย เชียงราย



ที่ ศธ ๐๔๒๗๘/ท

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ กทม. ๑๐๓๐๐

ก) ตุลาคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขออนุญาตใช้โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนมหิตลิวินยานุสรณ์ องค์การมหาชน พุทธศักราช ๒๕๖๐
เรียน ประธานคณะกรรมการบริหารโรงเรียนมหิตลิวินยานุสรณ์ องค์การมหาชน

ด้วยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยศูนย์บริหารโครงการพัฒนาโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย ได้รับการประสานงานจากกลุ่มโรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค เพื่อขออนุญาตให้กลุ่มโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย (โรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค) ใช้โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนมหิตลิวินยานุสรณ์ องค์การมหาชน พุทธศักราช ๒๕๖๐ เพื่อจัดทำรายละเอียดหลักสูตร และสามารถใช้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ ปีการศึกษา ๒๕๖๐ ของกลุ่มโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย (โรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค)

ในการนี้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ใ้ข้ขออนุญาตใช้โครงสร้างหลักสูตรของโรงเรียนมหิตลิวินยานุสรณ์ องค์การมหาชน พุทธศักราช ๒๕๖๐ เพื่อจัดทำรายละเอียดหลักสูตร และสามารถใช้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ ปีการศึกษา ๒๕๖๐ ของกลุ่มโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย (โรงเรียนวิทยาศาสตร์ภูมิภาค) ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายพะโยม จิตวงศ์)

รองเลขาธิการ ปฏิบัติราชการแทน

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ศูนย์บริหารโครงการพัฒนาโรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัยฯ สพฐ.

โทร. ๐ ๒๒๘๘ ๕๙๒๐

โทรสาร. ๐ ๒๒๘๑ ๒๘๒๘