

คำอธิบายรายวิชา

ชุมนุมบาสเกตบอล
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
เวลา 20 ชั่วโมง

ศึกษาประวัติ กฎ ทักษะการเคลื่อนไหว การเลี้ยง ส่ง ยิงลูกบาสเกตบอล รูปแบบการเล่น นำหลักการ ทางพลศึกษาไปใช้ในการพัฒนาการเล่นกีฬาบาสเกตบอล หลักการเล่นกีฬาให้ปลอดภัยและสนุกสนาน หลักการบริหารร่างกาย การสร้างความคุ้นเคยกับลูกบาสเกตบอล การยิงประตู และการป้องกัน ขั้นตอนที่สำคัญในการนำไปสู่การเล่นบาสเกตบอล ตำแหน่งในการยืนในกีฬาบาสเกตบอล หน้าที่ของผู้เล่นในกีฬาบาสเกตบอล วิธีการเล่น บาสเกตบอลเป็นทีมอย่างถูกต้อง ปลอดภัย และสนุกสนาน

เขารวมกิจกรรมกีฬา มีวินัยในการดูแลและจัดการตนเองให้มีสุขภาพทางกายและจิตที่ดี ควบคุมอารมณ์ แสดงความคิดเห็น และพฤติกรรม ที่เขาใจตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม รู้หลักและวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องโดยใช้กีฬาบาสเกตบอลเป็นสื่อ ปฏิบัติตาม กฎ กติกาการเล่น ที่ถูกต้อง รู้ถึงระเบียบ วินัยของการฝึก เคารพเชื่อฟังผู้สอน มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ

เป็นคนดี มีความกล้าหาญ รู้จักคุณค่าของความเป็นผู้มีน้ำใจนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย มีความตั้งใจในการทำงาน อดทน รับผิดชอบต่อนหน้าที่ของตนที่มีต่อครอบครัวและสังคม และเพียรพยายามในการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย เห็นคุณค่าของการเล่นกีฬา รู้จักตนเอง ฟังตนเอง บอกเป้าหมายชีวิต ตามความสามารถและความถนัดของตน สร้างแรงจูงใจและนำตนเองในการเรียนรู้ เรียนรู้วิธีการเรียนรู้ โดยใช้ทักษะการเรียนรู้ หลากหลาย สามารถนำไป ปฏิบัติในชีวิตประจำวันตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการเรียนรู้

1. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องของกีฬาบาสเกตบอล
2. นักเรียนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีคุณธรรม จริยธรรมเป็นผู้เล่นและผู้ชมที่ดีได้
3. สามารถปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพทางกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายอย่างถูกต้อง และเหมาะสมกับกีฬาบาสเกตบอล
4. สามารถแสดงท่าเตรียมพร้อมและเคลื่อนไหวแบบต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง
5. สามารถแสดงทักษะการเลี้ยงลูกบอลในระดับต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง
6. รู้เทคนิค และปฏิบัติการเล่นตามรูปแบบและตำแหน่งในการเล่นบาสเกตบอล
7. สามารถแสดงทักษะการยิงประตูในลักษณะต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง

รวมทั้งหมด 7 ผลการเรียนรู้

สมรรถนะการเรียนรู้

สมรรถนะหลัก

สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน

สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6

1. รู้จักตนเอง พึ่งตนเอง บอกเป้าหมายชีวิต ตามความสามารถและความถนัดของตน และ ดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ พอเพียงได้
2. มีวินัยในการดูแลและจัดการตนเองให้มี สุขภาพทางกายและจิตที่ดี ปกป้องตนเองให้ ปลอดภัย จากภัยต่างๆและ ภัยจากสื่อสารสนเทศ และเทคโนโลยี
3. ควบคุมอารมณ์ แสดงความคิดและพฤติกรรม ที่ เขาใจตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม มี บุคลิกภาพที่ดี แสดงออกถึงความเป้นไทย ผสมผสานสากลได้ พร้อมรับความเปลี่ยนแปลง สามารถปรับตัวเผชิญปัญหา แก้ปัญหา ยอมรับผล ที่เกิดขึ้น
4. เป้นคนดี มีความกล้าหาญทางจริยธรรม ปฏิบัติสิ่งที่ถูกต้อง ตามหลักตามหลักของศาสนา ที่ตนเองนับถือ ปฏิบัติ ตามกฎระเบียบของสังคม อยู่ร่วมกับผู้อื่นดำรงและรักษาสัมพันธ์ภาพอันดี กับผู้อื่น รับผิดชอบบทบาทหน้าที่ของตนที่มีต่อ ครอบครัวและสังคม
5. เขารวมกิจกรรมทางศิลปะ นาฏศิลป์ ดนตรี นันทนาการ กีฬา เขาใจและชื่นชมความงามใน ธรรมชาติ ศิลปวัฒนธรรมและรักษาเอกลักษณ์ ของความเป้นไทย
6. สร้างแรงจูงใจและนำตนเองในการเรียนรู้ เรียนรู้วิธีการเรียนรู้ โดยใช้ทักษะการเรียนรู้ หลากหลาย ได้แก่ เรียนรู้ ทักษะการสืบคนข้อมูล ทักษะการสืบคน ทักษะการสร้างความรู้และ นวัตกรรมรวมทั้งทักษะการประยุกต์ใช้

สมรรถนะรอง

สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ

สมรรถนะย่อย 6.3 ทำงาน ด้วยความตั้งใจ แสดงความอดทน รับผิดชอบ และเพียรพยายามเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

ที่ปรึกษา นายนพรัตน์ นิลเพชร

นางเนตรดาว นิลเพชร

โครงสร้างกิจกรรมชุมนุม

ชุมนุมบาสเกตบอล
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
เวลา 20 ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	ผลการเรียนรู้	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกีฬาบาสเกตบอล	นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องของกีฬาบาสเกตบอล	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	บาสเกตบอลเป็นกีฬาสากลที่จัดให้มีการแข่งขันโดยทั่วไปและเป็นที่นิยมกันในระดับนักเรียน เยาวชนและประชาชน	1	-
2	ประโยชน์ของกีฬาบาสเกตบอล	นักเรียนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีคุณธรรม จริยธรรมเป็นผู้เล่นและผู้ชมที่ดีได้	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	การเล่นบาสเกตบอลจะช่วยให้ผู้เล่นมีความสุขที่ สมบูรณ์และยังช่วยส่งเสริมให้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข	2	-
3	สมรรถภาพทางกายของกีฬาบาสเกตบอล	สามารถปฏิบัติการ ทดสอบสมรรถภาพทางกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายอย่างถูกต้อง	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6	กีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ผู้เล่นจะต้องมีการ เคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาผู้เล่นจำเป็นต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดี	2	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	ผลการเรียนรู้	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		และเหมาะสมกับกีฬาบาสเกตบอล	สมรรถนะย่อย 6.3			
4	การเคลื่อนไหวเบื้องต้น	สามารถแสดงท่าเตรียมพร้อมและเคลื่อนไหวแบบต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	การเล่นบาสเกตบอลได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นผู้เล่นจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนทักษะการเคลื่อนไหวเบื้องต้นของการเล่นมาอย่างถูกวิธี	3	-
5	การเลี้ยงลูกบอล	สามารถแสดงทักษะการเลี้ยงลูกบอลในระดับต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	การเลี้ยงลูกบอลเป็นหัวใจสำคัญของการเล่นบาสเกตบอลที่จะช่วยให้ผู้เล่นสามารถพาลูกบอลไปตามทิศทางต่างๆ ได้การเลี้ยงลูกบอลที่ถูกต้อง	4	-
6	การหลอกล่อ	รู้เทคนิค และปฏิบัติการเล่นตามรูปแบบและตำแหน่งในการเล่นบาสเกตบอล	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	ทักษะในการหลอกล่อเพื่อเปลี่ยนทิศทางเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นบาสเกตบอล	4	-
7	การยิงประตู	สามารถแสดงทักษะการยิง	สมรรถนะหลัก	การยิงประตูเป็นหัวใจสำคัญของการเล่น บาสเกตบอลการ	4	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	ผลการเรียนรู้	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		ประตู่ในลักษณะ ต่างๆ ได้อย่าง ถูกต้อง	สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5. 4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	แพ้ชนะในการเล่นขึ้นอยู่กับ ความสามารถในการยิงประตูได้ มากหรือน้อย		

วิเคราะห์หา Key Word ผลการเรียนรู้

ชุมนุมบาสเกตบอล

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

เวลา 20 ชั่วโมง

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน(Skill)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
1. มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องของกีฬาบาสเกตบอล	- รู้ - เข้าใจ	- รู้และเข้าใจเรื่องประวัติความเป็นมาของกีฬาบาสเกตบอล	- รู้ (S) - เข้าใจ(S) - สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	-	- ประวัติกีฬาบาสเกตบอล	
2. รู้และเข้าใจวิธียิงประตูอย่างถูกวิธี	- รู้ - เข้าใจ	มีความรู้และความเข้าใจเทคนิควิธียิงประตู	- รู้ (S) - เข้าใจ (S) - สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	-อย่างถูกวิธี	-การยิงประตู	

<p>3. มีทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาบาสเกตบอล</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เล่น - เคลื่อนไหว 	<ul style="list-style-type: none"> - การมีทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาบาสเกตบอล 	<ul style="list-style-type: none"> - เล่น (S) - เคลื่อนไหว (S) - สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3 		<ul style="list-style-type: none"> - การทรงตัว - การหมุน - การวิ่ง - การกระโดด 	
<p>4. รู้ขั้นตอนการหลอกล่อเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - รู้ขั้นตอน - ถูกต้องและเหมาะสม 	<p>มีความรู้ขั้นตอนการหลอกล่อเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - รู้ขั้นตอน (S) - สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3 	<ul style="list-style-type: none"> - ถูกต้องและเหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - วิธีหลอกล่อฝ่ายตรงข้าม 	
<p>5. รู้ขั้นตอนการเลี้ยงลูกบอลเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - รู้ขั้นตอน - เลี้ยงลูกบอล - ถูกต้อง -เหมาะสม 	<p>มีความรู้ขั้นตอนการเลี้ยงลูกบอลเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> - รู้ขั้นตอน(S) - สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 	<ul style="list-style-type: none"> - ถูกต้องและเหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - การเลี้ยงลูกบอลอย่างถูกวิธี - การลูกฝ่ายตรงข้าม 	

			สมรรถนะย่อย 6.3			
6. เห็นความสำคัญ ประโยชน์ของกีฬา บาสเกตบอลสามารถ ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้อง	-เห็นความ สำคัญ - ปฏิบัติ - อย่าง ถูกต้อง	.มีความเห็น ความสำคัญ ประโยชน์ของ กีฬา บาสเกตบอล สามารถปฏิบัติ ได้อย่างถูกต้อง	-เห็นความ(S) - สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5 .5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	- อย่าง ถูกต้อง(A)	ประโยชน์ของกีฬา บาสเกตบอล	
7. เข้าใจและ ปฏิบัติการทดสอบ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหารได้ อย่างถูกต้อง	- เข้าใจ - ปฏิบัติ - อย่าง ถูกต้อง	- รู้และเข้าใจ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหาร ได้	- เข้าใจ(S) - ปฏิบัติ (S) - สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5 .5,5.6 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 สมรรถนะย่อย 6.3	- อย่าง ถูกต้อง(A)	- การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	

เอกสารประกอบ

การประเมินผลการปฏิบัติงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา

องค์ประกอบที่ ๑

การประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลการปฏิบัติงานตามมาตรฐานตำแหน่ง

ตำแหน่งครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

ด้านที่ ๑ ด้านการจัดการเรียนรู้
ตัวชี้วัดที่ ๑.๑ การสร้างและหรือพัฒนาหลักสูตร

นายนพรัตน์ นิลเพชร

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

โรงเรียนเทพศิรินทร์ลาดหญ้า กาญจนบุรี

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากาญจนบุรี

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

วิเคราะห์Keywordวิชาบาสเกตบอลระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จาก ตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลาง ตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษา ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ ะ พึ่ง ประสงค์ (Attitude)		
ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไก และทักษะ การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	-ปฏิบัติ - เคลื่อนไหว -สรุป	การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่ของตนเองจะทำให้มีประสิทธิภาพของการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	-ปฏิบัติ(S) -เคลื่อนไหว(S) -สรุป(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา	(S)
ม.2/2 เล่นกีฬาไทย และกีฬา สากล ทั้ง	-เล่น	เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ตามกฎกติกา ทำให้เป็นคนมีวินัย เห็น	-เล่น(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก		การเล่นกีฬาไทย กีฬา สากลตามชนิดกีฬาที่เลือก	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จาก ตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลาง ตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษา ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ ะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ประเภท บุคคลและ ทีมได้อย่าง ละ 1 ชนิด		ความสำคัญของกฎ และกติกา	สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5		เช่น กีฬา ประเภทคู่และ ลาน บาสเกตบอล กระป๋ เทนนิส ตระกร้อลอด บ่วง ฟุตซอล ว่ายน้ำ เท ควีนโด	
ม.2/3 เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพ ของ รูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ ส่งผลต่อการ เล่นกีฬา และกิจกรรม ใน ชีวิตประจำวัน	-พัฒนา -ปฏิบัติ	เห็นความแตกต่าง ระหว่างบุคคล เพื่อ มาเป็นแนวทางใน การพัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่น กีฬา ที่เลือก	-พัฒนา(S) -ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ		ประสิทธิภาพ ของรูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ ส่งผลต่อการ เล่นกีฬาและ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จาก ตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลาง ตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษา ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ ะ พึ่ง ประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5			
ม.2/4 ร่วม กิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำ ความรู้ และ หลักการที่ ได้ไปปรับใช้ ใน ชีวิตประจำ วันอย่างเป็น ระบบ	-ร่วม -เล่น -ปรับใช้ใน ชีวิตประ จำวัน	ร่วมกิจกรรม นันทนาการ เช่น เล่นกีฬาตามความ ถนัดโดยการนำ ความรู้ และหลักการ ที่ได้ไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวัน	-ร่วม(S) -เล่น(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5	-ปรับใช้ใน ชีวิตประ จำวัน	การนำ ประสบการณ์ จากการร่วม กิจกรรม นันทนาการไป ปรับใช้ใน ชีวิตประจำวัน	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง
 สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการ
 แข่งขันและชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.2/4 วางแผนการ รุกและการป้องกัน ในการเล่นกีฬาที่ เลือกและนำไปใช้ใน การเล่นอย่าง เหมาะสมกับทีม	-วางแผน -ป้องกัน	วางแผนการรุกและ การป้องกันในการเล่น กีฬาที่เลือก	-วางแผน(S) -ป้องกัน(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5		-รูปแบบ กลวิธี การรุก การ ป้องกันในการ เล่นกีฬาเป็นทีม -ประโยชน์ของ การเล่นและการ ทำงานเป็นทีม -หลักการให้ ความร่วมมือใน การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงาน เป็นทีม	
ม.2/5 นำผลการ ปฏิบัติ ในการเล่น กีฬามาสรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับตนเอง	-นำ -เล่น -ด้วยความ มุ่งมั่น	นำผลการปฏิบัติ ใน การเล่นกีฬามาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมกับ ตนเองด้วยความมุ่งมั่น	-นำ(S) -เล่น(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)	-ด้วย ความ มุ่งมั่น	-การพัฒนาวิธี เล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับ ตนเอง - การเลือกวิธี	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ด้วยความมุ่งมั่น			สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5		เล่น - การแก้ไข ข้อบกพร่อง - การเพิ่ม ทักษะ การสร้าง แรงจูงใจและ การสร้างความ มุ่งมั่นในการเล่น และแข่งขันกีฬา	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ22103รายวิชา บาสเกตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ทักษะ เคลื่อนไหว จากการเล่น กีฬา	พ 3.1 ม.2/1 นำผลการ ปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะ กลไก และ ทักษะการ เคลื่อนไหวใน การเล่นกีฬา จาก แหล่งข้อมูล ที่หลากหลายมา สรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมใน บริบทของ ตนเอง พ 3.1 ม.2/3 เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพ ของรูปแบบ การเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการ เล่นกีฬา และ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน พ 3.2 ม.2/1 อธิบายสาเหตุ การ เปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8 สมรรถนะ รองสมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5	การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไก และ ทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง จะทำให้ประสิทธิภาพของรูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน และเกิดการ เปลี่ยนแปลงของร่างกาย ที่เกิดจาก การออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็น ประจำจนเป็นวิถีชีวิต	5	15

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		และสติปัญญา ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬา เป็นประจำจน เป็นวิถีชีวิต				
2	เล่นกีฬา (บาสเกตบอล) ตามกฎ กติกา	พ 3.1 ม.2/2 เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภท บุคคลและทีม ได้อย่างละ 1 ชนิด พ 3.2 ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติ ตามกฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่น กีฬา ที่ เลือก	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8 สมรรถนะ รองสมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5	เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล การเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วความรู้ หลักการที่ได้มาปรับใช้ใน ชีวิตประจำวัน เล่นกีฬาตามความ ถนัด จะเห็นความแตกต่างระหว่าง บุคคล เพื่อมาเป็นแนวทางในการ พัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬา ที่เลือก	5	15
3	กิจกรรม นันทนาการ	พ 3.1 ม.2/4 ร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้ และหลักการ ที่ได้ไปปรับใช้ ใน ชีวิตประจำวัน อย่างเป็น ระบบ	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5. 4,5.5,5.6,5.7,5. 8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8	การนำความรู้ และหลักการที่ได้ไปปรับ ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็น เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการ พัฒนาตนเอง	4	15

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		พ 3.2 ม.2/2 เลือกเข้า กิจกรรมการ ออกกำลังกาย เล่นกีฬาตาม ความถนัด และความ สนใจ พร้อม ทั้งวิเคราะห์ ความแตกต่าง ระหว่าง บุคคลเพื่อ เป็นแนวทาง ในการพัฒนา ตนเอง	การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5			
4	เล่นกีฬาเกิด ความสามัคคี	พ 3.2 ม.2/4 วางแผนการ รุกและการ ป้องกันในการ เล่นกีฬาที่ เลือกและ นำไปใช้ในการ เล่นอย่าง เหมาะสมกับ ทีม พ 3.2 ม.2/5 นำผลการ ปฏิบัติ ในการ เล่นกีฬามา สรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับ ตนเองด้วย ความมุ่งมั่น	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8 สมรรถนะ รองสมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะ ย่อย 8.5	วางแผนการรุกและการป้องกันในการ เล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่น อย่างเหมาะสมกับทีม นำผลการปฏิบัติ ในการเล่นกีฬามา สรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วย ความมุ่งมั่น	4	15
สอบกลางภาคเรียน					1	20

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
สอบปลายภาคเรียน					1	20
รวมทั้งหมด					20	100

วิเคราะห์Keywordวิชาฟุตบอล ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	-ปฏิบัติ -เคลื่อนไหว -เล่น -สรุป	การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสม	-ปฏิบัติ(S) -เคลื่อนไหว(S) -เล่น(S) -สรุป(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลักสมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรองสมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศ และดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา	
ม.2/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ 1 ชนิด	-เล่น -เข้าร่วม -ปรับใช้ใน ชีวิตประจำวัน	การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วความรู้ หลักการที่ได้มาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน	-เล่น(S) -เข้าร่วม(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลักสมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะ	-ปรับ ใช้ใน ชีวิตป ระจำวั น	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
			ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอด บ่วง ฟุตซอล ว่ายน้ำ เทควัน โด	
ม.2/3 เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพของ รูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬา และ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	- เปรียบเทียบ - เคลื่อนไหว	การเปรียบเทียบ ประสิทธิภาพของ รูปแบบการเคลื่อนไหว ของการเล่นกีฬาจาก แหล่งข้อมูลที่ หลากหลายมาสรุปเป็น วิธีที่เหมาะสมในบริบท ของตนเองที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬา	-เปรียบเทียบ(S) -เคลื่อนไหว(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		ประสิทธิภาพ ของรูปแบบ การเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการ เล่นกีฬาและ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	
ม.2/4 ร่วมกิจกรรม นันทนาการอย่าง น้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้ และ	-นำ -เล่น	การนำความรู้ และ หลักการที่ได้จากการ เล่นกีฬาไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันอย่าง	-นำ(S) -เล่น(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก		การนำ ประสบการณ์ จากการร่วม กิจกรรม	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
หลักการที่ได้ไปปรับ ใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างเป็นระบบ		เป็นเหมาะสม	สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		นันทนาการไป ปรับใช้ ในชีวิตประจำวัน	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง

สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน

และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.2/1 อธิบาย สาเหตุการ	-เกิด -เปลี่ยน	การเกิดการ เปลี่ยนแปลงของ	-เกิด(S) -เปลี่ยน(S)		-สาเหตุการ เปลี่ยนแปลง	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
เปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิด จากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา เป็นประจำจนเป็น วิถีชีวิต	-เล่น	ร่างกาย ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และ เล่นกีฬาเป็นประจำจน เป็นวิถีชีวิต	-เล่น(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		ทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา จากการออก กำลังกายและ การเล่นกีฬา อย่างสม่ำเสมอ จน เป็นวิถีชีวิต -การสร้างวิถี ชีวิตที่มี สุขภาพดี โดยการออก กำลังกายและ เล่นกีฬาเป็น ประจำ	
ม.2/2 เลือกลง กิจกรรมการออก กำลังกาย เล่นกีฬา ตามความถนัดและ ความสนใจ พร้อมทั้ง วิเคราะห์ความ แตกต่าง ระหว่าง บุคคลเพื่อเป็น แนวทางในการ	-เล่น -สนใจ -วิเคราะห์ -พัฒนา ตนเอง	การเล่นกีฬาตาม ความถนัดและความ สนใจ พร้อมทั้ง วิเคราะห์ความ แตกต่าง ระหว่าง บุคคลเพื่อเป็นแนวทาง ในการพัฒนาตนเอง	-เล่น(S) -สนใจ(S) -วิเคราะห์(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย	- พัฒนา ตนเอง	-การออก กำลังกายและ การเล่นกีฬา ไทย กีฬา สากลทั้ง ประเภท บุคคลและ ประเภททีม -การวิเคราะห์	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
พัฒนาตนเอง			5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		ความแตกต่าง ระหว่างบุคคล เพื่อเป็น แนวทางใน การ พัฒนาการ ร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย และเล่น กีฬา	
ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการ เล่นกีฬา ที่เลือก	-เข้าร่วม -ถนัด -ปฏิบัติ	การเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการตามความ ถนัดอย่างมีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการ เล่นกีฬา ที่เลือก	-เข้าร่วม(S) -ถนัด(S) -ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		วินัยในการ ฝึก และการ เล่นกีฬา ตาม กฎ กติกาและ ข้อตกลง	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.2/4 วางแผนการ รุกและการป้องกัน ในการเล่นกีฬาที่ เลือกและนำไปใช้ใน การเล่นอย่าง เหมาะสมกับทีม	-วางแผน -ป้องกัน	การวางแผนการรุก และการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก	-วางแผน(S) -ป้องกัน(S) -เล่น(S) -เลือก(S) -สรุป(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		-รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันใน การเล่นกีฬา เป็นทีม -ประโยชน์ ของการเล่น และการ ทำงานเป็นทีม -หลักการให้ ความร่วมมือ ในการเล่นการ แข่งขันกีฬา และการ ทำงานเป็นทีม	
ม.2/5 นำผลการ ปฏิบัติ ในการเล่น กีฬามาสรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับตนเอง ด้วยความมุ่งมั่น	-นำ -เลือก -สรุป -ด้วยความ มุ่งมั่น	การนำผลการปฏิบัติ ในการเล่นกีฬามาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมกับ ตนเองด้วยความมุ่งมั่น	สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ	-ด้วย ความ มุ่งมั่น	การพัฒนาวิธี เล่นกีฬาที่ เหมาะสมกับ ตนเอง - การเลือกวิธี เล่น - การแก้ไข ข้อบกพร่อง - การเพิ่ม ทักษะ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5		การสร้าง แรงจูงใจและ การสร้าง ความ มุ่งมั่นในการเล่น และแข่งขันกีฬา	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ22104 รายวิชา ฟุตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ทักษะ เคลื่อนไหว จากการเล่น กีฬา	พ 3.1 ม.2/1 นำผลการปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะ กลไก และทักษะการ เคลื่อนไหวในการเล่น กีฬาจากแหล่งข้อมูล ที่หลากหลายมาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมใน บริบทของตนเอง พ 3.1 ม.2/3 เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพของ รูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผล ต่อการเล่นกีฬา และ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน พ 3.2 ม.2/1 อธิบายสาเหตุการ เปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและ สติปัญญา ที่เกิด จากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา เป็นประจำจนเป็น วิถีชีวิต	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.5	การปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการ เล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่ หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมในบริบทของตนเองจะทำ ให้ประสิทธิภาพของรูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน และ เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และ เล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	5	15

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
2	เล่นกีฬา (ฟุตบอล) ตามกฎ กติกา	พ 3.1 ม.2/2 เล่นกีฬาไทย และ กีฬาสากล ทั้ง ประเภทบุคคลและ ทีมได้อย่างละ 1 ชนิด พ 3.2 ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่น กีฬา ที่เลือก	สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะ รอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5	เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล การ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้ว ความรู้ หลักการที่ได้มาปรับใช้ ในชีวิตประจำวัน เล่นกีฬาตาม ความถนัด จะเห็นความแตกต่าง ระหว่างบุคคล เพื่อมาเป็น แนวทางในการพัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่นกีฬา ที่เลือก	5	15
3	กิจกรรม นันทนาการ	พ 3.1 ม.2/4 ร่วมกิจกรรม นันทนาการอย่าง น้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้ และ หลักการที่ได้ไปปรับ ใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างเป็นระบบ พ 3.2 ม.2/2 เลือกเข้ากิจกรรม การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความ ถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลเพื่อ เป็นแนวทางในการ พัฒนาตนเอง	สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะ รอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5	การนำความรู้ และหลักการที่ได้ไป ปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็น เล่นกีฬาตามความถนัดและความ สนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความ แตกต่าง ระหว่างบุคคลเพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาตนเอง	4	15

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
4	เล่นกีฬาเกิด ความสามัคคี	พ 3.2 ม.2/4 วางแผนการรุกและ การป้องกันในการ เล่นกีฬาที่เลือกและ นำไปใช้ในการเล่น อย่างเหมาะสมกับ ทีมพ 3.2 ม.2/5 นำผลการ ปฏิบัติ ในการเล่น กีฬามาสรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับตนเอง ด้วยความมุ่งมั่น	สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7 ,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.5	วางแผนการรุกและการป้องกันใน การเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม นำผลการปฏิบัติ ในการเล่นกีฬา มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับ ตนเองด้วยความมุ่งมั่น	4	15
สอบกลางภาคเรียน					1	20
สอบปลายภาคเรียน					1	20
รวม					20	100

วิเคราะห์Keywordวิชาออลเลย์บอลระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

สาระที่1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.5/1 อธิบาย กระบวนการสร้าง เสริมและดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของระบบ อวัยวะต่าง ๆ	-หายใจ -ย่อย -ขับถ่าย -ทำงาน อย่างมี ประสิทธิภาพ	ระบบการหายใจ ระบบการไหลเวียน โลหิต ระบบการย่อย อาหารและระบบ การขับถ่ายเป็นระบบ ที่มีความสำคัญต่อ การดำรงชีวิตของ มนุษย์จึงควรสร้าง เสริมและดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของทั้งสาม ระบบให้ทำงานอย่าง มีประสิทธิภาพ	-หายใจ(S) -ย่อย(S) -ขับถ่าย(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ทำงาน อย่างมี ประสิทธิ ภาพ	<ul style="list-style-type: none"> กระบวนการ สร้างเสริมและ ดำรง ประสิทธิภาพ การทำงานของ อวัยวะ ต่าง ๆ - การทำงาน ของระบบ อวัยวะต่างๆ - การสร้าง เสริมและดำรง ประสิทธิภาพ ของอวัยวะ ต่างๆ(อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจ สุขภาพ ฯลฯ) 	
ม.5/2 วางแผน ดูแลสุขภาพตาม	-วางแผน -พัฒนา	การวางแผนดูแลและ การพัฒนาสุขภาพ	-วางแผน(S) -พัฒนา(S)	มี คุณภาพ	การวางแผน ดูแลสุขภาพ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ภาวะ การ เจริญเติบโตและ พัฒนาการของ ตนเองและบุคคลใน ครอบครัว	-มีคุณภาพ ชีวิตที่ดี	ของตนเองให้มี สภาวะการ เจริญเติบโตและ พัฒนาการ ตามวัย เป็นเรื่องสำคัญ และ ส่งผลให้มีสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรง และ มีคุณภาพชีวิตที่ดี	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	พชีวิต ที่ดี	ของตนเอง และบุคคลใน ครอบครัว	

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
<p>ม.5/3 เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว</p>	<p>-เลือก -ป้องกัน -แก้ปัญหา -สัมพันธ์ภาพ ที่ดีต่อกัน</p>	<p>การเลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัวจะช่วยสร้างเสริมสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน</p>	<p>-เลือก(S) -ป้องกัน(S) -แก้ปัญหา(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3</p>	<p>สัมพันธ์ภาพที่ดี</p>	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกันลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ฯลฯ 	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.5/4 วิเคราะห์ สาเหตุและผลของ ความขัดแย้งที่อาจ เกิดขึ้นระหว่าง นักเรียน หรือ เยาวชนในชุมชน และเสนอแนะ ทางแก้ไขปัญหา	-ขัดแย้ง -การ แก้ปัญหา ที่ เหมาะสม	ความขัดแย้งที่อาจ เกิดขึ้นระหว่าง นักเรียนในชุมชนส่ง ผลกระทบต่อนักเรียน หรือเยาวชนและ สังคม จึงควร วิเคราะห์ถึงสาเหตุ และผลกระทบที่ เกิดขึ้นเพื่อหา แนวทางในการ แก้ปัญหาที่เหมาะสม	-ขัดแย้ง(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5. 4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การ แก้ปัญหา ที่ เหมาะ สม	<ul style="list-style-type: none"> • ความ ขัดแย้งที่อาจ เกิดขึ้น ระหว่าง นักเรียนหรือ เยาวชนใน ชุมชน - สาเหตุของ ความขัดแย้ง - ผลกระทบ ที่เกิดจาก ความขัดแย้ง ระหว่าง นักเรียน หรือ เยาวชนใน ชุมชน - แนวทางใน การแก้ปัญหา ที่อาจเกิดจาก ความขัดแย้ง ของนักเรียน หรือเยาวชน ในชุมชน 	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ม.5/1 วิเคราะห์ ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวรูปแบบ ต่างๆ ในการเล่น กีฬา	-คิด - เคลื่อนไหว -เล่น	ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวรูปแบบ ต่างๆ ในการเล่นกีฬา	-คิด(S) -เคลื่อนไหว(S) -เล่น(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตนสมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		<ul style="list-style-type: none"> • ความคิด รวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น กีฬา • การ วิเคราะห์ ความคิดรวบ ยอดเกี่ยวกับ การ เคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่น กีฬา 	
ม.5/2 ใช้ ความสามารถของ	-ใช้	การใช้ความสามารถ ของตน เพื่อเพิ่ม	-ใช้(S) สมรรถนะการ		การใช้ ความสามารถ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
ตน เพื่อเพิ่ม ศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ ผู้อื่นและสังคม		ศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ ผู้อื่นและสังคม	เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		ของตนในการ เล่นกีฬา เพื่อ เพิ่มศักยภาพ ของทีม โดย คำนึงถึง ผลที่ เกิดต่อผู้อื่น และสังคม	
ม.5/3 เล่นกีฬา ไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้ อย่างน้อย 1 ชนิด แสดงการ เคลื่อนไหวได้อย่าง สร้างสรรค์	-เล่น - เคลื่อนไหว	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภท บุคคล / คู่ กีฬา ประเภททีม และ แสดงการเคลื่อนไหว ได้อย่างสร้างสรรค์	-เล่น(S) -เคลื่อนไหว(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,		กีฬาประเภท บุคคล / คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์ บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
			5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		พลอง ง้าว	
ม.5/4 เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิดไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	-เข้าร่วม -ปรับปรุง -พัฒนา -เคลื่อนไหว -อย่าง สร้างสรรค์	การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิด ไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคมแสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	-เข้าร่วม(S) -ปรับปรุง(S) -พัฒนา(S) -เคลื่อนไหว(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็น	อย่าง สร้างสรรค์	การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เขียร์ลีดเดอร์	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการ เรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึง ประสงค์ (Attitude)		
			ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
ม.5/5 เข้าร่วม กิจกรรม นันทนาการนอก โรงเรียน และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน และสังคม	-เข้าร่วม -ปรับปรุง -พัฒนา	การเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการนอก โรงเรียน และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน และสังคม	-เข้าร่วม(S) -ปรับปรุง(S) -พัฒนา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะ หลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็นผู้ ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		การนำ หลักการและ แนวคิดของ กิจกรรม นันทนาการไป ปรับปรุงและ พัฒนา คุณภาพชีวิต ของตนและ สังคม	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ32102รายวิชา วอลเลย์บอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ปฐมนิเทศ/ ทดสอบก่อน เรียน		สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	วัดความรู้ความเข้าใจ วิชา สุขศึกษาและพล ศึกษา ชั้น ม.5	1	-
2	ระบบใน ร่างกาย	พ 1.1 ม.5/1 อธิบายกระบวนการ สร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของระบบ อวัยวะต่าง ๆ พ 1.1 ม.5/2 วางแผนดูแล สุขภาพตามภาวะ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของ ตนเองและบุคคลใน ครอบครัว	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ระบบหายใจ ระบบ ไหลเวียนโลหิต ระบบย่อยอาหาร และ ระบบขับถ่ายเป็น ระบบที่มีความสำคัญ ต่อการดำรงชีวิตของ มนุษย์ จึงควรสร้าง เสริมและดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของทั้งสาม ระบบให้ทำงานอย่าง มีประสิทธิภาพ การวางแผนดูแลและ พัฒนาสุขภาพของ ตนเองให้มีสภาวะ	5	20

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
				การเจริญเติบโตและ พัฒนาการ ตามวัย เป็นเรื่องสำคัญ และ ส่งผลให้มีสุขภาพ สมบูรณ์แข็งแรง และ มีคุณภาพชีวิตที่ดี		
3	การป้องกัน ลดความ ขัดแย้งระหว่าง เยาวชน ในชุมชน	พ 2.1 ม.5/3 เลือกใช้ทักษะที่ เหมาะสมในการ ป้องกัน ลดความ ขัดแย้งและ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว พ 2.1 ม.5/4 วิเคราะห์สาเหตุ และผลของความ ขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้น ระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนใน ชุมชน และ เสนอแนะทาง แก้ไขปัญหา	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การเลือกใช้ทักษะที่ เหมาะสมในการ ป้องกัน ลดความ ขัดแย้ง และ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัวจะ ช่วยสร้างเสริม สัมพันธภาพที่ดีต่อ กัน ความขัดแย้งที่อาจ เกิดขึ้นระหว่าง นักเรียนในชุมชนส่ง ผลกระทบต่อ นักเรียนหรือเยาวชน และสังคม จึงควร วิเคราะห์ถึงสาเหตุ และผลกระทบที่ เกิดขึ้นเพื่อหา แนวทางในการ แก้ปัญหาที่เหมาะสม	3	10
4	ทักษะ เคลื่อนไหวกับ การเล่นกีฬา	พ 3.1 ม.5/1 วิเคราะห์ความคิด รวบยอดเกี่ยวกับ การเคลื่อนไหว รูปแบบต่างๆ ใน การเล่นกีฬา พ 3.1 ม.5/2 ใช้ความสามารถ	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ	ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวรูปแบบ ต่างๆ ในการเล่นกีฬา การใช้ความสามารถ ของตน เพื่อเพิ่ม ศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ	3	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		ของตน เพื่อเพิ่ม ศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อ ผู้อื่นและสังคม	อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ผู้อื่นและสังคม		
5	มาเล่นกีฬา (วอลเลย์บอล) กันเถอะ	พ 3.1 ม.5/3 เล่นกีฬาไทย กีฬา สากลประเภท บุคคล / คู่ กีฬา ประเภททีมได้อย่าง น้อย 1 ชนิด แสดง การเคลื่อนไหวได้ อย่างสร้างสรรค์	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภท บุคคล / คู่ กีฬา ประเภททีม และ แสดงการเคลื่อนไหว ได้อย่างสร้างสรรค์	3	10
6	กิจกรรม นันทนาการ พัฒนาคุณภาพ ชีวิต	พ 3.1 ม.5/4 เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการนอก โรงเรียน และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน และสังคมแสดงการ เคลื่อนไหวได้อย่าง สร้างสรรค์ พ 3.1 ม.5/5 เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการนอก โรงเรียน และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6, 5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	เข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการนอก โรงเรียน และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน และสังคมแสดงการ เคลื่อนไหวได้อย่าง สร้างสรรค์ และนำ หลักการแนวคิด ไป ปรับปรุงและพัฒนา คุณภาพชีวิตของตน และสังคม	3	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
		และสังคม				
กลางภาคเรียน					1	20
ปลายภาคเรียน					1	20
รวม					20	100

วิเคราะห์Keywordวิชาสุขศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

สาระที่1 การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ1.1 เข้าใจธรรมชาติของ การเจริญ เติบโตและการพัฒนาการ ของมนุษย์	-เข้าใจ	การเข้าใจธรรมชาติ ของการเจริญเติบโต และการพัฒนาการของ มนุษย์	-เข้าใจ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/1 อธิบายการ เปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญาในวัยรุ่น	- อธิบาย	การอธิบายการ เปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	- อธิบาย (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง		1•การ เปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา ในวัยรุ่น	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/2 ระบุปัจจัยที่มี ผลกระทบต่อการ เจริญเติบโต และ พัฒนาการด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา ในวัยรุ่น	- ระบุ	การระบุปัจจัยที่มี ผลกระทบต่อการ เจริญเติบโต และ พัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ใน วัยรุ่น	- ระบุ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5,7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		1 •ปัจจัยที่มีผล ผลกระทบต่อการ เจริญเติบโตและ พัฒนาการด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู	

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด	KeyWord (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่า ตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมี ทักษะในการดำเนิน ชีวิต	- เข้าใจ - เห็น คุณค่า - ทักษะ	การเข้าใจตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา	- เข้าใจ(S) - เห็นคุณค่า(S) - ทักษะ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/1 วิเคราะห์ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติใน เรื่องเพศ	- วิเคราะห์	การวิเคราะห์ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อเจตคติใน เรื่องเพศ	- วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.		1• ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อเจตคติ ในเรื่องเพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ	

ตัวชี้วัด	Keyword (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/2 วิเคราะห์ ปัญหาและผลกระทบ ที่เกิดจากการมี เพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน	- วิเคราะห์	การวิเคราะห์ปัญหา และผลกระทบที่เกิด จากการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยเรียน	- วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		1• ปัญหาและ ผลกระทบที่เกิด จากการมี เพศสัมพันธ์ในวัย เรียน	
ม.2/3 อธิบาย วิธีป้องกันตนเองและ	- อธิบาย	การอธิบายวิธีป้องกัน ตนเองและหลีกเลี่ยง	- อธิบาย (S) สมรรถนะการ		1• โรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์	

ตัวชี้วัด	Keyword (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
หลีกเลี่ยงจาก โรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดย ไม่พึงประสงค์		จากโรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ เอดส์ และ การตั้งครรภ์โดยไม่พึง ประสงค์	เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		1• โรคเอดส์ 1• การตั้งครรภ์ โดยไม่พึงประสงค์	
ม.2/4 อธิบาย ความสำคัญของ ความเสมอภาคทาง เพศ และวางตัวได้ อย่างเหมาะสม	- อธิบาย - เหมาะสม	การอธิบายความสำคัญ ของความเสมอภาค ทางเพศ และวางตัวได้ อย่างเหมาะสม	- อธิบาย (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตนสมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5. 6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ	-เหมาะสม	1• ความสำคัญ ของความเสมอ ภาค ทางเพศ 1• การวางตัวต่อ เพศตรงข้าม 1• ปัญหาทางเพศ 1• แนวทางการ แก้ไขปัญหาทาง เพศ	

ตัวชี้วัด	Keyword (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ชีวิตและครอบครัว
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด	Keyword (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรม ทางกาย การเล่นเกม และกีฬา	-เข้าใจ -ทักษะ	การเข้าใจ มีทักษะใน การ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การ เล่นเกม และกีฬา	- เข้าใจ(S) - ทักษะ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ			

ตัวชี้วัด	KeyWord (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/1 นำผลการ ปฏิบัติตนเกี่ยวกับ ทักษะกลไก และ ทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจาก แหล่งข้อมูลที่ หลากหลายมาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมใน บริบทของตนเอง	-นำ -ปฏิบัติ -เคลื่อนไหว -เล่นกีฬา -เหมาะสม	การนำผลการปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะกลไก และ ทักษะการเคลื่อนไหวใน การเล่นกีฬา	-นำ(S) -ปฏิบัติ(S) -เคลื่อนไหว(S) -เล่นกีฬา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	-เหมาะสม	1,2• การนำผล การปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการ เคลื่อนไหวในการ เล่นกีฬาจาก แหล่งข้อมูลที่ หลากหลายมาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสม ในบริบทของตนเอง ในการเล่นกีฬา	
ม.2/2 เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้ง ประเภทบุคคลและทีม ได้อย่างละ 1 ชนิด	-เล่นกีฬา	การเล่นกีฬาไทย และกีฬา สากล ทั้งประเภท บุคคลและทีม	-เล่นกีฬา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก		1,2• การเล่นกีฬา ไทย กีฬาสากลตาม ชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่	

ตัวชี้วัด	KeyWord (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตรีศร ลอดบ่วง ฟุตซอล ว่ายน้ำ เทควันโด	
ม.2/3 เปรียบเทียบ ประสิทธิภาพ ของ รูปแบบการเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการเล่น กีฬา และกิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	- เปรียบเทียบ - เคลื่อนไหว	การเปรียบเทียบ ประสิทธิภาพ ของรูปแบบ การเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬา และกิจกรรม	-เปรียบเทียบ (S) -เคลื่อนไหว (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		1,2• ประสิทธิภาพ ของรูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผล ต่อการเล่นกีฬาและ กิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	

ตัวชี้วัด	KeyWord (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/4 ร่วมกิจกรรม นันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำ ความรู้ และหลักการที่ ได้ไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันอย่าง เป็นระบบ	-ร่วม -นำ -ใช้ -เป็นระบบ	การร่วมกิจกรรม นันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้ และหลักการที่ได้ไปปรับ ใช้	- ร่วม (S) - นำ(S) -ใช้(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	-เป็นระบบ	1,2• การนำ ประสบการณ์จาก การร่วมกิจกรรม นันทนาการไปปรับ ใช้ในชีวิต ประจำวัน	

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ชีวิตและครอบครัว
 มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ
 มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชม ในสุนทรียภาพของการ
 กีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 3.2 รัก การออกกำลังกาย การเล่นเกม และ การเล่นกีฬา ปฏิบัติ เป็นประจำอย่าง สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจ นักกีฬา มีจิต วิญญาณ ในการ แข่งขัน และชื่นชม ใน สุนทรียภาพของการ กีฬา	-รักการ ออกกำลังกาย กาย -ปฏิบัติ - มีวินัย -ชื่นชม	การรักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และ การเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็น ประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มี จิตวิญญาณ ในการ แข่งขัน และชื่นชม ใน สุนทรียภาพของการกีฬา	-รักการออกกำลังกาย(S) -ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	-มีวินัย -ชื่นชม		
ม.2/1 อธิบายสาเหตุ การเปลี่ยนแปลงทาง กาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ที่เกิดจากการออก	- อธิบาย - ออกกำลังกาย - เล่น - วิถีชีวิต	การอธิบายสาเหตุการ เปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจอารมณ์ สังคมและ สติปัญญา ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และเล่น	- อธิบาย(S) - ออกกำลังกาย(S) - เล่นกีฬา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)	-วิถีชีวิต	1,2• สาเหตุการ เปลี่ยนแปลง ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
กำลังกาย และเล่น กีฬาเป็นประจำจน เป็นวิถีชีวิต		กีฬา	<p>สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5</p>		<p>สติปัญญา จากการ ออกกำลังกายและ การเล่นกีฬาอย่าง สม่ำเสมอ จนเป็นวิถีชีวิต</p> <p>1,2 • การสร้างวิถี ชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลัง กายและเล่นกีฬา เป็นประจำ</p>	
ม.2/3 มีวินัย ปฏิบัติ ตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่น กีฬาที่เลือก	-มีวินัย -ปฏิบัติ - เล่น	การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อ ตกลงในการเล่นกีฬาที่ เลือก	<p>- ปฏิบัติ(S) - เล่น(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)</p> <p>สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ</p>	-มีวินัย	1,2 • วินัยในการ ฝึก และการเล่น กีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/4 วางแผนการรุก และการป้องกันใน การเล่นกีฬาที่เลือก และนำไปใช้ในการ เล่นอย่างเหมาะสมกับ ทีม	- วางแผน - เล่นกีฬา - นำไปใช้ -เหมาะสม	การวางแผนการรุกและ การป้องกันในการเล่น กีฬาที่เลือก	- วางแผน (S) - เล่นกีฬา(S) - นำไปใช้ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	-เหมาะสม	1,2• รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการ เล่นกีฬาเป็นทีม 1,2• ประโยชน์ ของการเล่นและ การทำงานเป็นทีม 1,2• หลักการให้ ความร่วมมือใน การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงาน เป็นทีม	
ม.2/5 นำผลการ ปฏิบัติ ในการเล่น	- นำผล - เหมาะสม	การนำผลการปฏิบัติ ใน การเล่นกีฬามาสรุปเป็น	- นำผล(S) สมรรถนะการ	- เหมาะสม - มุ่งมั่น	1,2• การพัฒนาวิธี เล่นกีฬาที่เหมาะสม	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
กีฬามาสรูปเป็นวิธีที่ เหมาะสมกับตนเอง ด้วยความมุ่งมั่น	-มุ่งมั่น	วิธี	เรียนรู้ (C) <u>สมรรถนะหลัก</u> สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 <u>สมรรถนะรอง</u> สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 <u>สมรรถนะรอง</u> สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		กักตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไข ข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ 1,2• การสร้าง แรงจูงใจและการ สร้างความมุ่งมั่นใน การเล่นและ แข่งขันกีฬา	

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมี ทักษะในการสร้าง	-มีทักษะ	การมีทักษะในการสร้าง เสริมสุขภาพ การดำรง สุขภาพ การป้องกันโรค	- มีทักษะ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)	-เห็นคุณค่า		

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
เสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และ การสร้างเสริม สมรรถภาพเพื่อ สุขภาพ		และการสร้างเสริม สมรรถภาพเพื่อสุขภาพ	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/1 เลือกใช้ บริการทางสุขภาพ อย่างมีเหตุผล	-เลือกใช้ - มีเหตุผล	การเลือกใช้บริการทาง สุขภาพ	- เลือกใช้ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	- มีเหตุผล	2• การเลือกใช้ บริการทางสุขภาพ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/2 วิเคราะห์ผล ของการใช้เทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ	วิเคราะห์	การวิเคราะห์ผลของการ ใช้เทคโนโลยีที่มี ต่อสุขภาพ	– วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		2• ผลกระทบ ของเทคโนโลยี ที่มี ต่อสุขภาพ	
ม.2/3 วิเคราะห์ ความเจริญ ก้าวหน้าทางแพทย์ที่ มีผลต่อสุขภาพ	วิเคราะห์	การวิเคราะห์ ความเจริญ ก้าวหน้าทางแพทย์ที่มี ผลต่อสุขภาพ	– วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5		2• ความเจริญ ก้าวหน้าทาง การแพทย์ที่มีผล ต่อสุขภาพ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/4 วิเคราะห์ ความสัมพันธ์ ของภาวะสมดุล ระหว่างสุขภาพกาย และสุขภาพจิต	วิเคราะห์	การวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ ของภาวะสมดุลระหว่าง สุขภาพกายและ สุขภาพจิต	- วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ		2• ความสมดุล ระหว่างสุขภาพ กายและสุขภาพจิต	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/5 อธิบาย ลักษณะอาการ เบื้องต้นของผู้มี ปัญหาสุขภาพจิต	- อธิบาย	การอธิบายลักษณะ อาการเบื้องต้นของผู้มี ปัญหาสุขภาพจิต	- อธิบาย (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		2• ความสมดุล ระหว่างสุขภาพ กายและสุขภาพจิต	
ม.2/6 เสนอแนะวิธี ปฏิบัติตนเพื่อจัดการ กับอารมณ์และ ความเครียด	- เสนอแนะ	การเสนอแนะวิธีปฏิบัติ ตนเพื่อจัดการกับ อารมณ์และความเครียด	- เสนอแนะ (6) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน		2• วิธีปฏิบัติตน เพื่อจัดการกับ อารมณ์และ ความเครียด	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/7 พัฒนา สมรรถภาพทางกาย ตนเองให้เป็นไปตาม เกณฑ์ที่กำหนด	-พัฒนา	การพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายตนเองให้เป็นไป ตามเกณฑ์ที่กำหนด	-พัฒนา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ		2• เกณฑ์ สมรรถภาพทาง กาย 2• การพัฒนา สมรรถภาพทาง กาย	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและ หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อ สุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง	-ป้องกัน -หลีกเลี่ยง -ใช้	การป้องกันและ หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อ สุขภาพ อุบัติเหตุ การ ใช้จ่าย สารเสพติด และ ความรุนแรง	- ป้องกัน (S) -หลีกเลี่ยง(S) -ใช้ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ			

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
ม.2/1 ระบุวิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติด สารเสพติด	ระบุ	การระบุวิธีการ ปัจจัยและ แหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ ติดสารเสพติด	– ระบุ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		2• วิธีการ ปัจจัย และแหล่งที่ ช่วยเหลือ ฟื้นฟู ผู้ติดสารเสพติด	
ม.2/2 อธิบายวิธีการ หลีกเลี่ยงพฤติกรรม เสี่ยงและสถานการณ์ เสี่ยง	-อธิบาย	การอธิบายวิธีการ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง	– อธิบาย (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน		2• การหลีกเลี่ยง พฤติกรรมเสี่ยง และ สถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุ่ม - การทะเลาะ วิวาท	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5		- การเข้าไปใน แหล่งอบายมุข - การแข่ง จักรยานยนต์บน ท้องถนน ฯลฯ	
ม.2/3 ใช้ทักษะชีวิต ในการป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยง สถานการณ์คับขันที่ อาจนำไปสู่อันตราย	-ใช้ทักษะ ชีวิต - ป้องกัน - หลีกเลี่ยง	ใช้ทักษะชีวิตในการ ป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงสถานการณ์คับ ขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	- ใช้ทักษะชีวิต (S) - ป้องกัน(S) - หลีกเลี่ยง (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความ เจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการ เป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ		2• ทักษะชีวิตใน การป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และ หลีกเลี่ยง สถานการณ์คับขัน ที่อาจนำไปสู่ อันตราย	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ22101

รายวิชา สุขศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	การเจริญเติบโต และพัฒนาการ ของวัยรุ่น	พ 1.1 ม.2/1 ม.2/2	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตนสมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	พันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และการ อบรมเลี้ยงดู เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผล ต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการ ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	3	15
2	เพศกับวัยรุ่น	พ 2.1 ม.2/1 ม.2/2 ม.2/3	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตนสมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพล ต่อเจตคติในเรื่องเพศ จะทำให้ทราบ ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการ มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และทำให้ สามารถป้องกันตนเองเรื่องเพศได้ อย่างถูกต้องเหมาะสม	5	15
3	ความเสมอภาค ทางเพศ	พ 2.1 ม.2/4	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตนสมรรถนะ	ความเสมอภาคทางเพศ มี ความสำคัญต่อการดำรงชีวิตใน สังคม ช่วยให้สามารถวางตัวได้อย่าง เหมาะสมกับเพศตรงข้าม และ สอดคล้องกับค่านิยมของสังคมไทย	3	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ตลอดจนช่วยหาแนวทางในการ แก้ไขปัญหาทางเพศที่เกิดขึ้น ในสังคม		
4	การพัฒนา สมรรถภาพทาง กาย	พ 4.1 ม.2/7	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตนสมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ช่วยให้แต่ละบุคคลสามารถพัฒนา สมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไป ตามเกณฑ์ที่กำหนด และช่วย เสริมสร้างความสมบูรณ์แข็งแรง ให้กับร่างกาย	5	10
5	สุขภาพกายและ สุขภาพจิต	พ 4.1 ม.2/4	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตนสมรรถนะ ย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย	สุขภาพกายและสุขภาพจิตมี ความสัมพันธ์กัน จึงต้องสร้างความ สมดุลระหว่างสุขภาพกายและ สุขภาพจิต เพื่อให้สามารถปฏิบัติตน ในการสร้างเสริมสุขภาพกายและ สุขภาพจิตที่ดีได้	2	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			6.3			
สอบกลางภาค					1	20
สอบปลายภาค					1	20
รวมทั้งสิ้น						

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ22102

รายวิชา สุขศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง

จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	อารมณ์และความเครียด	พ 4.1 ม.2/5 ม.2/6	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตนสมรรถนะย่อย5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	การมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอารมณ์และความเครียด ตลอดจนมีวิธีการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอย่างเหมาะสม ย่อมทำให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตสดชื่นแจ่มใส	3	15
2	การเลือกใช้บริการสุขภาพในชีวิตประจำวัน	พ 4.1 ม.2/1	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตนสมรรถนะย่อย5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5	สถานบริการสุขภาพมีขีดความสามารถในการให้บริการแตกต่างกัน จึงควรประเมินปัญหาสุขภาพของตนเองก่อนพิจารณาเลือกสถานบริการสุขภาพที่เหมาะสมและมีคุณภาพ เพื่อให้ได้รับบริการสุขภาพที่ดีที่สุดและเหมาะสม	5	15
3	เทคโนโลยีทางสุขภาพและความเจริญ	พ 4.1 ม.2/2 ม.2/3	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ	ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในปัจจุบัน ส่งผลกระทบต่อสุขภาพทั้งด้านดีและด้านเสีย การรู้จัก	3	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
	ก้าวหน้าทางการแพทย์		<p>ความเจริญแห่งตนสมรรถนะย่อย5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8</p> <p>สมรรถนะรอง</p> <p>สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล</p> <p>สมรรถนะย่อย 8.5</p>	<p>เลือกใช้เทคโนโลยีอย่างชาญฉลาด จะช่วยให้ปลอดภัยและใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ และจะต้องรู้จักวิเคราะห์และเลือกรูปแบบการให้บริการทางการแพทย์ และสุขภาพที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง</p>		
4	การช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	พ 5.1 ม.2/1	<p>สมรรถนะหลัก</p> <p>สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตนสมรรถนะย่อย5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8</p> <p>สมรรถนะรอง</p> <p>สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล</p> <p>สมรรถนะย่อย 8.5</p>	<p>การช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด นั้น มีวิธีการหลายรูปแบบ ซึ่งจะต้องอาศัย ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อส่งเสริมให้การบำบัดฟื้นฟูประสบความสำเร็จ</p>	5	10
5	การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงต่ออันตราย	พ 5.1 ม.2/2 ม.2/3	<p>สมรรถนะหลัก</p> <p>สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตนสมรรถนะย่อย5.1,5.2,5.3, 5.4,5.5,5.6,5.7, 5.8</p> <p>สมรรถนะรอง</p>	<p>พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง ส่งผลให้เกิดอันตรายต่อชีวิตและทรัพย์สิน จึงควรหลีกเลี่ยงและใช้ทักษะในการป้องกันตนเองที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น</p>	2	10

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.5			
สอบกลางภาค					1	20
สอบปลายภาค					1	20
รวมทั้งสิ้น					20	100

วิเคราะห์หา Key Word มาตรฐานและตัวชี้วัด
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

สาระที่1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ1.1 เข้าใจธรรมชาติ ของการเจริญ เติบโตและ พัฒนาการของ มนุษย์	-เข้าใจ	การเข้าใจ ธรรมชาติของ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ ของมนุษย์	-เข้าใจ (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1			
ม.4-6/1 อธิบาย กระบวนการ สร้างเสริมและ ดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงาน ของ ระบบอวัยวะ ต่าง ๆ	- อธิบาย	การอธิบาย กระบวนการ สร้างเสริมและ ดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงาน ของ ระบบอวัยวะ ต่าง ๆ	- อธิบาย (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8		1● กระบวนการ สร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของระบบ อวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของ ระบบอวัยวะต่างๆ - การสร้างเสริมและ ดำรงประสิทธิภาพ ของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออก	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1		กำลังกาย นันทนาการ การ ตรวจสอบสุขภาพ ฯลฯ)	
ม.4-6/2 วางแผนดูแล สุขภาพตาม ภาวะ การ เจริญเติบโตและ พัฒนาการของ ตนเองและบุคคล ในครอบครัว	วางแผน	การวางแผนดูแล สุขภาพตาม ภาวะ การ เจริญเติบโตและ พัฒนาการของ ตนเองและบุคคล ในครอบครัว	วางแผน (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1		1• การวางแผน ดูแลสุขภาพของ ตนเองและบุคคลใน ครอบครัว	

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนิน

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็น คุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมี ทักษะในการ ดำเนินชีวิต	- เข้าใจ - เห็นคุณค่า - ทักษะ	การเข้าใจตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา	- เข้าใจ(S) - เห็นคุณค่า(S) - ทักษะ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1	- เห็นคุณค่า		
ม.4-6/3 เลือกใช้ ทักษะที่ เหมาะสมในการ ป้องกัน ลด ความขัดแย้งและ แก้ปัญหาเรื่อง เพศและ ครอบครัว	- เลือกใช้ - แก้ปัญหา	การเลือกใช้ทักษะ ที่เหมาะสมในการ ป้องกัน ลดความ ขัดแย้งและ แก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว	- เลือกใช้(S) - แก้ปัญหา(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ		1 • แนวทางใน การเลือกใช้ ทักษะต่าง ๆ ใน การป้องกัน ลด ความขัดแย้งและ แก้ ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			<p>ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1</p>		<ul style="list-style-type: none"> - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาฯลฯ 	
<p>ม.4-6/4</p> <p>วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชนและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา</p>	<p>-วิเคราะห์</p> <p>- เสนอแนวทาง</p> <p>-แก้ไขปัญหา</p>	<p>การวิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน</p>	<p>-วิเคราะห์(S)</p> <p>- เสนอแนวทาง(S)</p> <p>-แก้ไขปัญหา(S)</p> <p>สมรรถนะการเรียนรู้ (C)</p> <p>สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ</p>		<p>1 • ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน</p> <ul style="list-style-type: none"> - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน 	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			ดิจิทัลสมรรถนะ ย่อย 8.1			

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ชีวิตและครอบครัว
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะใน การ เคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และ กีฬา	-เข้าใจ -ทักษะ	การเข้าใจ มีทักษะในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทาง กาย การเล่น เกม และกีฬา	- เข้าใจ(S) - ทักษะ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ			

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1			
ม.4-6/1 วิเคราะห์ ความคิดรวบยอด เกี่ยวกับการ เคลื่อนไหวรูปแบบ ต่างๆ ในการเล่น กีฬา	- วิเคราะห์	การวิเคราะห์ ความคิดรวบ ยอดเกี่ยวกับ การเคลื่อนไหว รูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา	- วิเคราะห์ (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1		1,2• ความคิดรวบ ยอดเกี่ยวกับการ เคลื่อนไหว รูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา 1,2• การ วิเคราะห์ ความคิดรวบ ยอดเกี่ยวกับการ เคลื่อนไหว รูปแบบต่างๆ ในการเล่นกีฬา	
ม.4-6/2 ใช้ความ สามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพ ของทีม คำนึงถึงผล ที่เกิดต่อผู้อื่นและ สังคม	- ใช้ - คำนึงถึง	การใช้ความ สามารถของตน เพื่อเพิ่ม ศักยภาพของ ทีม	- ใช้ (S) - คำนึงถึง (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8	คำนึงถึง	1,2• การใช้ ความสามารถ ของตนในการ เล่นกีฬาเพื่อเพิ่ม ศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึง ผล ที่เกิดต่อผู้อื่น และสังคม	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1			
ม.4-6/3 เล่นกีฬา ไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้ อย่างน้อย 1 ชนิด	- เล่นกีฬา	การเล่นกีฬา ไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล / คู่ กีฬา ประเภททีม	- เล่นกีฬา (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1		1,2• กีฬา ประเภทบุคคล/ คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่ กระบอง พลอง ง้าว	
ม.4-6/4 แสดงการ เคลื่อนไหวได้อย่าง สร้างสรรค์	- แสดง - สร้างสรรค์	การแสดง เคลื่อนไหว	- แสดง (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน	- สร้างสรรค์	1,2• การ เคลื่อนไหวที่ สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรม เข้าจังหวะ เชียร์ลีดเดอร์	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			<p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>			
<p>ม.4-6/5 เข้าร่วม กิจกรรม นันทนาการ ภายนอกโรงเรียน และนำหลักการ แนวคิดไปปรับปรุง และพัฒนาคุณภาพ ชีวิตของตนและ สังคม</p>	<p>- เข้าร่วม - นำหลักการ - ปรับปรุง - พัฒนา</p>	<p>การเข้าร่วม กิจกรรม นันทนาการ ภายนอก โรงเรียน</p>	<p>- เข้าร่วม (S) - นำหลักการ (S) - ปรับปรุง (S) - พัฒนา (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>		<p>1,2• การนำ หลักการและ แนวคิดของ กิจกรรม นันทนาการไป ปรับปรุงและ พัฒนาคุณภาพ ชีวิตของตนและ สังคม</p>	

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขันและชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา	-รักการออกกำลังกาย -ปฏิบัติ - มีวินัย -ชื่นชม	การรักการออกกำลังกายการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา	-รักการออกกำลังกาย (S) -ปฏิบัติ(S) - มีวินัย(S) -ชื่นชม(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1	-มีวินัย -ชื่นชม		
ม.4-6/1 ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของ	-ออกกำลังกาย -เล่นกีฬา -ใช้ -คำนึงถึง	การออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง	- ออกกำลังกาย (S) - เล่นกีฬา (S) -ใช้ (S) -คำนึงถึง(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก	คำนึงถึง	1,2• การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกายบริหารแบบต่างๆ ซี่จักรยาน	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
ตนเองเพิ่ม ศักยภาพของทีม ลดความเป็น ตัวตน คำนึงถึงผล ที่เกิดต่อสังคม			สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1		การออกกำลัง กายจากการ ทำงาน ในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน 1,2• การเล่น กีฬาประเภท บุคคล และ ประเภททีม 1,2• การใช้ ความ สามารถของตน ในการเพิ่ม ศักยภาพของทีม ในการเล่นกีฬา และการเล่นโดย คำนึงถึง ประโยชน์ต่อ สังคม 1,2• การ วางแผนกำหนด กิจกรรมการออก กำลังกายและเล่น กีฬา	
ม.4-6/2 อธิบาย และปฏิบัติ เกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธี ต่างๆ ใน ระหว่างการเล่น	- อธิบาย - ปฏิบัติ - ใช้	การอธิบายและ ปฏิบัติเกี่ยวกับ สิทธิ กฎกติกา กลวิธีต่างๆ ใน ระหว่างการเล่น	- ปฏิบัติ (S) - นำ (S) - ใช้ (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก		1,2• สิทธิ กฎ กติกา การเล่นกีฬา 1,2• กลวิธี หลักการรุก การ	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
การแข่งขันกีฬา กับผู้อื่นและ นำไปสรุปเป็น แนวปฏิบัติและ ใช้ใน ชีวิตประจำวัน อย่างต่อเนื่อง		การแข่งขันกีฬา กับผู้อื่น	สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1		ป้องกันอย่าง สร้างสรรค์ในการ เล่นและแข่งขัน กีฬา 1,2• การนำ ประสบการณ์ จากการเล่นกีฬา ไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน	
ม.4-6/3 แสดงออกถึงการ มีมารยาทในการ ดู การเล่นและ การแข่งขันกีฬา ด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา และ นำไปใช้ปฏิบัติ ทุกโอกาส จน เป็นบุคลิกภาพที่ ดี	- แสดง - มารยาท - น้ำใจ - ปฏิบัติ - บุคลิกภาพ	การแสดงออกถึง การมีมารยาทใน การดู การเล่น และการแข่งขัน กีฬา	- แสดง(S) - มารยาท(S) - น้ำใจ(S) - ปฏิบัติ(S) - บุคลิกภาพ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ	- มารยาท - น้ำใจ - บุคลิกภาพ	1,2• การปฏิบัติ ตนในเรื่อง มารยาทในการดู การเล่น การ แข่งขัน ความมี น้ำใจนักกีฬา 1,2• บุคลิกภาพ ที่ดี	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1			
ม.4-6/4 ร่วม กิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา อย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่า และความงาม ของการกีฬา	- ร่วม - เล่นกีฬา -ความสุข - ชื่นชม	การร่วมกิจกรรม ทางกายและเล่น กีฬา	- ร่วม(S) - เล่นกีฬา(S) -ความสุข (S) - ชื่นชม(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1	- ความสุข - ชื่นชม	1,2• ความสุขที่ ได้จากการเข้า ร่วมกิจกรรมทาง กาย และเล่น กีฬา 1,2• คุณค่าและ ความงามของ การกีฬา	

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมี ทักษะในการ สร้างเสริม สุขภาพ การ ดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้าง เสริมสมรรถภาพ เพื่อสุขภาพ	-มีทักษะ	การมีทักษะใน การสร้างเสริม สุขภาพ การ ดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้าง เสริม สมรรถภาพ เพื่อสุขภาพ	- ทักษะ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1	-เห็นคุณค่า		
ม.4-6/2 วิเคราะห์ อิทธิพลของสื่อ โฆษณาเกี่ยวกับ สุขภาพเพื่อการ เลือกบริโภค	- วิเคราะห์ - เลือก	การวิเคราะห์ อิทธิพลของสื่อ โฆษณา เกี่ยวกับ สุขภาพ	- วิเคราะห์ (S) - เลือก(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน		2• อิทธิพลของ สื่อโฆษณา เกี่ยวกับสุขภาพ 2• แนวทางการ เลือกบริโภค อย่างฉลาดและ ปลอดภัย	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			<p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>			
ม.4-6/3 ปฏิบัติ ตนตามสิทธิของ ผู้บริโภค	- ปฏิบัติ	การปฏิบัติตน ตามสิทธิของ ผู้บริโภค	<p>- ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน</p> <p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>	2• สิทธิพื้นฐาน ของผู้บริโภคและ กฎหมายที่ เกี่ยวข้องกับการ คุ้มครองผู้บริโภค		

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การฉ้อโกง สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและ หลีกเลี่ยงปัจจัย เสี่ยง พฤติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ ยา สารเสพติด และความรุนแรง	-ป้องกัน -หลีกเลี่ยง -ใช้	การป้องกันและ หลีกเลี่ยงปัจจัย เสี่ยง พฤติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ ยา สารเสพติด และความรุนแรง	- ป้องกัน (S) -หลีกเลี่ยง(S) -ใช้(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1			
ม.4-6/3 วิเคราะห์ ปัจจัยที่มีผลต่อ สุขภาพ หรือความ รุนแรงของคนไทย และเสนอแนวทาง ป้องกัน	- วิเคราะห์ -เสนอ แนวทาง	การวิเคราะห์ ปัจจัยที่มีผลต่อ สุขภาพ หรือ ความรุนแรงของ คนไทยและเสนอ แนวทางป้องกัน	- วิเคราะห์(S) -เสนอแนวทาง(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน		2● ปัจจัยที่มี ผลต่อสุขภาพ ของคนไทยและ เสนอแนวทาง ป้องกัน	

ตัวชี้วัด	Key Word (คำสำคัญ) จากตัวชี้วัด	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ แกนกลางตาม หลักสูตร แกนกลาง การศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช 2551	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attitude)		
			<p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>			
ม.4-6/6 ใช้ทักษะการ ตัดสินใจแก้ปัญหา ในสถานการณ์ที่ เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง	-ใช้	ใช้ทักษะการ ตัดสินใจ แก้ปัญหาใน สถานการณ์ที่ เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง	<p>- ใช้(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5, 5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และ ดิจิทัลสมรรถนะย่อย 8.1</p>		●2 ทักษะการ ตัดสินใจ แก้ปัญหาใน สถานการณ์ที่ เสี่ยงต่อสุขภาพ	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ32101 รายวิชา สุขศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	หน้า หน้า คะแนน
1	ระบบหายใจ ระบบ ไหลเวียน โลหิต ระบบ ย่อยอาหาร และระบบ ขับถ่าย	พ 1.1 ม.5/1	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย.1,5.2,5.3,5.4,5. 5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อสาร สนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.1	การทำงานของระบบอวัยวะ ต่างๆ ในร่างกายซึ่งมีการทำงาน ที่ประสานสัมพันธ์กัน หาก ระบบใดระบบหนึ่งทำงาน ผิดปกติย่อมจะส่งผลกระทบต่อ ระบบอื่นๆ และมีผลต่อสุขภาพ โดยตรง	6	8
2	การวางแผน ดูแลสุขภาพ ของตนเอง และ ครอบครัว	พ 1.1 ม.5/2	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย.1,5.2,5.3,5.4,5. 5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น	การวางแผนดูแลสุขภาพของ ตนเองและครอบครัวถือเป็น กิจกรรมที่มีคุณค่า ซึ่งนำไปสู่ การปฏิบัติเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ทั้งของตนเองและสมาชิกใน ครอบครัวให้ดียิ่งขึ้น	2	8

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อสาร สนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.1			
5	การเจ็บป่วย และ การตายของ คนไทย	พ 5.1 ม.5/4	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย.1,5.2,5.3,5.4,5. 5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อสาร สนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.1	การวิเคราะห์สาเหตุของการ เจ็บป่วยและการตายของคน ไทย เพื่อให้ทราบแนวทางการ ป้องกันการเจ็บป่วย จะช่วยให้ สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้อง เหมาะสม และสามารถป้องกัน การเจ็บป่วยได้อย่างมี ประสิทธิภาพ	3	9
6	สมรรถภาพ ทางกายและ ทางกลไก	พ 4.1 ม.5/7	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย.1,5.2,5.3,5.4,5.	การรู้จักวางแผนดูแล สุขภาพและปฏิบัติตามแผน จะ ช่วยให้การพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายและทางกลไกบรรลุสู่ ความสำเร็จได้ตรงตาม วัตถุประสงค์ ซึ่งจะส่งผลให้	2	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อสาร สนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.1	ร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพที่ ดี		
7	ปัจจัยที่มีผล ต่อความ รุนแรงของ คนไทย	พ 5.1 ม.5/3	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะ ชีวิตและความเจริญ แห่งตน สมรรถนะ ย่อย.1,5.2,5.3,5.4,5. 5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะ อาชีพและการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3 สมรรถนะที่ 8 การ รู้เท่าทันสื่อสาร สนเทศ และดิจิทัล สมรรถนะย่อย 8.1		2	10
สอบกลางภาค					1	20
สอบปลายภาค					1	20
รวมทั้งสิ้น					20	100

วิเคราะห์หา Key Word ผลการเรียนรู้
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
 วิชาเซปักตะกร้อ พ 30201

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
1. เข้าใจและอธิบายเรื่องประวัติความเป็นมาของกีฬาเซปักตะกร้อ	- เข้าใจ - อธิบาย	- เข้าใจและอธิบายเรื่องประวัติความเป็นมาของกีฬาเซปักตะกร้อ	- เข้าใจ (S) - อธิบาย(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	-	- ประวัติกีฬาเซปักตะกร้อ - มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี - ความปลอดภัยในการเล่น	
2. รู้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎกติกาและการ	- รู้ - เข้าใจ - ปฏิบัติ	- รู้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎกติกาและการ	- รู้(S) - เข้าใจ(S) - ปฏิบัติ (P)	-	- การเล่นเกมข้างเท้า - การเล่นเกมหลังเท้า	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
ตัดสินของกีฬา เซปักตะกร้อ		ตัดสินของกีฬา เซปักตะกร้อ	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3		- การเล่นเกมเข้า - การเล่นเกมด้วย ศรีษะ	
3. มีทักษะ พื้นฐานในการ เล่นและการ เคลื่อนไหวใน กีฬาเซปัก ตะกร้อ	- เล่น - เคลื่อนไหว	- มีทักษะ พื้นฐานในการ เล่นและการ เคลื่อนไหวใน กีฬาเซปัก ตะกร้อ	- เล่น (S) - เคลื่อนไหว (S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5	-	- การทรงตัว - การหมุน - การวิ่ง - การกระโดด	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
			,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
4. รู้ขั้นตอน และสามารถ ปฏิบัติเมื่อเป็น ฝ่ายรุกได้อย่าง ถูกต้องและ เหมาะสม	- รู้ - ปฏิบัติ - ถูกต้อง และ เหมาะสม	- ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ เมื่อเป็นฝ่ายรุก ได้	- รู้(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	- ถูกต้อง และ เหมาะสม(A)	- การเสิร์ฟ - การเล่นเกม หน้าตาข่าย	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
5. รู้ขั้นตอน และสามารถ ปฏิบัติเมื่อเป็น ฝ่ายรับได้อย่าง ถูกต้องและ เหมาะสม	- รู้ - ปฏิบัติ - ถูกต้อง และ เหมาะสม	- ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ เมื่อเป็นฝ่ายรับ ได้	- รู้(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	- ถูกต้อง และ เหมาะสม(A)	- การบล็อก หน้าตาข่าย - การรับลูกเสิร์ฟ	
6. เห็น ความสำคัญของ การอบอุ่น ร่างกาย และ สามารถปฏิบัติ ได้อย่างถูกต้อง	- ปฏิบัติ - อย่าง ถูกต้อง	- เห็น ความสำคัญของ การอบอุ่น ร่างกาย และ สามารถปฏิบัติ ได้	- ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย	- อย่าง ถูกต้อง(A)	- warm up - cool down	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน(Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
			5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
7. เข้าใจและ ปฏิบัติการ ทดสอบ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหาร ได้อย่างถูกต้อง	- เข้าใจ - ปฏิบัติ - อย่าง ถูกต้อง	- รู้และเข้าใจ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหาร ได้	- เข้าใจ(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5 ,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	- อย่าง ถูกต้อง(A)	- การทดสอบ สมรรถภาพทาง กาย	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ30201 รายวิชา ตะกร้อ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับ เซปักตะกร้อ	ประวัติความเป็นมาและ วิวัฒนาการของ ตะกร้อ	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ประวัติและความเป็นมาของกีฬา เซปักตะกร้อเป็นสิ่งที่เราต้องเรียนรู้	2	8
2	การตัดสินใจ กติกา มารยาทการ เป็นผู้เล่น ผู้ ดูที่ดี	สามารถอธิบาย กติกาของการ เล่นเซปักตะกร้อ ได้	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย	นักกีฬาและผู้เล่น รวมทั้ง ผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน ต่างมี ความ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำความเข้าใจกับ กติกา มารยาทในการเล่นตะกร้อ เพราะ กฏระเบียบต่าง ๆจะเป็น ตัวกำหนดและฝึกฝนให้ ทุก คนมีวินัยรู้หน้าที่ของตนเอง	2	8

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
3	ทักษะ พื้นฐาน หลักการ และวิธีการ เล่นตะกร้อ	-นักเรียน สามารถอธิบาย วิธีการและปฏิบัติ ทักษะพื้นฐาน เบื้องต้น ตาม ขั้นตอนได้ถูกต้อง และปลอดภัย -นักเรียนสามารถ อธิบายวิธีการ และปฏิบัติวิธีการ เล่นตะกร้อ ประเภทต่างๆ ด้วยความ ถูกต้อง -นักเรียน สามารถน ำไปใช้ ในการเล่นแข่งขัน หรือเพื่อความ สนุกสนาน	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ทักษะเบื้องต้นในการใช้ อวัยวะ ต่างๆในการเล่น ตะกร้อขั้นพื้นฐาน จะ นำไปสู่การเล่นตะกร้อใน ประเภทต่างๆได้ดียิ่งขึ้น และนำไป ปรับเข้ากับการ เล่นในตะกร้อเพื่อ การแข่งขันหรือการเล่นที่ สนุกสนานในแบบกีฬา ไทยหรือ สากลได้	2	8
4	การเล่นฝ่าย รุก	ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ เมื่อเป็นฝ่ายรุกได้	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)	รู้ขั้นตอนการส่งลูกตะกร้ออย่าง ถูกต้อง เทคนิคในการเล่นตามกฎ กติกาได้	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	หน้า หน้า คะแนน
		อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
5	การเล่นฝ่าย รับ	รู้ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ เมื่อเป็นฝ่ายรับได้ อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ	รู้ขั้นตอนการรับลูกเตะกร้ออย่าง ถูกต้อง เทคนิคในการเล่นตามกฎ กติกาได้	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			สมรรถนะย่อย 6.3			
6	ความสำคัญ ของการ บริหาร อบอุ่น ร่างกาย	เห็นความสำคัญ ของการอบอุ่น ร่างกาย และ สามารถปฏิบัติได้ อย่างถูกต้อง	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	การบริหารร่างกายนั้นจะหลักการ เพิ่มพูนความสามารถในการเล่นกีฬา หรือเพื่อการออกกำลังกายเป็นการ เตรียมความพร้อมให้กับร่างกาย เป็นทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	3	9
7	สมรรถภาพ และการ ทดสอบ สมรรถภาพ เพื่อสุขภาพ	เข้าใจและ ปฏิบัติการ ทดสอบ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหารได้ อย่างถูกต้อง	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,	การมีสมรรถภาพทางกายที่ดีจะ เป็นพื้นฐานในการกิจกรรมต่างๆได้ อย่างคล่องแคล่วว่องไว จะนำไปสู่ การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
สอบกลางภาค					1	20
สอบปลายภาค					1	20
รวมทั้งสิ้น					20	100

วิเคราะห์หา Key Word ผลการเรียนรู้
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
วิชาบาสเกตบอล พ30202

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
1. เข้าใจและอธิบาย เรื่องประวัติความเป็นมาของกีฬาบาสเกตบอล	- เข้าใจ - อธิบาย	- เข้าใจและอธิบายเรื่องประวัติความเป็นมาของกีฬาบาสเกตบอล	- เข้าใจ(S) - อธิบาย (S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	-	- ประวัติกีฬาเซปักตะกร้อ - มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูกีฬาที่ดี - ความปลอดภัยในการเล่น	
2. รู้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎกติกา และการตัดสินของกีฬาบาสเกตบอล	- รู้ - เข้าใจ - ปฏิบัติ	- รู้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎกติกาและการตัดสินของกีฬาบาสเกตบอล	- รู้(S) - เข้าใจ(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C)	-	- การเล่นเกมข้างเท้า - การเล่นเกมหลังเท้า - การเล่นเกมเข้า - การเล่นเกมด้วยศรีษะ	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
			สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
3. มีทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาบาสเกตบอล	<ul style="list-style-type: none"> - เล่น - เคลื่อนไหว 	<ul style="list-style-type: none"> - มีทักษะพื้นฐานในการเล่นและการเคลื่อนไหวในกีฬาบาสเกตบอล 	<ul style="list-style-type: none"> - เล่น(S) - เคลื่อนไหว(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย	-	<ul style="list-style-type: none"> - การทรงตัว - การหมุน - การวิ่ง - การกระโดด 	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
			5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
4. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม	- รู้ - ปฏิบัติ - ถูกต้อง และ เหมาะสม	- ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรุกได้	- รู้(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ	- ถูกต้อง และ เหมาะสม	- การเสิร์ฟ - การเล่นเกมหน้าตา ข่าย	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
			สมรรถนะย่อย 6.3			
5. รู้ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> - รู้ - ปฏิบัติ - ถูกต้อง -เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - ขั้นตอนและสามารถปฏิบัติเมื่อเป็นฝ่ายรับได้ 	<ul style="list-style-type: none"> - รู้(S) - ปฏิบัติ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	<ul style="list-style-type: none"> - ถูกต้อง และ เหมาะสม 	<ul style="list-style-type: none"> - การบล็อกหน้าตาข่าย - การรับลูกเสิร์ฟ 	
6. เห็นความสำคัญของการอบอุ่นร่างกาย และสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง	<ul style="list-style-type: none"> - ปฏิบัติ - อย่างถูกต้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - เห็นความสำคัญของการอบอุ่นร่างกาย และ 	สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก	<ul style="list-style-type: none"> - อย่างถูกต้อง(A) 	<ul style="list-style-type: none"> - warm up - cool down 	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการเรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้เพิ่มเติม	ภูมิปัญญาท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะพึงประสงค์ (Attributes)		
		สามารถปฏิบัติได้	สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและการเป็นผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
7. เข้าใจและปฏิบัติการทดสอบสมรรถภาพของกล้ามเนื้อและสามารถบริหารได้อย่างถูกต้อง	- รู้ - เข้าใจ - อย่างถูกต้อง	- รู้และเข้าใจสมรรถภาพของกล้ามเนื้อและสามารถบริหารได้	- รู้(S) - เข้าใจ(S) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะการเรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4,5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง	- อย่างถูกต้อง(A)	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	

ผลการเรียนรู้	Key Word (คำสำคัญ) จากผลการ เรียนรู้	ระบุ KSAC			สาระการเรียนรู้ เพิ่มเติม	ภูมิ ปัญญา ท้องถิ่น
		ความรู้ (Knowledge)	สมรรถนะ (Competency) กระบวนการ ที่ใช้สอน (Process)	คุณลักษณะ พึงประสงค์ (Attributes)		
			สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพและ การเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ30202 รายวิชา บาสเกตบอล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 2 เวลา 20 ชั่วโมง จำนวน 0.5 หน่วยกิต

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
1	ประวัติกีฬา บาสเกตบอล	เข้าใจและ อธิบายเรื่อง ประวัติความ เป็นมาของกีฬา บาสเกตบอล	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	เรียนรู้ประวัติความเป็นมาของ กีฬาบาสเกตบอลเป็นพื้นฐานสำคัญ ในการเล่นและชมกีฬาบาสเกตบอล	2	8
2	กฎกติกา และและ มารยาทใน การเล่นกีฬา บาสเกตบอล	รู้เข้าใจและปฏิบัติ ตามกฎกติกาและ การตัดสินของ กีฬาบาสเกตบอล	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง	บาสเกตบอลเป็นกีฬาสากลที่จัดให้ มีการแข่งขัน โดยทั่วไปและเป็นที่ นิยมกันดังนั้นทุกคนต้องรู้กฎ กติกา ในการแข่งขันเพื่อให้เกิดความ เข้าใจและปฏิบัติตามกฎอย่าง ถูกต้อง	2	8

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			<p>ตน</p> <p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3</p>			
3	การ เคลื่อนไหว เบื้องต้น	มีทักษะพื้นฐานใน การเล่นและการ เคลื่อนไหวในกีฬา บาสเกตบอล	<p>สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)</p> <p>สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)</p> <p>สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน</p> <p>สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8</p> <p>สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3</p>	การเล่นบาสเกตบอลได้อย่างมี ประสิทธิภาพนั้นผู้เล่นจำเป็น จะต้องได้รับการฝึกฝนทักษะการ เคลื่อนไหวเบื้องต้นของการเล่นมา อย่างถูกวิธี	2	8
4	การเลี้ยงลูก บอล หลอก	รู้ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ	<p>สมรรถนะการ เรียนรู้ (C)</p>	การเลี้ยงลูกบอล การหลอกล่อ และ การยิงประตูเป็นเรื่องสำคัญ	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	หน้า หน้า คะแนน
	ล่อและการ ยิงประตูเมื่อ เป็นฝ่ายรุก	เมื่อเป็นฝ่ายรุกได้ อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	ของการเล่น บาสเกตบอลที่จะช่วย ให้ผู้เล่นสามารถทำคะแนนได้เมื่อ เป็นฝ่ายรุก		
5	แนวการเล่น เมื่อเป็นฝ่าย รับ	รู้ขั้นตอนและ สามารถปฏิบัติ เมื่อเป็นฝ่ายรับได้ อย่างถูกต้องและ เหมาะสม	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น	การรู้วิธีการตั้งรับเมื่อเป็นฝ่ายถูกรุก เป็นเรื่องสำคัญเพื่อป้องกันไม่ให้ ฝ่ายตรงข้ามทำคะแนนได้	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
6	การอบอุ่น ร่างกาย	เห็นความสำคัญ ของการอบอุ่น ร่างกาย และ สามารถปฏิบัติได้ อย่างถูกต้อง	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย 5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3	รู้หลักการอบอุ่นร่างกายอย่างถูกวิธี จะทำให้เล่นกีฬาได้อย่างมี ประสิทธิภาพ	3	9
7	การทดสอบ สมรรถภาพ ของร่างกาย	เข้าใจและ ปฏิบัติการ ทดสอบ สมรรถภาพของ กล้ามเนื้อและ สามารถบริหารได้ อย่างถูกต้อง	สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะการ เรียนรู้ (C) สมรรถนะหลัก สมรรถนะที่ 5 ทักษะชีวิตและ ความเจริญแห่ง ตน สมรรถนะย่อย	การเข้าใจวิธีการปฏิบัติการทดสอบ สมรรถภาพทางกายทำให้ร่างกายมี ความแข็งแรงและเป็นพื้นฐานใน การแข่งขันกีฬา	3	9

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สมรรถนะ	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชม.)	น้ำหนัก คะแนน
			5.1,5.2,5.3,5.4, 5.5,5.6,5.7,5.8 สมรรถนะรอง สมรรถนะที่ 6 ทักษะอาชีพ และการเป็น ผู้ประกอบการ สมรรถนะย่อย 6.3			
สอบกลางภาค					1	20
สอบปลายภาค					1	20
รวมทั้งสิ้น					20	100