



เฉลิมพระเกียรติ โครงการจัดทำสื่อ ๖๐ พรรษา
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน)

กลุ่มบูรณาการ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

(ฉบับปรับปรุง)



สำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ชุดเอกสารสื่อ ๖๐ พรรษา สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี
ลิขสิทธิ์ของ สำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ สยามบรมราชกุมารี
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ
สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์
พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๖๑ จำนวน ๒๒,๐๐๐ ชุด
จัดพิมพ์โดย องค์การค้ำของ สกสค.

คำนำ

ตามที่ สำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ได้จัดทำชุดการเรียนรู้ สำหรับใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็กที่ขาดครู มีครูไม่ครบชั้นหรืออยู่ในพื้นที่ห่างไกลทุรกันดาร ซึ่งประกอบด้วย ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) และชุดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับนักเรียน) หลังจากที่มีการนำไปใช้ พบว่าสื่อดังกล่าวช่วยพัฒนาคุณภาพการศึกษาของโรงเรียนขนาดเล็กได้เป็นอย่างดี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงเห็นควรมีการนำสื่อดังกล่าว มาใช้ในโรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็ก และโรงเรียนขยายโอกาสทุกโรง เพื่อช่วยพัฒนาคุณภาพการศึกษาระดับประถมศึกษาให้ดียิ่งขึ้น ประกอบกับ กระทรวงศึกษาธิการ ได้ประกาศใช้มาตรฐานการเรียนรู้ และตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และสาระภูมิศาสตร์ ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ตามคำสั่งกระทรวงศึกษาธิการ ที่ สพฐ. ๑๒๓๙/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๗ สิงหาคม ๒๕๖๐

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้ปรับปรุงชุดการจัดการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) ให้สอดคล้องกับการประกาศใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด และเพื่อให้สะดวกต่อการนำไปใช้ จึงจัดแยกเป็นรายชั้นปี (ประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖) และเป็นรายภาคเรียน (ภาคเรียนที่ ๑ และภาคเรียนที่ ๒) ทั้ง ๕ กลุ่ม ประกอบด้วย

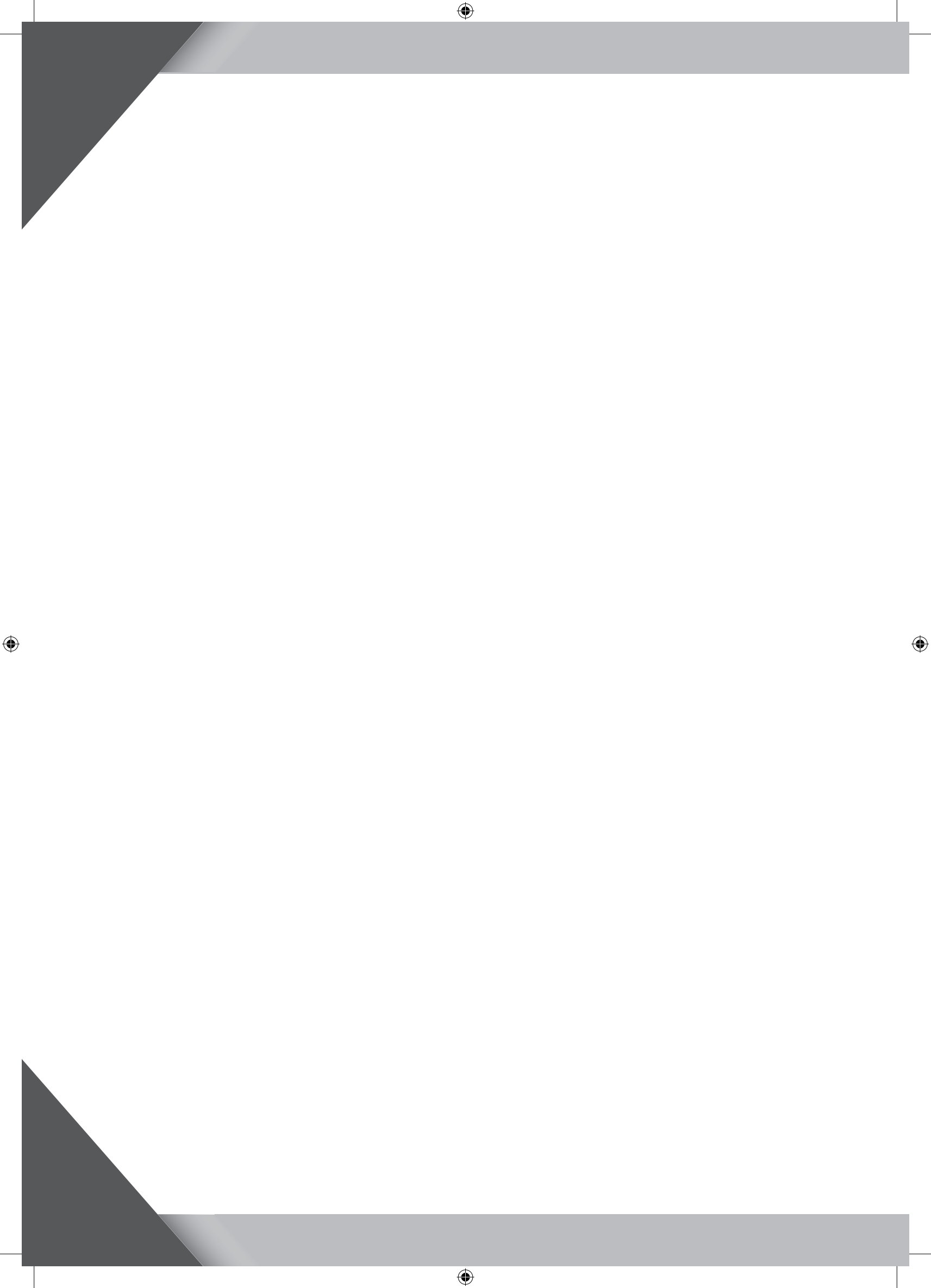
- ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ภาคเรียนที่ ๑ , ๒
- ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ภาคเรียนที่ ๑ , ๒
- ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ภาคเรียนที่ ๑ , ๒
- ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ
(ภาษาอังกฤษ) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ภาคเรียนที่ ๑ , ๒
- ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มบูรณาการ
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ ภาคเรียนที่ ๑ , ๒

การนำชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ไปใช้ ครูผู้สอนต้องศึกษาเอกสาร คู่มือการใช้ชุดการจัดการเรียนรู้ และศึกษาคำชี้แจงในเอกสาร ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) ให้เข้าใจ เพราะจะทำให้ทราบถึงแนวความคิดการจัดกระบวนการจัดการเรียนรู้ การเตรียมตัวของครู สื่อการจัดการเรียนรู้ ลักษณะชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ สัญลักษณ์ที่ใช้ แนวทางการวัดและประเมินผลของแต่ละหน่วยการเรียนรู้

หวังว่าชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) และชุดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับนักเรียน) ฉบับปรับปรุงนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของครูผู้สอน อันจะส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาระดับประถมศึกษาต่อไป

ขอขอบคุณ ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้บริหารสถานศึกษา ศึกษาานิเทศก์ ครู อาจารย์ และทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการปรับปรุงและจัดทำเอกสารมา ณ โอกาสนี้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



คำชี้แจง

๑. แนวคิดหลัก

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข เป็นการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการระหว่างวิชาโดยมีกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นแกนและบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ศิลปะ และการงานอาชีพและเทคโนโลยี โดยใช้ทักษะกระบวนการ จัดกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งนักเรียนได้เรียนรู้ทักษะกระบวนการจากครูผู้สอนที่อธิบายแนวคิดและองค์ความรู้ในช่วงต้นชั่วโมงจากนั้นจึงให้นักเรียนฝึกปฏิบัติแบบร่วมมือร่วมใจ โดยการทำงานแบบจับคู่ หรือเป็นกลุ่มย่อย รวมทั้งฝึกฝนทักษะเพิ่มเติมจากการทำกิจกรรมเดียว

๒. การเตรียมตัวของครู

ครูผู้สอนจำเป็นต้องศึกษาหน่วยการเรียนรู้ล่วงหน้าก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทุกครั้ง เพื่อประสิทธิภาพในการจัดการงาน ใบกิจกรรมให้ครบถ้วน โดยศึกษาใบความรู้สำหรับครู แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน สื่อประกอบการจัดกิจกรรม เฉลยกิจกรรมและลำดับขั้นตอนการจัดกิจกรรม

๓. สื่อการจัดการเรียนรู้กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ ประกอบด้วย

๓.๑ ใบงาน - ใบกิจกรรม - ใบความรู้ สำหรับใช้ในการจัดการเรียนรู้กิจกรรมกลุ่มย่อย กิจกรรมจับคู่ และกิจกรรมเดี่ยว โดยใช้สัญลักษณ์รูป ★ และสี แสดงระดับชั้นเรียน เช่น ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ ใช้สีเขียวและมีรูป ★ ★ ★ จำนวน ๓ ดวง

๓.๒ เกม บัตรคำ และบัตรภาพ ใช้ประกอบการเรียนรู้ ช่วยสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุข

๔. ลักษณะชุดการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้ กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ชุดการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ จัดทำเป็นหน่วยการเรียนรู้ (Learning Unit) โดยผ่านการวิเคราะห์หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ นำผลการวิเคราะห์ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ มาจัดกิจกรรมการเรียนรู้บูรณาการ มุ่งพัฒนาให้ผู้เรียนได้พัฒนาการเรียนรู้ สมรรถนะสำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์และเสริมสร้างให้ผู้เรียนได้เกิดคุณลักษณะตามค่านิยมหลัก ๑๒ ประการ การดำรงตนโดยใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง การมีระเบียบวินัย อดทน เคารพกฎหมาย และการมีสติ รู้คิด รู้ทำ

ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ครูควรศึกษาแผนการจัดการเรียนรู้ให้ละเอียด จัดเตรียมสื่อการเรียนรู้ให้พร้อม ประเมินพฤติกรรมของผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง และสามารถปรับใช้ให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม สถานการณ์ และการเรียนรู้ของนักเรียนได้ สำหรับภาคเรียนที่ ๑ ประกอบด้วย หน่วยการเรียนรู้ ๕ หน่วยดังนี้

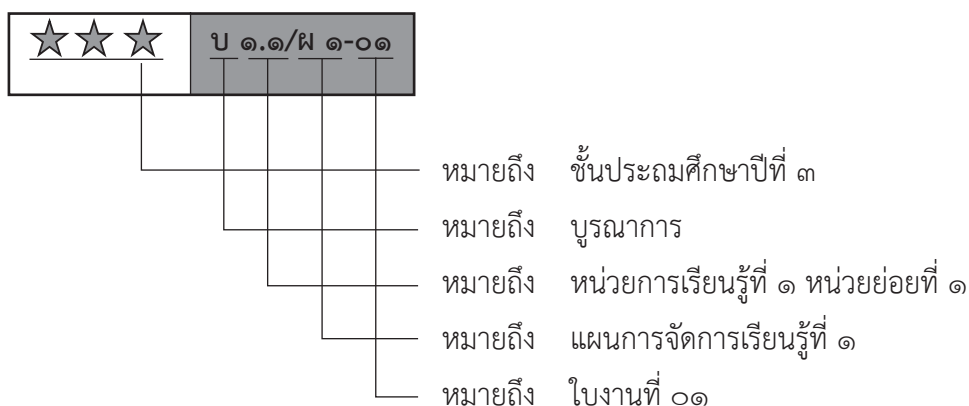
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เศรษฐิน้อย
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิเป็นสุข
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ คนดีศรีแผ่นดิน
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ เด็กไทยหัวใจสร้างสรรค์
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ สุนทรียศิลป์

๕. แผนการจัดการเรียนรู้ กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ กลุ่มบูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ กำหนดให้สอดคล้องกับหน่วยการเรียนรู้ ใน ๑ หน่วยการเรียนรู้จะประกอบไปด้วยหน่วยย่อย แต่ละหน่วยย่อยประกอบด้วยแผนการจัดการเรียนรู้ แต่ละแผนการจัดการเรียนรู้จะประกอบด้วย ขอบเขตเนื้อหา จุดประสงค์การเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลการเรียนรู้ สำหรับใช้ในการสอนแต่ละครั้ง แบ่งเป็นชั่วโมงที่ ๑ ชั่วโมงที่ ๒ และหรือชั่วโมงที่ ๓ โดยมีเนื้อหาต่อเนื่องกัน สำหรับกิจกรรมการเรียนรู้สื่อ /แหล่งเรียนรู้ และการประเมินแยกตามเนื้อหาและองค์ประกอบของแผนแต่ละแผน เพื่อให้เกิดความสะดวกในการสอน

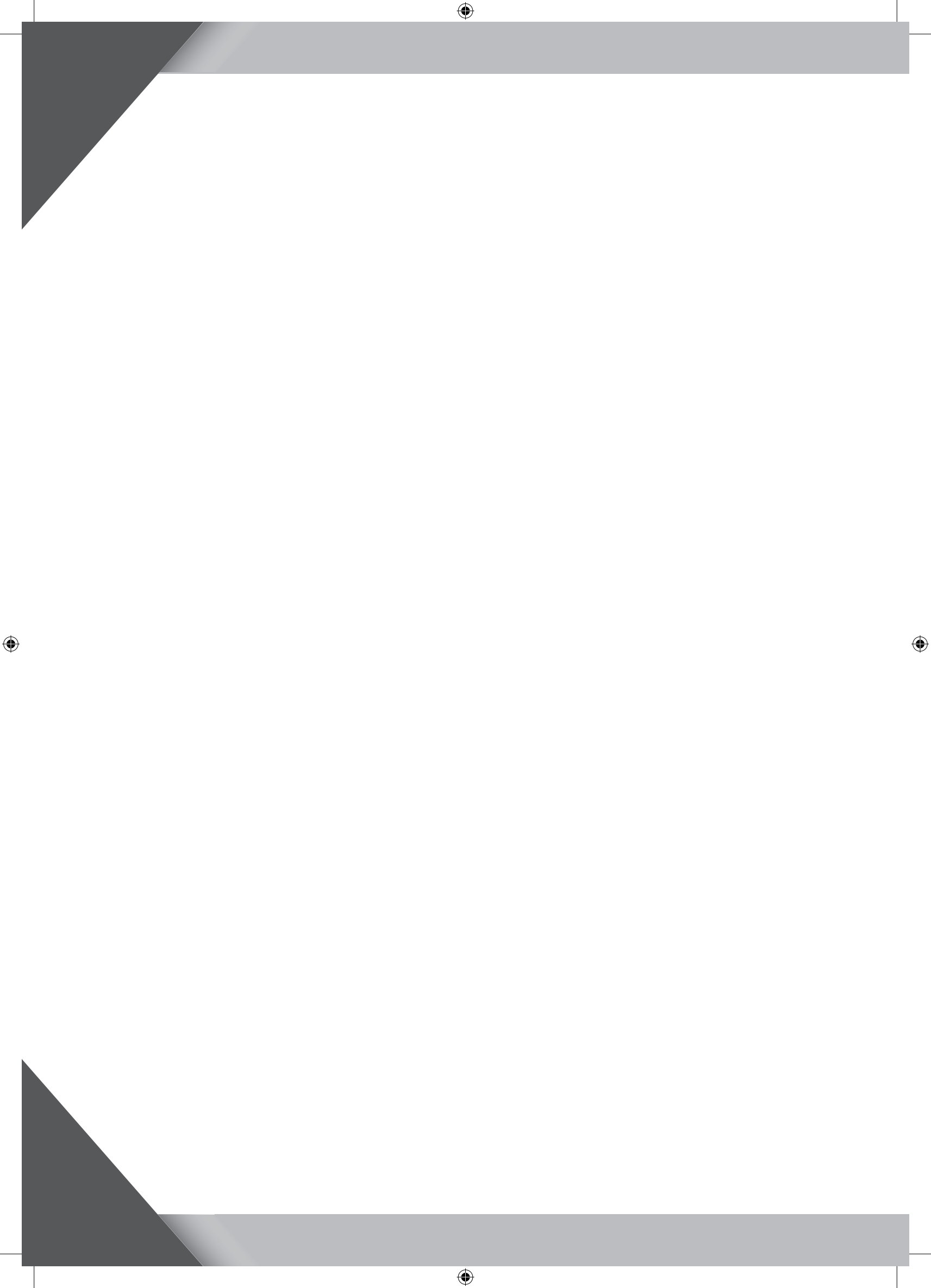
๖. สัญลักษณ์ที่ใช้

ในชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ กลุ่มบูรณาการ สัญลักษณ์พิมพ์ไว้ในกรอบด้านบนมีความหมาย ดังนี้

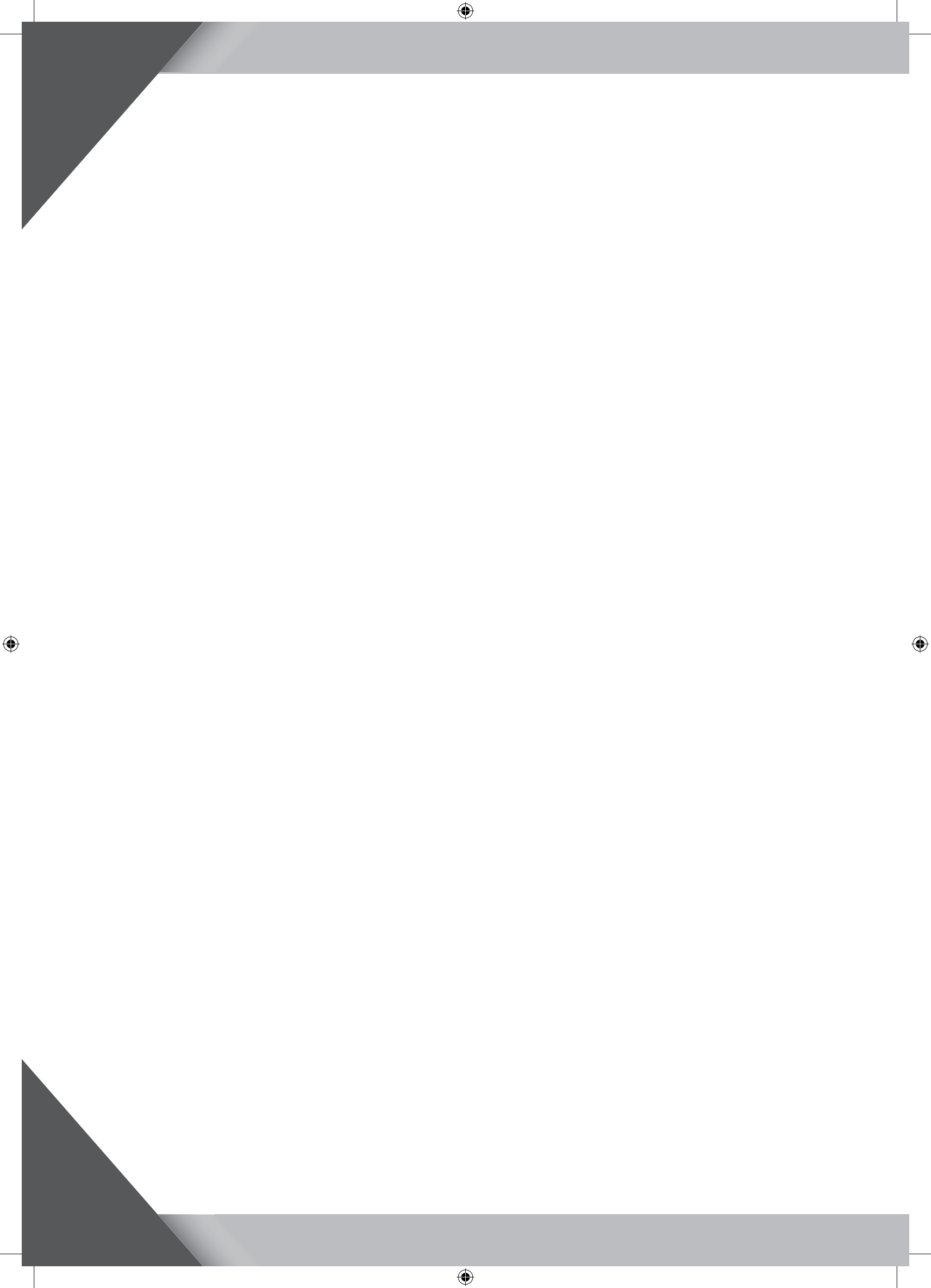


สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำชี้แจง	
สารบัญ	
หน่วยการเรียนรู้บูรณาการหน่วยที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข	
โครงสร้างของชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	๓
แนวทางการจัดการเรียนรู้	๔
โครงสร้างกลุ่มสาระการเรียนรู้บูรณาการ	๕
มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด	๒๑
ลำดับการนำเสนอแนวคิดหลัก	๒๓
โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ของหน่วยการเรียนรู้ที่ ๒	๒๔
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า	
ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๑	๒๗
โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๑	๒๘
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ ลักษณะ หน้าทีและวิถีดูแล้วยวะภายนอก	๒๙
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ ลักษณะ หน้าทีและวิถีดูแล้วยวะภายใน	๔๗
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ ธรรมชาติชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์	๖๓
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว	๘๒
แผนการเรียนรู้ที่ ๕ ชื่นชอบและภาคภูมิใจในตนเอง	๑๐๑
หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา	
ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๒	๑๒๑
โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๒	๑๒๒
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกาย	๑๒๓
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เกมเบ็ดเตล็ด	๑๔๓
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เกม	๑๕๙
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ การเล่นเกม	๑๗๓
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข	
ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๓	๑๘๗
โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยย่อยที่ ๓	๑๘๘
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ อาหารหลัก ๕ หมู่	๑๘๙
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ ฟันของเรา	๒๐๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ โรคติดต่อและสมรรถภาพทางกาย	๒๑๕
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ อุบัติเหตุ	๒๒๗



ส่วนที่ ๑



โครงสร้างของชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
หน่วยการเรียนรู้บูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓



แนวทางการจัดการเรียนรู้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓	
ภาคเรียนที่ ๑	ภาคเรียนที่ ๒
๑. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เศรษฐิน้อย (๒๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ ชีวิตพอเพียง - หน่วยย่อยที่ ๒ ออมไว้มิขัดสน	๑. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เด็กไทยใฝ่ดี (๒๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ มุ่งมั่นและศรัทธา - หน่วยย่อยที่ ๒ ปฏิบัติมาเป็นกิจ - หน่วยย่อยที่ ๓ พากิจแจ่มใส
๒. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข (๒๕ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า - หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา - หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข	๒. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕ โลกสวยด้วยมือเรา (๓๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ รอบตัวน่ารู้ - หน่วยย่อยที่ ๒ มองดูธรรมชาติ - หน่วยย่อยที่ ๓ ซึมซาบการเปลี่ยนแปลง - หน่วยย่อยที่ ๔ หวงแหนสิ่งแวดล้อม
๓. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ คนดีศรีแผ่นดิน(๒๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ ต้นกล้าคนดี - หน่วยย่อยที่ ๒ สังคมน่าอยู่ - หน่วยย่อยที่ ๓ วิถีประชาธิปไตย	๓. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗ ชีวิตสุขสันต์ในบ้านของเรา (๑๖ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ ครอบครัวอุ่นใจ - หน่วยย่อยที่ ๒ ช่างคิดซ่อมแซม - หน่วยย่อยที่ ๓ เกษตรกรรมคู่บ้าน - หน่วยย่อยที่ ๔ สานฝันให้เป็นจริง
๔. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ เด็กไทยหัวใจสร้างสรรค์ (๑๔ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ ท่องไปในโลกกว้าง - หน่วยย่อยที่ ๒ สู่เส้นทางเศรษฐกิจ	๔. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙ ถิ่นไทยวิถีศิลป์(๓๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ ย้อนรอยไทย - หน่วยย่อยที่ ๒ ภูมิใจในท้องถิ่น - หน่วยย่อยที่ ๓ แผ่นดินไทยแผ่นดินทอง
๕. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ สุนทรียศิลป์ (๓๐ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ กำเนิดงานศิลป์ - หน่วยย่อยที่ ๒ จินตนาการหรรษา - หน่วยย่อยที่ ๓ ลีลาศิลป์ไทย - หน่วยย่อยที่ ๔ ภูมิใจในงานศิลป์	๕. หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ อาเซียนศึกษา(๑๕ ชั่วโมง) - หน่วยย่อยที่ ๑ เพื่อนบ้านของเรา - หน่วยย่อยที่ ๒ สัมพันธฉันท์มิตร

โครงสร้างกลุ่มสาระการเรียนรู้บูรณาการ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๑	เศรษฐีน้อย	มฐ. ส ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. ส ๓.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ มฐ. ท ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖ มฐ. ง ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓	- การจำแนกความต้องการและความจำเป็นในการใช้สินค้าและบริการในการดำรงชีวิต - การวิเคราะห์การใช้จ่ายของตนเอง - ทรัพยากรที่มีอยู่จำกัดมีผลต่อการผลิตและบริโภคสินค้าและบริการ - สินค้าและบริการที่รัฐจัดหาและให้บริการแก่ประชาชน - ความสำคัญของภาษีและบทบาทของประชาชนในการเสียภาษี - เหตุผลการแข่งขันทางการค้าที่มีผลทำให้ราคาสินค้าลดลง - การอ่านออกเสียงคำ ข้อความเรื่องสั้นๆ และบทร้อยกรองง่ายๆ ได้ถูกต้อง คล่องแคล่ว - ความหมายของคำและข้อความที่อ่าน - การตั้งคำถามและตอบคำถามเชิงเหตุผลเกี่ยวกับเรื่องที่อ่าน - มารยาทในการอ่าน - การเขียนเรื่องตามจินตนาการ - มารยาทในการเขียน - วิธีการและประโยชน์การทำงาน เพื่อช่วยเหลือตนเอง ครอบครัวและส่วนรวม - ใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือ ตรงกับลักษณะงาน - ทำงานอย่างเป็นขั้นตอนตามกระบวนการทำงานด้วยความสะอาด ความรอบคอบ และอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม	๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๒	สุขภาพดีชีวี เป็นสุข	มฐ. พ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. พ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. พ ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. พ ๓.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- ธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ - การเปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน - ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - ความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง - การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ - การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง - การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมนเบ็ดเตล็ด - เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง - การปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมือง ได้ด้วยตนเอง	๒๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		มฐ. พ ๔.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ มฐ. พ ๕.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. พ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๗ มฐ. พ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ มฐ. พ ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การติดต่อและวิธีการป้องกันแพร่กระจายของโรค - จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่ - เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม - การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี - การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ - การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้านหรือโรงเรียน - วิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ - วิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น - การสรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน - การอ่านข้อเขียนเชิงอธิบายและปฏิบัติตามคำสั่งหรือคำแนะนำ - การคัดลายมือตัวบรรจงเต็มบรรทัด - การตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู	

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๓	เด็กไทยใฝ่ดี	มฐ. ส ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑	- ความสำคัญของพระพุทธศาสนา หรือศาสนา ที่ตนนับถือ ในฐานะที่เป็นรากฐานสำคัญของ วัฒนธรรมไทย	๒๐
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- พุทธประวัติตั้งแต่การบำเพ็ญเพียรจนถึง ปรินิพพาน หรือประวัติของศาสดาที่ตนนับถือ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การดำเนินชีวิตและข้อคิดจากประวัติสาวก ชาดก/เรื่องเล่าและศาสนิกชนตัวอย่าง	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔	- ความสำคัญของพระไตรปิฎก หรือคัมภีร์ของ ศาสนาที่ตนนับถือ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕	- การปฏิบัติตามหลักธรรม พุทธโอวาทหรือ หลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖	- การพัฒนาจิตตามแนวทางของศาสนาที่ตน นับถือ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๗	- การปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมต่อศาสนวัตถุ ศาสนสถาน และศาสนบุคคลของศาสนาอื่นๆ	
		มฐ. ส ๑.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑	- การปฏิบัติตนอย่างเหมาะสมต่อสาวก ศาสน สถาน ศาสนวัตถุของศาสนาที่ตนนับถือ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- คุณค่าและปฏิบัติตนในศาสนพิธี พิธีกรรม และวันสำคัญทางศาสนา ได้ถูกต้อง	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การแสดงตนเป็นพุทธมามกะ หรือแสดงตน เป็นศาสนิกชน ของศาสนาที่ตนนับถือ	
		มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔	- การวาดภาพ ระบายสีสิ่งของรอบตัว	
		มฐ. ศ ๑.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- การสร้างงานทัศนศิลป์โดยใช้วัสดุอุปกรณ์ใน ท้องถิ่น	
		มฐ. ศ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การท่องบทกลอน ร้องเพลงง่าย ๆ	
		มฐ. พ ๔.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การเลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม	

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๔	คนดีศรี แผ่นดิน	มฐ. ส ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ มฐ. ส ๒.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. ศ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕	- ประโยชน์และปฏิบัติตนตามประเพณีและวัฒนธรรมในครอบครัวและท้องถิ่น - ความสำคัญของวันหยุดราชการที่สำคัญ - บุคคลตัวอย่างซึ่งมีผลงานที่เป็นประโยชน์แก่ชุมชน และท้องถิ่นของตน - บทบาทและหน้าที่ของสมาชิก ชุมชนในการมีส่วนร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ตามกระบวนการประชาธิปไตย - วิเคราะห์ความแตกต่างของกระบวนการ การตัดสินใจในชั้นเรียน/โรงเรียน และชุมชน โดยวิธีการออกเสียงโดยตรงและการเลือกตัวแทนออกเสียง - การเปลี่ยนแปลงในชั้นเรียน โรงเรียนและชุมชน ที่เป็นผลจากการตัดสินใจของบุคคลและกลุ่ม - เคลื่อนไหวท่าทางสอดคล้องกับอารมณ์ของเพลงที่ฟัง	๒๐
๕	โลกสวย ด้วยมือเรา	มฐ. ส ๕.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ส ๕.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- ข้อมูลทางภูมิศาสตร์ในชุมชน - แผนที่ แผนที่ผั่งและรูปถ่าย - ความสัมพันธ์ของตำแหน่ง ระยะ ทิศทาง - ตำแหน่งที่ตั้งของสถานที่สำคัญ ในบริเวณโรงเรียนและชุมชน - สิ่งแวดล้อมของชุมชนในอดีตกับปัจจุบัน - การใช้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ - การประกอบอาชีพที่เป็นผลมาจากสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติในชุมชน	๓๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๖ มฐ. ง ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓ มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ป.๓/๖ มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ป.๓/๑ มฐ. ท ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ป.๓/๒ มฐ. ท ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ป.๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ป.๓/๖	- ความหมายและประเภทของมลพิษโดยมนุษย์ สาเหตุของการเกิดมลพิษที่เกิดจากการกระทำของมนุษย์ - ลักษณะของเมืองและชนบท - ภูมิประเทศและภูมิอากาศที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของคนในชุมชน - ผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมที่มีต่อชุมชน การจัดการสิ่งแวดล้อมในชุมชน - ทักษะการใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือตาม ลักษณะงานอย่างเป็นขั้นตอน - การใช้เส้น รูปร่าง รูปทรง สี รูปทรงในธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม - วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการวาดภาพ - การวาดภาพระบายสีสิ่งของรอบตัว - การอ่านออกเสียง - การเขียนบรรยายสั้นๆ - การพูดแสดงความรู้สึก พูดแสดงความคิดเห็น - การพูดสื่อสารในชีวิตประจำวัน - มารยาทการฟังและการดู	

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๖	เด็กไทย หัวใจ สร้างสรรค์	มฐ. ง ๒.๑ ตัวชี้วัดต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดต้องรู้ ป.๓/๓ มฐ. ง ๓.๑ ตัวชี้วัดต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดต้องรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๖ ตัวชี้วัดต้องรู้ ป.๓/๘ ตัวชี้วัดควรรู้ ป.๓/๑๐	- การสร้างของเล่นหรือของใช้อย่างสร้างสรรค์และมีขั้นตอน - ภาพร่าง ๒ มิติหรือภาพ ๒ มิติ - ใช้สิ่งของเครื่องใช้อย่างสร้างสรรค์เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม - การค้นหาข้อมูลอย่างเป็นขั้นตอน - การนำเสนอข้อมูลที่หลากหลาย - วิจัยและรักษาอุปกรณ์เทคโนโลยีสารสนเทศ - รูปร่าง รูปทรงในธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม - การใช้เส้น รูปร่าง รูปทรง สี พื้นผิวในงานทัศนศิลป์ - รูปร่าง รูปทรงในงานออกแบบ	๑๔
๗	ชีวิตสุขสันต์ ในบ้านของเรา	มฐ. ง ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓ มฐ. ง ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓	- ประโยชน์และวิธีการการทำงานช่วยเหลือตนเองและครอบครัว - ทักษะการใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือให้ตรงกับลักษณะงาน - ทักษะการใช้วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือให้ตรงกับลักษณะงานอย่างเป็นขั้นตอน - การสร้างของเล่น หรือของใช้ที่มีความคิดสร้างสรรค์และเป็นขั้นตอน - การเลือกใช้ในชีวิตประจำวันอย่างสร้างสรรค์ - การจัดการกับสิ่งของเครื่องใช้สิ่งของเครื่องใช้ด้วยการนำกลับมาใช้ซ้ำ	๑๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		มฐ. ง ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ มฐ. ส ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ มฐ. พ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖	- ขั้นตอนการค้นหาข้อมูล การกำหนดหัวข้อที่ต้องการค้นหา การเลือกแหล่งข้อมูล การเตรียมอุปกรณ์ รวบรวมข้อมูล นำเสนอข้อมูล - ประโยชน์และปฏิบัติตนตามประเพณีและวัฒนธรรมในครอบครัวและท้องถิ่น - ความสำคัญ และความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง - การสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - การถ่ายทอดความคิดความรู้สึกจากเหตุการณ์ชีวิตจริงโดยใช้เสนอรูปทรงรูปทรงสี และพื้นผิว	
๘	สุนทรียศิลป์	มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๗	- รูปร่าง รูปทรงในธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และงานทัศนศิลป์ - วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้สร้างผลงานเมื่อชมงานทัศนศิลป์ - การจำแนกทัศนธาตุของสิ่งต่าง ๆ ในธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และงานทัศนศิลป์โดยเน้นเรื่องเส้น สี รูปร่าง รูปทรง และพื้นผิว - การวาดภาพระบายสีสิ่งของรอบตัว - ทักษะพื้นฐานในการใช้วัสดุอุปกรณ์สร้างสรรค์งานปั้น - การวาดภาพถ่ายทอดความคิด ความรู้สึกจากเหตุการณ์ชีวิตจริง โดยใช้เส้น รูปร่าง รูปทรง สี และพื้นผิว - เหตุผลและวิธีการในการสร้างงานทัศนศิลป์โดยเน้นถึงเทคนิค และวัสดุอุปกรณ์	๓๐

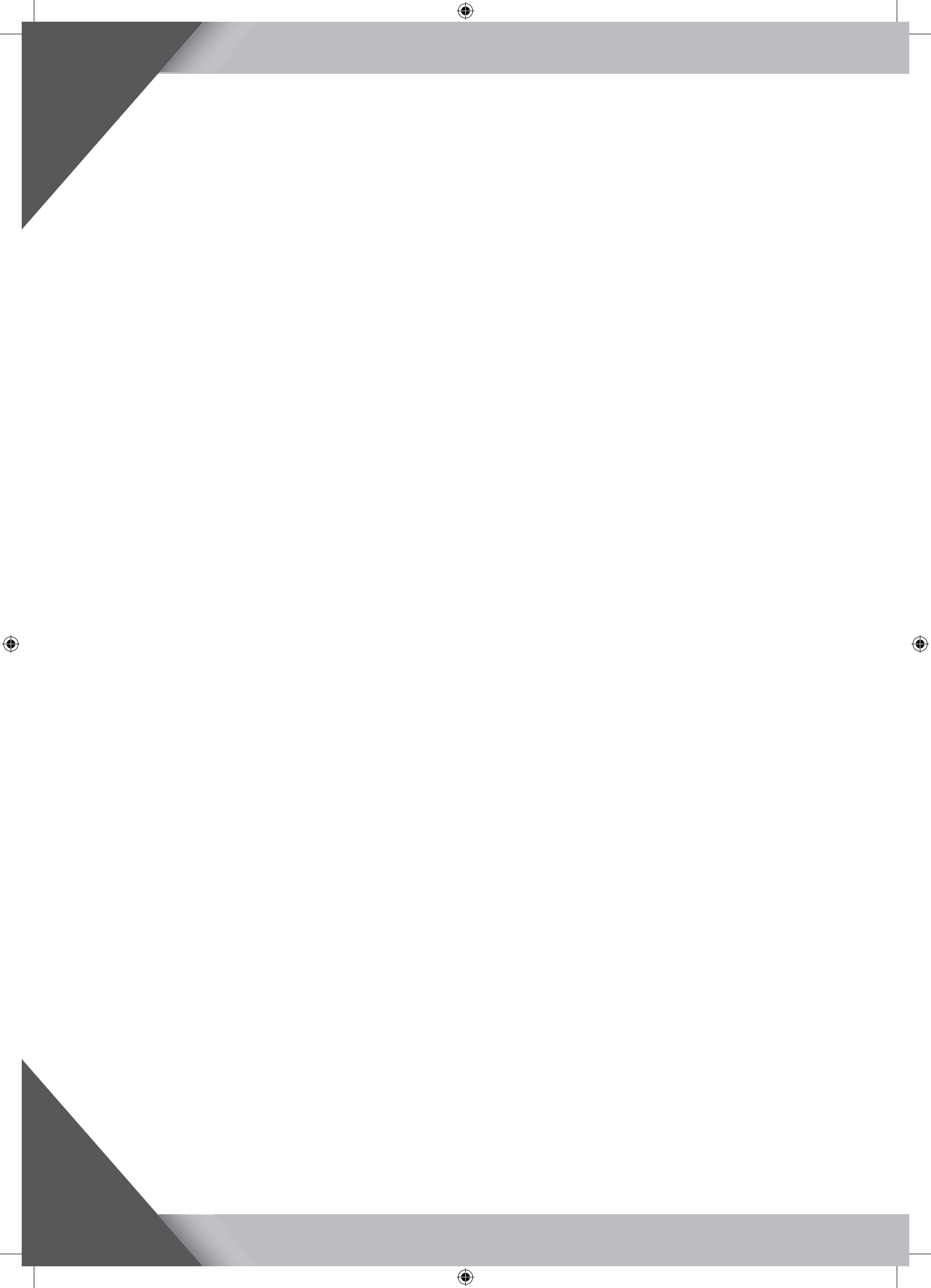
หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๘ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๙ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑๐ มฐ. ศ ๑.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ศ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๗ มฐ. ศ ๒.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ศ ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- สิ่งที่ชื่นชมและสิ่งที่ควรปรับปรุงในงานทัศนศิลป์ของตนเอง - การจัดกลุ่มของภาพตามทัศนธาตุที่เน้นในงานทัศนศิลป์นั้น ๆ - ลักษณะรูปร่าง รูปทรงในงานการออกแบบสิ่งต่าง ๆ ที่มีในบ้านและโรงเรียน - ที่มาของงานทัศนศิลป์ในห้องเรียน - วัสดุอุปกรณ์ และวิธีการสร้างงานทัศนศิลป์ในห้องเรียน - รูปร่างลักษณะของเครื่องดนตรี ที่เห็นและได้ยินในชีวิตประจำวัน - การใช้รูปภาพหรือสัญลักษณ์แทนเสียง และจังหวะเคาะ - บทบาทหน้าที่ของเพลงที่ได้ยิน - การขับร้องและบรรเลงดนตรีง่าย ๆ - การเคลื่อนไหวท่าทางสอดคล้องกับอารมณ์ของเพลงที่ฟัง - การแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเสียงดนตรี เสียงขับร้องของตนเองและผู้อื่น - การนำดนตรีไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือโอกาสต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม - ลักษณะเด่นและเอกลักษณ์ ของดนตรีใน - ความสำคัญและประโยชน์ของดนตรีต่อการดำเนินชีวิตของคนในห้องเรียน - การเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ ในสถานการณ์สั้น ๆ - การแสดงท่าทางประกอบเพลงตามรูปแบบนาฏศิลป์	

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ มฐ. ศ ๓.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๗ มฐ. ท ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๕ มฐ. ท ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๔	- การเปรียบเทียบบทบาทของผู้แสดงและผู้ชม - มีส่วนร่วมในกิจกรรมการแสดงที่เหมาะสมกับวัย - บอกประโยชน์ของการแสดงนาฏศิลป์ในชีวิตประจำวัน - การแสดงความคิดเห็นการแสดงนาฏศิลป์ที่เคยเห็นในท้องถิ่น - สิ่งที่เป็นลักษณะเด่นและเอกลักษณ์ของการแสดงนาฏศิลป์ - ความสำคัญของการแสดงนาฏศิลป์ - การอ่านออกเสียงคำ ข้อความ เรื่องสั้นๆ และบทร้อยกรองง่ายๆ ได้ถูกต้อง คล่องแคล่ว - ความหมายของคำและข้อความที่อ่าน - ลำดับเหตุการณ์ และคาดคะเนเหตุการณ์จากเรื่องที่อ่านโดยระบุเหตุผลประกอบ - สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านโดยระบุเหตุผลประกอบ - การอ่านข้อความเชิงอธิบายและปฏิบัติตามคำสั่งหรือข้อแนะนำ - การเขียนบรรยายเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้อย่างชัดเจน - การเขียนเรื่องตามจินตนาการ - การเล่ารายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดูทั้งที่เป็นความรู้และความบันเทิง - การสื่อสารได้ชัดเจนตรงตามวัตถุประสงค์ - การตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู - การพูดแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกจากเรื่องที่ฟัง	

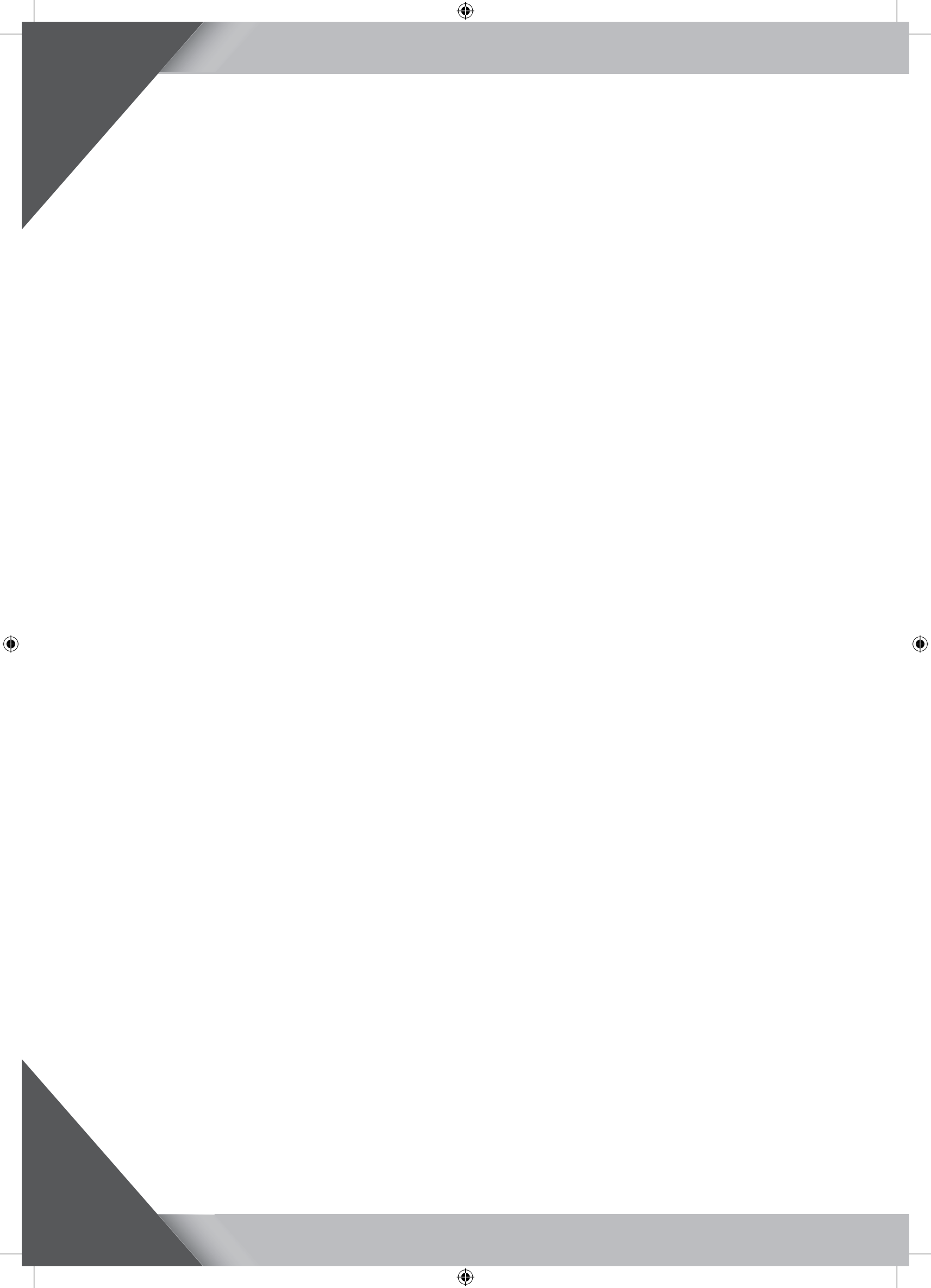
หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		มฐ. ท ๕.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. พ ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ส ๔.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓ มฐ. ง ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๒/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- เพลงพื้นบ้าน และเพลงกล่อมเด็กเพื่อปลูกฝังความชื่นชมวัฒนธรรมท้องถิ่น - การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง - การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบทั้งบังคับทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตั้งถิ่นฐานและพัฒนาการของชุมชน - ลักษณะที่สำคัญของขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมของชุมชน - การเปรียบเทียบความเหมือนและความต่างทางวัฒนธรรมของชุมชนตนเองกับชุมชนอื่น ๆ - ประโยชน์ของสิ่งของเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน - การเลือกใช้สิ่งของเครื่องใช้ในชีวิตประจำวันอย่างสร้างสรรค์	
๙	ถิ่นไทยวิไลศิลป์	มฐ. ส ๔.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ส ๔.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑	- การเทียบศักราชที่สำคัญตามปฏิทิน ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน - การแสดงลำดับเหตุการณ์สำคัญของโรงเรียนชุมชน โดยระบุหลักฐานแหล่งข้อมูลที่เกี่ยวข้อง - ระบุปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตั้งถิ่นฐานและพัฒนาการของชุมชน	๓๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- ลักษณะที่สำคัญของขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมของชุมชน	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- การเปรียบเทียบความเหมือน และความต่าง ทางวัฒนธรรม ของชุมชนตนเองกับชุมชนอื่น	
		มฐ. ส ๔.๓ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑	- การระบุพระนามและพระราชกรณียกิจ โดยสังเขปของพระมหากษัตริย์ไทยที่เป็นผู้ สถาปนาอาณาจักรไทย	
		ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒	- เล่าวีรกรรมของบรรพบุรุษไทยที่มีส่วน ปกป้องประเทศชาติ	
		ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๓	- เล่าวีรกรรมของบรรพบุรุษไทย ที่มีส่วน ปกครองประเทศชาติ	
		มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๓	- การตั้งคำถามและตอบคำถามเชิงเหตุผล เกี่ยวกับเรื่องที่อ่าน	
		ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๔	- การลำดับเหตุการณ์และคาดคะเนเหตุการณ์ จากเรื่องที่อ่าน โดยระบุเหตุผลประกอบ	
		มฐ. ท ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- การเขียนบรรยายเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ อย่างชัดเจน	
		มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๖	- การวาดภาพถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก จากเหตุการณ์ชีวิตจริง โดยใช้เส้น รูปร่าง รูปทรง สี และพื้นผิว	
		มฐ. พ ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒	- วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	
		มฐ. ง ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑	- การค้นหาข้อมูลอย่างมีขั้นตอนและนำเสนอ ข้อมูลในลักษณะต่าง ๆ	

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓		
		มาตรฐาน/ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)
๑๐	อาเซียน ศึกษา	มฐ. ส ๑.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๒ มฐ. ส ๒.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๒ มฐ. ส ๔.๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๒ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป. ๓/๓ มฐ. ส ๕.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๑ มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ควรรู้ ป.๓/๘ มฐ. ศ ๑.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป. ๓/๔ มฐ. พ ๓.๑ ตัวชี้วัดที่ต้องรู้ ป.๓/๑	- ปฏิบัติตนในศาสนพิธี วันสำคัญทางศาสนา - พฤติกรรมของตนเองและเพื่อนๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น ทักทาย การทำความเคารพ การปฏิบัติตามศาสนพิธี การรับประทานอาหาร การใช้ภาษา (ภาษาถิ่น กับภาษาราชการ และภาษาอื่น) - ขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรม ชุมชนของตน ที่เกิดจากปัจจัยทางภูมิศาสตร์ และปัจจัยทางสังคม - ขนบธรรมเนียม ประเพณี และวัฒนธรรม ของชุมชนใกล้เคียง ที่มีความเหมือนและความต่างกับชุมชนของตนเอง - แผนที่ แผนที่ และภาพถ่าย - ความสัมพันธ์ของตำแหน่ง ระยะ ทิศทาง - การอ่านการอ่านข้อมูลจากแผนภาพ แผนที่ และแผนภูมิ - การการวาดภาพพระบายสีสิ่งรอบตัว ด้วยสีเทียน สีดินสอ และสีโปสเตอร์ - วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ อย่างมีทิศทาง	๑๕



ส่วนที่ ๒



มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดของหน่วยการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข (จำนวน ๒๕ ชั่วโมง)

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์
ตัวชี้วัด

- พ ๑.๑ ป.๓/๑ อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์
- พ ๑.๑ ป.๓/๒ เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน
- พ ๑.๑ ป.๓/๓ ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต

มาตรฐาน พ ๒.๑ : เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต
ตัวชี้วัด

- พ ๒.๑ ป.๓/๑ อธิบายความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง
- พ ๒.๑ ป.๓/๒ อธิบายวิธีสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- พ ๒.๑ ป.๓/๓ บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

มาตรฐาน พ ๓.๑ : เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา
ตัวชี้วัด

- พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง
- พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่น
เกมเบ็ดเตล็ด

มาตรฐาน พ ๓.๒ : รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย
เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพ
ของการกีฬา

ตัวชี้วัด

- พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น
จุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง
- พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม
การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

มาตรฐาน พ ๔.๑ : เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการ
สร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัด

- พ ๔.๑ ป.๓/๒ จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่
- พ ๔.๑ ป.๓/๓ เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม
- พ ๔.๑ ป.๓/๔ แสดงการแปรผันให้สะอาดอย่างถูกวิธี
- พ ๔.๑ ป.๓/๕ สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ

มาตรฐาน พ ๕.๑ : ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัด

พ ๕.๑ ป.๓/๑ ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้านหรือโรงเรียน

พ ๕.๑ ป.๓/๒ แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

พ ๕.๑ ป.๓/๓ แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น

มาตรฐาน ท ๑.๑ : ใช้กระบวนการอ่านสร้างความรู้และความคิด เพื่อนำไปใช้ตัดสินใจแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตและมีนิสัยรักการอ่าน

ตัวชี้วัด

ท ๑.๑ ป.๓/๕ สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ท ๑.๑ ป.๓/๗ อ่านข้อเขียนเชิงอธิบายและปฏิบัติตามคำสั่งหรือข้อเสนอแนะ

มาตรฐาน ท ๒.๑ : ใช้กระบวนการเขียนเขียนสื่อสาร เขียนเรียงความ ย่อความ และเขียนเรื่องราวในรูปแบบต่าง ๆ เขียนรายงานข้อมูลสารสนเทศ และรายงานการศึกษาค้นคว้าอย่างมีประสิทธิภาพ

ตัวชี้วัด

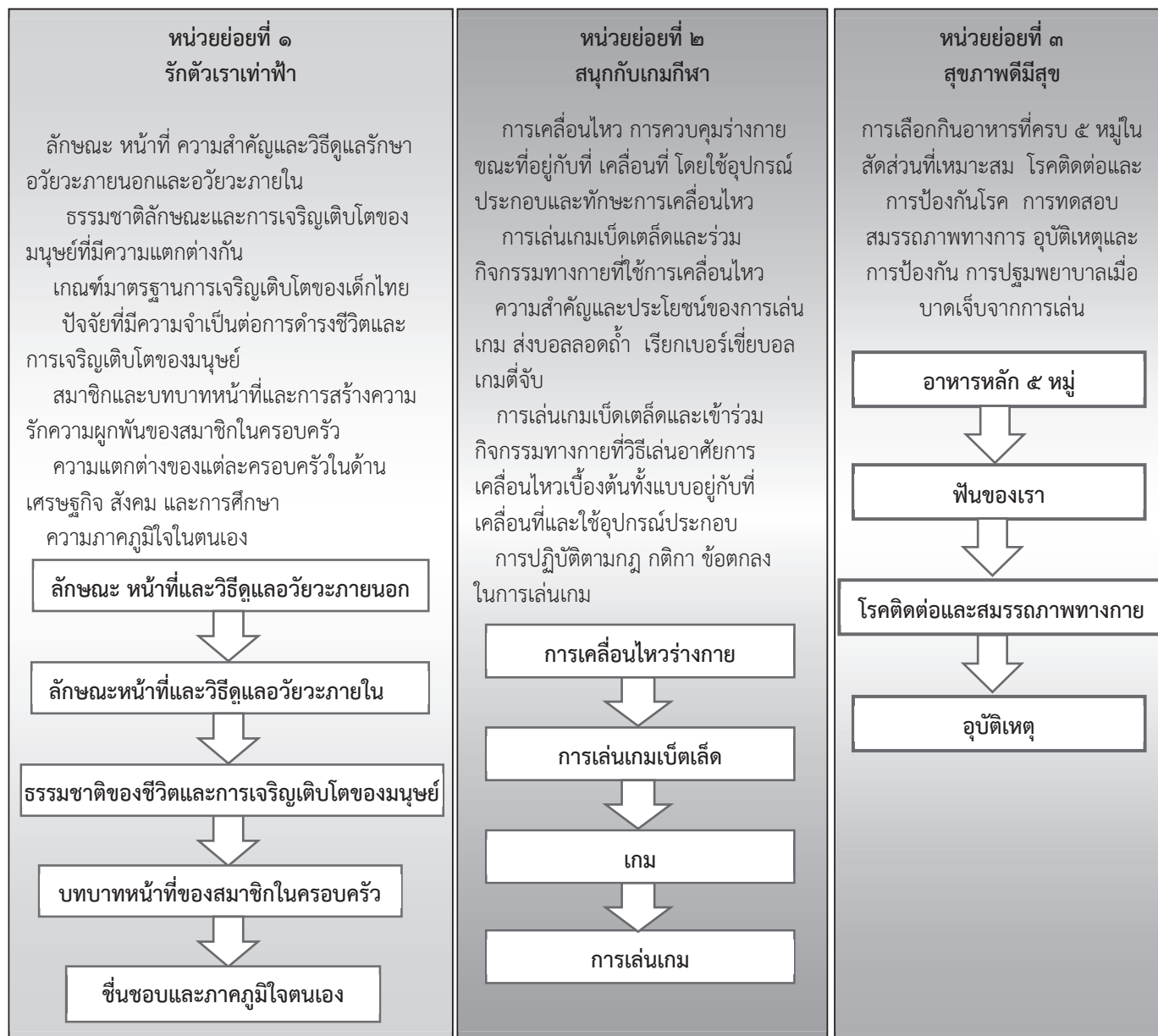
ท ๒.๑ ป.๓/๑ คัดลายมือตัวบรรจงเต็มบรรทัด

มาตรฐาน ท ๓.๑ : สามารถเลือกฟังและดูอย่างมีวิจารณญาณและพูดแสดงความรู้ ความคิดและความรู้สึกในโอกาสต่าง ๆ อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์

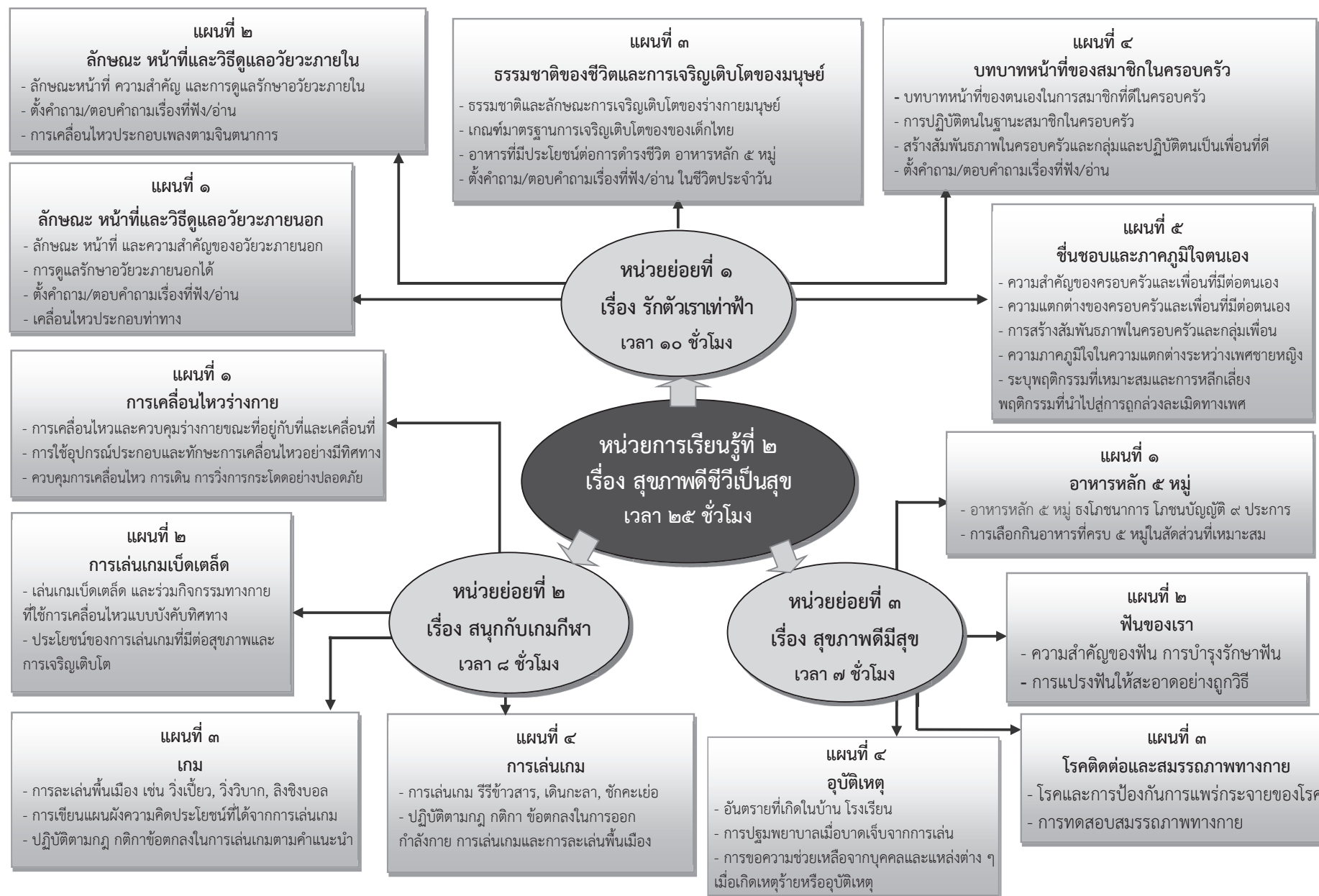
ตัวชี้วัด

ท ๓.๑ ป.๓/๓ ตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู

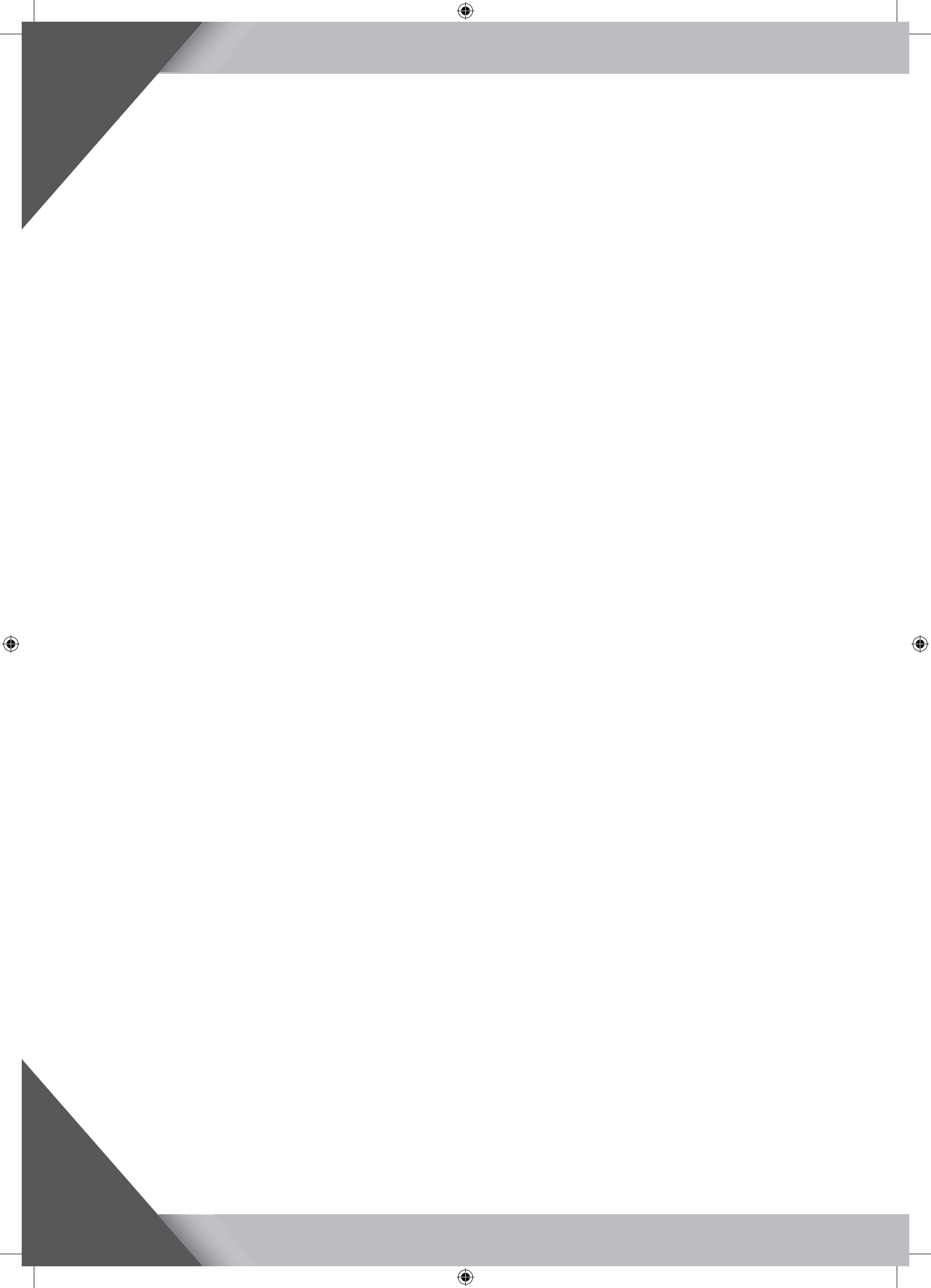
ลำดับการนำเสนอแนวคิดหลัก
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓



โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ของหน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข



หน่วยย่อยที่ ๑
รักตัวเราเท่าฟ้า



ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้

หน่วยย่อยที่ ๑
จำนวนเวลาเรียน ๑๐ ชั่วโมง

ชื่อหน่วยย่อย รักตัวเราเท่าฟ้า
จำนวนแผนการจัดการเรียนรู้ ๕ แผน

สาระสำคัญของหน่วย

ลักษณะ หน้าที ความสำคัญ และวิธีดูแล้วยะภายนอก้วยะภายใน ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ตามเกณฑ์มาตรฐาน การเจริญเติบโตของเด็กไทย สมาชิกและบทบาทหน้าที่และการสร้างความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว ความสำคัญของเพื่อนและวิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเพศชายและเพศหญิง การล่วงละเมิดทางเพศ ความแตกต่างของแต่ละครอบครัวในด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเอง

มาตรฐานและตัวชี้วัด

มฐ. พ ๑.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒, ป.๓/๓

มฐ. พ ๒.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒, ป.๓/๓

มฐ. พ ๔.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๒, ป.๓/๓, ป.๓/๔

มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๕

มฐ. ท ๓.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๓

ลำดับการเสนอแนวคิดหลัก

อ้วยะภายนอก้วยะภายใน ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ สมาชิกและบทบาทหน้าที่และการสร้างความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว ความสำคัญของเพื่อนและวิธีการสร้างสัมพันธภาพ ความแตกต่างของแต่ละครอบครัวในด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา ความภาคภูมิใจในตนเอง

ลักษณะ หน้าที ความสำคัญ และวิธีดูแล้วยะภายนอก



ลักษณะ หน้าที ความสำคัญ และวิธีดูแล้วยะภายใน



ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์



บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว



ชื่นชอบและภาคภูมิใจตนเอง

โครงสร้างของหน่วย

หน่วยการเรียนรู้ที่	ชื่อหน่วยย่อย	แผนที่	ชื่อแผน	เวลา	หมายเหตุ
๒	รักตัวเราเท่าฟ้า	๑	ลักษณะ หน้าทีและวิธีดูแล้วยะภายนอก	๒ ชั่วโมง	
		๒	ลักษณะ หน้าทีและวิธีดูแล้วยะภายใน	๒ ชั่วโมง	
		๓	ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์	๒ ชั่วโมง	
		๔	บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว	๒ ชั่วโมง	
		๕	ชื่นชอบและภาคภูมิใจตนเอง	๒ ชั่วโมง	



คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ รักตัวเราเท่าฟ้า
หน่วยย่อยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ ลักษณะ หน้าที่และวิธีดูแล้วยะภายนอก เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

ลักษณะ หน้าที่ และความสำคัญของอวัยวะภายนอก และวิธีดูแล้วยะภายนอก

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- ลักษณะหน้าที่ ความสำคัญของอวัยวะภายนอก
- วิธีดูแล้วยะภายนอก

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- แบบทดสอบก่อนเรียน
- เพลง “หัว หู ตา ไหล่”
- เพลง แปร่งฟัน
- ใบความรู้
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- แบบทดสอบก่อนเรียน
- ใบความรู้ที่ ๑
- ใบงานที่ ๐๑
- แบบบันทึกคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียน
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบประเมินผลงาน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจผลงาน
- ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ลักษณะ หน้าทีและวิธีดูแล้วยะภายนอก
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทย และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขั้นนำ	• ทำแบบทดสอบก่อนเรียน • ครูสอนนักเรียนร้องเพลง “เพลง หัว หู ตา ไหล่” พร้อมทั้งทำกิจกรรมประกอบเพลง นักเรียนร่วมกันบอกชื่ออวัยวะที่ปรากฏในเนื้อเพลง
ขั้นสอน	• จับคู่กับเพื่อนและสำรวจว่าเพื่อนมีอวัยวะใดบ้าง บอกชื่ออวัยวะนั้น ครูเขียนชื่ออวัยวะภายนอกบนกระดานนักเรียนฝึกอ่านชื่ออวัยวะ พร้อมทั้งชื่ออวัยวะให้ถูกต้อง นักเรียนสนทนาตั้งคำถามตอบคำถามเกี่ยวกับลักษณะหน้าที ความสำคัญและวิธีดูแล้วยะภายนอก • นักเรียนจับคู่ศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อวัยวะในช่องปากและวิธีดูแล้วยะในช่องปาก • นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง หน้าทีและวิธีดูแล้วยะภายนอกของร่างกาย
ขั้นสรุป	• ครูและนักเรียนสรุปแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะ หน้าที ความสำคัญและวิธีดูแล้วยะภายนอกให้เหมาะสมและถูกวิธี
วัดและประเมินผล	• สังเกตพฤติกรรม • ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ • ตรวจผลงาน • ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ : หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ลักษณะ หน้าที่และวิธีดูแลอวัยวะภายนอก
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทย และศิลปะ เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- ลักษณะ หน้าที่ ความสำคัญของอวัยวะภายนอก และวิธีดูแลอวัยวะภายนอก
- การตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่อ่านที่ฟังและดู
- การเคลื่อนไหวประกอบท่าทาง

จุดประสงค์ ความรู้

๑. บอกลักษณะ หน้าที่ และความสำคัญของอวัยวะภายนอกได้
๒. บอกวิธีดูแลอวัยวะภายนอกได้
๓. ตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่อ่านได้
๔. ตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดูได้
๕. เลือกภาพตรงตามความหมายของคำและกลุ่มคำที่ฟัง
๖. เคลื่อนไหวท่าทางประกอบเพลงอย่างอิสระได้

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑)

ทดสอบก่อนเรียน ทำแบบทดสอบก่อนเรียน
ขั้นนำ

๑. ครูสอนนักเรียนร้องเพลง “หัว หู ตา ไหล่” พร้อมทั้งทำท่าทางเคลื่อนไหวประกอบเพลงอย่างอิสระ

๒. ให้นักเรียนร่วมกันบอกชื่ออวัยวะที่ปรากฏในเนื้อเพลง

ขั้นสอน

๓. ให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อนและสำรวจว่าเพื่อนมีอวัยวะใดบ้าง แล้วบอกชื่ออวัยวะนั้น จากนั้นครูเขียนชื่ออวัยวะเหล่านั้นลงบนกระดาน

๔. ครูบอกชื่ออวัยวะบนกระดาน แล้วให้นักเรียนพูดตามพร้อมกับชื่ออวัยวะนั้นของตนเองว่ามีเหมือนเพื่อนหรือไม่ โดยให้ครูสังเกตว่า นักเรียนชื่ออวัยวะใดถูกต้องหรือไม่

๕. ครูเขียนคำว่า อวัยวะภายนอก บนกระดาน แล้วให้นักเรียนอ่าน ร่วมกันอภิปรายความหมาย ครูถามนักเรียนว่า อวัยวะภายนอกของนักเรียนมีลักษณะเหมือนกับเพื่อนหรือไม่ อย่างไร

๖. ครูยกตัวอย่างกิจกรรมในชีวิตประจำวัน แล้วให้นักเรียนบอกชื่ออวัยวะภายนอกที่ใช้ทำกิจกรรม เช่น ฟังเพลง – หู อ่านหนังสือ – ตา ดูโทรทัศน์ – ตา (ดู)

หู (ฟังเสียง)

๗. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มจับฉลากชื่ออวัยวะดังนี้ ตา หู จมูก ขา แขน มือ ร่วมกันบอกวิธีดูแลอวัยวะภายนอกที่จับฉลากได้เขียนชื่ออวัยวะและวิธีดูแลอวัยวะลงในกระดาษ

โรเนียว

๘. ให้ส่งตัวแทนออกมารายงานหน้าชั้น แล้วครูถามกลุ่มอื่น ๆ ว่า มีวิธีดูแลรักษาเพิ่มเติมหรือไม่

๙. ครูและนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่า วิธีดูแลอวัยวะตามที่นักเรียนบอกมานั้นเป็นวิธีที่เหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. แบบทดสอบก่อนเรียน
๒. เพลง “หัว หู ตา ไหล่”
๓. เพลง แปรงฟัน
๔. กระดาษโรเนียว
๕. บัตรคำ
๖. หุ่นฟันจำลอง
๗. เพลง แปรงฟัน
๘. แปรงสีฟัน
๙. ยาสีฟัน
๑๐. แก้วน้ำ
๑๑. ใบความรู้
๑๒. ใบงาน

ภาระงาน / ชิ้นงาน

- วาดภาพและเขียนชื่ออวัยวะในช่องปาก
- หาความสัมพันธ์ของคำศัพท์ชื่ออวัยวะและหน้าที่ของอวัยวะ
- เขียนชื่อและหน้าที่อวัยวะภายนอก
- ตอบคำถามอวัยวะในช่องปาก
- ตอบคำถามวิธีดูแลอวัยวะภายนอก
- ทำแบบทดสอบก่อนเรียน

จุดประสงค์

ความรู้

๗. แสดงท่าทางง่าย ๆ เพื่อสื่อความหมาย

แทนคำพูดได้

ทักษะ

๑. การสังเกต
๒. การระบุ
๓. การจำแนก
๔. การเปรียบเทียบ
๕. การนำความรู้ไปใช้

คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

- มุ่งมั่นในการทำงาน

๑๐. ครูและนักเรียนสรุปวิธีดูแล้วยะภายนอกที่เหมาะสม และครูแนะนำให้นักเรียนนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒)

๑๑. ครูนำหุ่นฟันจำลองมาให้ให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนบอกชื่ออวัยวะในช่องปากและชนิดของฟัน
๑๒. นักเรียนช่วยกันศึกษาหน้าที่ของอวัยวะในช่องปากและการดูแลอวัยวะในช่องปากจากใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อวัยวะในช่องปากและวิธีดูแลอวัยวะในช่องปาก
๑๓. ครูสนทนากับนักเรียนว่ามีวิธีดูแลรักษาเพิ่มเติมหรือไม่ ตัดผลงานแสดงที่ป้ายนิเทศ
๑๔. ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับหน้าที่ ความสำคัญและการดูแลอวัยวะภายนอก
๑๕. นักเรียนร้องเพลง แปร่งฟัน จากนั้นนักเรียนไปแปร่งฟันจริง หลังจากที่นักเรียนแปร่งฟันเสร็จแล้ว ครูตรวจประสิทธิภาพในการแปร่งฟันถ้านักเรียนแปร่งฟันไม่ทั่วถึง ไม่สะอาดให้นักเรียนแปร่งฟันซ้ำอีกครั้ง
๑๖. นักเรียนทำใบงานที่ ๑๑ เรื่อง หน้าที่ของอวัยวะภายนอกของร่างกาย
- ขั้นสรุป**
๑๗. ครูประเมินความถูกต้องของภาระงานที่มอบหมาย นักเรียนตรวจสอบความถูกต้อง ช่วยกันสรุป แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับลักษณะ หน้าที่ ความสำคัญและวิธีดูแลอวัยวะภายนอกให้เหมาะสมถูกต้อง

การวัดและประเมินผล

๑. ประเมินความรู้เรื่อง ลักษณะ
หน้าที่ ความสำคัญ และวิธีดูแล
อวัยวะภายนอก คำและความหมาย
ของคำ
๒. ประเมินทักษะการสังเกต
การระบุ การจำแนก การนำความรู้
ไปใช้

วิธีการ

๑. ทดสอบด้วยแบบทดสอบ
ก่อนเรียน
๒. สอบถามนักเรียนรายบุคคล
รายกลุ่ม
๓. สังเกตพฤติกรรม
๔. ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

๑. แบบทดสอบก่อนเรียน
๒. แบบประเมินพฤติกรรม
๓. แบบประเมินคุณลักษณะ
อันพึงประสงค์
๔. แบบประเมินผลงาน

เกณฑ์การประเมิน

๑. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด
๒. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน



บ ๒.๑/ผ ๑-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง **หน้าที่และวิธีดูแล้วยะภายนอกของร่างกาย**

คำชี้แจง ๑. ให้นักเรียนอ่านคำถามแต่ละข้อให้ถูกต้อง โดยทำความเข้าใจ
ก่อนตอบคำถาม

๒. ให้นักเรียนตอบคำถามให้ถูกต้อง

๓. ตรวจสอบความถูกต้องกับเพื่อน ๆ ก่อนส่งครู



๑. วันนี้มีลมพัดแรง ฝุ่นจึงปลิวเข้าตาของสุดา สุดาควรดูแลอย่างไร

.....
.....

๒. วันนี้ฝนตกหนัก ทำให้เกิดน้ำท่วม อ้อยจึงเดินลุยน้ำเข้าบ้าน เมื่อถึงบ้านอ้อยควรดูแลทำ
อย่างไร

.....
.....

๓. วิชาช่วยพ่อปลูกต้นไม้ในวันหยุด แล้วแม่เรียกเขาและพ่อให้มากินขนม วิชาควรทำอย่างไร
ก่อนกินขนม

.....
.....

๔. หลังจากกินขนมหวาน หากวิชาไม่สามารถแปรงฟันได้ วิชาควรปฏิบัติอย่างไร เพื่อไม่ให้ฟันผุ

.....
.....

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

เพลง “หิ้ว หู ตา ไหล่”

หิ้ว หู ตา ไหล่

นี่เขาเอาไว้อย่างเดิน

นี่ไหล่ ตา หู และหัว

ลั่น ลา ลั่น ลา ลั่น ลา ล้า

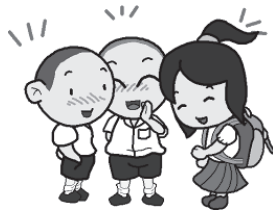
แขนซ้าย แขนขวา

นี่ขา แขนขวา แขนซ้าย

ดูงามทั้งตัวเมื่อเดินไปมา

ลั่น ลา ลั่น ลา ลั่น ล้า ลา (ซ้า)





เพลง แปรงฟัน

ตื่นเช้าล้างหน้าแปรงฟัน
แปรงทุก ๆ วันฟันจะสวยดี
แปรงขึ้นแปรงลงเข้าซี่
วันละ ๒ ที แปรงฟัน แปรงฟัน



ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง อวัยวะในช่องปากและวิธีดูแลอวัยวะในช่องปาก

๑. อวัยวะในช่องปาก

ปากเป็นอวัยวะภายนอกชนิดหนึ่ง ซึ่งภายในปากของเรายังประกอบด้วยอวัยวะอื่น ๆ รวมเรียกว่า **อวัยวะในช่องปาก** ประกอบไปด้วย

- ริมฝีปากบน
- เหงือก
- ฟันตัดด้านบน
- ฟันเขี้ยวด้านบน
- ฟันกรามด้านบน
- ริมฝีปากล่าง
- ลิ้น
- ฟันตัดด้านล่าง
- ฟันเขี้ยวด้านล่าง
- ฟันกรามด้านล่าง

ฟันของคนเรามี ๒ ชุด คือ ฟันชุดแรก เรียกว่า **ฟันน้ำนม** และฟันชุดที่สอง เรียกว่า **ฟันแท้** ถ้าฟันแท้หลุดไป ก็จะไม่มีการงอกขึ้นใหม่

๒. อวัยวะในช่องปากมีหน้าที่สำคัญ ได้แก่

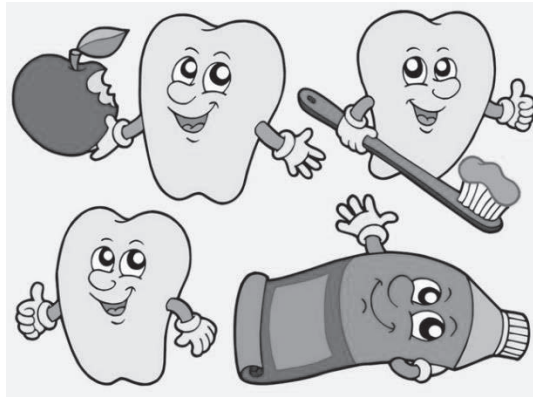
- ปาก ใช้พูดคุยและรับประทานอาหาร
- เหงือก เป็นที่ยึดเกาะของฟัน
- ลิ้น ใช้รับรสชาติอาหารและช่วยในการออกเสียง
- ฟัน ใช้กัด บด เคี้ยวอาหาร

๓. การดูแลอวัยวะในช่องปาก

เราควรดูแลอวัยวะในช่องปาก ดังนี้

- แปรงฟันให้สะอาดอย่างทั่วถึงและถูกวิธี ทุกซี่ ทุกด้าน อย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง หรือหลังกินอาหาร และควรแปรงลิ้นทุกครั้งหลังแปรงฟันด้วย
- เราควรเลือกใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสมของฟลูออไรด์ เพื่อสร้างความแข็งแรงและป้องกันฟันผุ

- กินอาหารที่มีประโยชน์ต่อเหงือกและฟัน เช่น นม ฝรั่ง ชมพู่ มันแกว แครอต เป็นต้น
- หลังจากกินขนมหวานแล้ว ต้องแปรงฟันให้สะอาดทุกครั้ง
- ไม่ใช่ฟันผิดวิธี เช่น เปิดฝาขวด ฉีกถุงขนม เป็นต้น
- ไปพบทันตแพทย์ (หมอฟัน) เพื่อตรวจสอบสุขภาพในช่องปากอย่างน้อยปีละ ๒ ครั้ง



ใบความรู้สำหรับครู

เรื่อง ลักษณะ หน้าที ความสำคัญและวิธีดูแลอวัยวะภายนอก

อวัยวะภายนอก คือ อวัยวะของร่างกาย ที่เราสามารถมองเห็นได้ และจับต้องได้

ได้แก่ หู ตา จมูก ริมฝีปาก มือ เป็นต้น

อวัยวะภายนอก มีหน้าที่ต่างกัน เช่น

ผม	ใช้ปกคลุมศีรษะ
ตา	ใช้ดูสิ่งต่าง ๆ รอบตัวเรา
จมูก	ใช้หายใจและดมกลิ่น
หู	ใช้ฟังเสียงต่าง ๆ
คอ	ใช้เป็นที่ตั้งและเคลื่อนไหวศีรษะ
มือ	ใช้หยิบจับสิ่งของต่าง ๆ
ผิวหนัง	ใช้ปกคลุมร่างกาย
เท้า	ใช้ในการเคลื่อนที่และรับน้ำหนักตัว



อวัยวะแต่ละส่วนมีหน้าที่แตกต่างกัน ซึ่งในการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง จำเป็นต้องใช้ อวัยวะหลาย ๆ ส่วน ทำหน้าที่ประกอบกัน ดังนั้นถ้าเราขาดอวัยวะใดอวัยวะหนึ่งไป จะทำให้เราทำ กิจกรรมต่าง ๆ ได้ลำบาก

การดูแลอวัยวะของร่างกาย สามารถทำได้ ดังนี้

๑. ตา

- ๑) ไม่ใช้มือขยี้ตา เมื่อฝุ่นเข้าตาให้ล้างตาด้วยน้ำสะอาด
- ๒) อ่านหนังสือในบริเวณที่มีแสงสว่างอย่างเพียงพอและวางหนังสือห่างจากระดับ สายตาประมาณ ๑ ฟุต
- ๓) ไม่ควรใช้สายตาจ้องมองสิ่งหนึ่งสิ่งใดเป็นเวลานาน ๆ

๒. จมูก

- ๑) ต้องระวังอย่าให้สิ่งใด ๆ เข้าไปในรูจมูก
- ๒) ไม่แคะจมูกเล่น
- ๓) ไม่สูดน้ำมูกแรง ๆ
- ๔) หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่มีฝุ่นควันมาก

๓. หู

- ๑) ต้องระวังไม่ให้สิ่งใด ๆ เข้าไปในรูหู
- ๒) ไม่แคะหูเล่น
- ๓) ไม่ควรตะโกนใส่หูกัน
- ๔) ระวังอย่าให้น้ำเข้าหู ถ้าปวดหู ควรรีบไปพบแพทย์
- ๕) หลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีเสียงดังมาก เช่น เขตก่อสร้าง

๔. ผม

- ๑) สระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๒ – ๓ ครั้ง
- ๒) ไม่ควรหวีผมแรง ๆ
- ๓) ในวัยของนักเรียน ควรตัดผมให้สั้น เพื่อดูแลรักษาความสะอาดได้ง่าย

๕. คอ

- ๑) ไม่หมุนคอแรง ๆ
- ๒) ไม่เล่นรุนแรงที่อาจเป็นอันตรายต่อคอ
- ๓) ไม่วางของหนักบนศีรษะ

๖. ผิวหนัง

- ๑) อาบน้ำอย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง
- ๒) เช็ดตัวให้แห้งหลังอาบน้ำทุกครั้ง
- ๓) ใส่เสื้อผ้าที่สะอาดและไม่เปียกชื้น

๗. มือและเล็บ

- ๑) ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังขับถ่ายทุกครั้ง
- ๒) ตัดเล็บให้สั้นอยู่เสมอ
- ๓) ไม่กัดเล็บหรือดูดนิ้วเล่น

๘. เท้าและเล็บ

- ๑) ล้างขาและเท้าให้สะอาด
- ๒) ตัดเล็บเท้าให้สั้นอยู่เสมอ
- ๓) สวมรองเท้าเมื่อต้องอยู่นอกบ้านทุกครั้ง

แบบทดสอบก่อนเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้กาเครื่องหมาย **X** หน้าคำตอบที่ถูกต้องที่สุด

๑. ข้อใดต่อไปนี้เป็นลักษณะของวัยเด็ก ก. มีหน้าที่มองดูสิ่งต่าง ๆ ข. รูปร่างคล้ายเมล็ดถั่วแดง ค. มี ๒ ข้าง ใช้หยิบจับสิ่งของ	๖. หญิงชราคนหนึ่ง ชื่อดวงพร เธออายุ ๘๐ ปี ตอนเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ข้อใดเป็นธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ก. ดวงพรเป็นคนแก่ ข. ดวงพรเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ค. ดวงพรแต่งงานแล้ว
๒. พฤติกรรมใดต่อไปนี้เป็นผลเสียต่อดังต่อไปนี้ ก. ดื่มน้ำเป็นประจำวัน ข. กินลาบหมูที่ทำสุกแล้ว ค. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกสัปดาห์	๗. ถ้านักเรียนเป็นพี่ และต้องการให้น้องเชื่อฟัง ควรทำตามข้อใดเหมาะสมที่สุด ก. ช่วยน้องทำการบ้าน ข. ยอมรับผิดชอบ ค. พูดกับน้องอย่างสุภาพไพเราะ
๓. ข้อใดเป็นวิธีดูแลสุขภาพในระบบหายใจ ก. กินผักและผลไม้ต่าง ๆ ข. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ค. ไม่กินอาหารที่มีไขมันมาก	๘. “เพื่อนกินง่าย เพื่อนตายหายาก” พฤติกรรมใดตรงกับสำนวนนี้ ก. มีปัญหาแล้วหลบหน้า ข. ปลอดภัยเมื่อเสียใจ ค. ชวนไปดูหนังอยู่เสมอ
๔. ความเครียดมีผลต่อการทำงานของกระเพาะอาหารอย่างไร ก. กระเพาะอาหารย่อยอาหารได้มากขึ้น ข. กระเพาะอาหารดูดซึมอาหารได้ดีขึ้น ค. กระเพาะอาหารหลั่งกรดในการย่อยอาหารมากขึ้น	๙. ใครมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับคำว่า สุภาพบุรุษ ก. เด็กชายอันเดินจับมือกับตาลขณะเดินข้ามถนน ข. เด็กชายพีระชวนเด็กหญิงนารีไปบ้านเมื่อพ่อแม่ไม่อยู่บ้าน ค. เด็กชายก้องช่วยเด็กหญิงเจนถือหนังสือจำนวนมากไปคืนห้องสมุด
๕. ถ้าแม่ขอให้นักเรียนช่วยกวาดบ้าน นักเรียนควรทำอย่างไร ก. วิ่งหนี ข. รีบเข้าไปช่วย ค. ทำเฉย ๆ	๑๐. พฤติกรรมใดที่แสดงถึงความภาคภูมิใจในตนเอง ก. เด็กหญิงปลากอดกับเด็กชายต้นเมื่อชนะกีฬา ข. ปานเรียกเพื่อนว่าแก ค. อิมช่วยมดยกสมุดที่หนัก

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เฉลย ชั้น ป.๓		
ข้อ ๑		ข
ข้อ ๒		ค
ข้อ ๓		ข
ข้อ ๔		ค
ข้อ ๕		ข
ข้อ ๖		ก
ข้อ ๗		ค
ข้อ ๘		ข
ข้อ ๙		ค
ข้อ ๑๐		ค

เกณฑ์การประเมินการทดสอบก่อนเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ ได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไปถือว่า ผ่าน

แบบสังเกตพฤติกรรม
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เรื่อง ชั้น.....

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็น			การสืบค้นข้อมูล			การบันทึกข้อมูล			การสรุปเป็นองค์ความรู้			การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			รวม	เฉลี่ย	ผลการประเมิน	
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑																				
๒																				
๓																				
๔																				
๕																				
๖																				
๗																				
๘																				
๙																				
๑๐																				
๑๑																				
๑๒																				
๑๓																				
๑๔																				
๑๕																				
รวม																				
เฉลี่ย																				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

เกณฑ์การประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ประเมิน
 ๓ หมายถึง ดี ๒ หมายถึง พอใช้ ๑ หมายถึง ต้องปรับปรุง
 เกณฑ์การตัดสินการประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องผ่าน หรือไม่ผ่าน
 ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ระดับคุณภาพ ๒ ถึง ๓
 ไม่ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ต่ำกว่าระดับคุณภาพ ๒

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรมแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ-สกุล	พฤติกรรม มุ่งมั่นในการทำงาน					รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	สรุป ผลการประเมิน	
		ปฏิบัติงานด้วยความตั้งใจ ชยัน	ปฏิบัติงานด้วยความพยายาม	มีการเตรียมพร้อมในการเรียนและปฏิบัติงาน	ปฏิบัติงานตามขั้นตอนที่วางไว้	ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จตามกำหนด			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑										
๒										
๓										
๔										
๕										
๖										
๗										
๘										
๙										
๑๐										
๑๑										
๑๒										
๑๓										
๑๔										

เกณฑ์การประเมิน ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ
 ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ
 ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู
 ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

แบบประเมินผลงาน

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน									รวม คะแนน	สรุปผล การประเมิน
		อธิบายได้ถูกต้อง			ผลงานถูกต้อง เป็น ระเบียบเรียบร้อย			ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา				
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑		
๑												
๒												
๓												
๔												
๕												
๖												
๗												
๘												
๙												
๑๐												
๑๑												
๑๒												
๑๓												
๑๔												
๑๕												

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. อธิบายได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้เพียงบางส่วน
๒. ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย ละเอียด ชัดเจน	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นส่วนใหญ่	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย บางส่วน
๓. ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา เป็นส่วนใหญ่	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา บางส่วน

แบบบันทึกคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียน
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
ชั้นประถมศึกษาปีที่

ที่	ชื่อ - สกุล	ก่อนเรียน	หลังเรียน	ผลการทดสอบ		ความก้าวหน้า	หมายเหตุ
				เพิ่ม	ลด		
๑							
๒							
๓							
๔							
๕							
๖							
๗							
๘							
๙							
๑๐							
๑๑							
๑๒							
๑๓							
๑๔							
๑๕							
รวม							
เฉลี่ย							

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ รักตัวเราเท่าฟ้า
หน่วยย่อยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ ลักษณะ หน้าที่และวิธีดูแลอวัยวะภายใน เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

ลักษณะ หน้าที่ และความสำคัญของอวัยวะภายใน วิธีดูแลอวัยวะภายใน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- ลักษณะ หน้าที่ และความสำคัญของอวัยวะภายใน และวิธีดูแลอวัยวะภายใน
- การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- เพลง อะไรรออยู่บนใบหน้า
- ใบความรู้
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑
- ใบงานที่ ๐๑,๐๒
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบประเมินผลงาน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจผลงาน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ลักษณะ หน้าทีและวิธีดูแลอวัยวะภายใน
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทย และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขั้นนำ	ครูร้องเพลง “อะไรอยู่บนใบหน้า” นักเรียนฝึกร้องตาม พร้อมกับทำท่าทางประกอบเพลงตามจินตนาการ
ขั้นสอน	- ครูติดบัตรคำอวัยวะภายใน ได้แก่ สมอง หัวใจ ตับ ไต กระเพาะอาหาร และลำไส้ บนกระดาน นักเรียนสังเกตเพื่อน ๆ ว่า นักเรียนมองเห็นอวัยวะเหล่านั้นของเพื่อน ๆ หรือไม่ อวัยวะที่อยู่ภายในร่างกายเรียกว่า อวัยวะภายใน แบ่งกลุ่ม แต่ละกลุ่มศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอวัยวะภายในที่จับฉลากได้ตามหัวข้อ ดังนี้ *ลักษณะ *หน้าที่ *วิธีดูแล โดยศึกษาจากใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ลักษณะ หน้าที และวิธีดูแลอวัยวะภายใน - ครูตั้งคำถามเกี่ยวกับลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน นักเรียนผลัดกันตอบ เช่น อวัยวะใดมีรูปร่างคล้ายดอกบัวตูม - นักเรียนจับคู่ ตอบคำถามใบงานที่ ๐๑ เรื่อง คิดแล้วทำ ครูตั้งคำถามเพื่อฝึกทักษะต่าง ๆ เช่น การสังเกต การจำแนก เป็นต้น ให้นักเรียนช่วยกันตอบ เช่น การนอนหลับให้เพียงพอ จะช่วยให้หัวใจมีสุขภาพดีได้อย่างไร - นักเรียนจัดทำบัตรภาพอวัยวะภายนอก คนละ ๑ ใบ แล้วด้านหลังของบัตรภาพเขียนชื่อ ลักษณะ หน้าที และวิธีดูแลอวัยวะภายในชนิดนั้น - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีผลดีหรือผลเสียต่ออวัยวะภายใน
ขั้นสรุป	ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปวิธีดูแลอวัยวะภายนอกและอวัยวะภายใน โดยแนะนำให้นักเรียนเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รับประทานผัก ผลไม้ อย่างสม่ำเสมอ และออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพทำให้ร่างกายเจริญเติบโตและแข็งแรง
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจผลงาน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ลักษณะ หน้าที่และวิธีดูแลอวัยวะภายใน
 บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ศิลปะ และภาษาไทย เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- ลักษณะ หน้าที่ ความสำคัญของอวัยวะภายใน และวิธีดูแลอวัยวะภายใน
- การตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่อ่านที่ฟังและดู
- การเคลื่อนไหวประกอบท่าทางตามจินตนาการ

จุดประสงค์ ความรู้

๑. บอกลักษณะ หน้าที่ และความสำคัญของอวัยวะภายในได้
๓. บอกวิธีดูแลอวัยวะภายในได้
๔. ตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่อ่านได้
๕. ตั้งคำถามและการตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดูได้
๖. เคลื่อนไหวประกอบเพลงตามจินตนาการได้

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑)

ขั้นนำ

๑. ครูร้องเพลง “อะไรอยู่บนใบหน้า” นักเรียนฝึกร้องตาม พร้อมกับทำท่าทางประกอบเพลงตามจินตนาการ

ขั้นสอน

๒. ครูติดบัตรคำอวัยวะภายใน ได้แก่ สมอง หัวใจ ตับ ไต กระเพาะอาหาร และลำไส้ บนกระดาน นักเรียนสังเกตเพื่อน ๆ ว่า นักเรียนมองเห็นอวัยวะเหล่านั้นของเพื่อน ๆ หรือไม่ อวัยวะที่อยู่ภายในร่างกายเรียกว่า อวัยวะภายใน แบ่งกลุ่ม แต่ละกลุ่มศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอวัยวะภายในที่จับฉลากได้ตามหัวข้อ ดังนี้ *ลักษณะ *หน้าที่ *วิธีดูแล โดยศึกษาจาก

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ลักษณะ หน้าที่ และวิธีดูแลอวัยวะภายใน

๓. ครูตั้งคำถามเกี่ยวกับลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน นักเรียนผลัดกันตอบ เช่น อวัยวะใดมีรูปร่างคล้ายดอกบัวตูม (ตอบ หัวใจ)

๔. นักเรียนจับคู่ ตอบคำถามใบงานที่ ๐๑ เรื่อง คิดแล้วทำ

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒)

๕. ครูตั้งคำถามเพื่อฝึกทักษะต่าง ๆ เช่น การสังเกต การจำแนก เป็นต้น ให้นักเรียนช่วยกันตอบ เช่น การนอนหลับให้เพียงพอ จะช่วยให้หัวใจมีสุขภาพดีได้อย่างไร (แนวตอบ หัวใจเป็นอวัยวะที่ทำงานอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นการพักผ่อนให้เพียงพอ จะช่วยให้หัวใจไม่ต้องทำงานหนักเกินไป)

๕. นักเรียนจัดทำบัตรภาพอวัยวะภายในนอก คนละ ๑ ใบ แล้วด้านหลังของบัตรภาพ เขียนชื่อ ลักษณะ หน้าที่ และวิธีดูแลอวัยวะภายในชนิดนั้น

๖. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีผลดีหรือผลเสียต่ออวัยวะภายใน

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. เพลง อะไรอยู่บนใบหน้า
 ๒. แผนภาพอวัยวะภายใน
 ๓. บัตรคำอวัยวะภายใน
 ๔. ใบความรู้
 ๕. บัตรภาพอวัยวะภายใน
 ๖. กระดาษทำบัตรภาพ
 ๗. ใบงาน
- ภาระงาน/ชิ้นงาน**
- ตอบคำถามชื่อและหน้าที่ของอวัยวะภายใน
 - จับคู่ชื่อและหน้าที่ของอวัยวะภายใน
 - ตอบคำถามลักษณะ หน้าที่ และวิธีดูแลอวัยวะภายใน

ทักษะ

๑. การสังเกต
๒. การระบุ
๓. การจำแนก
๔. การเปรียบเทียบ
๕. การนำความรู้ไปใช้

คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

- มุ่งมั่นในการทำงาน

ขั้นสรุป

๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปวิธีดูแลอวัยวะภายนอกและอวัยวะภายใน โดยแนะนำให้นักเรียนเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ รับประทานผัก ผลไม้ อย่างสม่ำเสมอ และออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพทำให้ร่างกายเจริญเติบโตและแข็งแรง

การวัดและประเมินผล

๑. ประเมินความรู้เรื่อง ลักษณะ หน้าที่
ความสำคัญ และวิธดูแล้วยะภายใน
๒. ประเมินทักษะการสังเกต การระบุ
การจำแนก การนำความรู้ไปใช้

วิธีการ

๑. สอบถามนักเรียนรายบุคคล
รายกลุ่ม
๒. สังเกตพฤติกรรม
๓. ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

๑. แบบประเมินพฤติกรรม
๒. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
๓. แบบประเมินผลงาน

เกณฑ์การประเมิน

๑. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด
๒. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน



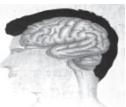
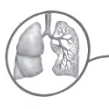
ป ๒.๑/ผ ๒-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง คิดแล้วทำ

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนจับคู่
๒. ให้นักเรียนแต่ละคู่ดูภาพอวัยวะภายในที่กำหนดให้ในใบงาน
๓. ให้นักเรียนช่วยกันเขียนชื่ออวัยวะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในให้ถูกต้อง

ภาพ	ชื่ออวัยวะภายใน	หน้าที่ของอวัยวะภายใน
		
		
		
		
		
		
		

จับคู่กันนะ ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....
ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....



ใบงานที่ ๐๒

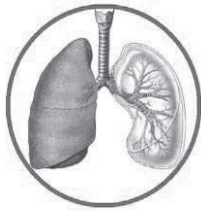
เรื่อง พฤติกรรมที่มีผลดีหรือผลเสียต่ออวัยวะภายใน

- คำชี้แจง ๑. ให้นักเรียนอ่านคำถามแต่ละข้อและตอบคำถาม
๒. ให้นักเรียนเขียนอธิบายวิธีดูแลอวัยวะภายในให้ถูกต้อง

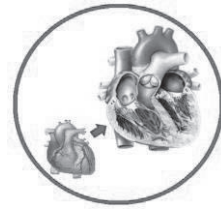
- ๑) นุ่นชอบกินอาหารที่มัน โดยเฉพาะข้าวขาหมู เธอจะต้องกินทุกวัน
พฤติกรรมของนุ่นเป็นผลเสียต่ออวัยวะใด
นุ่นควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ดังนี้
.....
- ๒) อันมักเข้าไปอยู่ใกล้ ๆ พ่อเสมอขณะที่พ่อสูบบุหรี่
พฤติกรรมของอันเป็นผลเสียต่ออวัยวะใด
อันควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ดังนี้
.....
- ๓) โหน่งชอบกินอาหารไม่ตรงเวลา
พฤติกรรมของโหน่งเป็นผลเสียต่ออวัยวะใด
โหน่งควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ดังนี้
.....
- ๔) เสรีวิ่งเล่นแล้วศีรษะกระแทกกับเพื่อน
พฤติกรรมของเสรีเป็นผลเสียต่ออวัยวะใด
เสรีควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ดังนี้
.....
- ๕) ส้มโออยู่ในที่ที่มีฝุ่นละอองและมลพิษมาก
พฤติกรรมของส้มโอเป็นผลเสียต่ออวัยวะใด
ส้มโอควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ดังนี้
.....

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

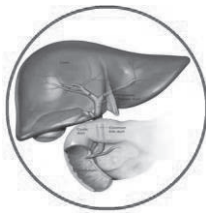
ภาพอวัยวะภายใน



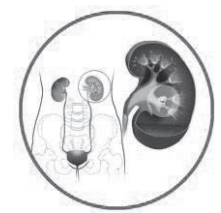
ปอด



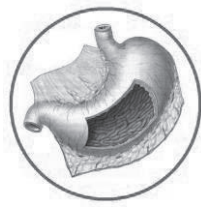
หัวใจ



ตับ



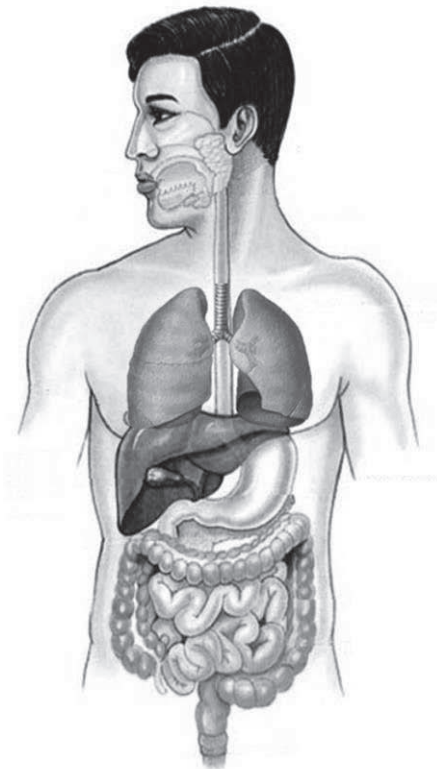
ไต



กระเพาะอาหาร



ลำไส้เล็ก



ลำไส้ใหญ่

เพลง อะไรรอยู่บนใบหน้า



ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง ลักษณะ หน้าที และวิธีดูแลอวัยวะใน

อวัยวะภายในร่างกาย

๑. **สมอง** (สมอง อ่านว่า สะ - หมอง) เป็นอวัยวะที่ถูกหุ้มอยู่ภายในกะโหลกศีรษะ มีลักษณะเป็นก้อนเนื้อเหลวและมีรอยหยัก

สมอง มีหน้าที่ควบคุมการทำงานของร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหว การมองเห็นการดมกลิ่น เป็นต้น
การดูแลรักษาสมอง ทำได้ดังนี้

- ๑) รับประทานอาหารที่มีวิตามินบี ๑ บี ๖ และบี ๑๒ เช่น ผัก ผลไม้ ถั่ว งา นม เนื้อสัตว์ ไข่ ข้าวกล้อง เป็นต้น
- ๒) ป้องกันอันตรายที่ทำให้สมองได้รับความกระทบกระเทือน เช่น การลื่นล้มศีรษะฟาดพื้น ด้วยการเล่น หรือทำกิจกรรมด้วยความระมัดระวัง
- ๓) ฝึกการคิดและความจำอยู่เสมอ เช่น อ่านหนังสือ ฝึกคิดเลขเร็ว เล่นเกมที่ฝึกการคิด เป็นต้น

๒. **หัวใจ** หัวใจตั้งอยู่ในทรวงอกด้านซ้าย มีขนาดประมาณกำปั้นของเจ้าของ
แบ่งออกเป็น ๔ ห้อง คือ

ห้องบน ๒ ห้อง ซ้ายและขวา

ห้องล่าง ๒ ห้อง ซ้ายและขวา

หัวใจ มีหน้าที่สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย

การดูแลรักษาหัวใจ ทำได้ดังนี้

- ๑) รับประทานอาหารที่ช่วยบำรุงเลือด เช่น ตับ ไข่แดง ผักใบเขียว เป็นต้น
- ๒) ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ๓) ไม่รับประทานอาหารที่มีไขมันสูง

๓. **ปอด** ปอดตั้งอยู่ในทรวงอกทั้ง ๒ ข้าง

ปอด มีหน้าที่ฟอกเลือดเสียให้เป็นเลือดดี เพื่อให้หัวใจใช้สูบฉีดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ทั่วร่างกาย

การดูแลรักษาปอด ทำได้ดังนี้

- ๑) อยู่ในบริเวณที่มีอากาศปลอดโปร่งถ่ายเทได้ดี
- ๒) หลีกเลี่ยงบริเวณที่มีฝุ่นละอองหรือควันพิษ
- ๓) ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ๔) หลีกเลี่ยงการสูดดมสารเสพติดหรือสารอันตราย เช่น แอลกอฮอล์ ควันบุหรี่

๔. ตับ ตับเป็นอวัยวะภายในที่ใหญ่ที่สุดอยู่ภายในช่องท้องค่อนไปทางด้านขวา ตับ มีหน้าที่สร้างน้ำดี เพื่อใช้ย่อยอาหาร สร้างความร้อนเพื่อให้ร่างกายอบอุ่น กำจัดสารพิษ (อ่านว่า สารน – พิด) และเป็นแหล่งสะสมวิตามินต่าง ๆ

การดูแลรักษาตับ ทำได้ดังนี้

- ๑) รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด และไม่มีสารเคมีเจือปน
- ๒) ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ๓) นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ
- ๔) ไม่ดื่มสุราหรือของมึนเมา

๕. ไต ไตเป็นอวัยวะที่มีลักษณะคล้ายเมล็ดถั่ว อยู่ภายในช่องท้องด้านหลัง โดยตั้งอยู่ด้านซ้าย และด้านขวาของกระดูกสันหลังข้างละ ๑ อัน

ไต มีหน้าที่กรองของเสียออกจากเลือดและขับออกมากับน้ำในรูปของปัสสาวะ

การดูแลรักษาไต ทำได้ดังนี้

- ๑) ดื่มน้ำสะอาดวันละไม่น้อยกว่า ๘ แก้ว
- ๒) ไม่รับประทานอาหารรสเค็มจัด
- ๓) ไม่กลั้นปัสสาวะเป็นเวลานาน ๆ
- ๔) ออกกำลังกายสม่ำเสมอและพักผ่อนอย่างเพียงพอ

๖. กระเพาะอาหาร กระเพาะอาหารเป็นอวัยวะที่อยู่ในช่องท้อง มีลักษณะเป็นถุงกลมเนื้อ มีความเหนียวและยืดหดตัวได้

กระเพาะอาหาร มีหน้าที่ย่อยอาหารและดูดซึมน้ำและสารอาหารให้ร่างกาย

การดูแลรักษากระเพาะอาหาร ทำได้ดังนี้

- ๑) เคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืน
- ๒) รับประทานอาหารให้ตรงเวลา
- ๓) ไม่รับประทานอาหารรสจัด
- ๔) รับประทานอาหารให้พอดี ไม่รับประทานอาหารจนอึดเกินไป
- ๕) นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ

๗. ลำไส้ ลำไส้มีลักษณะเป็นท่อยาวกลวง ขดไปมาอยู่ในช่องท้อง มี ๒ ประเภท คือ

- ๑) ลำไส้เล็ก มีหน้าที่ย่อยอาหารและดูดซึมสารอาหารให้ร่างกาย
- ๒) ลำไส้ใหญ่ มีหน้าที่ดูดซึมน้ำและธาตุอาหารจากกากอาหารที่มาจาก

ลำไส้เล็ก และขับถ่ายออกมาเป็นอุจจาระผ่านทางทวารหนัก

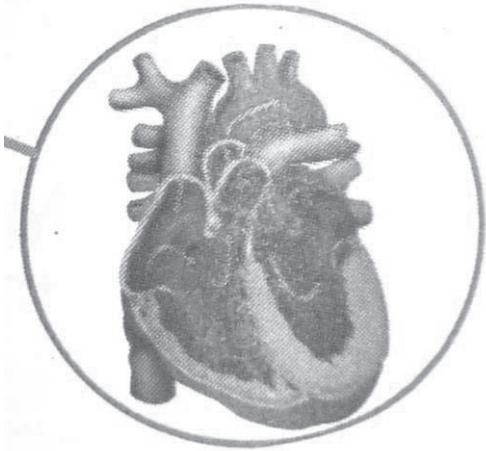
การดูแลรักษาลำไส้ ทำได้ดังนี้

- ๑) รับประทานอาหารที่ย่อยง่าย เช่น ผัก ผลไม้ เนื้อปลา เป็นต้น
- ๒) เคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืน
- ๓) นอนหลับพักผ่อนเป็นเวลาและเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย
- ๔) ดื่มน้ำสะอาดวันละไม่น้อยกว่า ๘ แก้ว
- ๕) ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ



ใบความรู้สำหรับครู เรื่อง ลักษณะ หน้าที และวิธีดูแลวัยระภายใน

ตัวอย่างบัตรภาพอวัยระภายใน

(ด้านหน้า)	
	
(ด้านหลัง)	
ชื่อ	: หัวใจ
ลักษณะ	: มีรูปร่างคล้ายดอกบัวตูม ขนาดเท่ากำปั้นของคน ๆ นั้น
หน้าที่	: สูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ทั่วร่างกาย
วิธีดูแล	: ๑. กินอาหารที่มีประโยชน์ และไม่กินอาหารที่มีไขมันสูง ๒. พักผ่อนให้เพียงพอ ๓. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

แบบสังเกตพฤติกรรม
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เรื่อง ชั้น.....

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็น			การสืบค้นข้อมูล			การบันทึกข้อมูล			การสรุปเป็นองค์ความรู้			การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			รวม	เฉลี่ย	ผลการประเมิน	
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑																				
๒																				
๓																				
๔																				
๕																				
๖																				
๗																				
๘																				
๙																				
๑๐																				
๑๑																				
๑๒																				
๑๓																				
๑๔																				
๑๕																				
รวม																				
เฉลี่ย																				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

เกณฑ์การประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ประเมิน
 ๓ หมายถึง ดี ๒ หมายถึง พอใช้ ๑ หมายถึง ต้องปรับปรุง
 เกณฑ์การตัดสินการประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องผ่าน หรือไม่ผ่าน
 ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ระดับคุณภาพ ๒ ถึง ๓
 ไม่ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ต่ำกว่าระดับคุณภาพ ๒

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

[illegible]

เกณฑ์การประเมิน ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ

ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ

ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู

ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

แบบประเมินผลงาน

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน									รวม คะแนน	สรุปผล การประเมิน
		อธิบายได้ถูกต้อง			ผลงานถูกต้อง เป็น ระเบียบเรียบร้อย			ทำงานเสร็จทันตาม กำหนดเวลา				
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑		
๑												
๒												
๓												
๔												
๕												
๖												
๗												
๘												
๙												
๑๐												
๑๑												
๑๒												
๑๓												
๑๔												
๑๕												

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. อธิบายได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้เพียงบางส่วน
๒. ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย ละเอียด ชัดเจน	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นส่วนใหญ่	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย บางส่วน
๓. ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา เป็นส่วนใหญ่	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา บางส่วน

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ รักตัวเราเท่าฟ้า
หน่วยย่อยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิด จนตาย ลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย อาหารที่มีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของร่างกาย อาหารหลัก ๕ หมู่

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย
- ลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล
- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย
- ปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์

๓. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- เพลง มากินข้าวซี
- แผนภาพ/แผนภูมิช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์
- เกณฑ์มาตรฐานของการเจริญเติบโตของเด็กไทย
- ใบความรู้
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑
- ใบงานที่ ๐๑,๐๒ ,๐๓
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบประเมินผลงาน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจผลงาน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทย และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขั้นนำ	ครูสนทนาซักถามนักเรียนเกี่ยวกับชีวิตของนักเรียน เช่น ตอนเด็ก ๆ นักเรียน มีรูปร่างอย่างไร นักเรียนเคยเห็นเด็กแรกเกิดหรือไม่ ถ้าสมาชิกในบ้านเจ็บป่วยหรือเสียชีวิต นักเรียน จะรู้สึกอย่างไร นักเรียนดูแผนภาพและข้อมูลลักษณะการเจริญเติบโตของมนุษย์
ขั้นสอน	- นักเรียนสังเกตแผนภาพ หรือจากบุคคลต่าง ๆ รอบตัว ศึกษาข้อมูลลักษณะการเจริญเติบโตของมนุษย์ ผลิตกันตอบคำถาม โดยเชื่อมโยงลักษณะของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย ตามวัฏจักรกับการเจริญเติบโตตามธรรมชาติของมนุษย์ในแต่ละวัย - นักเรียนแบ่งกลุ่มตอบคำถามเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง วันผู้สูงอายุแห่งชาติ ทุกกลุ่มผลิตกันนำผลงานแสดงหน้าชั้น - นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์ - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง ช่วงวัยของชีวิตมนุษย์ - ครูตรวจผลงาน ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิต เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยง - นักเรียนจับคู่ ร่วมกันอธิบายปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต และการเจริญเติบโตของมนุษย์ โดยศึกษาข้อมูลจากแผนภาพหลักการดูแลสุขภาพ สรุปความรู้ทำแผนผังความคิดรายงานหน้าชั้น - นักเรียนร้องเพลง มากินข้าวชิ ครูแจกบัตรภาพอาหาร ผลไม้ ให้นักเรียนคนละ ๑ บัตร นักเรียนร้องเพลง มากินข้าวชิ พร้อมกับถือบัตรภาพเดินเป็นวงกลม แสดงท่าทางเคลื่อนไหวอย่างอิสระ เมื่อเพลงจบนักเรียนทุกคนบอกชื่ออาหารหรือผลไม้ในบัตรภาพ โดยศึกษาแผนภาพอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย นักเรียนทุกคนฝึกการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๓ เรื่อง น้ำหนักของฉันทามเกณฑ์มาตรฐาน
ขั้นสรุป	ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่องธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย นำความรู้เดิมและความรู้ความเข้าใจใหม่ไปใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่ใกล้เคียงกัน แนะนำให้นักเรียนปฏิบัติตนด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ จะทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจผลงาน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ธรรมชาติของชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทย และศิลปะ เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย
- ลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล
- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย
- ปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์
- การฟังและการดู ทั้งที่เป็นความรู้ และความบันเทิง
- การสรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่ฟังและอ่าน
- การเคลื่อนไหวที่สะท้อนอารมณ์ของตนเองอย่างอิสระ

จุดประสงค์ ความรู้

๑. อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายได้
๒. อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ได้

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ชั้นนำ

๑. ครูสนทนาซักถามนักเรียนเกี่ยวกับชีวิตของนักเรียน เช่น ตอนเด็ก ๆ นักเรียนมีรูปร่างอย่างไร นักเรียนเคยเห็นเด็กแรกเกิดหรือไม่ ถ้าสมาชิกในบ้านเจ็บป่วยหรือเสียชีวิต นักเรียนจะรู้สึกอย่างไรนักเรียนดูแผนภาพและข้อมูลลักษณะการเจริญเติบโตของมนุษย์
๒. นักเรียนสังเกตแผนภาพ หรือจากบุคคลต่าง ๆ รอบตัว ศึกษาข้อมูลลักษณะการเจริญเติบโตของมนุษย์ ผลักดันตอบคำถาม โดยเชื่อมโยงลักษณะของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย ตามวัฏจักรกับการเจริญเติบโตตามธรรมชาติของมนุษย์ในแต่ละวัย
๓. นักเรียนแบ่งกลุ่มตอบคำถามเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง วันผู้สูงอายุแห่งชาติ ทุกกลุ่มผลัดกัน นำผลงานแสดงหน้าชั้น
๔. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง หลักการดูแลสุขภาพ
๕. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง ช่วงวัยของชีวิตมนุษย์
๖. ครูตรวจผลงาน ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิต เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยง

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒)

๗. นักเรียนจับคู่ ร่วมกันอธิบายปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ โดยศึกษาข้อมูลจากแผนภาพหลักการดูแลสุขภาพ สรุปความรู้ทำแผนผังความคิดรายงานหน้าชั้น
๘. นักเรียนร้องเพลง มากินข้าวซี ครูแจกบัตรภาพอาหาร ผลไม้ ให้นักเรียนคนละ ๑ บัตร นักเรียนร้องเพลง มากินข้าวซี พร้อมกับถือบัตรภาพเดินเป็นวงกลม แสดงท่าทางเคลื่อนไหวอย่างอิสระ เมื่อเพลงจบนักเรียนทุกคนบอกชื่ออาหารหรือผลไม้ในบัตรภาพ โดยศึกษาแผนภาพอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย นักเรียนทุกคนฝึกการชั่งน้ำหนัก

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. แผนภาพธรรมชาติของมนุษย์
 ๒. ภาพเด็กและคนชรา
 ๓. แผนภาพช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์
 ๔. เพลง มากินข้าวซี
 ๕. บัตรภาพอาหาร
 ๖. บัตรภาพผลไม้
 ๗. ใบความรู้
 ๘. ใบงาน
 ๙. เกณฑ์มาตรฐานของการเจริญเติบโตของเด็กไทย
- ภาระงาน/ชิ้นงาน**
- เขียนอธิบายลักษณะที่แตกต่างของคนแต่ละช่วงวัย
 - พุดรายงานสรุปสิ่งที่ควรทำในวันผู้สูงอายุแห่งชาติ
 - เขียนตอบคำถามความสัมพันธ์ของธรรมชาติของชีวิต
 - เขียนแผนภาพความคิดแสดงช่วงวัยต่าง ๆ
 - เปรียบเทียบน้ำหนัก ส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐาน

จุดประสงค์
ความรู้

๔. บอกชื่ออาหารที่มีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของร่างกายได้

๕. จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่และเลือกกิน
อาหารที่มีประโยชน์ได้

๖. ตั้งคำถาม ตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่อง
ที่ฟังและดู สรุปความรู้ข้อคิดจากเรื่องที่อ่าน
เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

๗. แสดงการเคลื่อนไหวสะท้อนอารมณ์
ของตนเองอย่างอิสระได้

ทักษะ

๑. การสังเกต ๒. การระบุ
๓. การจำแนก ๔. การเปรียบเทียบ
๕. การรวบรวมข้อมูล
๖. การนำความรู้ไปใช้

คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

- ไร่เรียนรู้อ

วัดส่วนสูง เปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย
ขั้นสรุป

๙. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๓ เรื่อง น้ำหนักของฉันตามเกณฑ์มาตรฐาน

๑๐. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่องธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย แนะนำให้นักเรียนปฏิบัติตนอย่างถูกต้องทั้งด้านการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ จะทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง

การวัดและประเมินผล

๑. ประเมินความรู้เรื่อง ธรรมชาติ ของ
ชีวิต ลักษณะและการเจริญเติบโต ปัจจัย
ที่มีความจำเ็นต่อการดำรงชีวิตและการ
เจริญเติบโต

๒. ประเมินทักษะการสังเกต การระบุ
การจำแนก การเปรียบเทียบ
การรวบรวมข้อมูล การนำความรู้ไปใช้
วิธีการ

๑. สอบถามนักเรียนรายบุคคล
รายกลุ่ม

๒. สังเกตพฤติกรรม

๓. ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

๑. แบบประเมินพฤติกรรม

๒. แบบประเมินคุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

๓. แบบประเมินผลงาน

เกณฑ์การประเมิน

๑. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด

๒. การประเมินคุณลักษณะ

อันพึงประสงค์ตามเกณฑ์

ในแบบประเมิน

ใบงาน ที่ ๐๑

เรื่อง วันผู้สูงอายุแห่งชาติ

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนร่วมกันอ่านข้อความเรื่อง วันผู้สูงอายุแห่งชาติ
๒. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ควรทำในวันผู้สูงอายุแห่งชาติ
๓. ให้นักเรียนส่งตัวแทนออกมาพูดหน้าชั้นให้เพื่อนและครูฟัง

วันผู้สูงอายุแห่งชาติ

วันผู้สูงอายุแห่งชาติ ตรงกับวันที่ ๑๓ เมษายน ของทุกปี
โดยมี ดอกล่ำดวน เป็นสัญลักษณ์ของผู้สูงอายุ
นักเรียนควรทำอย่างไร เมื่อถึงวันผู้สูงอายุ



วัยผู้สูงอายุ



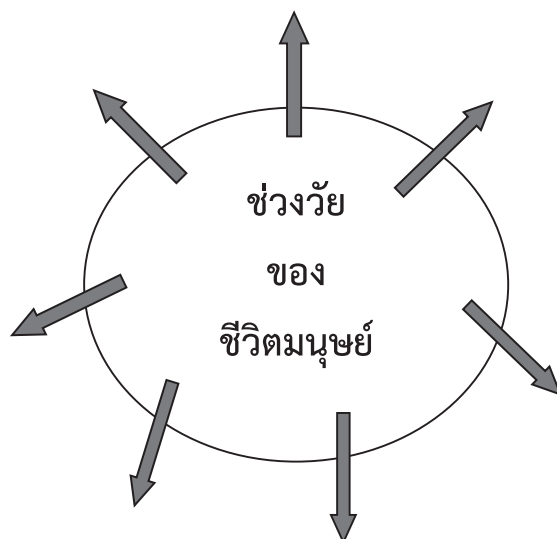
ดอกล่ำดวน

ใบงานที่ ๐๒

เรื่อง ช่วงวัยของชีวิตมนุษย์

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนอ่านใบงานที่ ๐๒ เรื่อง ช่วงวัยของชีวิตมนุษย์
๒. ให้นักเรียนศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง ช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์
๓. ให้นักเรียนเขียนแผนภาพความคิดแสดงช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์



ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

ใบงานที่ ๐๓

เรื่อง น้ำหนักของฉันตามเกณฑ์มาตรฐาน

- คำชี้แจง** ๑. ให้นักเรียนอ่านใบงานที่ ๐๓ เรื่อง น้ำหนักของฉันตามเกณฑ์มาตรฐาน
๒. ให้นักเรียนศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย
๓. ให้นักเรียนเขียนบันทึกข้อมูลน้ำหนักและส่วนสูงของตนเองเปรียบเทียบกับน้ำหนักส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐาน
๔. นักเรียนสรุปภาวะการเจริญเติบโต โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความที่กำหนด
๕. ตอบคำถามแต่ละข้อให้ถูกต้อง

คำถาม

- ๑) ฉันชื่อ.....
- ๒) ฉันมีน้ำหนัก.....กิโลกรัม วัดส่วนสูงได้เซนติเมตร
- ๓) เมื่อเปรียบเทียบน้ำหนัก และ ส่วนสูง กับเกณฑ์มาตรฐานแล้ว สรุปผลได้ดังนี้

- ☐ ฉันเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐาน
- ☐ ฉันเจริญเติบโตต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน
- ☐ ฉันเจริญเติบโตมากกว่าเกณฑ์มาตรฐาน



- ๔) สรุปภาวะการเจริญเติบโตของฉัน

น้ำหนัก	☐ ปกติ	☐ ต่ำ	☐ เกิน
ส่วนสูง	☐ ปกติ	☐ เตี้ย	☐ สูง

- ๕) ปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโตของมนุษย์ ได้แก่อะไรบ้าง

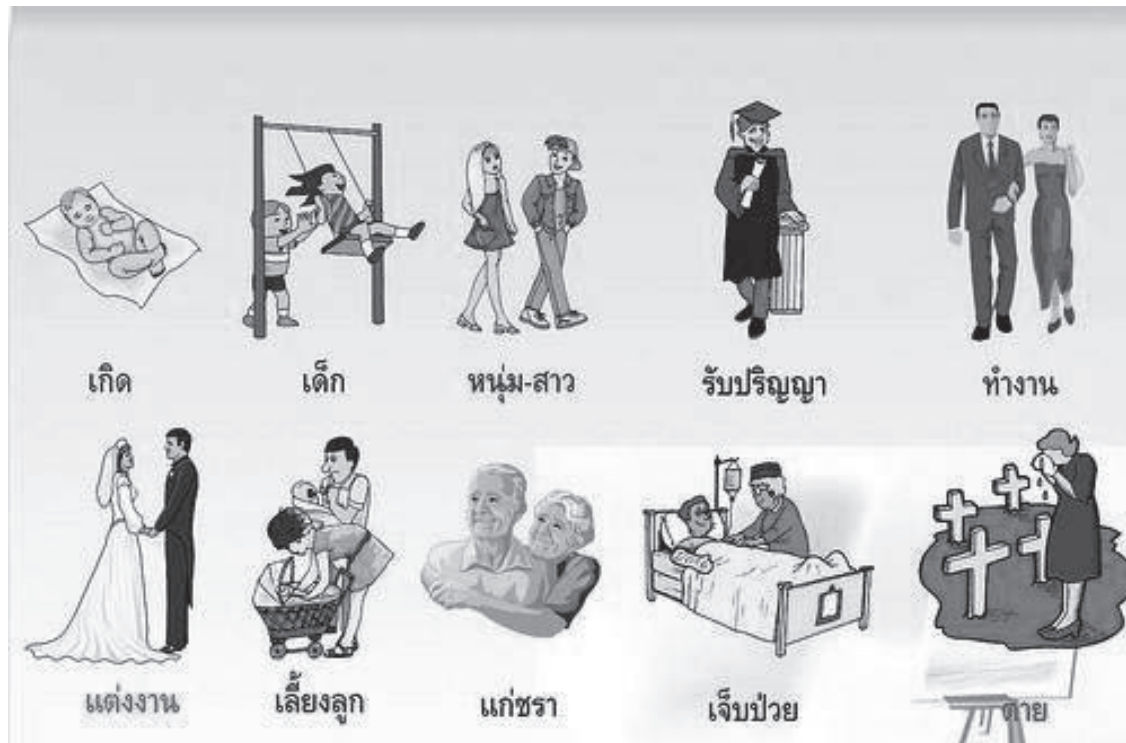
๕.๑).....

๕.๒).....

๕.๓).....

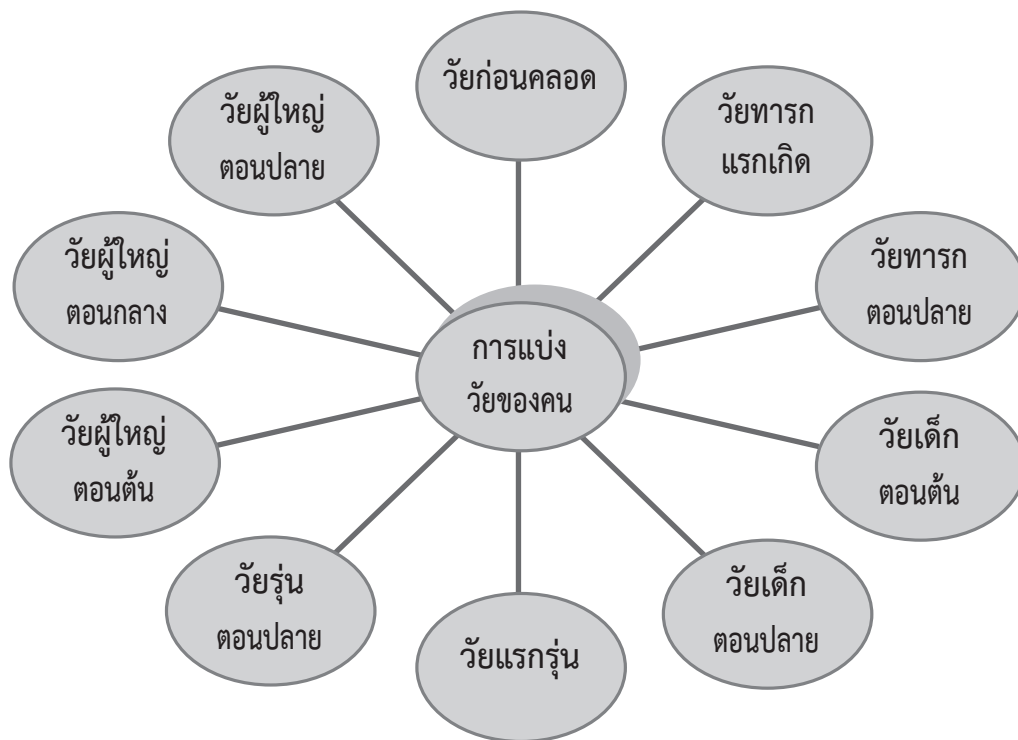
ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

ภาพธรรมชาติของมนุษย์



แผนภูมิช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์

เมื่อคลอดออกมาเป็นทารก มนุษย์จะเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงตามวัย ดังนี้



ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง หลักการดูแลสุขภาพ

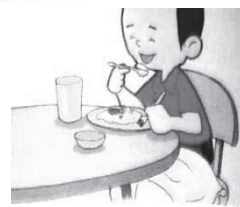
๑. ออกกำลังกาย

ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ ครั้ง



๒. อาหารปลอดภัย

รับประทานอาหารเช้า ๕ หมู่ สะอาดและปลอดภัย



๓. อบายมุข

หลีกเลี่ยงสารเสพติด



๔. อารมณ์แจ่มใส

รู้จักพักผ่อนคลายความเครียดและทำจิตใจให้แจ่มใสอยู่เสมอ



๕. อโรคยา

หลีกเลี่ยงปัจจัยที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค



๖. อนามัยสิ่งแวดล้อม



ปลอดภัยไว้ก่อน

การดื่ม น้ำอัดลม ทำให้ฟันผุและอ้วน หากดื่มในขณะที่ท้องว่าง
จะทำให้ท้องอืด และปวดแสบท้อง กระเพาะอาหาร เป็นแผล

อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

เราจำเป็นต้องรับประทานอาหาร เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารอย่างพอเพียงเพื่อใช้ในการเจริญเติบโต และซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย อาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย คือ อาหารหลัก ๕ หมู่

อาหารหมู่ที่ ๑ เนื้อสัตว์ นม ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง

สร้างเสริมการเจริญเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ



อาหารหมู่ที่ ๒ ข้าว แป้ง น้ำตาล

ช่วยให้ร่างกายทำงานเป็นปกติ ให้พลังงานแก่ร่างกาย



อาหารหมู่ที่ ๓ ผักต่าง ๆ

สร้างภูมิคุ้มกันโรค ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง



อาหารหมู่ที่ ๔ ผลไม้ต่างๆ

สร้างภูมิคุ้มกันโรค ช่วยให้ร่างกายทำงานเป็นปกติ

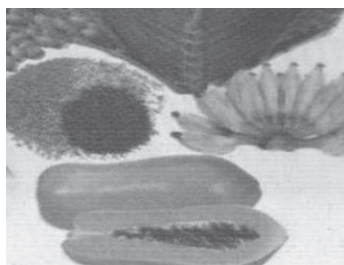


อาหารหมู่ที่ ๕ น้ำมันหรือไขมันจากพืชและสัตว์

ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย



ตัวอย่างบัตรภาพผลไม้



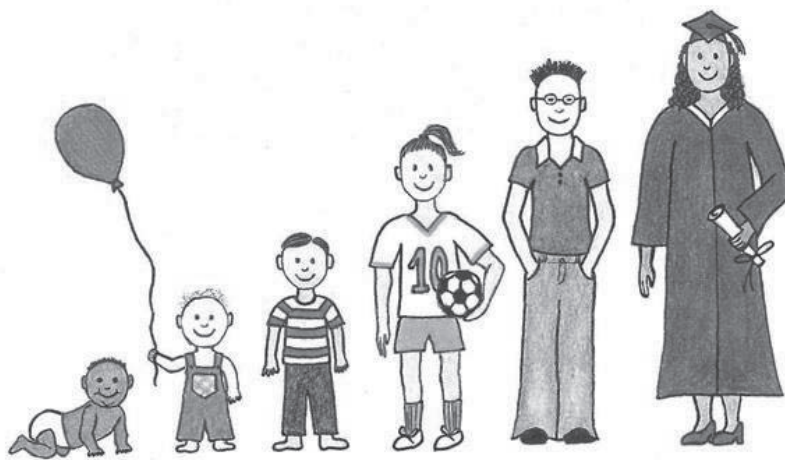
ตัวอย่างบัตรภาพอาหาร



ช่วงวัยต่าง ๆ ของมนุษย์

การเจริญเติบโตตามวัยของมนุษย์

๑. **วัยทารก** คือ ช่วงอายุตั้งแต่แรกเกิดถึง ๑ ปี เป็นวัยที่ต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด เพราะยังช่วยเหลือตนเองไม่ได้
๒. **วัยก่อนเรียน** คือ ช่วงอายุ ๑ – ๖ ปี เป็นวัยที่เจริญเติบโตรวดเร็ว เดินและวิ่ง ได้คล่อง มีความสุข สนุก ไม่ชอบอยู่นิ่ง สามารถช่วยเหลือตนเองได้บ้าง เช่น รับประทานอาหาร อาบน้ำ แปรงฟัน เป็นต้น
๓. **วัยเรียน** คือ ช่วงอายุ ๖ – ๑๒ ปี เป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย มีน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้น สามารถเรียนรู้และเข้าใจสิ่งต่าง ๆ เพื่อดูแลตนเองได้
๔. **วัยรุ่น** คือ ช่วงอายุ ๑๒ – ๒๐ ปี เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตและการเปลี่ยนแปลงทางเพศอย่างชัดเจน มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน
๕. **วัยผู้ใหญ่** คือ ช่วงอายุ ๒๐ – ๖๐ ปี เป็นวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ มีอารมณ์มั่นคง เป็นวัยที่ต้องทำงานและมีครอบครัว
๖. **วัยสูงอายุ หรือ วัยชรา** คือ อายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป สภาพร่างกายจะเสื่อมลง เดินช้า คิดช้า สุขภาพไม่แข็งแรง เป็นวัยที่ต้องการความรักและการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน



เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย

เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตจะเป็นเกณฑ์ที่ใช้ในการเปรียบเทียบการเจริญเติบโต เกี่ยวกับ ความสูง น้ำหนัก อายุ เพศ ว่ามีพัฒนาการได้มาตรฐานสมวัยหรือไม่ การศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับ เรื่องนี้จึงมีความสำคัญ เพราะจะทำให้สามารถเสริมสร้างตนเองและผู้อื่น ให้มี การ เจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานที่กำหนดอย่างสมวัย

เกณฑ์การเปรียบเทียบการเจริญเติบโตตามสัดส่วนของน้ำหนักและส่วนสูงกับเกณฑ์มาตรฐาน

๑. เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย

ตารางแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

อายุ	น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (กิโลกรัม)				
	น้ำหนัก น้อยกว่าเกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างน้อย	น้ำหนัก ตามเกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างมาก	น้ำหนัก มากเกินไป
๖	๑๕.๔ ลงมา	๑๕.๕ - ๑๖.๕	๑๖.๖ - ๒๕.๔	๒๕.๕ - ๒๗.๒	๒๗.๓ ขึ้นไป
๗	๑๗.๐ ลงมา	๑๗.๑ - ๑๘.๒	๑๘.๓ - ๒๘.๘	๒๘.๙ - ๓๑.๐	๓๑.๑ ขึ้นไป
๘	๑๘.๕ ลงมา	๑๘.๖ - ๑๙.๙	๒๐.๐ - ๓๒.๒	๓๒.๓ - ๓๔.๙	๓๕.๐ ขึ้นไป
๙	๑๙.๗ ลงมา	๑๙.๘ - ๒๑.๔	๒๑.๕ - ๓๖.๖	๓๖.๗ - ๓๙.๙	๔๐.๐ ขึ้นไป
๑๐	๒๑.๔ ลงมา	๒๑.๕ - ๒๓.๕	๒๓.๖ - ๔๐.๘	๔๐.๙ - ๔๔.๕	๔๔.๖ ขึ้นไป
๑๑	๒๓.๑ ลงมา	๒๓.๒ - ๒๕.๕	๒๕.๖ - ๔๕.๒	๔๕.๓ - ๔๙.๔	๔๙.๕ ขึ้นไป
๑๒	๒๕.๒ ลงมา	๒๕.๓ - ๒๘.๐	๒๘.๑ - ๕๐.๐	๕๐.๑ - ๕๔.๕	๕๔.๖ ขึ้นไป

ตารางแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

อายุ	ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (เซนติเมตร)				
	เตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ค่อนข้างสูง	สูง
๖	๑๐๕.๓ ลงมา	๑๐๕.๔ - ๑๐๗.๖	๑๐๗.๗ - ๑๒๑.๓	๑๒๑.๔ - ๑๒๓.๖	๑๒๓.๗ ขึ้นไป
๗	๑๑๐.๓ ลงมา	๑๑๐.๔ - ๑๑๒.๗	๑๑๒.๘ - ๑๒๗.๔	๑๒๗.๕ - ๑๒๙.๙	๑๒๙.๙ ขึ้นไป
๘	๑๑๔.๗ ลงมา	๑๑๔.๘ - ๑๑๗.๓	๑๑๗.๔ - ๑๓๓.๒	๑๓๓.๓ - ๑๓๕.๘	๑๓๕.๙ ขึ้นไป
๙	๑๑๘.๙ ลงมา	๑๑๙.๐ - ๑๒๑.๗	๑๒๑.๘ - ๑๓๘.๓	๑๓๘.๔ - ๑๔๐.๙	๑๔๑.๐ ขึ้นไป
๑๐	๑๒๓.๒ ลงมา	๑๒๓.๓ - ๑๒๖.๑	๑๒๖.๒ - ๑๔๓.๔	๑๔๓.๕ - ๑๔๖.๒	๑๔๖.๓ ขึ้นไป
๑๑	๑๒๗.๔ ลงมา	๑๒๗.๕ - ๑๓๐.๔	๑๓๐.๕ - ๑๔๙.๔	๑๔๙.๕ - ๑๕๒.๘	๑๕๒.๙ ขึ้นไป
๑๒	๑๓๑.๕ ลงมา	๑๓๑.๖ - ๑๓๔.๐	๑๓๔.๑ - ๑๕๖.๙	๑๕๗.๐ - ๑๖๐.๗	๑๖๐.๘ ขึ้นไป

๒. เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง
ตารางแสดงน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

อายุ	น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (กิโลกรัม)				
	น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์	น้ำหนักค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตามเกณฑ์	น้ำหนักค่อนข้างมาก	น้ำหนักมากเกินไป
๖	๑๔.๙ ลงมา	๑๕.๐ - ๑๖.๐	๑๖.๑ - ๒๕.๗	๒๕.๘ - ๒๖.๔	๒๖.๕ ขึ้นไป
๗	๑๖.๔ ลงมา	๑๖.๕ - ๑๗.๖	๑๗.๗ - ๒๘.๗	๒๘.๘ - ๓๑.๒	๓๑.๓ ขึ้นไป
๘	๑๗.๘ ลงมา	๑๗.๙ - ๑๙.๒	๑๙.๓ - ๓๒.๕	๓๒.๖ - ๓๕.๕	๓๕.๖ ขึ้นไป
๙	๑๙.๓ ลงมา	๑๙.๔ - ๒๑.๑	๒๑.๒ - ๓๗.๔	๓๖.๕ - ๔๑.๑	๔๑.๒ ขึ้นไป
๑๐	๒๑.๒ ลงมา	๒๑.๓ - ๒๓.๓	๒๓.๔ - ๔๒.๑	๔๒.๒ - ๔๖.๒	๔๖.๓ ขึ้นไป
๑๑	๒๓.๓ ลงมา	๒๓.๔ - ๒๖.๐	๒๖.๑ - ๔๖.๕	๔๖.๖ - ๕๐.๖	๕๐.๗ ขึ้นไป
๑๒	๒๖.๓ ลงมา	๒๖.๔ - ๒๙.๓	๒๙.๔ - ๕๐.๒	๕๐.๓ - ๕๔.๐	๕๔.๑ ขึ้นไป

ตารางแสดงส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

อายุ	ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (เซนติเมตร)				
	เตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ค่อนข้างสูง	สูง
๖	๑๐๕.๑ ลงมา	๑๐๕.๒ - ๑๐๗.๓	๑๐๗.๔ - ๑๒๐.๘	๑๒๐.๙ - ๑๒๓.๐	๑๒๓.๑ ขึ้นไป
๗	๑๐๙.๘ ลงมา	๑๐๙.๙ - ๑๑๒.๓	๑๑๒.๔ - ๑๒๖.๘	๑๒๖.๙ - ๑๒๙.๒	๑๒๙.๓ ขึ้นไป
๘	๑๑๔.๓ ลงมา	๑๑๔.๔ - ๑๑๖.๙	๑๑๗.๐ - ๑๓๒.๕	๑๓๒.๖ - ๑๓๕.๑	๑๓๕.๒ ขึ้นไป
๙	๑๑๙.๐ ลงมา	๑๑๙.๑ - ๑๒๑.๘	๑๒๑.๙ - ๑๓๙.๑	๑๓๙.๒ - ๑๔๒.๑	๑๔๒.๒ ขึ้นไป
๑๐	๑๒๔.๐ ลงมา	๑๒๔.๑ - ๑๒๗.๐	๑๒๗.๑ - ๑๔๖.๑	๑๔๖.๒ - ๑๔๙.๔	๑๔๙.๕ ขึ้นไป
๑๑	๑๒๙.๔ ลงมา	๑๒๙.๕ - ๑๓๒.๘	๑๓๒.๙ - ๑๕๒.๖	๑๕๒.๗ - ๑๕๕.๙	๑๕๕.๙ ขึ้นไป
๑๒	๑๓๕.๓ ลงมา	๑๓๕.๔ - ๑๓๘.๗	๑๓๘.๘ - ๑๕๖.๙	๑๕๗.๐ - ๑๕๙.๕	๑๕๙.๖ ขึ้นไป

ที่มา : เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนชาวไทย

อายุ ๑ วัน - ๑๙ ปี กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ถ้าเปรียบเทียบน้ำหนัก และส่วนสูงของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐานแล้วเป็นไปตามเกณฑ์ แสดงว่า เรามีการเจริญเติบโตและพัฒนาการ (พัฒนาการ อ่านว่า พัด - ทะ - นา - กาน) ทางร่างกายเหมาะสมกับวัย

ใบความรู้สำหรับครู

เรื่อง การเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์

พืชและสัตว์มีการเจริญเติบโตตัวเราก็มีการเจริญเติบโตเช่นเดียวกับต้นพืช เมื่อก่อนเราตัวเล็ก เติบโตขึ้น เราตัวโตขึ้นที่เราได้กินอาหารทุกวัน อาหารที่เหมาะสม และช่วยให้เด็ก ๆ เจริญเติบโตได้ดีชนิดหนึ่ง คือ นม

การรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์จะช่วยให้ร่างกายของเราเจริญเติบโตและแข็งแรง สิ่งที่เราแสดงให้เห็นว่าร่างกายของเรามีการเจริญเติบโต คือ การมีน้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้น ความสูงของร่างกายคนเราจะเพิ่มขึ้นอย่างพอเหมาะ กับน้ำหนักตัวเรา เด็กผู้หญิงจะมีส่วนสูงเต็มที่เมื่อมีอายุระหว่าง ๑๔ – ๑๕ ปี หลังจากนั้นก็จะสูงเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อย ส่วนเด็กผู้ชายส่วนสูงจะเพิ่มขึ้นเต็มที่เมื่ออายุระหว่าง ๑๗ – ๑๘ ปี หลังจากนั้นส่วนสูงจะเพิ่มขึ้นอีกเล็กน้อย

ร่างกายคนเรามีการเจริญเติบโตจากวัยทารกสู่วัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ ซึ่งในแต่ละวัยขนาดของร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงแตกต่างกันไป การเจริญเติบโตทางร่างกายของคนเรา สังเกตได้จากสิ่งต่อไปนี้

๑. น้ำหนัก
๒. ส่วนสูง
๓. ความยาวของลำตัว
๔. ความยาวของช่วงแขนเมื่อกางเต็มที่
๕. ความยาวของเส้นรอบวงศีรษะ
๖. ความยาวของเส้นรอบอก
๗. การขึ้นของฟันแท้



แบบสังเกตพฤติกรรม
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เรื่อง ชั้น.....

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็น			การสืบค้นข้อมูล			การบันทึกข้อมูล			การสรุปเป็นองค์ความรู้			การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			รวม	เฉลี่ย	ผลการประเมิน	
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑				
๑																			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๒																				
๓																				
๔																				
๕																				
๖																				
๗																				
๘																				
๙																				
๑๐																				
๑๑																				
๑๒																				
๑๓																				
๑๔																				
๑๕																				
รวม																				
เฉลี่ย																				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

เกณฑ์การประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ประเมิน

๓ หมายถึง ดี ๒ หมายถึง พอใช้ ๑ หมายถึง ต้องปรับปรุง

เกณฑ์การตัดสินการประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องผ่าน หรือไม่ผ่าน

ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ระดับคุณภาพ ๒ ถึง ๓

ไม่ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ต่ำกว่าระดับคุณภาพ ๒

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ-สกุล	พฤติกรรม ในเรียนรู้					รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	สรุป ผลการประเมิน	
		มีความกระตือรือร้นในการเรียน	ศึกษาสืบค้นข้อมูลด้วยตนเอง	แสวงหาประสบการณ์และหาความรู้ใหม่ ๆ	จดบันทึกความรู้ สรุปความรู้และ	ถ่ายทอดความรู้แก่ผู้อื่น			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑										
๒										
๓										
๔										
๕										
๖										
๗										
๘										
๙										
๑๐										
๑๑										
๑๒										
๑๓										
๑๔										

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ ๓ ดีเยี่ยม

หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ

ระดับ ๒ ดี

หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ

ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์

หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู

ระดับ ๐ ไม่ผ่าน

หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

แบบประเมินผลงาน

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน									รวม คะแนน	สรุปผล การประเมิน
		อธิบายได้ถูกต้อง			ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบ เรียบร้อย			ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา				
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑		
๑												
๒												
๓												
๔												
๕												
๖												
๗												
๘												
๙												
๑๐												
๑๑												
๑๒												
๑๓												
๑๔												
๑๕												

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. อธิบายได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ได้ ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้เพียงบางส่วน
๒. ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย ละเอียด ชัดเจน	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นส่วนใหญ่	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย บางส่วน
๓. ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา เป็นส่วนใหญ่	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา บางส่วน

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ รักตัวเราเท่าฟ้า
หน่วยย่อยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

บทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกที่ดีในครอบครัว การปฏิบัติตนในฐานะสมาชิกในครอบครัว
ความสำคัญของเพื่อนและปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดี การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- สมาชิกและบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
- การสร้างความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว
- ความแตกต่างของแต่ละครอบครัวในด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา
- ความสำคัญของเพื่อน วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๓. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- เพลง ครอบครัวสุขสันต์
- ภาพตัวฉันและครอบครัว
- ใบความรู้
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑
- ใบงานที่ ๐๑,๐๒ ,๐๓ ,๐๔
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบประเมินผลงาน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจผลงาน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขั้นนำ	ครูเปิดเพลง “ครอบครัวสุขสันต์” แล้วสนทนาเกี่ยวกับเพลงว่า มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องใด เพลงมีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องอะไร เป็นต้น
ขั้นสอน	- นักเรียนกล่าวแนะนำตนเองสั้น ๆ เช่น ชื่อ – นามสกุล ชื่อเล่น - นักเรียนสำรวจสมาชิกบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว - นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง สำรวจค้นหาสมาชิกในครอบครัว - ครูและนักเรียนร่วมกันตั้งคำถามว่า ทำไมแต่ละครอบครัวจึงมีความความแตกต่างกัน สรุปเป็นแผนผังความคิด - นักเรียนทุกคนทำใบงานเกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัว ทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง ความรักความห่วงใยต่อสมาชิกในครอบครัว - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๓ เรื่อง ความสัมพันธ์ในครอบครัว - นักเรียนฟังเพลง “เพื่อนกัน” นักเรียนร่วมกันบอกว่า เพื่อนที่นักเรียนชอบและไม่ชอบมีลักษณะอย่างไร บอกความสำคัญของเพื่อนและปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดีและอธิบายวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัว และกลุ่มเพื่อน - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๔ เรื่อง วิธีปฏิบัติตนต่อเพื่อน
ขั้นสรุป	ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่องบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนถ้าทุกคนรู้บทบาทหน้าที่และทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด จะทำให้เกิดความรักและความผูกพันกัน และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจผลงาน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- สมาชิกและบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
- การสร้างความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว
- ความแตกต่างของแต่ละครอบครัวในด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา
- ความสำคัญของเพื่อน วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- การตั้งคำถาม การตอบคำถามจากเรื่องที่ฟังและดู และเรื่องที่อ่าน
- การปฏิบัติตามคำสั่งง่าย ๆ และคำขอร้องที่ฟังหรืออ่าน

จุดประสงค์

ความรู้

๑. ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกที่ดีในครอบครัวได้
๒. บอกวิธีปฏิบัติตนในฐานะสมาชิกในครอบครัวได้

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑)

ขั้นนำ

๑. ครูเปิดเพลง “ครอบครัวสุขสันต์” ให้นักเรียนฟังแล้วสนทนาเกี่ยวกับเพลงว่า มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องใด เช่น จากเพลงกล่าวถึงใครบ้าง เพลงมีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องอะไร เป็นต้น

ขั้นสอน

๒. นักเรียนกล่าวแนะนำตนเองสั้น ๆ เช่น ชื่อ - นามสกุล ชื่อเล่น
๓. นักเรียนสำรวจสมาชิกบทบาทและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
๓. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
๔. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง สำรวจค้นหาสมาชิกในครอบครัว
๕. ครูและนักเรียนร่วมกันตั้งคำถามว่า ทำไมแต่ละครอบครัวจึงมีความความแตกต่างกัน สรุปเป็นแผนผังความคิด
๖. นักเรียนทุกคนทำใบงานเกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัว
- ทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง ความรักความห่วงใยต่อสมาชิกในครอบครัว
๗. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๓ เรื่อง ความสัมพันธ์ในครอบครัว

กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑)

๘. นักเรียนฟังเพลง “เพื่อนกัน” นักเรียนร่วมกันบอกว่า เพื่อนที่นักเรียนชอบและไม่ชอบมีลักษณะอย่างไร บอกความสำคัญของเพื่อนและปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดีและอธิบายวิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๙. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๔ เรื่อง วิธีปฏิบัติตนต่อเพื่อน

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. เพลง ครอบครัวสุขสันต์
๒. ภาพครอบครัว
๓. ภาพตัวฉันและคนรอบข้าง
๔. บัตรคำ
๕. ใบความรู้
๖. ใบงาน
๗. เพลง “เพื่อนกัน”

ภาระงาน/ชิ้นงาน

- จำแนกบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
- วาดภาพครอบครัว
- ตอบคำถามการปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
- เขียนอธิบายหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
- เลือกข้อความที่แสดงถึงความสำคัญของเพื่อน
- เขียนแผนผังความคิด “วิธีปฏิบัติตนต่อเพื่อน”

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

๓. บอกความสำคัญของเพื่อนและปฏิบัติตนเป็นเพื่อนที่ดีได้
๔. อธิบายวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
๕. ตั้งคำถามและตอบจากเรื่องที่ฟังและดูและเรื่องที่ได้ฟังและเรื่องที่ได้ฟัง
๖. ปฏิบัติตามคำสั่งง่าย ๆ และคำขอร้องที่ฟังหรืออ่านที่สื่อสารเป็นภาษาอังกฤษได้

ทักษะ

๑. การสังเกต
๒. การกระบวนการคิดแก้ปัญหา
๓. การระบุ
๔. การเปรียบเทียบ

คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ใฝ่เรียนรู้

ขั้นสรุป

๑๐. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้เรื่องบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนถ้าทุกคนรู้บทบาทหน้าที่และทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด จะทำให้เกิดความรักและความผูกพันกัน และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

การวัดและประเมินผล

๑. ประเมินความรู้เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว ความสำคัญของครอบครัวและเพื่อน วิธีปฏิบัติตนในครอบครัวและปฏิบัติต่อเพื่อน
๒. ประเมินทักษะการสังเกต การระบุ การเปรียบเทียบ กระบวนการคิดแก้ปัญหา

วิธีการ

๑. สอบถามนักเรียนรายบุคคล
รายกลุ่ม
๒. สังเกตพฤติกรรม
๓. ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

๑. แบบประเมินพฤติกรรม
๒. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
๓. แบบประเมินผลงาน

เกณฑ์การประเมิน

๑. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด
๒. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน



บ ๒.๑/ผ ๔-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง สำรวจค้นหาสมาชิกในครอบครัว

- คำชี้แจง
๑. ให้นักเรียน ศึกษาหาข้อมูลจากความรู้เดิมและหาข้อมูลเพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว
 ๒. ให้นักเรียน เขียนบันทึกข้อมูลอย่างอิสระ



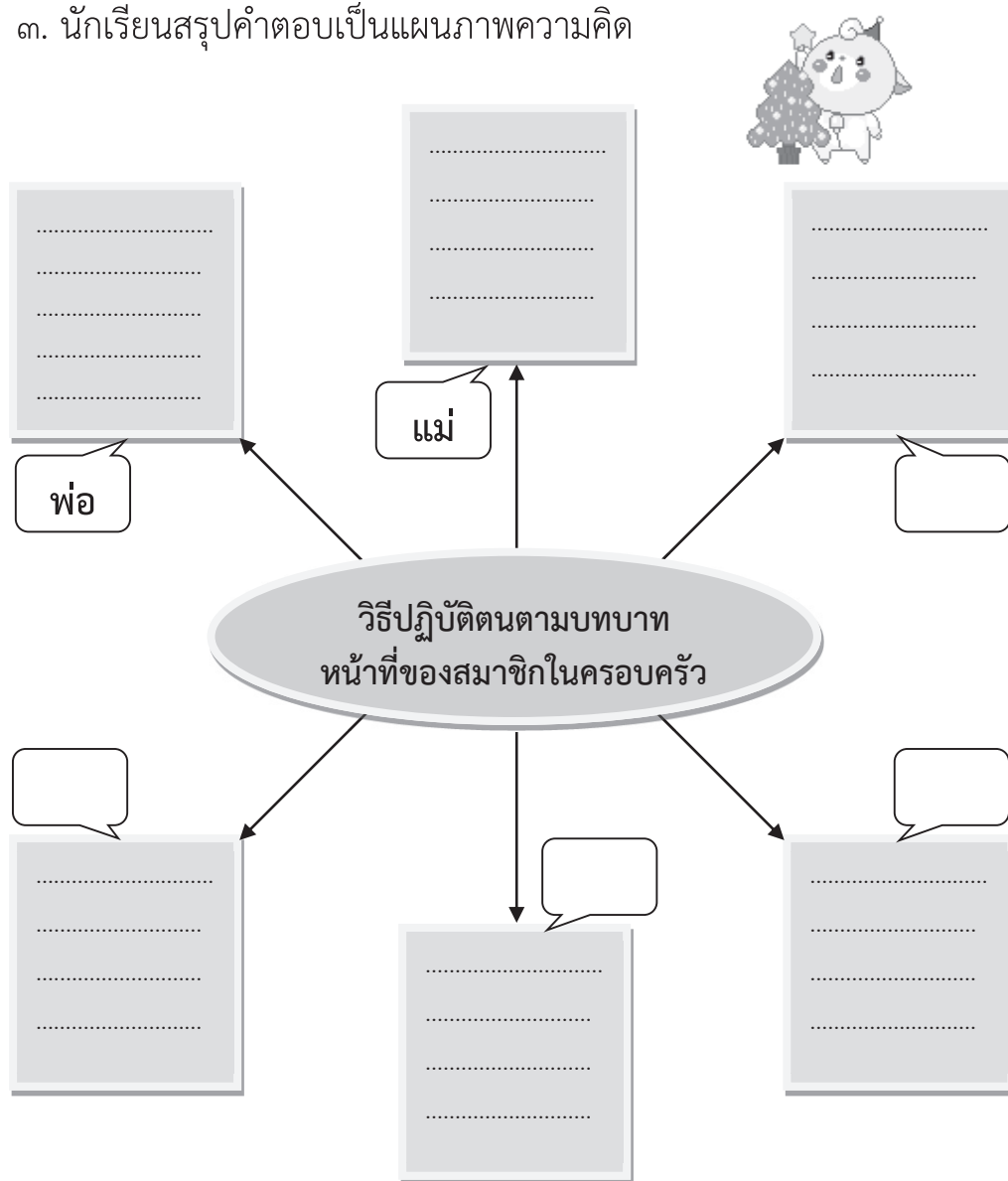
ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

ใบงานที่ ๐๒

เรื่อง ความรักความห่วงใยต่อสมาชิกในครอบครัว

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนนำความรู้เดิมและเชื่อมโยงหาข้อมูลจากความรู้ใหม่เพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัว
- ให้นักเรียนบอกวิธีปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวที่จะทำให้ครอบครัวมีความสุข
- นักเรียนสรุปคำตอบเป็นแผนภาพความคิด



ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....



บ ๒.๑/ผ ๔-๐๓

ใบงานที่ ๐๓

เรื่อง ความสัมพันธ์ในครอบครัว

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนนำความรู้เดิมและเชื่อมโยงหาข้อมูลจากความรู้ใหม่เพิ่มเติมจากใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัว
- นักเรียนเลือกเขียนชื่อสมาชิกและหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวและตกแต่งผลงานให้สวยงาม



ชื่อสมาชิกในครอบครัว

.....
.....

หน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

.....
.....
.....
.....
.....
.....

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

ใบงานที่ ๐๔

เรื่อง วิธีปฏิบัติตนต่อเพื่อน

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิด “วิธีปฏิบัติตนต่อเพื่อน”
๒. ให้นักเรียนตกแต่งผลงานให้สวยงาม



ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

เพลง ครอบครัวสุขสันต์

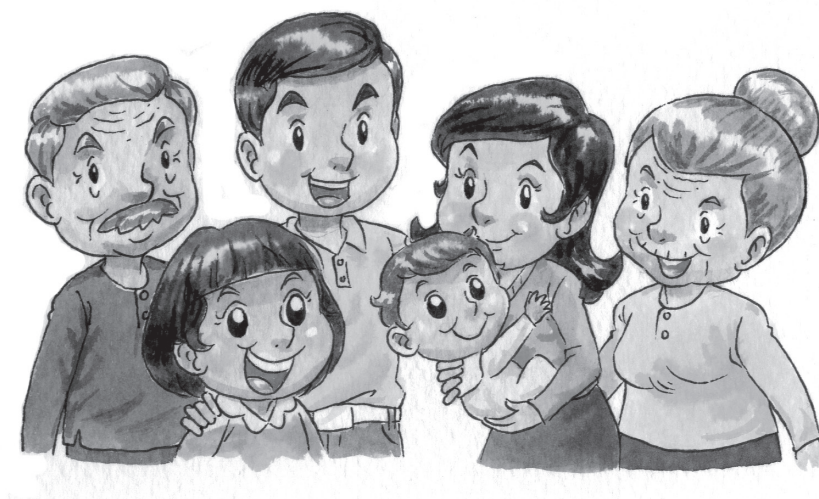
ครอบครัวหนูมีกันอยู่มากมาย
รวมกันได้ไว้เป็นครอบครัวเดียว
อยู่ด้วยกัน ก็รักใคร่กลมเกลียว
ใกล้ชิดกัน ทุกๆวันเรานั้นมีความสุข
หนูรักคุณพ่อ กับคุณแม่เท่ากัน รักทุกวันตั้งแต่เช้าจนเข้านอน
รักคุณปู่คุณย่าท่านเฝ้าคอยสั่งสอน หวังโตขึ้นอยากให้เป็นคนดี
หนูรักคุณตา กับคุณยายเช่นกัน ชอบเล่นิทานให้ฟังสนุกดี
ทั้งคุณลุงคุณป้า น้ำ อา ก็ใจดี พี่น้องล้วนมีน้ำใจ
หนูรักครอบครัวที่มีไมตรีต่อกัน
ช่วยแบ่งปันและให้กำลังใจ
พูดก็ไพเราะ ยิ้มให้กันทุกวันชื่นใจ
ได้อยู่ใกล้ๆ ช่างสบายใจจริง
ความสุขอย่างนี้ไม่ต้องซื้อหา ก็ไม่ต้องใช้เงินมากมาย
แค่ให้ความรักและทำความดี ให้กันทุกวัน

เนื้อร้อง/ทำนอง : ครรชิต สิงห์คา

ภาพครอบครัว



ภาพตัวฉันและคนรอบข้าง



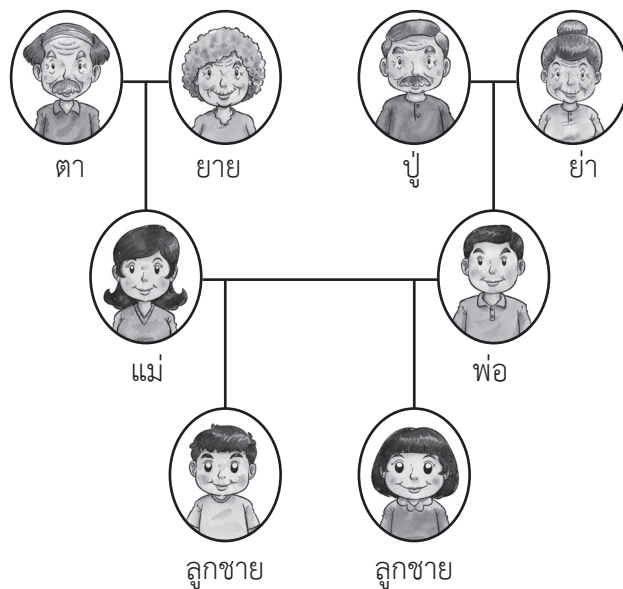
ภาพบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว



แผนภูมิโครงสร้างสมาชิกในครอบครัว

๑. สมาชิกในครอบครัว

เราอาศัยอยู่ในบ้าน ภายในบ้านมีพ่อ แม่ ลูก หรืออาจมีญาติผู้ใหญ่ เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา เป็นต้น มาอาศัยอยู่รวมกัน เรียกว่า **ครอบครัว**



๒. ความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว

ครอบครัวอาจประกอบไปด้วยสมาชิกหลายคน ซึ่งเกี่ยวข้องเป็นญาติกัน และทุกคนในครอบครัวสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข ด้วยความรักและความผูกพันที่มีให้แก่กัน

สมาชิกในครอบครัวสามารถแสดงความรักต่อกันด้วยการบอกรัก การโอบกอด การจับมือให้กำลังใจกัน การแบ่งปันสิ่งของต่าง ๆ ให้กัน การให้ความช่วยเหลือกัน และการให้อภัยซึ่งกันและกันเมื่ออีกฝ่ายทำผิด

ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว

๑. บทบาทหน้าที่ของตนเอง

- ๑) เชื่อฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ผู้ปกครอง และผู้ใหญ่ในบ้าน
- ๒) ช่วยเหลืองานในบ้านเท่าที่ทำได้
- ๓) ขยันและตั้งใจเรียนหนังสือ
- ๔) รู้จักดูแลและช่วยเหลือตนเอง
- ๕) พุดจาไพเราะ อ่อนหวาน ไม่พูดโกหก
- ๖) ช่วยครอบครัวประหยัดและรู้จักอดออม

๒. บทบาทหน้าที่ของพ่อ

- ๑) เป็นผู้นำครอบครัว ปกป้องและดูแลความเป็นอยู่ของสมาชิกในครอบครัว
- ๒)หารายได้มาเลี้ยงครอบครัว
- ๓) ทำงานในบ้านที่ต้องใช้แรงมาก
- ๔) แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว
- ๕) อบรมเลี้ยงดูลูกให้เป็นคนดีและปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีของลูก

๓. บทบาทหน้าที่ของแม่

- ๑) ดูแลความสะอาดและความเป็นระเบียบเรียบร้อยในบ้าน
- ๒) ดูแลเอาใจใส่ลูกและทุกคนในครอบครัว
- ๓) อบรมเลี้ยงดูลูกให้เป็นคนดี และปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีของลูก
- ๔) ช่วยแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ในบ้าน
- ๕) ช่วยพ่อหารายได้มาเลี้ยงครอบครัว



๔. บทบาทหน้าที่ของพี่น้อง

- ๑) มีความรักความสามัคคีกัน ไม่ทะเลาะกัน
- ๒) มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน
- ๓) แบ่งหน้าที่และช่วยกันทำงานบ้าน
- ๔) ใช้คำพูดที่สุภาพ ไม่พูดหยาบคายต่อกัน
- ๕) พี่ต้องดูแลและรู้จักเสียสละให้น้อง
- ๖) น้องต้องให้ความนับถือและเชื่อฟังสิ่งที่พี่สอน
- ๗) เมื่อทำผิดต้อง ขอโทษ และรู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน

๕. บทบาทหน้าที่ของญาติ

- ๑) ช่วยดูแลความเรียบร้อยและช่วยเหลืองานในบ้าน
- ๒) อบรมเลี้ยงดูลูกหลานให้เป็นคนดี
- ๓) ให้คำปรึกษาและช่วยแก้ไขปัญหในครอบครัว
- ๔) ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกหลาน
- ๕) มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เบียดเบียนสมาชิกในครอบครัว
- ๖) มีส่วนร่วมกับกิจกรรมในครอบครัว

การปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัว

เมื่อเราอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว สมาชิกทุกคนต้องปฏิบัติตามหน้าที่ของตนเองและปฏิบัติตนต่อสมาชิกในครอบครัวอย่างเหมาะสม

พ่อ เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูก ดูแลปกป้องสมาชิกในบ้าน ช่วยทำงานบ้าน และดูแลอบรมสั่งสอนลูก ๆ

แม่ ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูก คอยเอาใจใส่สมาชิกในบ้าน มีความเคารพในตัวพ่อและอบรมสั่งสอนลูก ๆ

ลูก ต้องเคารพเชื่อฟังพ่อแม่และสมาชิกที่มีอายุมากกว่า มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อทุกคน พุดจาสุภาพกับทุกคน และเป็นตัวอย่างที่ดีต่อสมาชิกที่มีอายุน้อยกว่า

ญาติผู้ใหญ่ ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีต่อสมาชิกที่มีอายุน้อยกว่า คอยดูแลเอาใจใส่ทุกคน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และมีความเมตตาต่อสมาชิกในบ้าน

เมื่อสมาชิกทุกคนในครอบครัวต่างปฏิบัติต่อกันด้วยดีแล้วก็จะทำให้ครอบครัวมีความสุข



แบบสังเกตพฤติกรรม
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เรื่อง ชั้น.....

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็น			การสืบค้นข้อมูล			การบันทึกข้อมูล			การสรุปเป็นองค์ความรู้			การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			รวม	เฉลี่ย	ผลการประเมิน	
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑																				
๒																				
๓																				
๔																				
๕																				
๖																				
๗																				
๘																				
๙																				
๑๐																				
๑๑																				
๑๒																				
๑๓																				
๑๔																				
๑๕																				
รวม																				
เฉลี่ย																				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

เกณฑ์การประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ประเมิน
 ๓ หมายถึง ดี ๒ หมายถึง พอใช้ ๑ หมายถึง ต้องปรับปรุง
 เกณฑ์การตัดสินการประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องผ่าน หรือไม่ผ่าน
 ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ระดับคุณภาพ ๒ ถึง ๓
 ไม่ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ต่ำกว่าระดับคุณภาพ

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ-สกุล	พฤติกรรม ใฝ่เรียนรู้					รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	สรุป ผลการประเมิน	
		มีความกระตือรือร้นในการเรียน	ศึกษาลึบค้นข้อมูลด้วยตนเอง	แสวงหาประสบการณ์และหาความรู้	จัดบันทึกความรู้ สรุปความรู้และ ประสบการณ์	ถ่ายทอดความรู้แก่ผู้อื่น			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑										
๒										
๓										
๔										
๕										
๖										
๗										
๘										
๙										
๑๐										
๑๑										
๑๒										
๑๓										

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ

ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ

ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู

ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

แบบประเมินผลงาน

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน									รวม คะแนน	สรุปผล การประเมิน
		อธิบายได้ถูกต้อง			ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบ เรียบร้อย			ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา				
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑		
๑												
๒												
๓												
๔												
๕												
๖												
๗												
๘												
๙												
๑๐												
๑๑												
๑๒												
๑๓												
๑๔												
๑๕												

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. อธิบายได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ได้ ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้เพียงบางส่วน
๒. ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย ละเอียด ชัดเจน	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นส่วนใหญ่	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย บางส่วน
๓. ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา เป็นส่วนใหญ่	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา บางส่วน

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ รักตัวเราเท่าฟ้า
หน่วยย่อยที่ ๑ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ ขึ้นขอบและภาคภูมิใจตนเอง เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

ความสำคัญของครอบครัวและเพื่อนที่มีต่อตนเอง ความแตกต่างของครอบครัวและเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย ลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- ความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัว
- วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- ความภาคภูมิใจในตนเอง
- เพศชายและเพศหญิง
- การล่วงละเมิดทางเพศ

๓. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- เพลง จะบอกว่ารัก
- แบบทดสอบหลังเรียน
- ใบความรู้
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ , ๒
- ใบงานที่ ๐๑, ๐๒
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบประเมินผลงาน
- แบบทดสอบหลังเรียน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจผลงาน
- ตรวจแบบทดสอบหลังเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง ชื่นชอบและภาคภูมิใจตนเอง
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ชั้นนำ	นักเรียนฟังเพลง จะบอกเธอรัก ในขณะที่ฟังเพลงให้นักเรียนส่งบัตรภาพต่อกันไปเรื่อยจนกว่าจะได้ยินสัญญาณนกหวีดให้หยุดส่งบัตรภาพ คนที่ถือบัตรภาพอยู่ในมือให้พูดคำที่ทักทายกับเพื่อนๆ สั้นๆ เช่น สวัสดีครับ ขอบคุณค่ะ
ขั้นสอน	- นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - นักเรียนร่วมกันอ่านและสรุป โดยครูเขียนเป็นแผนผังความคิด เรื่อง วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มเป็นตัวแทนเพศชายและเพศหญิง ช่วยกันคิดว่าเพศชายและเพศหญิงมีลักษณะบทบาทอย่างไร ร่วมกันอภิปรายว่าเพศชายและเพศหญิงต่างก็มีคุณค่าในตนเอง นักเรียนคิดว่า มีความภาคภูมิใจในตนเองอย่างไรบ้าง - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเอง - นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น - นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การล่วงละเมิดทางเพศและวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ สรุปความคิดเห็นทำเป็นแผนภาพความคิด - นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง วิธีการป้องกันจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
ทำแบบทดสอบ	ทำแบบทดสอบหลังเรียน
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจผลงาน - ตรวจแบบทดสอบหลังเรียน

ขอบเขตเนื้อหา - ความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัว - วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - ความภาคภูมิใจในตนเอง - เพศชายและเพศหญิง - การล่วงละเมิดทางเพศ - การเล่าเรื่องที่ได้จากการฟัง การดู และการอ่าน	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ขั้นนำ ๑. นักเรียนฟังเพลง จะบอกว่ารัก ในขณะที่ฟังเพลงให้นักเรียนส่งบัตรภาพต่อกันไปเรื่อยๆจนกว่าจะได้ยินสัญญาณนกหวีดให้หยุดส่งบัตรภาพ คนที่ถือบัตรภาพอยู่ในมือให้พูดคำที่ตกท้ายกับเพื่อนๆ สั้นๆ เช่น สวัสดีครับ ขอขอบคุณค่ะ ขั้นสอน ๒.นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ๓. นักเรียนร่วมกันอ่านและสรุป โดยครูเขียนเป็นแผนผังความคิด เรื่อง วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ๔. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มเป็นตัวแทนเพศชายและเพศหญิง ช่วยกันคิดว่าเพศชายและเพศหญิงมีลักษณะบทบาทอย่างไร ร่วมกันอภิปรายว่าเพศชายและเพศหญิงต่างก็มีคุณค่าในตนเอง นักเรียนคิดว่า มีความภาคภูมิใจในตนเองอย่างไร ๕. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเอง	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑. เพลง จะบอกว่ารัก ๒. บัตรภาพ ๓. สมุดงาน ๔. ใบความรู้ ๕. ใบงาน ๖. แบบทดสอบหลังเรียน ภาระงาน/ชิ้นงาน - วาดภาพความภาคภูมิใจในตนเอง - เขียนแสดงความคิดเห็น - เขียนแผนผังความคิดแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - เขียนแผนภาพความคิดวิธีป้องกันจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ - ทำแบบทดสอบหลังเรียน
จุดประสงค์ ความรู้ ๑. อธิบายความสำคัญของครอบครัวและเพื่อนที่มีต่อตนเองได้ ๒. บอกความแตกต่างของครอบครัวและเพื่อนที่มีต่อตนเองได้ ๓. อธิบายวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนได้ ๔. อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชายได้ ๕. บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิงได้	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒) ๖. นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการถูกล่วงละเมิดทางเพศ นักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น ๗. นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การล่วงละเมิดทางเพศและวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ สรุปความคิดเห็นทำเป็นแผนภาพความคิด ๘. นักเรียนทำใบงานที่ ๐๒ เรื่อง วิธีการป้องกันจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	การวัดและประเมินผล ๑. ประเมินความรู้เรื่อง ความสำคัญและความแตกต่าง วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ความภาคภูมิใจในตนเองการล่วงละเมิดทางเพศ การทักทาย สนทนาด้วยคำหรือข้อความสั้น ๆ

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า แผนการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง ชื่นชอบและภาคภูมิใจตนเอง
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

๖. ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศและวิถี
 หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทาง
 เพศได้

๗. ตั้งคำถามตอบคำถามจากเรื่องที่ฟังและดู หรือจากการอ่านได้

ทักษะ

๑. การสังเกต
๒. การกระบวนกราคิดแก้ปัญหา
๓. การเชื่อมโยง
๔. การระบุ
๕. ทักษะการเปรียบเทียบ

คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

- มุ่งมั่นในการทำงาน

๙. ทำแบบทดสอบหลังเรียน

ขั้นสรุป

๑๐. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการปฏิบัติตนเพื่อสร้างสัมพันธ์สภาพกับสมาชิกในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะทำให้สามารถปรับตัวได้ ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติ ครูแนะนำการปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเพศและวัย รู้จักการปฏิเสธเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่น่าไว้วางใจ จะช่วยชีวิตให้ปลอดภัย

๒. ประเมินทักษะการสังเกต
กระบวนการคิด การเชื่อมโยง
การระบุและการเปรียบเทียบ
วิธีการ

๑. สอบถามนักเรียนรายบุคคล
รายกลุ่ม

๒. สังเกตพฤติกรรม

๓. ประเมินผลงาน

๔. ทดสอบด้วยแบบทดสอบ
หลังเรียน

เครื่องมือ

๑. แบบประเมินพฤติกรรม

๒. แบบประเมินคุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

๓. แบบประเมินผลงาน

๔. แบบทดสอบหลังเรียน

เกณฑ์การประเมิน

๑. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด

๒. การประเมินคุณลักษณะ

อันพึงประสงค์ตามเกณฑ์

ในแบบประเมิน



บ ๒.๑/ผ ๕-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง ความภาคภูมิใจในตนเอง

- คำชี้แจง
๑. ให้นักเรียนนำความรู้เดิมและค้นหาความรู้ใหม่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจตนเอง
 ๒. ให้นักเรียนวาดภาพตนเองและเพื่อนต่างเพศลงในใบงาน
 ๓. จากนั้นเขียนแผนผังแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศและความภาคภูมิใจในเพศของตนเอง
 ๔. ตกแต่งผลงานให้สวยงาม



พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ



ความภาคภูมิใจในเพศของ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

ใบงานที่ ๐๒

เรื่อง วิธีป้องกันจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- คำชี้แจง** ๑. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การล่วงละเมิดทางเพศ และวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ
๒. นักเรียนร่วมกันคิด แล้วสรุปความคิดเห็นทำเป็นแผนภาพความคิด เรื่อง วิธีป้องกันจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
๓. ตกแต่งผลงานให้สวยงาม

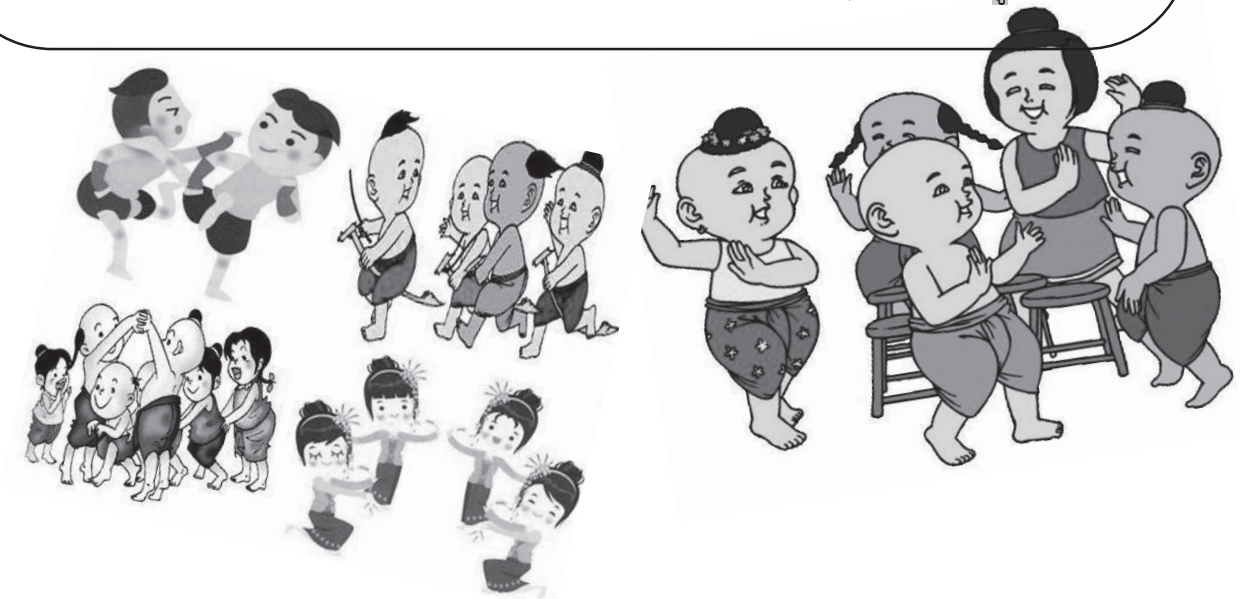


กลุ่ม..... ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....
 ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....
 ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....
 ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....

เพลง จะบอกเธอร่ารัก - The Parkinson

และใครจะรู้ รักที่มีอยู่ เก็บในใจมาแสนนาน เก็บมันอยู่จนล้นใจ
ก็เธอนั้นอยู่สูง สูงเกินไป ไม่มีทางที่หัวใจ มันจะได้หลุดไป ให้ฟัง
แต่ในนาที่นี้ แคในตอนนี้ มันเก็บไม่ไหวแล้ว Oh baby ให้เธอ ได้รู้

* จะบอกเธอร่ารัก หหมดไปทั้งหัวใจ เธอได้ยินไหม หยุดมันไม่ไหว ตั้งแต่แรกเจอ
อ่อนแอทุกครั้ง แค่เพียงได้เห็นแววตาของเธอ Oh baby Oh baby แค่เพียงต้องการให้เธอได้รู้
เริ่มมาก็แสนนาน ครั้งที่เรารู้ได้เจอ ก็มีแต่วันที่สวยงาม เมื่อมีเธออยู่ในหัวใจ
ไม่เคยให้ใครรู้ รักที่มีให้ แต่เชื่อเถิดเธอทั้งหัวใจ หหมดทั้งข้างใน ให้เธอ
และต้องจากวันนี้ จากนาที่นี้ ไม่อยากจะเก็บแล้ว Oh baby ให้เธอ ได้รู้



ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

สัมพันธภาพ (สัมพันธภาพ อ่านว่า สำ – พัน – ทะ – พาบ) คือ ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล (บุคคล อ่านว่า บุค – คน) การอยู่ร่วมกันในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนจึงต้องอาศัยการสร้างสัมพันธภาพ เพื่อให้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

๑) วิธีสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว

- ๑.๑ ให้ความเคารพ เชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่
- ๑.๒ ช่วยเหลืองานในบ้านเท่าที่สามารถทำได้
- ๑.๓ ใช้คำพูดที่สุภาพ อ่อนหวาน หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ
- ๑.๔ ใช้เวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว
- ๑.๕ ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นไม่ทำอะไรตามใจตนเอง
- ๑.๖ ให้กำลังใจและร่วมมือหาทางแก้ไขเมื่อครอบครัวมีปัญหา

การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เป็นวิธีการหนึ่งของการใช้เวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ด้วยการนำสิ่งของเหลือใช้ในบ้านมาช่วยกันประดิษฐ์เป็นของใช้ตกแต่งบ้าน ช่วยสร้างสัมพันธภาพที่ดีและทำให้บ้านน่าอยู่

๒) วิธีสร้างสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อน

- ๒.๑ ไม่เอาเปรียบหรือรังแกเพื่อน
- ๒.๒ มีน้ำใจ รู้จักแบ่งปัน และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อน
- ๒.๓ ใช้คำพูดที่สุภาพกับเพื่อนและยิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ
- ๒.๔ ให้ความช่วยเหลือเมื่อเพื่อนเดือดร้อนหรือมีปัญหา
- ๒.๕ มีความจริงใจ ไม่โกหกหลอกลวงเพื่อน
- ๒.๖ รู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน

การปฏิบัติตนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้สามารถปรับตัว ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข

ใบความรู้ที่ ๒

เรื่อง การล่วงละเมิดทางเพศและวิธีการหลีกเลี่ยง

๑) พฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

การล่วงละเมิดทางเพศ หมายถึง การกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเกิดความเสื่อมเสียทางเพศ ด้วยการโอบกอด การจับหรือแตะต้องร่างกาย ซึ่งทำให้เกิดความเสียหายแก่ร่างกาย และส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

พฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ มีดังนี้

๑. การแต่งกายล่อแหลมด้วยเสื้อผ้ารัดรูป โดยเฉพาะเพศหญิง เช่น สวมเสื้อคอกลึก สวมกระโปรงสั้น
๒. พุดคุย รับสิ่งของ หรือหลงเชื่อคำชักชวนของคนแปลกหน้า
๓. อยู่ในที่ลับตาคนสองต่อสองกับคนต่างเพศหรือเพื่อนต่างเพศ
๔. เข้าไปอยู่ในสถานที่เปลี่ยว รกร้างไม่มีคน เช่น อาคารร้าง หลังห้องน้ำโรงเรียน
๕. คบเพื่อนที่ไม่ดี และถูกชักชวนไปทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น ออกไปเที่ยวกลางคืน อ่านการ์ตูนลามก ดูคลิปวิดีโอลามก
๖. ติดสารเสพติด (สารเสพติด อ่านว่า สาร – เสบ – ติด) หรือดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ทำให้ขาดสติและความยับยั้งชั่งใจ

๒) วิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ

การหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ ทำได้ดังนี้

๑. ไม่หลงเชื่อคำชักชวนหรือไม่รับสิ่งของจากคนที่ไม่รู้จัก และใช้คำพูดปฏิเสธอย่างสุภาพ เช่น “ไม่ไปค่ะ/ไม่ไปครับ” “ขอบคุณค่ะ/ขอบคุณครับ” แต่หนูไม่อยากจะ” แล้วรีบเดินหนีไปจากบริเวณนั้น
 ๒. ไม่อยู่ในสถานที่เปลี่ยวหรือลับตาคนเพียงลำพัง
 ๓. แต่งกายให้เรียบร้อยและเหมาะสมกับกาลเทศะ (กาลเทศะ อ่านว่า กา-ละ-เท-สะ) โดยเฉพาะเพศหญิงต้องแต่งกายมิดชิด ไม่โป้ หรือเปิดเผยให้เห็นรูปร่าง สัดส่วน
 ๔. ไม่อ่านหนังสือหรือดูสื่อลามก และไม่อยู่กับเพื่อนหรือคนต่างเพศสองต่อสองในห้องหรือที่ลับตาคน
 ๕. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และไม่เสพสารเสพติด
 ๖. หากมีคนที่ไม่น่าไว้วางใจ ทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก มาพุดคุยและถูกเนื้อตัว หรือโอบกอด บ่อยครั้ง ควรรีบบอกพ่อแม่ผู้ปกครองให้ทราบ
- การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศและวัย รวมทั้งรู้จักวิธีการหลีกเลี่ยงการถูกล่วงละเมิดทางเพศ จะทำให้อยู่ในสังคมอย่างปลอดภัย ไม่เกิดอันตรายทางเพศ

ใบความรู้สำหรับครู

เรื่อง พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศและความภาคภูมิใจในเพศของตน

๑. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศชาย

เพศชายควรปฏิบัติตนด้วยความเป็นสุภาพบุรุษ
(สุภาพบุรุษ อ่านว่า สุ - พาบ - บุ - หรด) ดังนี้

- ๑) มีความเป็นผู้ใหญ่ ชำนาญ รู้จักอดออม
- ๒) ใช้คำพูดที่สุภาพ มีคำลงท้ายว่า ครับ ไม่พูดคำหยาบ
- ๓) ช่วยเหลืองานในครอบครัวอยู่เสมอ
- ๔) แต่งกายสุภาพเรียบร้อยเหมาะสมกับโอกาสและสถานที่
- ๕) รู้จักการเสียสละให้ผู้อื่นก่อน
- ๖) ไม่เอาเปรียบ หรือรังแกผู้อื่น
- ๗) รู้จักขอโทษ เมื่อตนทำผิดและรู้จักให้อภัยผู้อื่น
- ๘) มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และให้ความช่วยเหลือผู้อื่น

๒. ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศชาย

- ๑) มีความแข็งแรง สามารถปกป้องคุ้มครองผู้ที่อ่อนแอ
- ๒) เป็นผู้ผู้นำและเป็นหัวหน้าครอบครัว
- ๓) สามารถทำงานหนักที่ใช้แรงมาก
- ๔) มีจิตใจที่เข้มแข็ง หนักแน่น
- ๕) มีความกล้าหาญและอดทน

๓. พฤติกรรมที่เหมาะสมของเพศหญิง

เพศหญิงควรปฏิบัติตนด้วยความเป็นสุภาพสตรี
(สุภาพสตรี อ่านว่า สุ - พาบ - สัต - ตรี) ดังนี้

- ๑) ช่วยเหลืองานในบ้านเสมอ
- ๒) ใช้คำพูดที่สุภาพ ไพเราะ อ่อนหวาน มีคำลงท้ายว่า ค่ะ ค๊ะ จ๊ะ จ๊ะ
- ๓) ไม่อยู่ในที่ลับตาคนกับเพศชายสองต่อสอง
- ๔) แต่งกายสุภาพเรียบร้อย มิดชิดเหมาะสมกับโอกาสและสถานที่
- ๕) รู้จักการประหยัด อดออม ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย
- ๖) มีกิริยามารยาทสุภาพ อ่อนโยน และมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย
- ๗) ฝึกการเป็นผู้ผู้นำ ด้วยการรู้จักช่วยเหลือตนเอง
- ๘) ไม่เล่นโลดโผน หรือเล่นคลุกคลีกับเพศชาย

๔. ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิง

- ๑) เป็นผู้ให้กำเนิดบุตร
- ๒) เป็นผู้ที่คอยดูแลความเรียบร้อยภายในบ้าน
- ๓) เป็นผู้ประกอบอาหารให้คนในครอบครัวรับประทาน
- ๔) สามารถดูแลช่วยเหลือตนเองและเป็นผู้นำครอบครัวได้
- ๕) สามารถให้ความช่วยเหลือเพศชายได้



สรุปสาระสำคัญ

ความภาคภูมิใจในตนเองและความแตกต่างทางเพศ

จุดเด่นจุดด้อยและความภาคภูมิใจในตนเอง

จุดเด่น คือ ความสามารถพิเศษ หรือสิ่งที่แสดงออกมาแล้วได้รับคำชื่นชม ซึ่งเราสามารถสร้างจุดเด่นได้ด้วยการฝึกฝนสิ่งที่ดีของตนเองอย่างสม่ำเสมอ

จุดด้อย คือ ข้อเสียหรือสิ่งที่ควรปรับปรุงแก้ไขซึ่งการปรับปรุงจุดด้อยทำได้ด้วยการหมั่นพัฒนาฝึกฝนและสร้างความมั่นใจให้กับตนเอง

ลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง

เพศชายและเพศหญิงจะมีความแตกต่างกันทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และลักษณะนิสัย การปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศจะทำให้ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

แบบทดสอบหลังเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

ชื่อ.....สกุล.....เลขที่.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้กาเครื่องหมาย **X** หน้าคำตอบที่ถูกที่สุด

๑. ข้อใดต่อไปนี้เป็นกล่าวถึงอวัยวะภายใน ก. มีหน้าที่มองดูสิ่งต่าง ๆ ข. รูปร่างคล้ายเมล็ดถั่วแดง ค. มี ๒ ข้าง ใช้หยิบจับสิ่งของ	๖. หญิงชราคนหนึ่ง ชื่อดวงพร เธออายุ ๘๐ ปี ตอนเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ข้อใดเป็นธรรมชาติของ ชีวิตมนุษย์ ก. ดวงพรเป็นคนแก่ ข. ดวงพรเป็นเด็กเลี้ยงง่าย ค. ดวงพรแต่งงานแล้ว
๒. พฤติกรรมใดต่อไปนี้เป็นที่ส่งผลเสียต่อดับ ก. ดื่มน้ำเป็นประจำ ข. กินลาบหมูที่ทำสุกแล้ว ค. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกสัปดาห์	๗. ถ้านักเรียนเป็นพี่ และต้องการให้น้องเชื่อฟัง ควรทำตามข้อใดเหมาะสมที่สุด ก. ช่วยน้องทำการบ้าน ข. ยอมรับผิดชอบน้อง ค. พูดกับน้องอย่างสุภาพไพเราะ
๓. ข้อใดเป็นวิธีดูแลอวัยวะในระบบหายใจ ก. กินผักและผลไม้มาก ๆ ข. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ค. ไม่กินอาหารที่มีไขมันมาก	๘. “เพื่อนกินหาง่าย เพื่อนตายหายาก” พฤติกรรมใด ตรงกับสำนวนนี้ ก. มีปัญหาแล้วหลบหน้า ข. ปลอบใจเมื่อเสียใจ ค. ชวนไปดูหนังอยู่เสมอ
๔. ความเครียดมีผลต่อการทำงานของกระเพาะ อาหารอย่างไร ก. กระเพาะอาหารย่อยอาหารได้มากขึ้น ข. กระเพาะอาหารดูดซึมอาหารได้ดีขึ้น ค. กระเพาะอาหารหลั่งกรดในการย่อย อาหารมากขึ้น	๙. ใครมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับคำว่า สุภาพบุรุษ ก. อันเดินจับมือกับตาลขณะเดินข้ามถนน ข. เตี้ยชวนหญิงไปบ้านเมื่อพ่อแม่ไม่อยู่บ้าน ค. ก้องช่วยแนนถือถุงหนังสือไปคืนห้องสมุด
๕. ถ้าแม่ขอให้นักเรียนช่วยกวาดบ้าน นักเรียน ควรทำอย่างไร ก. วิ่งหนี ข. รีบเข้าไปช่วย ค. ทำเฉย ๆ	๑๐. พฤติกรรมใดที่แสดงถึงความภาคภูมิใจในตนเอง ก. หินกอดกับต้นเมื่อชนะกีฬา ข. ป่านเรียกเพื่อนว่าแก ค. อิมช่วยมดยกสมุดที่หนัก

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เฉลย ชั้น ป.๓		
ข้อ	๑	ข
ข้อ	๒	ค
ข้อ	๓	ข
ข้อ	๔	ค
ข้อ	๕	ข
ข้อ	๖	ก
ข้อ	๗	ค
ข้อ	๘	ข
ข้อ	๙	ค
ข้อ	๑๐	ค

เกณฑ์การประเมินการทดสอบหลังเรียน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไปถือว่า ผ่าน

แบบสังเกตพฤติกรรม
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า

เรื่อง ชั้น.....

เลขที่	ชื่อ-สกุล	การอภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็น			การสืบค้นข้อมูล			การบันทึกข้อมูล			การสรุปเป็นองค์ความรู้			การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน			รวม	เฉลี่ย	ผลการประเมิน	
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑				
๑																			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๒																				
๓																				
๔																				
๕																				
๖																				
๗																				
๘																				
๙																				
๑๐																				
๑๑																				
๑๒																				
๑๓																				
๑๔																				
๑๕																				
รวม																				
เฉลี่ย																				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

เกณฑ์การประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหมายเลขที่ประเมิน
๓ หมายถึง ดี ๒ หมายถึง พอใช้ ๑ หมายถึง ต้องปรับปรุง

เกณฑ์การตัดสินการประเมิน ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องผ่าน หรือไม่ผ่าน
ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ระดับคุณภาพ ๒ ถึง ๓
ไม่ผ่าน หมายถึง มีผลการประเมินเฉลี่ย ต่ำกว่าระดับคุณภาพ ๒

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ-สกุล	พฤติกรรม มุ่งมั่นในการทำงาน					รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	สรุป ผลการประเมิน	
		ปฏิบัติงานด้วยความตั้งใจ ชยัน	ปฏิบัติงานด้วยความพยายาม	มีการเตรียมพร้อมในการเรียนและ ปฏิบัติงาน	ปฏิบัติงานตามขั้นตอนที่วางไว้	ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จ ตามกำหนด			ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑										
๒										
๓										
๔										
๕										
๖										
๗										
๘										
๙										
๑๐										
๑๑										
๑๒										

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ

ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ

ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู

ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

..... / /

แบบประเมินผลงาน

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนในขณะปฏิบัติกิจกรรม

แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ – สกุล	รายการประเมิน									รวม คะแนน	สรุปผล การประเมิน
		อธิบายได้ถูกต้อง			ผลงานถูกต้อง เป็น ระเบียบเรียบร้อย			ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา				
		๓	๒	๑	๓	๒	๑	๓	๒	๑		
๑												
๒												
๓												
๔												
๕												
๖												
๗												
๘												
๙												
๑๐												
๑๑												
๑๒												

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
..... / /

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

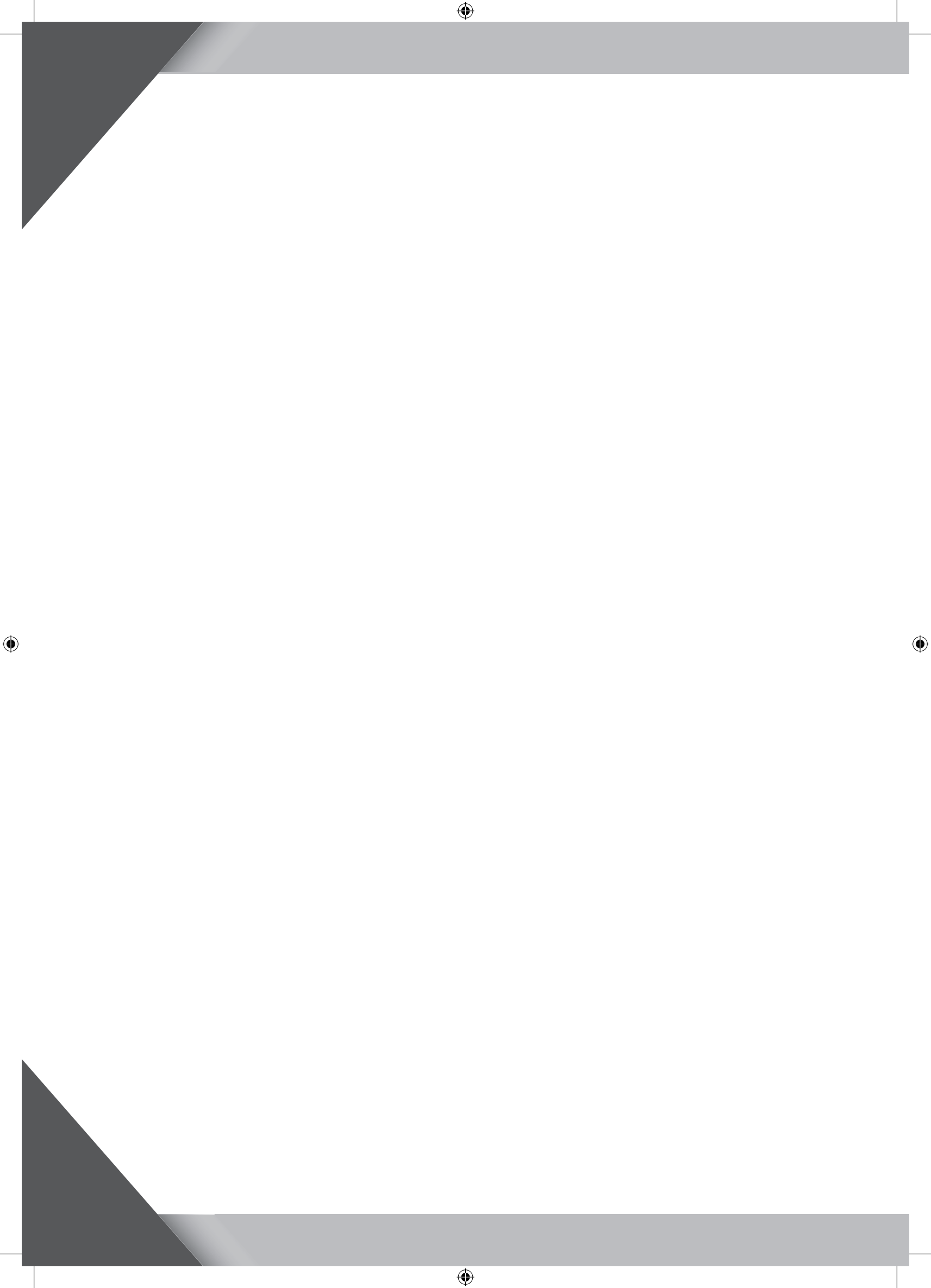
รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. อธิบายได้ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ได้ ถูกต้อง ละเอียด ชัดเจน	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	อธิบายเรื่องราว เนื้อหา ตามที่กำหนดให้ ได้เพียงบางส่วน
๒. ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย	ผลงานถูกต้อง เป็น ระเบียบเรียบร้อย ละเอียด ชัดเจน	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นส่วนใหญ่	ผลงานถูกต้อง เป็นระเบียบเรียบร้อย บางส่วน
๓. ทำงานเสร็จทัน ตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา เป็นส่วนใหญ่	ทำงานที่กำหนดให้ เสร็จทันตามกำหนดเวลา บางส่วน

แบบบันทึกคะแนนก่อนเรียนและหลังเรียน
หน่วยย่อยที่ ๑ รักตัวเราเท่าฟ้า
ชั้นประถมศึกษาปีที่

ที่	ชื่อ - สกุล	ก่อนเรียน	หลังเรียน	ผลการทดสอบ		ความก้าวหน้า	หมายเหตุ
				เพิ่ม	ลด		
๑							
๒							
๓							
๔							
๕							
๖							
๗							
๘							
๙							
๑๐							
๑๑							
๑๒							
๑๓							
๑๔							
๑๕							
รวม							
เฉลี่ย							

หน่วยย่อยที่ ๒
สนุกกับเกมกีฬา



ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้

หน่วยย่อยที่ ๒

จำนวนเวลาเรียน ๘ ชั่วโมง

ชื่อหน่วยย่อย สนุกกับเกมกีฬา

จำนวนแผนการจัดการเรียนรู้ ๔ แผน

สาระสำคัญของหน่วย

การเคลื่อนไหวและควบคุมร่างกายขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ ทักษะการเคลื่อนไหวอย่างมีทิศทาง การควบคุมการเคลื่อนไหว การเดิน การวิ่งการกระโดดอย่างปลอดภัย เล่นเกมเบ็ดเตล็ด และร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง การละเล่นพื้นเมือง การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำในการเล่น

มาตรฐานและตัวชี้วัด

มฐ. พ ๓.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒

มฐ. พ ๓.๒ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒

มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๕, ป.๓/๗

มฐ. ท ๓.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๓

ลำดับการเสนอแนวคิดหลัก

การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่และใช้อุปกรณ์ การเล่นเกมเบ็ดเตล็ดและร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหว เช่น วิ่งเปี้ยว, วิ่งวิบาก, ลิงชิงบอล การเล่นเกมพื้นเมือง เกมรื้อข้าวสาร, เดินกะลา, ชักกะเยอ การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม

การเคลื่อนไหวร่างกาย



การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด



เกม



การเล่นเกม

โครงสร้างของหน่วย

หน่วยการเรียนรู้ที่	ชื่อหน่วยย่อย	แผนที่	ชื่อแผน	เวลา	หมายเหตุ
๒	สนุกกับเกมกีฬา	๑	การเคลื่อนไหวร่างกาย	๒ ชั่วโมง	
		๒	การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	๒ ชั่วโมง	
		๓	เกม	๒ ชั่วโมง	
		๔	การเล่นเกม	๒ ชั่วโมง	

หน่วยย่อยที่ ๒
เรื่อง สนุกกับเกมกีฬา
เวลา ๘ ชั่วโมง

- การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง
- การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบจังหวะอย่างมีทิศทาง

- การเลือกออกกำลังกาย การเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง
- การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกม

- การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับ
ทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

- การปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา
หน่วยย่อยที่ ๒ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ การเคลื่อนไหวร่างกาย เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนไหวที่ในท่าประกอบจังหวะเพลง และเดินถอยหลัง เป็นการฝึกปฏิบัติการควบคุมร่างกาย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ข้อบ่งชี้เนื้อหา

- การควบคุมการเคลื่อนไหว ร่างกายขณะ อยู่กับที่เคลื่อนไหวที่ใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง
- การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบจังหวะอย่างมีทิศทาง

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- แบบทดสอบก่อนเรียน
- ใบความรู้สำหรับครู
- ใบงาน
- เพลง

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑-๓
- ใบงานที่ ๐๑
- แบบประเมินพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบทดสอบก่อนเรียน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ตรวจผลงาน
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

- ไม่มี -

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข:หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกาย
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	- ครูชี้แจงตัวชี้วัดชั้นปี และจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน - สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียน นักเรียนร่วมกันจัดแถวโดยการจัดแถวหน้ากระดานสองแถว - ทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ
ขั้นสอน	- ครูอธิบายและสาธิตการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ และเคลื่อนที่โดยใช้ส่วนต่างๆของร่างกายและให้นักเรียนปฏิบัติตาม - นักเรียนแบ่งกลุ่มๆละ ๓ - ๔ คนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ตามที่ครูสาธิต ตามใบความรู้ที่ ๑ และ ใบความรู้ที่ ๒ - ครูนำนักเรียนร้องเพลง ไตรรงค์ธงไทยพร้อมปรบมือประกอบจังหวะตามใบความรู้ที่ ๒ ทำใบงานที่ ๐๑ เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ - นักเรียนแบ่งกลุ่มๆละ ๓ - ๔ คน ครูสาธิตและแนะนำการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบจังหวะ นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะอย่างถูกวิธีแล้วส่งตัวแทนกลุ่ม ออกมาแสดงให้เพื่อนชม
ขั้นสรุป	นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการเคลื่อนไหวร่างกาย ครูอธิบายเพิ่มเติมพร้อมทั้งแนะนำการเคลื่อนไหวที่ถูกต้อง และโทษจากการเคลื่อนไหวไม่ถูกต้อง หัวหน้านักเรียนบอกเลิกแถวทุกคนเดินเข้าห้องอย่างเป็นระเบียบ
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ตรวจผลงาน - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจแบบทดสอบก่อนเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ: หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข:หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬาแผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกาย
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และศิลปะ เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง
- การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบจังหวะอย่างมีทิศทาง

จุดประสงค์

ความรู้

๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทางได้

๒.บอกวิธีการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ได้

๓.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบจังหวะได้

ทักษะ

๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทางได้

๒.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย การเดิน การวิ่ง การกระโดดอย่างปลอดภัยได้

คุณธรรมจริยธรรม/คุณลักษณะ

อันพึงประสงค์

- มีวินัย

(ชั่วโมงที่ ๑)

ขั้นนำ

๑. ทดสอบก่อนเรียน นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน
๒. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนนักเรียนร่วมกันจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆดังนี้สับคอเท้า สบัดมือ หมุนเอว ฯลฯ

ขั้นสอน

๓. ครูอธิบายหลักการเคลื่อนไหวเบื้องต้นตามใบความรู้ที่ ๑ และใบความรู้ที่ ๒
๔. นักเรียนแบ่งกลุ่มๆละ ๓ - ๔ คนเพื่อเตรียมทำกิจกรรม โดยครูสาธิตให้นักเรียนดู แล้วให้นักเรียนฝึกปฏิบัติตาม จากนั้นให้นักเรียนแยกไปฝึกปฏิบัติตามกลุ่มที่แบ่งไว้ โดยครูกำกับดูแลอย่างใกล้ชิด เมื่อพบเห็นนักเรียนคนใดปฏิบัติไม่ถูกต้องก็ช่วยแก้ไขทันที
๕. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาปฏิบัติกิจกรรมตามที่ได้ฝึกไปแล้ว โดยให้เพื่อนร่วมกันแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
๖. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้และทักษะที่ได้จากการเรียนและฝึกปฏิบัติ

(ชั่วโมงที่ ๒)

๗. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนนักเรียนร่วมกันจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆดังนี้สับคอเท้า สบัดมือ หมุนเอว ฯลฯ
๘. ครูและนักเรียนทบทวนบทเรียนชั่วโมงที่ ๑ ร่วมกัน
๙. นักเรียนร้องเพลงได้รณรงค์ไทย ตามครู จากนั้นนักเรียนร้องเพลงพร้อมกันและปรบมือประกอบจังหวะเพลง
๑๐. ตัวแทนนักเรียนออกมาแสดงท่าทางการเคลื่อนไหวร่างกายในท่าต่างๆ ให้เข้ากับจังหวะการปรบมือ ครูแนะนำและสาธิตการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะ
๑๑. นักเรียนแต่ละกลุ่มแข่งขันออกแบบการเคลื่อนไหวนอกเหนือจากที่ครูอธิบาย จากนั้นทุกคนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะ

๑๒. นักเรียนฝึกการเคลื่อนไหวตามจังหวะที่เรียนมา แล้วทำใบงานที่ ๐๑ เรื่องวิธีการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์

ขั้นสรุป

๑๓. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลงครูอธิบายเพิ่มเติมพร้อมทั้งแนะนำการเคลื่อนไหวที่ถูกต้องและโทษจากการเคลื่อนไหวไม่ถูกต้อง
๑๔. ครูบอกเลิกแถว เน้นย้ำนักเรียนทุกคนต้องรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองด้วยการทำความสะอาดร่างกาย แล้วเดินแถวเข้าห้องเรียนอย่างเป็นระเบียบ

สื่อ /แหล่งเรียนรู้

- ๑.แบบทดสอบก่อนเรียน
๒. ใบความรู้สำหรับครู
๓. ใบงาน

ภาระงาน/ ชิ้นงาน

๑. ทำแผนผังความคิด วิธีการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์

การวัดและประเมินผล

๑.ประเมินความรู้เรื่องการเคลื่อนไหว การควบคุมร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ โดยใช้อุปกรณ์ประกอบและทักษะการเคลื่อนไหวประกอบจังหวะแบบบังคับทิศทาง

๒. ประเมินทักษะในการปฏิบัติการควบคุม เรื่องการเคลื่อนไหวการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล

๓.ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิธีการ

- ๑.ทดสอบก่อนเรียน
- ๒.สังเกตพฤติกรรม
- ๓.ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

- ๑.แบบทดสอบก่อนเรียน
- ๒.แบบประเมินพฤติกรรม
- ๓.แบบประเมินผลงาน
- ๔.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

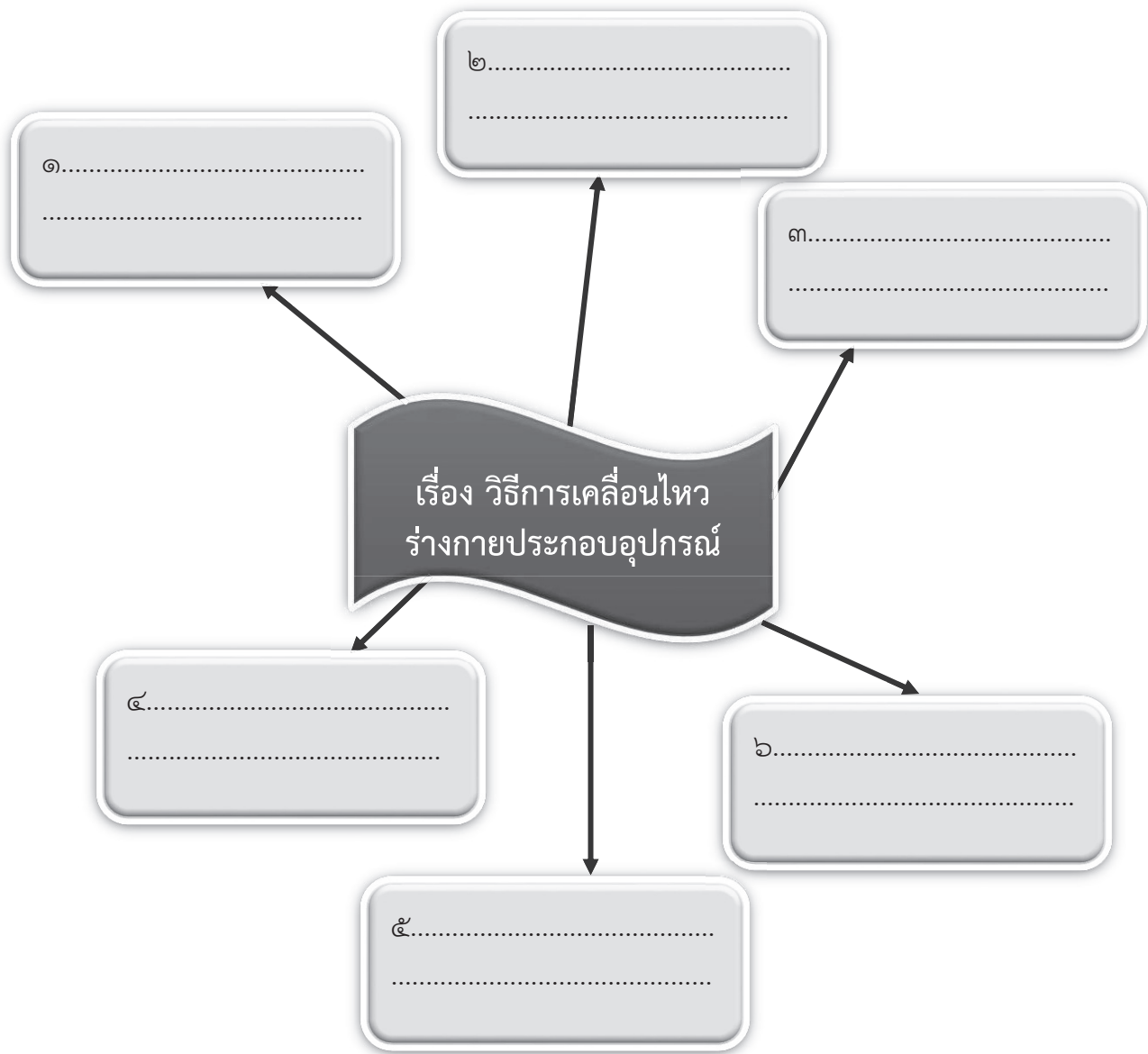
เกณฑ์การประเมิน

- ๑.ปฏิบัติตามกิจกรรมได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด
- ๒.การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด
๓. ทำแบบทดสอบได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง วิธีการเคลื่อนไหวประกอบอุปกรณ์

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิดวิธีการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์
พร้อมทั้งตกแต่งและระบายสีให้สวยงาม



ชื่อ.....ชั้น.....

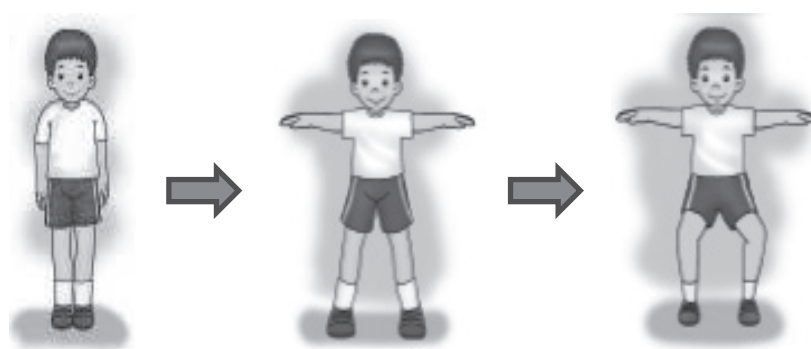
วันที่.....กลุ่ม.....

ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับครู เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกาย

การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการควบคุมร่างกายให้มีความสมดุลในขณะที่เคลื่อนไหว การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายมีความสำคัญต่อความมั่นคงและความปลอดภัยในการเคลื่อนไหว การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายมี ๓ รูปแบบที่สำคัญ ได้แก่ การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ ขณะเคลื่อนที่ และประกอบอุปกรณ์ เราจึงควรฝึกทักษะการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายทั้ง ๓ แบบดังกล่าวให้เกิดความชำนาญโดยหลักของการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบไปด้วยการถ่ายเทน้ำหนักไปยังส่วนต่าง ๆ ของร่างกายขณะที่เราเคลื่อนไหว เช่น ขณะที่เราเดินจะต้องถ่ายเทน้ำหนักจากส้นเท้าไปที่ปลายเท้า ส่วนการจัดร่างกายและปรับเปลี่ยนท่าทางของร่างกายจะช่วยให้เกิดความสมดุล ทำให้ไม่ล้มได้ง่าย เช่น ขณะที่เรากระโดดลงสู่พื้นเราควรกางขาและย่อเข่าลงเล็กน้อย และควรมีการปรับเปลี่ยนท่าทางการเคลื่อนไหวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่ปฏิบัติ เช่น การโยนลูกบอลลงห่วงจะต้องใช้ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายในท่ายืนและกระโดด การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ หมายถึง การควบคุมการเคลื่อนไหวขณะที่ร่างกายไม่ต้องเคลื่อนที่จากตำแหน่งหนึ่งไปยังอีกตำแหน่งหนึ่ง แต่เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายเพียงบางส่วนเช่น การก้ม การยิด การหมุน การแกว่งรูปแบบและแนวทางในการฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ที่นักเรียนควรเรียนรู้และฝึกปฏิบัติมีดังนี้

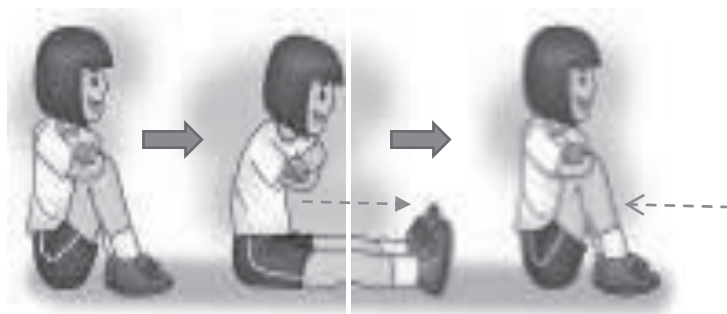
๑. การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่โดยการยืน มีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้

ยืนตัวตรง กางแขนทั้งสองข้างออก วางเท้าห่างกันประมาณ ช่วงไหล่ ย่อตัวลง ขาส่วบนขนานกับพื้น เข่างอไปด้านหน้าเล็กน้อยพร้อมถ่ายน้ำหนักตัวไปยังเท้าทั้งสองข้าง



แสดงรูปแบบการฝึก

๒. การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่โดยการนั่ง
มีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้
นั่งชันเข่าให้เข่าแตะที่อก เท้าชิด แขนทั้งสองกอดอก แล้วเหยียด ขาทั้งสองข้างไป
ข้างหน้า โดยให้ส้นเท้าแตะพื้นตลอด เมื่อเหยียดตรง แล้วให้ดึงขากลับมาแตะอกเช่นเดิม โดยให้
ส้นเท้าแตะพื้น

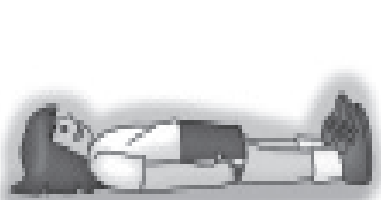


แสดงรูปแบบการฝึก

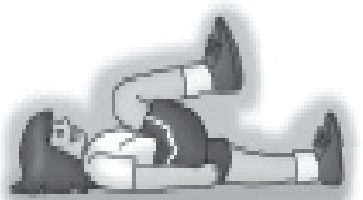
ขณะที่มีการเคลื่อนไหวโดยการเหยียดขาตรงและงอขาเข้ามาแตะอก ควรโน้มตัวไป
ข้างหน้าเล็กน้อยเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย

๓. การฝึกทักษะการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ โดยการนอน
มีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้

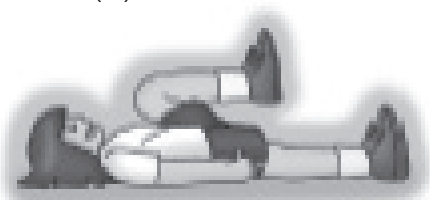
ท่าเริ่มต้น นอนหงาย หลังติดพื้น เท้าทั้งสองข้างวางชิดกัน แขนทั้งสองข้างวางแนบข้างลำ
ตัว (๑) ดึงขาขวาเข้ามาให้ชิดอกมากที่สุด (๒) เหยียดขากลับสู่ท่าเดิม แล้วเปลี่ยนเป็นดึงขาซ้ายเข้า
มาให้ชิดอก มากที่สุด (๓) เหยียดขากลับสู่ท่าเดิม ดึงขาทั้งสองข้างมาชิดอก (๔) และ เหยียดตรง
กลับสู่ท่าเริ่มต้น



(๑)



(๒)



(๓)



(๔)

แสดงรูปแบบการฝึก

ขณะที่มีการเคลื่อนไหว ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่ไม่ได้เคลื่อนไหว จะต้องสัมผัสกับพื้นตลอดเวลา

การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ หมายถึง การ ควบคุมการเคลื่อนไหว ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจากตำแหน่งหนึ่งไปยัง อีกตำแหน่งหนึ่ง เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดด การสไลด์

รูปแบบและแนวทางในการฝึกการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะเคลื่อนที่ที่นักเรียน ควรเรียนรู้และฝึกปฏิบัติมีดังนี้

๓.๑ การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่โดยการวิ่ง มีรูปแบบและแนวทางในการฝึก ดังนี้

รูปแบบการฝึกที่ ๑

การวิ่งขึ้นทางลาดชัน การเคลื่อนไหวร่างกายโดยการวิ่งขึ้น ทางลาดชัน ควรโน้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อย น้ำหนักตัวจะอยู่ที่เท้าหน้า



การวิ่งขึ้นทางลาดชัน

รูปแบบการฝึกที่ ๒

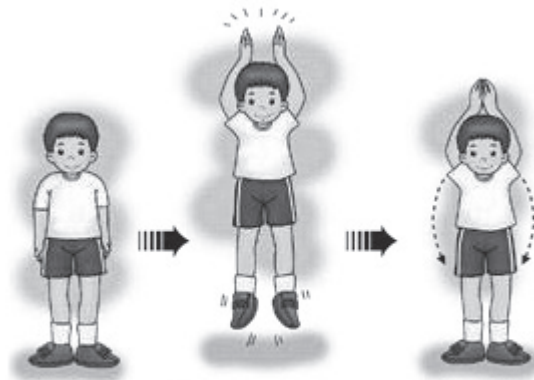
การวิ่งลงทางลาดชัน การเคลื่อนไหวร่างกายโดยการวิ่งลงทางลาดชัน ควรเอนตัว ไปข้างหลังเล็กน้อย น้ำหนักตัวจะอยู่ที่เท้าหลัง



การวิ่งลงทางลาดชัน

๓.๒ การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่โดยการกระโดดมีรูปแบบและ
แนวทางการฝึก ดังนี้

การกระโดดตบมือเหนือศีรษะ ให้ยืนตัวตรงแขนแนบลำตัว กระโดดแยกเท้าพร้อม
กับตบมือเหนือศีรษะขณะลอยตัวอยู่ในอากาศ ขณะกระโดดลงให้ย่อเข่าเล็กน้อยเพื่อป้องกันการ
การบาดเจ็บ ควรเริ่มทำช้า ๆ ก่อน แล้วเพิ่มความเร็วขึ้น



การกระโดดตบมือเหนือศีรษะ

ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับครู

เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์

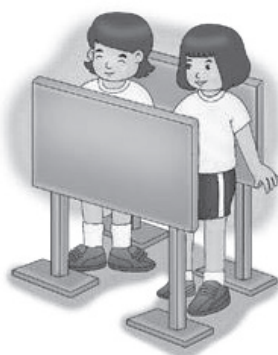
การควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ หมายถึง การควบคุมการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายจากตำแหน่งหนึ่ง ไปยังอีกตำแหน่งหนึ่ง หรือการเคลื่อนไหวร่างกายเพียงบางส่วน โดยมีอุปกรณ์ประกอบการเคลื่อนไหว เช่น การเดินบนคานไม้ การวิ่ง ข้ามหนัวยาง การกระโดดข้ามหนัวยาง การขว้างลูกบอลให้ถูกเป้า

รูปแบบและแนวทางในการฝึกการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ประกอบอุปกรณ์ที่นักเรียนควรเรียนรู้และฝึกปฏิบัติมีดังนี้

๑. การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยการเดิน มีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้

รูปแบบการฝึกที่ ๑

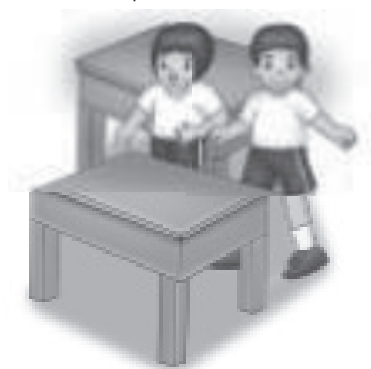
การเดินผ่านช่องกำแพงแบบก้าว – ชิด – ก้าว ทุกคนจะต้องเดินผ่านโดยไม่ให้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายสัมผัสกับผนังของกำแพง



การเดินผ่านช่องกำแพง แบบก้าว – ชิด – ก้าว

รูปแบบการฝึกที่ ๒

การเดินผ่านช่องว่างระหว่างโต๊ะ ทุกคนจะต้องเดินผ่านโดยไม่ให้ส่วนหนึ่งส่วนใดของร่างกายสัมผัสกับโต๊ะ

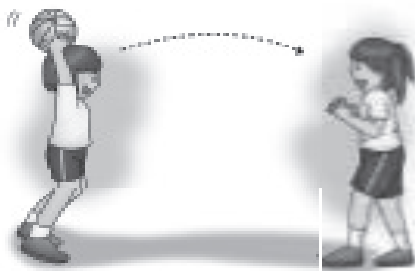


การเดินผ่านช่องว่าง ระหว่างโต๊ะ

๒. การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยการยืนมีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้

รูปแบบการฝึกที่ ๑

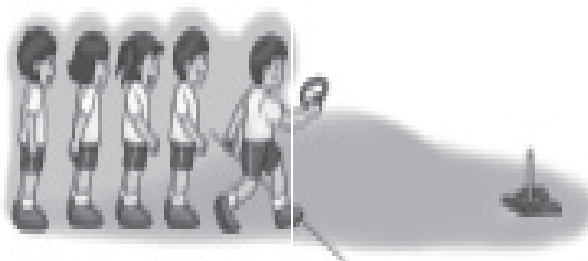
การขว้างลูกบอลไกลกับคู่ ให้จับคู่ยืนห่างกันประมาณ ๕-๖ เมตร แล้วขว้างลูกบอลมือเดียวหรือสองมือก็ได้ให้กับคู่ ตนเอง



การขว้างลูกบอลไกลกับคู่

รูปแบบการฝึกที่ ๒

การโยนห่วงยางเข้าหลัก ให้นักเรียนยืนเข้าแถวตอนลึกหลังเส้นเริ่ม ห่างจากหลัก ๕-๘ เมตร แต่ละคนโยน ห่วงยางให้เข้าหลักแล้วเปลี่ยนให้คนต่อไปโยนต่อ



การโยนห่วงยางเข้าหลัก

๓. การฝึกทักษะการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยการวิ่งมีรูปแบบและแนวทางการฝึกดังนี้

รูปแบบการฝึกที่ ๑

การวิ่งข้ามวงกลม ให้ทุกคนยืนตั้งแถวหลังเส้นเริ่ม ห่างจาก วงกลมวงแรก ๒-๓ เมตร เมื่อได้ยินสัญญาณให้วิ่งข้ามวงกลม ทีละวง



การวิ่งข้ามวงกลม

รูปแบบการฝึกที่ ๒

การวิ่งข้ามแผ่นไม้ ให้ยืนอยู่หลัง เส้นเริ่ม เมื่อได้ยินสัญญาณให้วิ่งข้ามท่อนไม้ ที่วางเรียงห่างกันประมาณ ๓-๔ เมตร



การวิ่งข้ามท่อนไม้

๔. การฝึกควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยการกระโดด มีรูปแบบและแนวทางการฝึก ดังนี้

รูปแบบการฝึกที่ ๑

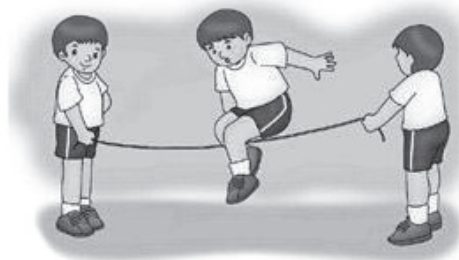
การกระโดดเข้าห้วง ให้ทุกคนเข้าแถวตอน หลังเส้นเริ่ม โดยให้คนแรกของกลุ่มกระโดดด้วยเท้าคู่ลงกลางห้วง จากห้วงแรกจนถึงห้วง สุดท้าย แล้ววิ่งไปต่อท้ายแถวเพื่อน คนถัดไปทำเหมือนคนแรกและกระโดดให้ครบทุกคน



การกระโดดเข้าห้วง

รูปแบบการฝึกที่ ๒

การกระโดดข้ามหนังยาง ให้นักเรียน ๒ คน ยืนจับหนังยางให้มี ความสูงระดับเหนือเข่าเล็กน้อย แล้วให้ แต่ละคนกระโดดข้ามทีละคน คนใดกระโดดข้ามไม่ได้ให้ เปลี่ยนเป็นคนจับ หนังยางแทน เมื่อกระโดดข้ามจนครบ ทุกคนแล้วให้เพิ่มระดับความสูงขึ้นตาม ที่ตกลงกัน



การกระโดดข้ามยาง

ใบความรู้ที่ ๓ สำหรับครู เรื่อง การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง

การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะ เป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายให้เข้ากับจังหวะของเพลง โดยส่งเสริมให้มีการแสดงออก ยึดความมีวินัย ทำให้เกิดความพร้อมเพรียงในหมู่คณะ และพัฒนาอวัยวะทุกส่วนให้มีความสัมพันธ์กัน

๑. การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง

การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายตามท่าทางที่กำหนดไว้ในเพลง ซึ่งจะทำให้ได้รับความสนุกสนานแล้วยังได้รับความเพลิดเพลินจากเสียงเพลงอีกด้วย

ดนตรีประกอบท่ากายบริหาร ดนตรีที่ใช้ประกอบท่ากายบริหารมีหลายรูปแบบ ดนตรีจังหวะเพลงมาร์ช เป็นดนตรีประเภทหนึ่งที่ใช้ประกอบท่ากายบริหารซึ่งมีลักษณะดังนี้

๑. ใน ๑ ห้องเพลงมี ๔ จังหวะ ทุกจังหวะเป็นจังหวะเร็วทั้งหมด คือ เร็ว – เร็ว – เร็ว – เร็ว

๒. จังหวะเพลงมาร์ช ใช้เสียงกลองเป็นเครื่องให้จังหวะ ใน ๑ ห้องเพลง จะมีเสียงกลองตี ดังนี้

จังหวะที่ ๑	จังหวะที่ ๒	จังหวะที่ ๓	จังหวะที่ ๔
ตึง	ตึง	ตึง	-

๓. จังหวะที่ ๔ เสียงกลองจะเว้นไปหนึ่งจังหวะแล้วจึงเริ่มต้นใหม่จนจบเพลง

เพลงไตรรงค์ธงไทย

ทำนอง เพลงไตรรงค์ธงไทย

ไตรรงค์ธงไทย	ปลิวไสวสวยงามสง่า
สีแดงคือชาติ	สีขาวศาสนา
น้ำเงินหมายความว่า	พระมหากษัตริย์ไทย

การเคลื่อนไหวร่างกายให้เข้ากับจังหวะเป็นการออกกำลังกายวิธีหนึ่งที่ทำให้ผู้ฝึกเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินมีวิธีฝึก ดังนี้

ภาพประกอบกายบริหาร

ท่าที่	ท่าเตรียม	จังหวะที่ ๑	จังหวะที่ ๒	จังหวะที่ ๓	จังหวะที่ ๔
๑	 ไทร	 รงค์	 ธงไทย	 ปลิวไสว	 สวยามสง่า
๒	 ลี	 แดง	 คือชาติ	 ลีขาว	 ศาสนา
๓	 น้ำ	 เงิน	 หมายว่า	 พระมหา	 กษัตริย์ไทย

๒. การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะแบบเดี่ยว

- ๑) เอียงตัวปรบมือ ให้เอียงตัวไปทางซ้ายแล้วปรบมือทางซ้าย ๑ ครั้ง จากนั้นเอียงตัวไปทางขวา แล้วปรบมือทางขวา ๑ ครั้ง ทำเช่นนี้หลาย ๆ ครั้ง
- ๒) โค้งตัวปรบมือ ให้ปรบมือ ๓ ครั้ง แล้วโค้งตัวทางซ้าย ปรบมือ ๓ ครั้ง แล้วโค้งตัวทางขวา ปรบมือ ๓ ครั้ง แล้วโค้งตัวข้างหน้า ทำเช่นนี้หลาย ๆ ครั้ง
- ๓) ผงกศีรษะปรบมือ ปรบมือ ๓ ครั้งแล้วผงกศีรษะ ๒ ครั้ง ทำเช่นนี้หลาย ๆ ครั้ง
- ๔) ยืนปรบมือส่ายสะโพก ปรบมือ ๑ ครั้ง แล้วส่ายสะโพกไปทางซ้ายมือ ๑ ที ปรบมือ ๑ ครั้ง แล้วส่ายสะโพกไปทางขวามือ ๑ ที ทำเช่นนี้หลาย ๆ ครั้ง
- ๕) กระโดดเท้าคู่อยู่กับที่ตามจังหวะ กระโดดเท้าคู่ขึ้นลงอยู่กับที่พร้อมกับปรบมือให้เข้ากับจังหวะ
- ๖) กระโดดเท้าคู่เคลื่อนที่ตามจังหวะกระโดดเท้าคู่ไปข้างหน้า ข้างหลัง ข้างซ้าย และข้างขวา พร้อมกับปรบมือให้เข้ากับจังหวะ

๗) กระโดดขาเดียวตามจังหวะ กระโดดด้วยขาข้างเดียว ส่วนขาอีกข้างหนึ่งให้ยกขึ้น พร้อมกับปรบมือ ทำสลับซ้ายขวาไปเรื่อย ๆ

๘) กระโดดเขย่งปรบมือใต้ขา กระโดดด้วยขาเพียงข้างเดียว พร้อมกับปรบมือใต้ขาทำสลับขาซ้ายขวาให้เข้ากับจังหวะ

๙) กระโดดเคลื่อนที่ตามจังหวะปรบมือ กระโดดเขย่งไปข้างหน้าติดกัน ๓ ครั้ง พร้อมกับปรบมือให้เข้ากับจังหวะ

๑๐) แกว่งแขนอยู่กับที่ ยืนตรงปล่อยแขนทั้ง ๒ ข้าง เหยียดลงข้างลำตัว แล้วแกว่งแขนซ้ายไปด้านหน้า ทำสลับกันหลาย ๆ ครั้ง

๑๑) ย่ำเท้าอยู่กับที่ ยืนตรง มือเท้าสะเอวแล้วยกขาซ้ายขึ้นและย่ำลงบนพื้นในตำแหน่งที่ยืนอยู่เดิม จากนั้นยกขาขวาขึ้นและย่ำลงบนพื้นในตำแหน่งที่ยืนอยู่เดิมนำเท้าสลับกันหลาย ๆ ครั้ง

๑๒) ย่ำเท้าแกว่งแขนอยู่กับที่ให้เข้ากับจังหวะ ย่ำเท้าและแกว่งแขนให้พร้อมกัน โดยเมื่อเริ่มย่ำเท้าจะให้จังหวะโดยพูด “ซ้าย ขวา ซ้าย ซ้าย ขวา ซ้าย” เมื่อพูด “ซ้าย” ให้ย่ำเท้าซ้ายลงพื้น เมื่อพูด “ขวา” ให้ย่ำเท้าขวาลงพื้น (ช่วงเว้นวรรคก่อนที่จะเริ่มพูด “ซ้าย ขวา ซ้าย” ใหม่ ให้ทุกคนย่ำเท้าขวาลงพื้น)

๑๓) เดินให้เข้ากับจังหวะ เดินไปข้างหน้า ๕ ก้าว และถอยหลัง ๕ ก้าว ขณะเดินให้ปรบมือไปด้วยหรือให้ครูเคาะจังหวะให้ได้

ประโยชน์ในการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะ

๑. การเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น เดิน วิ่ง กระโดดโลดเต้น ชูมือ หมุนตัว สะยเอว สามารถพัฒนาทักษะในการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๒. ช่วยให้สุขภาพร่างกายของเด็กแข็งแรง และพัฒนาอวัยวะทุกส่วนของเด็กให้มีความสัมพันธ์กันอย่างดี

๓. การเคลื่อนไหวร่างกายกับอุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นการฝึกทักษะการคิดสร้างสรรค์และจินตนาการให้แก่เด็กช่วยให้เด็กเกิดความมั่นใจในตนเอง

๔. เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นเป็นการพัฒนาทักษะทางสังคมมีความสามัคคีและปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่ม

๕. การที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง และเสียงดนตรีนั้น ช่วยให้เด็กสนุกสนาน เบิกบาน ผ่อนคลายความเครียด ซึ่งเป็นผลที่ทำให้เด็กเป็นคนมีอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส

๖. การร้อง เต้น เล่นสนุกช่วยพัฒนาสติปัญญาและการเรียนรู้ของเด็ก

ที่มา : <http://guru.google.co.th>

แบบทดสอบก่อนเรียน

หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย X ทับข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. กิจกรรมใดเกี่ยวข้องกับการทรงตัวมากที่สุด

- ก. วิ่งไล่จับ
- ข. เดินบนถังน้ำมัน
- ค. โยนลูกบอลลงห่วง

๒. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว

- ตามจังหวะเพลง
- ก. ผีกลเดิน - จังหวะเพลง
- ข. ผีกลวิ่ง - จังหวะการปรบมือ
- ค. ผีกลกระโดด - จังหวะการร้องเพลง

๓. ข้อใดเรียงลำดับความเร็วในการเคลื่อนที่

- ก. เดิน เหยาะ ๆ วิ่ง
- ข. เหยาะ ๆ วิ่ง เดิน
- ค. วิ่ง เดิน เหยาะ ๆ

๔. การปาเป้าควรใช้แขนข้างใด

- ก. ข้างขวา
- ข. ข้างที่ถนัด
- ค. ข้างซ้าย

๕. ข้อใดเป็นการออกกำลังข้อเท้า

- ก. กระโดดกบ
- ข. โยนบอล
- ค. ขว้างสิ่งของ

๖. ส่วนใดที่ออกแรงมากที่สุดในการวิ่ง

- ก. เท้า
- ข. ส้นเท้า
- ค. ปลายเท้า

๗. ข้อใดสำคัญที่สุดในการปรบมือให้เข้ากับ

- จังหวะ
- ก. ความพร้อมเพรียง
- ข. เสียงให้ดังพอเหมาะ
- ค. เสียงกลองที่นำมาประกอบ

๘. ข้อใดเป็นสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการเล่นโลดโผน

- ก. ความอดทน
- ข. ความรับผิดชอบ
- ค. ความปลอดภัย

๙. การเล่นโลดโผนที่ดีช่วยฝึกตัวเราให้เป็นคน

- อย่างไร
- ก. มีความอ่อนโยน
- ข. มีความละเอียดอ่อน
- ค. มีความคล่องแคล่วว่องไว

๑๐. การกระโดดในข้อใดใช้วิธีกระโดดเท้าสองข้าง

- ก. กระโดดเขย่งปรบมือ
- ข. กระโดดเท้าคู่
- ค. กระโดดเขย่งปรบมือได้ขา

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา

เฉลย ป.๓
๑) ข
๒) ค
๓) ก
๔) ข
๕) ก
๖) ค
๗) ค
๘) ค
๙) ค
๑๐) ข

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง เพื่อประเมินพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล ครูผู้สอนเป็นผู้ประเมินนักเรียนโดยใช้วิธีสังเกตในขณะที่ดำเนินการสอน แล้วใส่คะแนนให้ตรงกับพฤติกรรมที่เป็นจริงของนักเรียนตามระดับคะแนน ดังนี้

๑ = ควรปรับปรุง

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๑๑ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียนเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่	มีการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ด้วยตนเอง ถูกต้อง	มีการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	มีการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๒. การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่	การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่ด้วยตนเองถูกต้อง	การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	การเคลื่อนไหวร่างกายขณะเคลื่อนที่โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๓. การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์	การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์ด้วยความคล่องแคล่วถูกต้อง	การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	การเคลื่อนไหวร่างกายประกอบอุปกรณ์โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๔. การเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง	มีการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลงถูกต้อง สนุกสนาน	มีการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง สนุกสนาน โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	มีการเคลื่อนไหวร่างกายตามจังหวะเพลง สนุกสนาน โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๕. ความคล่องแคล่วและการทรงตัว	มีความคล่องแคล่วและทรงตัวได้ดี ถูกต้อง	มีความคล่องแคล่วและทรงตัวได้ดี ถูกต้อง เป็นบางครั้ง	มีความคล่องแคล่วแต่ทรงตัวได้ไม่ดี

แบบประเมินผลงานการปฏิบัติงานเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย

วิชา.....ชั้นประถมศึกษาปีที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง เพื่อประเมินผลงานของนักเรียนเป็นรายบุคคล ตามระดับคะแนน ดังนี้

๓ = ดี

๒ = พอใช้

๑ = ควรปรับปรุง

ชื่อ-สกุล	รายการปฏิบัติ	ทำงานที่ได้รับมอบหมายเต็มความสามารถ	การให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ	การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี	มีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม	การตกแต่งภาพการเคลื่อนไหวอย่างสวยงาม	รวมคะแนน (๑๕ คะแนน)	สรุปผลการประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

นักเรียนได้คะแนน ๘ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินผลการปฏิบัติงานเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. ทำงานที่ได้รับมอบหมายเต็มความสามารถ	ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมาย ผลงานดี ไม่มีรอยขีดฆ่า เสร็จตามกำหนดเวลา	ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมาย ผลงานดี มีรอยขีดฆ่าเล็กน้อย เสร็จตามกำหนดเวลา	ไม่ตั้งใจทำงานที่ได้รับมอบหมาย ผลงานไม่ดี มีรอยขีดฆ่า เสร็จไม่ทันตามกำหนดเวลา
๒. การให้ความร่วมมือกับหมู่คณะ	รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายจากกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ	รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายจากกลุ่มเป็นส่วนใหญ่	รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายจากกลุ่มเป็นบางครั้ง
๓. การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี	รู้จักปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ	รู้จักปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่อย่างสม่ำเสมอ	รู้จักปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่เป็นบางครั้ง
๔. มีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรม	มีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอด้วยตนเอง	มีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรมแต่ไม่อย่างสม่ำเสมอ	มีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติกิจกรรมน้อย
๕. การตกแต่งภาพการเคลื่อนไหวอย่างสวยงาม	การตกแต่งภาพการเคลื่อนไหวอย่างสวยงามถูกต้อง	การตกแต่งภาพการเคลื่อนไหวอย่างสวยงามถูกต้อง	การตกแต่งภาพการเคลื่อนไหวอย่างสวยงามถูกต้อง

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๒ แผนการเรียนรู้ที่ ๒ การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

การการเล่นเกมกระโดดตามจุด เป็นการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด ซึ่งจะต้องปฏิบัติตามกฎ กติกา และ ข้อตกลงในการเล่น

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- แผนภูมิภาพเกม
- ใบความรู้สำหรับครู
- เกม
- ใบงาน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑
- ใบงานที่ ๐๑
- แบบประเมินพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ตรวจผลงาน
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

- ไม่มี -

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาภาษาไทย และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	นักเรียนร่วมกันจัดแถวโดยการจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ
ขั้นสอน	- นักเรียนเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการเล่นของนักเรียนครูอธิบายหลักการเล่น โลดโผนและสาธิตการเล่น โลดโผน แล้วนักเรียนปฏิบัติตาม - ตรวจสอบซักซ้อมความเข้าใจโดยให้นักเรียนซักถาม - แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มฝึกปฏิบัติกิจกรรมการเล่น โลดโผนแบบต่างๆตามใบความรู้ที่ ๑ โดยครูคอยแนะนำนักเรียนที่ยังฝึกไม่ถูกต้องให้ปรับปรุงแก้ไขจนถูกต้อง - ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มแสดงการเล่น โลดโผน นักเรียนทำใบงานที่ ๐๑ - นักเรียนดูภาพการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด และการเล่นเกมแบบผลัด ตามใบความรู้ที่ ๒ ครูอธิบายความหมายและวิธีการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และการเล่นเกมแบบผลัด แล้วสาธิตวิธีการเล่นเกมเบ็ดเตล็ดและการเล่นเกมแบบผลัด ร่วมกับนักเรียน ซักซ้อมความเข้าใจโดยให้นักเรียนซักถาม - นักเรียนฝึกปฏิบัติกิจกรรม โดยครูคอยแนะนำนักเรียนกลุ่มที่ยังฝึกไม่ถูกต้องให้ปรับปรุงแก้ไขจนถูกต้อง - ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มแสดงการเล่น เกม
ขั้นสรุป	- ครูและนักเรียนสรุปประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีต่อสุขภาพและการเจริญเติบโต การเล่นเกมต้องคำนึงถึงความปลอดภัย การปฏิบัติตามกฎกติกาข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม ซึ่งจะทำให้การเล่นสนุกสนาน - นักเรียนบอกเลิกแถวก่อนเข้าห้องเรียนนักเรียนทุกคนต้องรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองด้วยการทำความสะอาดร่างกาย เสร็จแล้วนักเรียนทุกคนเดินแถวเข้าห้องเรียนอย่างเป็นระเบียบ
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ตรวจผลงาน - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๒.การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง ประโยชน์ของการเคลื่อนไหวแบบโลดโผน

ชั้น..... วันที่

คำชี้แจง แบ่งกลุ่มร่วมกันคิดหรือค้นหาการเล่นแบบผลัดมา ๑ ชนิด (ไม่ซ้ำกับที่เรียน)
แล้วผลัดกันออกมาสาธิตวิธีการเล่น

ชื่อเกม.....

๑. วิธีการเล่นเกม

๒. ประโยชน์ของการเล่นเกม

สมาชิกกลุ่ม	๑.....	๒.....
	๓.....	๔.....
	๕.....	๖.....

ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับครู เรื่อง การเล่นโลดโผน

การเล่นโลดโผน เป็นการออกกำลังกายที่ส่งเสริมความต้องการตามธรรมชาติของร่างกาย ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีความคล่องแคล่วว่องไว มีความเชื่อมั่นในตนเอง พร้อมทั้งเกิดความสุขสนุกสนาน ในการปฏิบัติกิจกรรม

การเล่นโลดโผนที่ควรฝึกปฏิบัติ มีดังนี้

๑. กระโดดเท้าคู่

เข้าแถวตอน แล้วให้คนแรกวิ่งไปกระโดดเท้าคู่ข้ามสิ่งของที่วางไว้ แล้ววิ่งมาแตะคนต่อไป ทำเช่นนี้จนถึงคนสุดท้าย

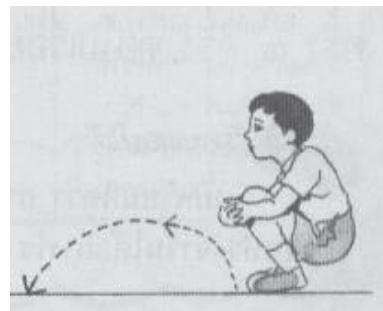


๒. กระโดดเชือกหมุน

เข้าแถวตอน ๒ แถว โดยคู่แรกจะถือเชือกแกว่งให้คู่ที่สองกระโดดข้ามคู่ที่กระโดดข้ามมาแล้วให้จับเชือกแกว่งให้คู่ต่อไปกระโดดข้าม ทำเช่นเดิมไปเรื่อยๆ คู่ที่เคยกระโดดและแกว่งเชือกแล้ว จะเพิ่มโดดเป็น ๒ ครั้ง ๓ ครั้ง ต่อไปเรื่อยๆ

๓. กระโดดกบ

นั่งยอง ๆ มือทั้งสองข้างโอบเข่าดึงเข้าหาตัวกระโดดไปข้างหน้า โดยให้ใช้ปลายเท้า



๔. เดินปู

นั่งเหยียดเท้า มาด้านหน้า มือทั้ง ๒ ข้างทำพนักด้านหลัง ยกกันให้พ้นพื้น ใช้เท้าและมือเดินหน้าหรือถอยหลังกลับไปกลับมา

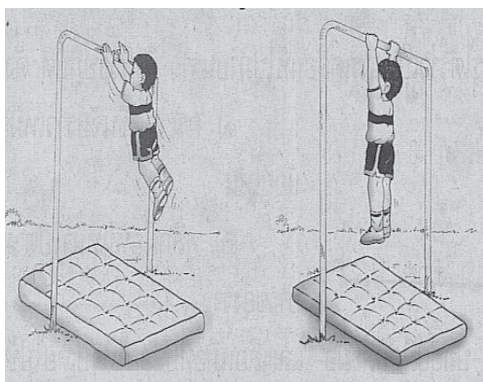
๕. บิดผ้าเช็ดหน้า

จับคู่กับเพื่อน แล้วยืนหันหน้าเข้าหากัน จับมือกันไว้ทั้ง ๒ ข้าง แล้วยกแขนข้างหนึ่งขึ้น ค่อยๆ หมุนตัวตลอดแขนข้างที่ยกขึ้นพร้อม ๆ กัน โดยระวังไม่ให้มือที่จับกันนั้นหลุด แล้วหมุนตัวตลอดอีกครั้งหนึ่ง ให้กลับมาอยู่ในท่าเดิม ทำซ้ำอีกหลาย ๆ ครั้ง



จับคู่กับเพื่อน

หมุนตัวตลอดแขน

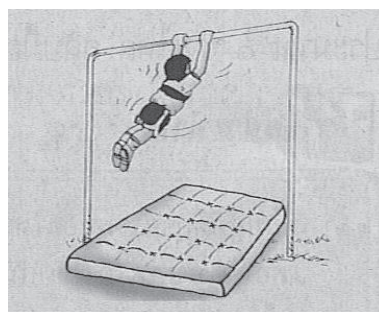


๖. การกระโดดจับราวและห้อยตัวบนราว

ยืนตรงเท้าชิดให้ห่างจากแนวของราว ที่จะโหนเล็กน้อยตามองที่ราว ย่อเข้าเล็กน้อย แล้วเหวี่ยงแขนทั้งสองไปข้างหลัง จากนั้น กระโดดขึ้นแล้วเหยียดแขนไปข้างหน้า คว่ำฝ่ามือไปข้างหน้าระยะห่างของมือทั้งสอง เท่ากับช่วงไหล่แล้วจับราวทั้งสองมือพร้อมกัน ห้อยตัวอยู่ประมาณ ๑๐ วินาที

๗. การไกวตัวบนราว

จับราวให้แน่นขาชิดกัน เกร็งตัวใช้มือทั้งสอง เหนี่ยวราวดึงตัวไปข้างหน้าและปล่อยไปข้างหลัง ตามแรงเหวี่ยงแกว่งไปข้างหน้าและข้างหลัง ตามจำนวนครั้งเท่าที่จะทำได้

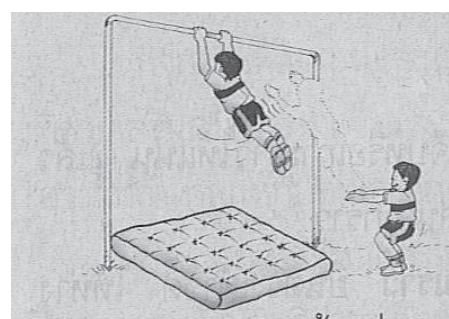


๘. การบังคับตัวเพื่อหยุดการไกวตัว

เป็นการหยุดเหวี่ยงขาลำตัวและบังคับมือที่จับราวแน่นขึ้นทีละน้อยจนกว่าจะหยุด

๙. การลงสู่พื้นขณะที่ไกวตัว

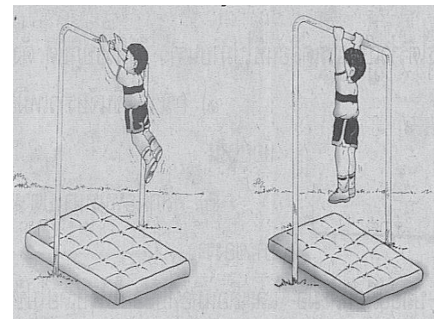
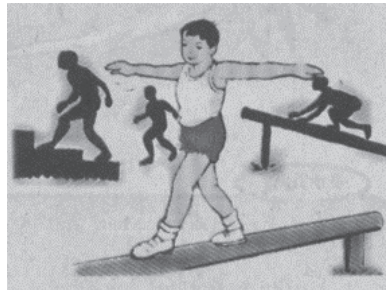
ปล่อยมือจากราวลงสู่พื้นในขณะที่สุดจังหวะของการไกวตัว ด้านหลัง การลงสู่พื้นเมื่อสุดจังหวะการไกวตัวจะช่วยให้ การทรงตัวดีขึ้น เพราะแรงเหวี่ยงลดน้อยลง โดยการยื่นมือไปข้างหน้า ย่อเข้าเพื่อการทรงตัวที่ดี



๑๐. การไต่ราว

การไต่ราวเป็นการเคลื่อนที่ไปมาบนราว ซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังนี้

๑. กระโดดขึ้นจับราวเหมือนการห้อยโหน
๒. พลิกมือหันหน้าไปตามความยาวของราว
๓. ปล่อยมือทีละมือและเลื่อนมือที่ปล่อยให้จับไปข้างหน้าประมาณ ๑ ช่วงไหล่
สลับมือไปเรื่อยๆจนสุดราว



ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับครู เรื่อง เกม

เกม

หมายถึง กิจกรรมการเล่นหรือการละเล่นอย่างหนึ่งที่มีกฎ กติกา ไม่มากนักทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และพึงพอใจ เป็นการสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกาย

ประโยชน์ของการเล่นเกม ช่วยพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย ส่งเสริมความแข็งแรง กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ สร้างความสนุกสนานสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ร่วมเล่นเกม ทำให้สุขภาพกาย และสุขภาพจิตดี กล้าแสดงออก มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีน้ำใจเป็นนักกีฬาเกมมีหลายชนิด เช่น เกมแบบไล่จับ เกมแบบชิงที่หมาย เกมแบบหมู่ เกมแบบผลัดการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด เป็นการออกกำลังกาย ที่ทำให้ร่างกายแข็งแรง เกิดความสนุกสนาน มีระเบียบวินัย และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ การเล่นเกม เบ็ดเตล็ดที่ควรฝึกปฏิบัติ มีดังนี้

เกมยอดจิ้งกั

มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มละ ๔ – ๕ คน แล้วให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก
๒. ให้นักเรียนคนที่ ๒ ชีหลังคนที่ ๑ ของแถวตนเอง เมื่อเสียงสัญญาณนกหวีดดังขึ้น ให้คนที่ ๑ เริ่มวิ่งไปยังจุดที่กำหนด แล้ววิ่งกลับมายังแถวของตน จากนั้นคนที่ ๑ วิ่ง ไปต่อท้ายแถว
๓. คนที่ ๒ ให้คนที่ ๓ ชีหลังแล้วปฏิบัติเช่นเดียวกับคนแรก จนครบทุกคน แถวใดเสร็จก่อนเป็นฝ่ายชนะ

เกมปูวางไข่

มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มละ ๔ – ๕ คน แล้วให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก
๒. ให้คนที่อยู่หัวแถวนั่งลง โดยหันหน้าเข้าแถวตนเอง จากนั้นนำลูกฟุตบอลวางลงบนหน้าท้องตนเอง แล้วทำมือทั้งสองไปข้างหลังยกสะโพกขึ้น โดยให้เท้าทั้งสองและมือดันพื้น
๓. เมื่อเสียงนกหวีดดังขึ้น ให้คนแรกออกเดินไปยังจุดที่กำหนด แล้วให้เดินกลับมาส่งลูกฟุตบอลให้คนต่อไป

๔. คนที่ ๒ ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกับคนแรกจนครบทุกคน หมู่ใดเสร็จก่อนเป็นฝ่ายชนะ

เกม อุ้มหมูเข้าเล้า

มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มละ ๔ – ๕ คน แล้วให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก
๒. แต่ละแถวส่งตัวแทน ๒ คนออกมา ยืนอยู่หน้าหมู่ตนเองแล้วหันหน้าเข้ากัน มือทั้งสองจับกันเป็นที่ สำหรับให้สมาชิกในกลุ่มนั่ง (แบบข้าวต้มมัด)

๓. เมื่อเสียงนกหวีดดังขึ้น ให้ตัวแทนทั้ง ๒ นั่งลงจากนั้นให้คนแรกของแต่ละแถวรีบนั่งลงที่แขนทั้งสองของตัวแทน แล้วให้ตัวแทนทั้งสองวิ่งนำคนที่นั่งไปส่งยังจุดที่กำหนด เสร็จแล้วให้วิ่งมารับคนต่อไป จนครบทุกคน หมู่นี้ใครสำเร็จก่อนเป็นฝ่ายชนะ

การเล่นแบบเปิดเตล็ด

เป็นการออกกำลังกายที่ทำเป็นกลุ่ม ซึ่งทำให้เจริญเติบโตสมวัย มีความสามัคคี มีความรับผิดชอบและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสนุกสนานเพลิดเพลิน การเล่นแบบผลัดที่ควรฝึก มีดังนี้

๑. เดินผลัดแบบปู

แบ่งกลุ่มแล้วให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอน คนหัวแถวเดินแบบปูไปจนถึงเส้นที่กำหนด แล้วกลับมาที่เดิมลุกขึ้นมาแต่ละคนต่อไปและคนต่อไปทำแบบเดิมจนครบ แถวใดทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ

๒. เดินผลัดแบบเปิด

แบ่งกลุ่มแล้วให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอน คนหัวแถวเดินแบบเปิดไปจนถึงเส้นที่กำหนดแล้วกลับมาที่เดิม ลุกขึ้นมาแต่ละคนต่อไป คนต่อไปทำแบบเดิมจนครบ แถวใดทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ

๓. กระโดดเขย่งแบบผลัด

แบ่งกลุ่มแล้วเข้าแถวตอนให้คนหัวแถวกระโดดเขย่งเท้าไปจนถึงเส้นที่กำหนดแล้วกลับมาที่เดิม คนต่อไปทำแบบเดิมจนครบ แถวใดทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ

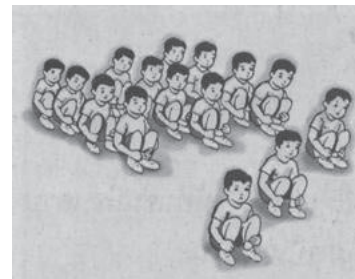
ตัวอย่างการเล่นแบบผลัด

นั่งเดินผลัด

๑. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน ๓ - ๔ แถว แถวละเท่า ๆ กัน โดยห่างจากเส้นกลับตัวประมาณ ๖ เมตร

๒. ให้ทุกคนนั่งยอง ๆ เอามือจับที่ข้อเท้าเมื่อได้ยินครูสั่งว่า ไป ให้คนที่อยู่หัวแถวเดินในลักษณะนั่งยองๆ จนถึงเส้นกลับตัว จากนั้นกลับมาแต่ละคนถัดไปคนถัดไปทำเหมือนคนแรก

๓. เล่นจนครบทุกคน แถวใดหมดก่อนเป็นฝ่ายชนะ



วิ่งซ้อนของ



๑. ให้นักเรียนเข้าแถวตอน ๓ - ๔ แถว แถวละเท่า ๆ กัน

ให้ทุกคนถือของอย่างเดียวกันคนละ ๑ ชิ้น

๒. เริ่มเล่น ให้คนที่อยู่หัวแถววิ่งนำของไปวางที่จุดหมาย แล้ววิ่งกลับมาต่อท้ายแถว

๓. คนถัดไปวิ่งเอาของไปวางซ้อนกัน โดยไม่ให้ของล้ม ให้ทำเช่นนี้จนครบทุกคน แถวใดวางของได้ครบก่อน โดยที่ของไม่ล้มเป็นฝ่ายชนะ

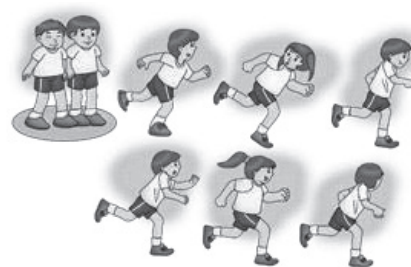
ที่มา: <http://downloads.ziddu.com>

ตัวอย่างการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เกมช่วยเชลย

สร้างความอดทนของกล้ามเนื้อและระบบหายใจ

ฝึกความว่องไว ใช้ทักษะการวิ่งหลบหลีกและความคล่องตัว



การเล่นเกมช่วยเชลย

ตัวอย่างการเล่นเกมแบบหมู่

เกมดักแด้ เป็นการแข่งขันเป็นกลุ่ม

สร้างความสามัคคี ส่งเสริมความเป็นผู้นำ

และผู้ตามที่ดี ความรับผิดชอบ ส่งเสริม

ความสามัคคีและสร้างความสนุกสนาน



การเล่นเกมดักแด้

ที่มา : สำนักพิมพ์วัฒนาพานิช www.wpp.co.th

ประโยชน์ของการเล่นเกม

๑. สร้างความสนุกสนานแก่ผู้เล่นอย่างเต็มที่ เพราะการเข้าร่วมเล่นเกมเป็นกิจกรรมที่เป็นการสมัครใจ ผู้เล่นเล่นด้วยความเต็มใจและสนใจ
๒. เป็นการเรียนรู้และพัฒนาวิธีการในการทำงานร่วมกับผู้อื่น การเคารพกฎกติกาในการเล่น เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างสัมพันธภาพอันดีระหว่างผู้เข้าร่วมเล่น
๓. เป็นการเรียนรู้ในการควบคุมการเคลื่อนไหวและพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวให้มีประสิทธิภาพ
๔. ทำให้มีสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตดี
๕. เสริมสร้างลักษณะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี
๖. ทำให้เกิดความกล้าที่จะแสดงออกและมีความเชื่อมั่น รู้จักอดทนรู้จักแพ้ชนะ ให้อภัย
๗. เสริมสร้างความมีน้ำใจนักกีฬา เกิดความสามัคคีและเกิดระเบียบวินัยในหมู่คณะ

ความปลอดภัยในการเล่น

๑. ผู้เล่นควรจะได้รับการสอนให้หยุดทันทีเมื่อได้ยินเสียงนกหวีดอาจเป็นการให้นั่งลงหรือยืนอยู่กับที่
๒. ต้องควบคุมการเล่นอย่าโดยไม่จำเป็น การผลัก การดึง การดัน ควรให้น้อยที่สุด
๓. การวิ่งชนเร็วหรือกำแรงในขณะวิ่งเป็นอันตรายควรจะมีเส้นขีดไว้ก่อนที่จะถึงสิ่งกีดขวาง
๔. ไม่ควรปล่อยให้เด็กวิ่งไล่บี้ยาว
๕. ควรจะได้บันทึกสาเหตุของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นไว้ทุกคราว

หลักการเลือกเล่นเกม

- เล่นตามความสนใจ เหมาะสมกับอายุ
- เลือกที่อุปกรณ์ไม่มาก ราคาไม่แพงและเล่นได้หลายคน
- เลือกเกมที่มีกติกาไม่มาก

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียนเรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

วิชา.....ชั้นประถมศึกษาปีที่

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง: ประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียนเป็นรายบุคคลโดยใช้วิธีสังเกตในขณะดำเนินการสอน

ตามระดับคะแนน ดังนี้ ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

ชื่อ-สกุล รายการปฏิบัติ	การเล่นโลโต้เฟน	การเล่นเกมแบบหมู่	การเล่นเบ็ดเตล็ด	การเล่นแบบลัด	ความคล่องแคล่ว	รวมคะแนน (๑๕ คะแนน)	สรุปผลการประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ ได้คะแนนไม่ต่ำกว่า ๑๐ คะแนนถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์	ฝึกปฏิบัติเล่นเกมคอมพิวเตอร์ การแก้โจทย์และการโต้ตอบมีความคล่องแคล่วว่องไว เชื่อมั่นในตนเอง	ฝึกปฏิบัติเล่นเกมคอมพิวเตอร์ การแก้โจทย์และการโต้ตอบ ขาดความคล่องแคล่วว่องไว โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	ฝึกปฏิบัติเล่นเกมคอมพิวเตอร์ การแก้โจทย์และการโต้ตอบ ขาดความคล่องแคล่วว่องไว โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๒. การเล่นเกมแบบหมู่	เล่นเกมแบบหมู่ได้อย่างสนุกสนานถูกต้องตามกฎกติกา	เล่นเกมแบบหมู่ได้อย่างสนุกสนาน ผิดกฎกติกาบ้างเล็กน้อย โดยมีการแนะนำบ้างเล็กน้อย	เล่นเกมแบบหมู่ได้อย่างสนุกสนาน ผิดกฎกติกาเป็นส่วนใหญ่ โดยมีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๓. การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดได้อย่างสนุกสนานถูกต้องตามกฎกติกา	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดได้อย่างสนุกสนาน ผิดกฎกติกาบ้างเล็กน้อย	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดได้อย่างสนุกสนาน ผิดกฎกติกา มีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๔. การเล่นเกมแบบผลัด	มีการเล่นเกมเป็นกลุ่มสนุกสนาน ยึดมั่นในความสามัคคี ถูกต้องตามกฎกติกา	มีการเล่นเกมเป็นกลุ่มสนุกสนาน ยึดมั่นในความสามัคคี ผิดกฎกติกาบ้างเล็กน้อย	มีการเล่นเกมเป็นกลุ่มสนุกสนาน ยึดมั่นในความสามัคคี ผิดกฎกติกา มีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๕. ความคล่องแคล่ว	มีความคล่องแคล่วและการทรงตัวได้ดี ถูกต้อง	มีความคล่องแคล่วและการทรงตัวได้ดี ถูกต้องเป็นบางครั้ง	มีความคล่องแคล่วแต่การทรงตัวไม่ดี มีการแนะนำเป็นส่วนใหญ่

แบบประเมินผลงานการปฏิบัติกิจกรรมเรื่องการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

วิชา.....เรื่อง.....ชั้น.....
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง : ประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียนเป็นรายบุคคล โดยใช้วิธีสังเกตในขณะดำเนินการสอน
ตามระดับคะแนน ดังนี้ ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

ชื่อ-สกุล	รายการปฏิบัติ	เขียนชื่อเกมและบอกวิธีเล่นเกมได้	การให้ความร่วมมือในการเล่น	เขียนประโยชน์ของการเล่นเกมได้	เขียนชื่อการเล่นแบบผลัดและวิธีเล่นได้	เกมที่ชอบและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	รวมคะแนน (๑๕ คะแนน)	สรุปผลการประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐

นักเรียนได้คะแนน ๑๐ คะแนน ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินผลงานการปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. เขียนชื่อเกมและบอกวิธีเล่นเกมได้	เขียนชื่อเกม เช่นเกมจ๊อกกี้ เกมปว้างไข่ เกมอุ้มหมูเข้าเล่า เป็นต้น และบอกวิธีการเล่นเกมได้ถูกต้อง	เขียนชื่อเกม เช่นเกมจ๊อกกี้ เกมปว้างไข่ เกมอุ้มหมูเข้าเล่า เป็นต้น และบอกวิธีการเล่นเกมได้ถูกต้อง๒เกม	เขียนชื่อเกม เช่นเกมหนูจับแมว เกมน้ำนึ่งไหลลึก เกมเปลี่ยนคู่ เป็นต้น และบอกวิธีการเล่นเกมได้ถูกต้อง๑เกม
๒. การให้ความร่วมมือในการเล่น	การเล่นเป็นกลุ่มตามกฎกติกาทำให้เกิดความสามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย	การเล่นเป็นกลุ่ม มีการผิด กฎกติกา มีการให้คำแนะนำในบางครั้ง	การเล่นเป็นกลุ่ม มีการผิด กฎกติกา มีการให้คำแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๓. เขียนประโยชน์ของการเล่นเกมได้	เขียนประโยชน์ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาชัดเจนถูกต้อง	เขียนประโยชน์ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาไม่ชัดเจน ผิดบางส่วน	เขียนประโยชน์ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง เป็นส่วนใหญ่
๔. เขียนชื่อการเล่นแบบผลัดและวิธีเล่นได้	เขียนชื่อและขั้นตอนวิธีเล่นแบบผลัดได้ ถูกต้อง ชัดเจน เช่น นั่งเดินผลัด วิ่งซ้อนของ	เขียนชื่อและขั้นตอนวิธีเล่นแบบผลัดได้ แต่ไม่ถูกต้อง ผิดบางส่วน เช่น นั่งเดินผลัด วิ่งซ้อนของ	เขียนชื่อและขั้นตอนวิธีเล่นแบบผลัดได้ แต่ไม่ถูกต้อง ไม่ชัดเจน เช่น นั่งเดินผลัด วิ่งซ้อนของ
๕. เกมที่ชอบและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	เขียนชื่อเกมที่ชอบอย่างน้อย ๑ เกม ได้ถูกต้อง และยกตัวอย่างการนำเกมไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้อย่างชัดเจน	เขียนชื่อเกมที่ชอบอย่างน้อย ๑ เกมได้ ถูกต้อง แต่ยกตัวอย่างการนำเกมไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ไม่ชัดเจน	เขียนชื่อเกมที่ชอบอย่างน้อย ๑ เกม แต่ไม่ถูกต้อง และยกตัวอย่างการนำเกมไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันไม่ได้

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์เรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

วิชา.....เรื่อง.....ชั้น.....
วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง: ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน
เกณฑ์การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ด้านระเบียบวินัย			รวม ๙ คะแนน	สรุปผล การประเมิน	
		ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ของสังคม	ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม	รับผิดชอบในการทำงาน		ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน
ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐ ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์เรื่อง การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนได้ด้วย ตนเอง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมีการเตือนเป็นบางครั้ง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมีการเตือนเป็นส่วนมาก
๒. ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติ	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงานดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงาน ไม่ค่อยดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายไม่สำเร็จ ภายในเวลาที่กำหนด ผลงานไม่ค่อยดี
๓. รับผิดชอบในการทำงาน	มีความเพียรทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและพัฒนาการทำงานได้ดี	มีความเพียรทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและพัฒนาการทำงานได้ดีขึ้น บางส่วน	มีความเพียรทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ แต่ไม่มีการปรับปรุงให้ดีขึ้น

เกณฑ์การให้คะแนน

ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน
ผ่านเกณฑ์การประเมิน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๒ แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เกม

เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

การทดสอบการเล่นเกมจะช่วยสร้างเสริมความแข็งแรงของร่างกาย และยังช่วยทำให้เกิดความสนุกสนาน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- การเลือกออกกำลังกาย การเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง
- การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- ใบความรู้สำหรับครู
- ใบงาน
- เกม
- กระดาษ
- ปากกา

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ - ๓
- ใบงานที่ ๐๑
- แบบประเมินพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินผลงาน
- ตรวจผลงาน
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

- ไม่มี -

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข : หน่วยย่อยที่๒ สนุกกับเกมกีฬา
แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง เกม
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๒ ชั่วโมงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	สำรวจเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนจัดแถวหน้ากระดานสองแถว ทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกาย
ขั้นสอน	- ครูและนักเรียนสนทนาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเล่นเกมการ เคลื่อนไหวร่างกายโดยการซักถามเกี่ยวกับเกมที่นักเรียนเคยเล่นเช่น เกมที่จับ เกมโยนบอล - ครูแนะนำเกมโดยให้นักเรียนฝึกอ่านชื่อเกมและวิธีการเล่นเกม แล้วให้นักเรียนช่วยกันตอบข้อดีข้อเสียของตนเองว่าเหมาะกับการเล่นเกมประเภทใด จากใบความรู้เรื่องการเล่นเกมนี้นี้ เกม “แมววิ่งจับหนู” เกม “วิ่งวิบาก” เกม “ลิงชิงบอล” ครูอธิบายเพิ่มเติม สาธิตและแนะนำขั้นตอนการเล่น เกม แนะนำ กฎ กติกาการเล่น สนทนาทำข้อตกลงในการเล่น เกม - เลือกตัวแทนนักเรียนออกมาสาธิตประกอบการอธิบายจากครู เรื่องการเล่น เกม “แมววิ่งจับหนู” เกม “วิ่งวิบาก” เกม “ลิงชิงบอล” แล้วฝึกเล่นเกม เลือกตามที่ชอบและเหมาะสมกับตนเอง - ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติ - แบ่งกลุ่มนักเรียนตามความเหมาะสมของแต่ละเกม โดยคณะชาย หญิง ฝึกเล่นเกม “แมววิ่งจับหนู” เกม “วิ่งวิบาก” เกม “ลิงชิงบอล” ขณะที่นักเรียนเล่นเกมครูคอยให้คำแนะนำ และสังเกตการเล่น เกม การปฏิบัติตามกฎ กติกา ถ้านักเรียนทำผิดกติกาให้มีการตักเตือน - นักเรียนร่วมกันเขียนแผนผังความคิดในใบงานที่ ๐๑ เรื่องความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกม
ขั้นสรุป	- นักเรียนร่วมกันอภิปรายวิธีการเล่นเกมและสรุปบทวน กฎ กติกาในการเล่น เกม - นักเรียนรวมแถวบอกเลิกแถว นักเรียนทุกคนทำความสะอาดร่างกาย เสร็จแล้วเดินแถวเข้าห้องอย่างเป็นระเบียบ
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ตรวจผลงาน - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการหน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬาแผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่องเกม
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาและภาษาไทยเวลา ๓ ชั่วโมงระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา

- การเลือกออกกำลังกาย การเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง
- การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น

จุดประสงค์

ความรู้

๑. อธิบายวิธีการเล่นเกมเช่น “แมววิ่งจับหนู” “วิ่งวิบาก” และ “ลิงชิงบอล” ได้
๒. เขียนแผนผังความคิดประโยชน์ที่ได้จากการเล่นเกมได้

ทักษะ

๑. เล่นเกม “วิ่งเปี้ยว” “วิ่งวิบาก” “ลิงชิงบอล”
๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำได้

คุณธรรมจริยธรรม / คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- มีวินัย

(ชั่วโมงที่ ๑)

ขั้นนำ

๑. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียน
๒. นักเรียนร่วมกันจัดแถวโดยการจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆดังนี้ ๑) กระโดดตบ ๒) หมุนหัวไหล่ ๓) หมุนเอว ๔) ก้มแตะสลับ ๕) วิ่งอยู่กับที่

ขั้นสอน

๕. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเล่นเกมการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยครูซักถามหรือถามนำเกี่ยวกับเกมที่นักเรียนเคยเล่น เช่น เกมต๋ับ เกมโยนบอล
๖. ครูแนะนำเกมโดยให้นักเรียนฝึกอ่านชื่อเกมและวิธีการเล่นเกม แล้วให้นักเรียนช่วยกันตอบข้อดีข้อเสียของตนเองว่าเหมาะกับการเล่นเกมประเภทใด
๗. นักเรียนอ่านใบความรู้ที่ ๑ - ๓ เรื่อง การเล่นเกม “แมววิ่งจับหนู” การเล่นเกม “วิ่งวิบาก” การเล่นเกม “ลิงชิงบอล” พร้อมทั้งดูแผนภาพการเล่น ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับวิธีการเล่นเกม กฎ กติกา การเล่น และเลือกตัวแทนนักเรียนออกมาสาธิตประกอบการอธิบายจากครู เรื่องการเล่นเกมนี้นักเรียนที่ ๑ เกม “แมววิ่งจับหนู” กิจกรรมที่ ๒ เกม “วิ่งวิบาก” กิจกรรมที่ ๓ เกม “ลิงชิงบอล” แล้วฝึกเล่นเกมเลือกตามที่ชอบและเหมาะสมกับตนเอง
๘. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติ

(ชั่วโมงที่ ๒)

๙. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนนักเรียนร่วมกันจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆดังนี้สลับข้อเท้า สะบัดมือ หมุนเอว ฯลฯ
 ๑๐. ครูและนักเรียนทบทวนบทเรียนชั่วโมงที่ ๑ ร่วมกัน
 ๑๑. แบ่งกลุ่มนักเรียนตามความเหมาะสมของแต่ละเกม โดยคละชาย หญิง ฝึกเล่นเกม “แมววิ่งจับหนู” เกม “วิ่งวิบาก” เกม “ลิงชิงบอล” ขณะที่นักเรียนเล่นเกมครูคอยให้คำแนะนำ และสังเกตการเล่น เกมการปฏิบัติตามกฎ กติกา ถ้านักเรียนทำผิดกติกาให้มีการตักเตือน
 ๑๓. นักเรียนร่วมกันเขียนแผนผังความคิดในใบงานที่ ๑๑ เรื่องความรู้และประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกม
- ขั้นสรุป
๑๔. นักเรียนร่วมกันอภิปรายวิธีการเล่นเกมและสรุปทบทวน กฎ กติกาในการเล่น
 ๑๕. นักเรียนรวมแถวบอกเลิกแถว นักเรียนทุกคนทำความสะอาดร่างกาย เสร็จแล้วเดินแถวเข้าห้องอย่างเป็นระเบียบ

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. ใบความรู้
๒. สนามลานพื้น
๓. กระดาษ
๔. ปากกา

ภาระงาน/ชิ้นงาน

๑. แข่งขันเกม
๒. เขียนแผนผังความคิดความรู้ที่ได้รับและประโยชน์ของการเล่นเกม

การประเมิน

๑. ประเมินความรู้เรื่องวิธีการเล่นเกม และประโยชน์จากเกม “แมววิ่งจับหนู” “วิ่งวิบาก” และ “ลิงชิงบอล”
 ๒. ประเมินทักษะในการเล่น “แมววิ่งจับหนู” “วิ่งวิบาก” และ “ลิงชิงบอล”
 ๓. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- วิธีการ

๑. สังเกตพฤติกรรม
๒. ประเมินผลงาน

เครื่องมือ

๑. แบบสังเกตพฤติกรรม
๒. แบบประเมินผลงาน
๓. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

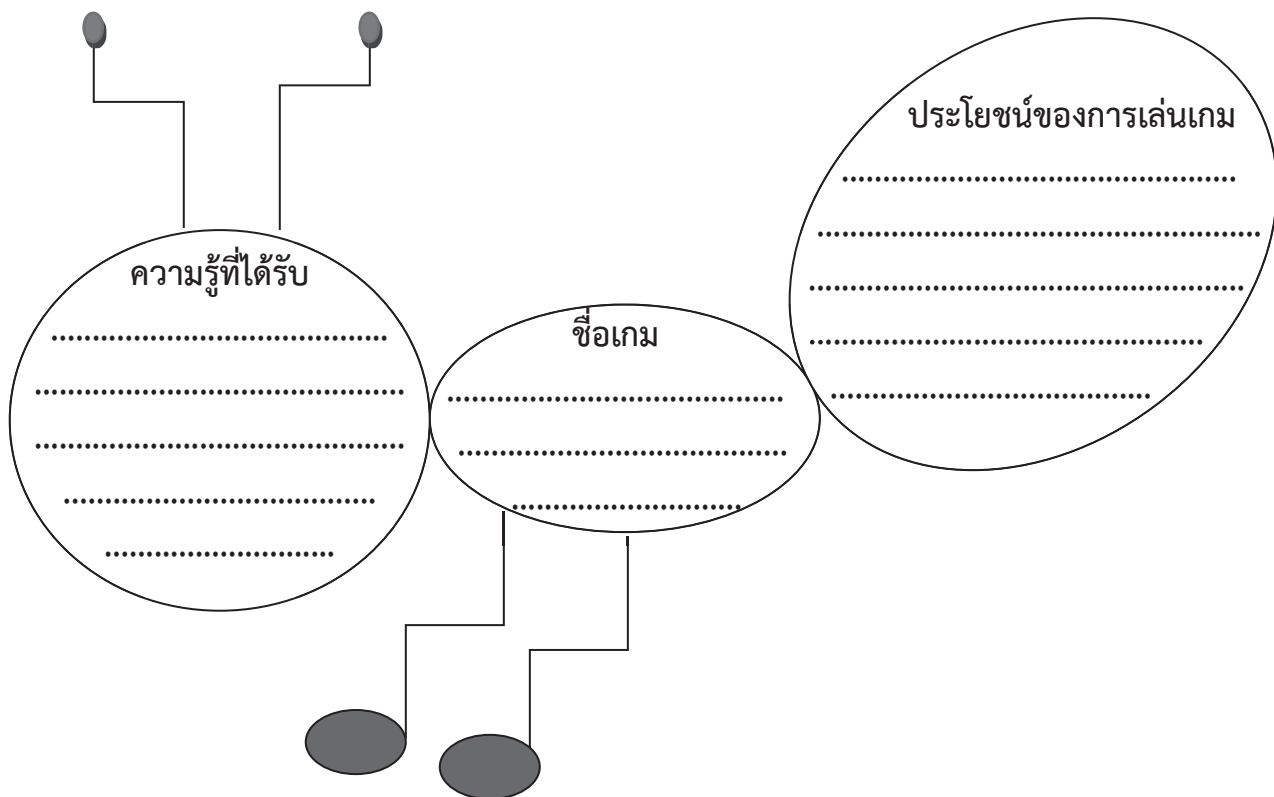
เกณฑ์การประเมิน

๑. ปฏิบัติกิจกรรมได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด
๒. การทำใบงานถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด

ใบงานที่ ๐๑ เรื่อง เกม

ชื่อกลุ่ม ชั้น

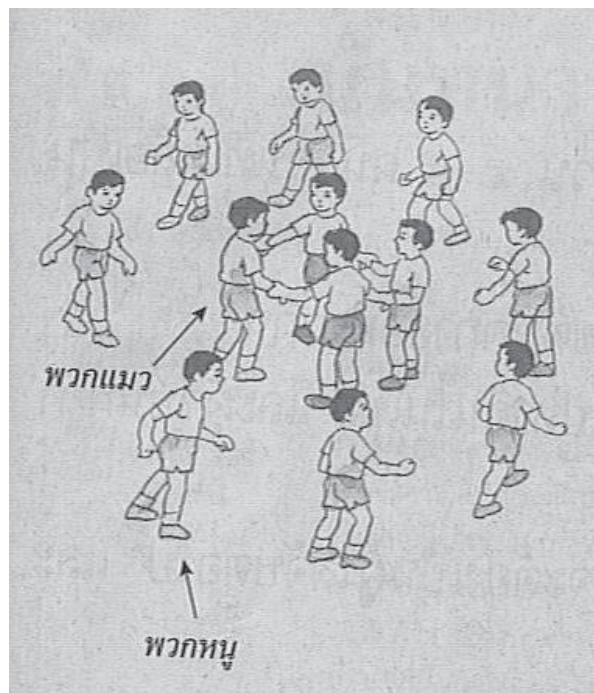
คำชี้แจง ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มโดยคละชาย - หญิง กลุ่มละ ๔ คน ร่วมกันคิด
แล้วเขียนแผนผังความคิด ความรู้และประโยชน์ของการเล่นเกม



ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับครู เรื่อง เกม “แม่วิ่งจับหนู”

เกมแม่วิ่งจับหนู

- ๑) แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม ให้กลุ่มหนึ่งเป็นแมว อีกกลุ่มหนึ่งเป็นหนู
- ๒) ให้แต่ละกลุ่มจับมือกันเป็นวงกลม แมวอยู่ในวงด้านใน และเดินวนขวา หนูอยู่วงด้านนอก และเดินซ้าย
- ๓) เมื่อยืนคร่อมว่า **จับหนู** แต่ละกลุ่มจะปล่อยมือ แมวจะวิ่งไล่จับหนูมาเป็นพวกแมวให้ได้ ส่วนหนูก็ต้องวิ่งหนีไม่ให้แมวจับได้
- ๔) หนูที่ถูกจับจะกลายเป็นแมว แล้วช่วยกันไล่จับหนูให้หมด



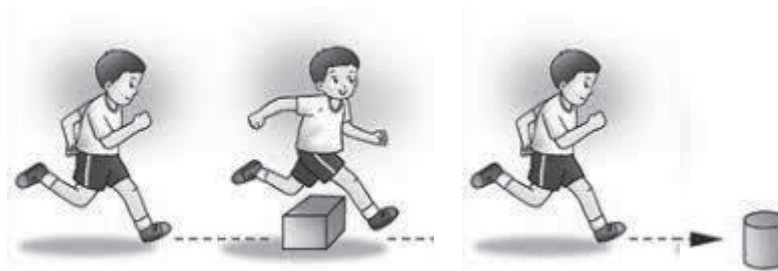
ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับครู เรื่อง เกม “วิ่งวิบาก”

เกมวิ่งวิบาก

มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. แบ่งผู้เล่นแต่ละกลุ่มให้มีสมาชิกเท่า ๆ กัน แล้วให้ผู้เล่นแต่ละกลุ่มเข้าแถวตอน
๒. ให้ผู้เล่นคนแรกของแต่ละแถววิ่งไปกระโดดข้ามสิ่งกีดขวาง แล้วอ้อมจุดกลับตัว แล้ววิ่งกลับไปต่อท้ายแถว
๓. ให้ผู้เล่นคนต่อไปปฏิบัติเช่นเดียวกันกับคนแรก แถวใดปฏิบัติครบทุกคนก่อนเป็นผู้ชนะ

(เกมวิ่งวิบาก เป็นเกมที่เน้นการใช้กล้ามเนื้อขาที่ใช้วิ่งและกระโดดเพื่อทำให้เกิดความคล่องแคล่วว่องไว)



ที่มา : <https://www.google.com/search?q=เกมวิ่งวิบาก>

ใบความรู้ที่ ๓ สำหรับครู เรื่อง เกม “ลิงชิงบอล”

เกมลิงชิงบอล

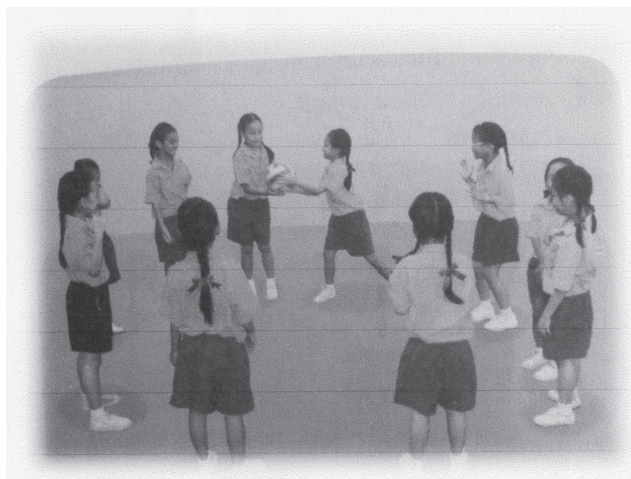
มีวิธีการเล่นดังนี้

๑. ให้ผู้เล่นเข้าแถวเป็นวงกลม แล้วเลือกผู้เล่นให้ออกมาเป็นลิง
๒. เริ่มเล่นโดยผู้เล่นที่ยืนเป็นวงกลมโยนบอลให้กับเพื่อนที่อยู่ห่างออกไปเป็นผู้รับ โดยระวังไม่ให้ ลิง แย่งบอลได้
๓. ถ้าผู้ส่งบอลพลาดหรือผู้รับบอลพลาด ถูกลิงแย่งบอลหรือเตะบอลได้ให้ผู้เล่นคนนั้นออกไปเป็นลิงแทน

อุปกรณ์

- ลูกฟุตบอล

(เกมนี้นเน้นการใช้ประสาทตากับมือ เพื่อให้ประสาทตากับมือทำงานสัมพันธ์กัน และเกิดความคล่องแคล่วว่องไว)



แบบประเมินผลงานการปฏิบัติกิจกรรมเรื่องการเล่นเกม

วิชา.....เรื่อง.....ชั้น.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง : ประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียนเป็นรายบุคคล โดยใช้วิธีสังเกตในขณะดำเนินการสอน
ตามระดับคะแนน ดังนี้ ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

ชื่อ-สกุล	รายการปฏิบัติ	เขียนชื่อเกมและความรู้ได้จากการเล่นเกม	เขียนประโยชน์ของการเล่นเกม	วาดภาพ ตกแต่งภาพประเด็น สวยงาม	ทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด	รวมคะแนน (๑๒ คะแนน)	สรุปผลการประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐

นักเรียนได้คะแนน ๘ คะแนน ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง เกม

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. ผลงานการเขียนแผนผังความคิด	สรุปความคิดเห็นในการเล่นเกอย่างมีเหตุผล เนื้อหาชัดเจน	สรุปความคิดเห็นในการเล่นเกอย่างมีเหตุผล เนื้อหาไม่ชัดเจน	สรุปความคิดเห็นในการเล่นเกอย่างไม่มีเหตุผล เนื้อหาไม่ชัดเจน
๒. มีทักษะการเล่นเก “แม่วิ่งจับหนู”	เล่นแม่วิ่งจับหนูอย่างคล่องแคล่วทำให้เกิดความสามัคคี สนุกสนานปลอดภัย ตามกฎกติกา	เล่นแม่วิ่งจับหนูอย่างคล่องแคล่วทำให้เกิดความสามัคคี สนุกสนานปลอดภัย แต่ผิดกฎกติกาต้องให้คำแนะนำเป็นบางครั้ง	เล่นแม่วิ่งจับหนูอย่างคล่องแคล่วทำให้เกิดความสามัคคี สนุกสนานปลอดภัย แต่ผิดกฎกติกาต้องให้คำแนะนำเป็นส่วนใหญ่
๓. มีทักษะในการเล่นเก “ลิงชิงบอล”	เล่นเกโดยไม่ใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง จนทำให้ได้รับบาดเจ็บ	เล่นเกโดยใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง จนทำให้ได้รับบาดเจ็บ ต้องให้คำแนะนำเป็นบางครั้ง	เล่นเกโดยใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง จนทำให้ได้รับบาดเจ็บ ต้องตักเตือนเป็นส่วนใหญ่
๔. มีทักษะในการเล่นเก “วิ่งวิบาก”	เล่นเกโดยไม่ใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง มีความอดทน สามัคคี มีน้ำใจนักกีฬา	เล่นเกโดยใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง ความอดทน สามัคคี มีน้ำใจนักกีฬา ต้องให้คำแนะนำเป็นบางครั้ง	เล่นเกโดยใช้ความรุนแรง เช่น การผลัก การดึง ขาดความอดทน สามัคคี ไม่มีน้ำใจนักกีฬา ต้องตักเตือนเป็นส่วนใหญ่
๕. การเล่นเกมตามกฎกติกาและการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	การเล่นเกมได้ถูกตามกฎกติกา และยกตัวอย่างการนำเกม กฎ กติกา ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ชัดเจน	การเล่นเกมได้ถูกตามกฎกติกาและยกตัวอย่างการนำเกม กฎ กติกา ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ไม่ชัดเจน	การเล่นเกม ไม่ถูกตามกฎกติกา และยกตัวอย่างการนำเกม กฎ กติกา ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ไม่ชัดเจน

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง เกม

วิชา.....เรื่อง.....ชั้น.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง ประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียนเป็นรายบุคคล โดยใช้วิธีสังเกตในขณะดำเนินการสอน
ตามระดับคะแนน ดังนี้ ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

รายการปฏิบัติ ชื่อ - สกุล	ผลงานการเขียนแผนผังความคิด	มีทักษะการเล่นเกม “แม่วิ่งจับหนู”	มีทักษะในการเล่นเกม “ลิงชิงบอล”	มีทักษะในการเล่นเกม “วิ่งวิบาก”	การเล่นเกมตามกฎหมาย กติกาและนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน	รวมคะแนน (๑๕ คะแนน)	สรุปผลการประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ ได้คะแนนไม่ต่ำกว่า ๑๐ คะแนน ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินผลงานการปฏิบัติกิจกรรมเรื่อง การเล่นเกม

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. เขียนชื่อเกมและความรู้ ได้จากการเล่นเกม	เขียนชื่อเกมและความรู้ ได้จากการเล่นเกมได้ ถูกต้อง	เขียนชื่อเกม และความรู้ ได้จากการเล่นเกมได้ไม่ ถูกต้องเป็นบางส่วน	เขียนชื่อเกม และความรู้ได้ จากการเล่นเกมไม่ได้ถูกต้อง
๒. เขียนประโยชน์ของการ เล่นเกมได้	เขียนประโยชน์ ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาชัดเจนถูกต้อง	เขียนประโยชน์ ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาไม่ชัดเจน ผิดบางส่วน	เขียนประโยชน์ ของการเล่นเกมได้ เนื้อหาไม่ชัดเจน ไม่ถูกต้อง เป็นส่วนมาก
๓. ตกแต่งภาพประณีต สวยงาม	ตกแต่งภาพประณีต สวยงาม	ตกแต่งภาพประณีต สวยงามเป็นส่วนมาก	ตกแต่งภาพประณีต สวยงามบางส่วน
๔. ทำงานเสร็จตามเวลาที่ กำหนด	ทำงานเสร็จตามเวลาที่ กำหนด เนื้อหาครบ สมบูรณ์	ทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่ กำหนดเนื้อหา ไม่ สมบูรณ์บางส่วน	ทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่ กำหนดเนื้อหาไม่ครบ สมบูรณ์

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์เรื่อง เกม

วิชา.....เรื่อง.....ชั้น.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน

เกณฑ์การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน

[illegible]

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐ ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์เรื่อง เกม

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนได้ด้วย ตนเอง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมีการเตือนเป็นบางครั้ง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมีการเตือนเป็นจำนวนมาก
๒. ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติ	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงานดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงาน ไม่ค่อยดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายไม่สำเร็จ ภายในเวลาที่กำหนด ผลงานไม่ค่อยดี
๓. รับผิดชอบในการทำงาน	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและ พัฒนาการงานได้ดี	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและ พัฒนาการงานได้ดีขึ้น บางส่วน	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ แต่ไม่มีการปรับปรุง ให้ดีขึ้น

เกณฑ์การให้คะแนน

ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน
ผ่านเกณฑ์การประเมิน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๒ แผนการเรียนรู้ที่ ๔ การเล่นเกม

เวลา ๒ ชั่วโมง

๑. สาระสำคัญของแผน

การละเล่นพื้นเมือง เกม เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ซึ่งต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- การปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเองการตามกฎกติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- แบบทดสอบหลังเรียน
- ใบความรู้สำหรับครู
- เกม

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ - ๓
- แบบประเมินพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- แบบทดสอบหลังเรียน

๓) การวัดและประเมินผล

- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินผลงาน
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ตรวจสอบแบบทดสอบหลังเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

- ไม่มี -

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การเล่นเกม
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาภาษาไทย และศิลปะ
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนนักเรียนจัดแถวเป็นวงกลมแล้วทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายตัวแทนนักเรียนนำเพื่อนปฏิบัติดังนี้ ๑) รืดอยู่กับที่ ๒) กระโดดตบเหนือศีรษะ ๓) ก้มแตะสลับ ๔) กระโดดสปริงข้อเท้า ๕) ยืนขาข้างเดียวพับเข้าไปด้วยด้านหลังสลับซ้ายขวา
ขั้นสอน	- ครูอภิปรายกับนักเรียนเรื่อง การละเล่นพื้นเมืองในชั่วโมงที่เรียนผ่านมาแล้วเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นขณะเล่นเกม - นักเรียนแบ่งกลุ่มเท่า ๆ กัน ฝึกอ่านชื่อเกมและวิธีเล่นเกมในใบความรู้และคำอธิบายวิธีการเล่นเกมโดยมีครูคอยแนะนำการละเล่นพื้นเมือง แนะนำกฎ กติกาในการเล่นเกมนักเรียนออกมาสืบหาประวัติประกอบอธิบายการเล่นเกม การละเล่นพื้นเมือง ได้แก่ เกม “รีรีข้าวสาร” เกม “เดินกะลา” เกม “ชักกะเย่อ” แล้วปฏิบัติเล่นเกมรีรีข้าวสาร” เกม “เดินกะลา” - นักเรียนแบ่งกลุ่มเป็นสองกลุ่ม คละชายหญิงให้เท่าเทียมกันเพื่อเล่นเกม “ชักกะเย่อ” ครูคอยให้คำแนะนำและคอยดูแลความปลอดภัยในการเล่นสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนถ้าทำผิดกฎ กติกาต้องรีบตักเตือนนักเรียนทันที
ขั้นสรุป	- นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากศึกษาจากใบความรู้อภิปรายแสดงความคิดเห็นเป็นการทบทวน กฎ กติกา - ในการออกกำลังกาย การเล่นเกมการละเล่นพื้นเมือง และประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง - นักเรียนทุกคนทำแบบทดสอบหลังเรียนหน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ครูตรวจแบบทดสอบแจ้งผลการทดสอบ ครูแนะนำนักเรียนให้ออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อทำให้มีสุขภาพดีร่างกายแข็งแรง
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ตรวจแบบทดสอบหลังเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข: หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การเล่นเกม
บูรณาการสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ภาษาไทยและศิลปะ เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขอบเขตเนื้อหา - การปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	(ชั่วโมงที่ ๑) ขั้นนำ ๑. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียน ๒. นักเรียนจับมือกันจัดแถวเป็นวงกลมแล้วทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกาย ๓. เลือกตัวแทนนักเรียน ๑ คน ออกมานำเพื่อนปฏิบัติตามนี้ ๑) วิ่งอยู่กับที่ ๒) กระโดดตบเหนือศีรษะ ๓) ก้มแตะสลับ ๔) กระโดดสปริงข้อเท้า ๕) ยืนขาข้างเดียวพับเข้าไปด้วยหลังสลับซ้ายขวา ขั้นสอน ๔. ครูสนทนากับนักเรียนเรื่อง การละเล่นพื้นเมือง ๕. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน ศึกษาใบความรู้และฝึกอ่านชื่อเกมและคำอธิบายการเล่นในใบความรู้ที่ ๑, ๒ และใบความรู้ที่ ๓ ครูซักถามเกี่ยวกับวิธีการเล่นเกม กฎ กติกาในการเล่นเกมการเล่น ๖. เลือกตัวแทนนักเรียนออกมาสืบถามประกอบการอธิบายการเล่นเกมการเล่นพื้นเมืองดังนี้ ๑) กิจกรรมที่ ๑ “รีรีข้าวสาร” ๒) กิจกรรมที่ ๒ “เดินกะลา” ๓) กิจกรรมที่ ๓ “ชักกะเย่อ” แล้วปฏิบัติตามรีรีข้าวสารและเกมเดินกะลา ๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้เรื่องการเล่นพื้นเมือง	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑. ใบความรู้ ๒. เกม ๓. สนามลานพื้น ๔. แบบทดสอบหลังเรียน ภาระงาน/ชิ้นงาน ๑. การเล่นเกม ๒. การละเล่นพื้นเมือง
จุดประสงค์ ความรู้ ๑. บอกวิธีการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” “เดินกะลา” และ “ชักกะเย่อ” ได้ ๒. บอกประโยชน์ที่ได้จากการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” “เดินกะลา” และ “ชักกะเย่อ” ได้ ทักษะ ๑. มีทักษะในการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” “เดินกะลา” และ “ชักกะเย่อ” ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการละเล่นพื้นเมืองได้ คุณธรรม จริยธรรม /คุณลักษณะอันพึงประสงค์ - มีวินัย	(ชั่วโมงที่ ๒) ๘. สำรวจความพร้อมของเครื่องแต่งกายและสุขภาพของนักเรียนนักเรียนร่วมกันจัดแถวหน้ากระดานสองแถวทำกายบริหารเพื่ออบอุ่นร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ดังนี้ สะบัดข้อเท้า สะบัดมือ หมุนเอว ฯลฯ ๙. ครูและนักเรียนทบทวนบทเรียนชั่วโมงที่ ๑ ร่วมกัน ๑๐. นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อยออกเป็นกลุ่มละเท่าๆ กันควรแบ่งกำลังของแต่ละฝ่ายให้เสมอภาคเท่ากัน ๑๑. ชมนักเรียนเล่นเกมชักกะเย่อครูคอยให้คำแนะนำ และสังเกตการเล่น เกม การปฏิบัติตามกฎ กติกา ถ้านักเรียนทำผิดกติกาให้มีการตักเตือนทันที ขั้นสรุป ๑๒. ครูซักถามนักเรียนร่วมกันตอบคำถามพร้อมสรุปความรู้ที่ได้จากศึกษาจากใบความรู้อภิปรายแสดงความคิดเห็นเป็นการทบทวน กฎ กติกาการออกกำลังกาย การเล่นเกมและประโยชน์ที่ได้จากการออกกำลังกาย การเล่น ๑๓. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนหน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ๑๔. ครูตรวจแบบทดสอบแจ้งผลการทดสอบให้นักเรียนทราบ แนะนำให้นักเรียนไปศึกษาหาความรู้ เพิ่มเติม และควรออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้มีสุขภาพดีร่างกายแข็งแรง	การวัดและประเมินผล ๑. ประเมินความรู้เรื่องวิธีการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” “เดินกะลา” “ชักกะเย่อ” ๒. ประเมินความรู้เรื่องกฎ กติกาข้อตกลงในการเล่นและประโยชน์ของการเล่นเกม ๓. ประเมินทักษะในการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” “เดินกะลา” “ชักกะเย่อ” ๔. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิธีการ ๑. ซักถามวิธีการเล่นและประโยชน์การออกกำลังกาย การเล่นเกมและการละเล่นพื้นเมือง ๒. สังเกตพฤติกรรมการเล่นเกม “รีรีข้าวสาร” เกม “เดินกะลา” และเกม “ชักกะเย่อ” เครื่องมือ ๑. แบบสังเกตพฤติกรรม ๒. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ๓. แบบทดสอบหลังเรียน เกณฑ์การประเมิน เกณฑ์การประเมิน ๑. ปฏิบัติกิจกรรมได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด ๒. ทำแบบทดสอบได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด

ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับครู เรื่องเกม “เดินกะลา”

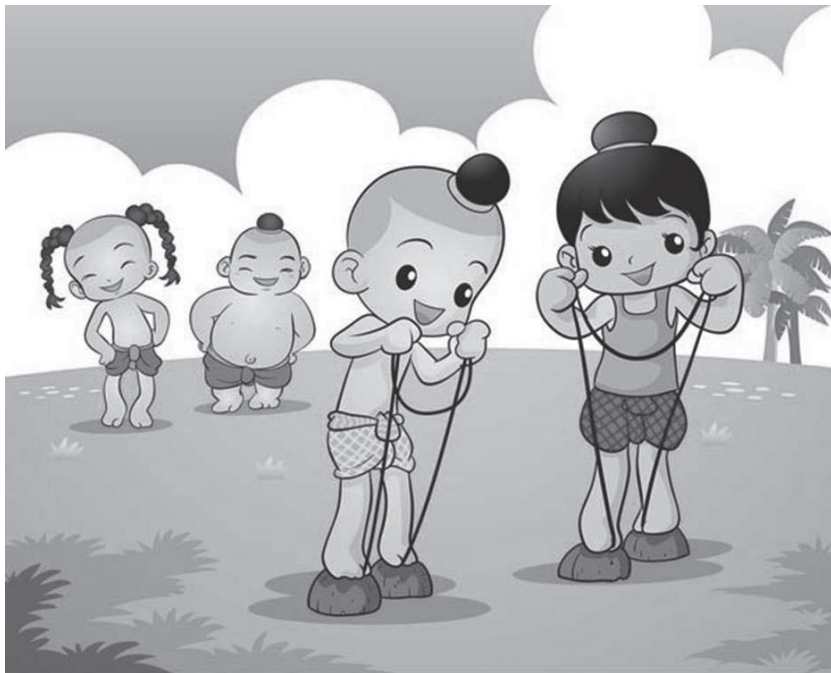
ผู้เล่นไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ กะลาพร้อมสาย

มีวิธีการเล่นดังนี้

การเล่นพื้นบ้านที่หาได้ไม่บ่อยนัก แต่หากเป็นสมัยก่อนจะเห็นเด็ก ๆ เดินกะลา กันทั่วไป โดยผู้เล่นจะต้องนำกะลามะพร้าว ๒ อันมาทำความสะอาดแล้วเจาะรูตรงกลาง ร้อยเชือกให้แน่น เพื่อป้องกันไม่ให้เชือกหลุดเวลาเดิน เวลาเดินให้ใช้นิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้คีบเชือกเอาไว้แล้วเดิน หากมีเด็ก ๆ หลายคนอาจจัดแข่ง เดินกะลา ได้ด้วยการกำหนดเส้นชัยไว้ใครเดินถึงก่อนก็เป็นผู้ชนะไป

ประโยชน์ของการเดินกะลา ก็คือช่วยฝึกการทรงตัว ความสมดุลของร่างกาย เพราะต้องระวังไม่ให้ตกกะลา ช่วงแรก ๆ อาจจะรู้สึกเจ็บเท้า แต่ถ้าฝึกบ่อย ๆ จะชินและหายเจ็บไปเอง แถมยังทำให้ร่างกายแข็งแรง เพลิดเพลินอีกด้วย



ที่มา : http://xn--๑๒cc๘bfaaf๐a๐bcua๕kxai๖eb๖๔๔๒cwac.blogspot.com/๒๓๑๐/๐๑/blog-post_๒๓๘.html

(นายสายใจ บุญเสริม)

ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับครู เรื่องเกม “รี้ริ้วซาวสาร”

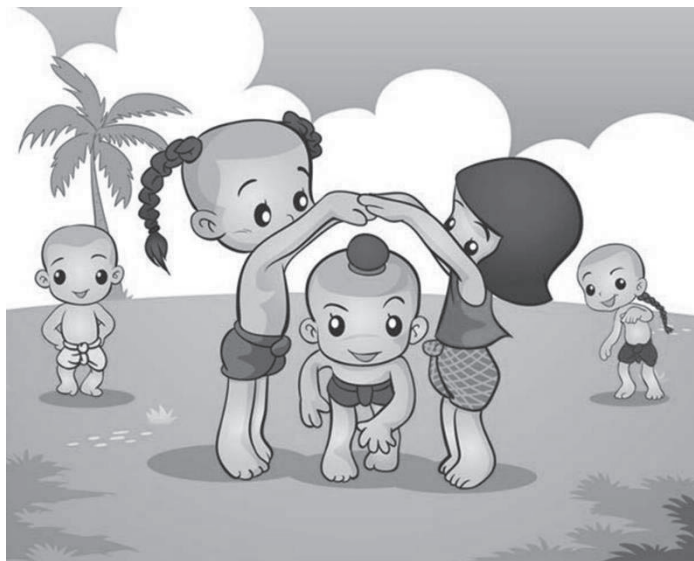
ผู้เล่นไม่จำกัดจำนวน

อุปกรณ์ ไม่มี

มีวิธีการเล่นดังนี้

กติกา "รี้ริ้วซาวสาร" ก็คือ ต้องมีผู้เล่น ๒ คนหันหน้าเข้าหากัน และเอามือประสานกันไว้เป็นรูปซุ้ม ส่วนผู้เล่นคนอื่น ๆ จะก็คนก็ได้จะยืนเกาะเอวกันไว้ตามลำดับ หัวแถวจะพาขบวนลอดซุ้มพร้อมร้องเพลง "รี้ริ้วซาวสาร" จนเมื่อถึงประโยคที่ว่า "คอยพานคนข้างหลังไว้" ผู้ที่ประสานมือเป็นซุ้มจะลดมือลงกันไม่ให้คนสุดท้ายผ่านเข้าไป เรียกว่า "คัดคน" และเล่นอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ จนคนหมด

ประโยชน์ของการเล่นรี้ริ้วซาวสาร ก็คือ ช่วยให้จิตใจร่าเริงแจ่มใส รู้จักมีไหวพริบ ใช้กลยุทธ์ให้ตัวเองเอาตัวรอดจากการถูกคล้องไว้ได้ รวมทั้งฝึกให้เด็กทำงานเป็นกลุ่มได้ด้วย



ที่มา : <http://www.bloggang.com/viewdiary.php?id=deawa&month=๑๑-๒๐๐๖&date=๒๒&group=๑&blog=๕>

ใบความรู้ที่ ๓ สำหรับครู เรื่องเกม “ชักกะเย่อ”

ผู้เล่น

หนึ่งทีมมีผู้เล่น ๑๐ คน แยกเป็นเพศชาย ๕ คน เพศหญิง ๕ คน หรือให้มีผู้ชายได้ไม่เกิน ๕ คน (จำนวนผู้เล่นอาจกำหนดตามความเหมาะสมของผู้เล่นแต่จะต้องให้มีจำนวนเท่าๆกัน)

อุปกรณ์

เชือกเส้นโตยาว ๒๐ เมตร

วิธีการเล่น

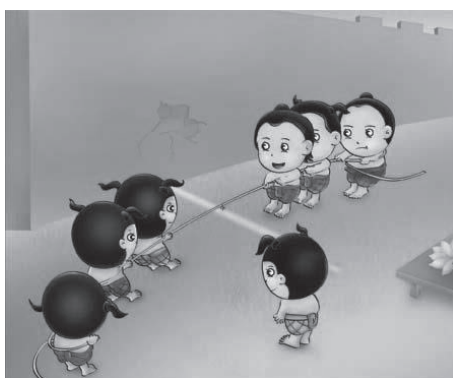
๑. การเล่นเกมให้ผู้เล่นจับอยู่ในบริเวณที่กำหนดห้ามจับเชือกเกินเขตให้รวมนักกีฬา ๑๐ คน
๒. เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ผู้เล่นทั้ง ๒ ทีม ดึงเชือกให้เครื่องหมายของฝ่ายตรงข้าม

เข้ามาถึงเขตของตน ถือว่าเป็นฝ่ายชนะ

กติกา

๑. การแข่งขันรอบคัดเลือก ใช้การแข่งขันครั้งเดียว ผู้ชนะเข้ารอบต่อไป
๒. รอบ สุดท้าย ใช้ผลการแข่งขัน ๒ ใน ๓ เกม ทีมใดชนะเข้ารอบชิงชนะเลิศ
๓. การแข่งขันจะต้องแข่งขันพร้อมกันทุกทีมในรอบนั้น ๆ
๔. อนุญาตให้มีผู้ฝึกสอนเข้าได้ ๑ คน เท่านั้น
๕. หากทีมใดทำผิดกติกาถือว่าแพ้
๖. การตัดสินให้อยู่ในการควบคุมของกรรมการเท่านั้น

ประโยชน์ของการเล่นชักกะเย่อ ก็คือ ช่วยให้จิตใจร่าเริงแจ่มใส รู้จักมีไหวพริบ ใช้กลยุทธ์ให้มีความสามัคคีรวมพลังในการต่อสู้เพื่อชัยชนะได้



ที่มา : <http://www.bloggang.com/viewdiary.php?id=deawa&month=๑๑-๒๐๐๖&date=๒๒&group=+๑&gblog=๕>

แบบทดสอบหลังเรียน

หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย X ทับข้อที่ถูกที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. กิจกรรมใดเกี่ยวข้องกับการทรงตัวมากที่สุด

- ก. วิ่งไล่จับ
- ข. เดินบนถ้ำน้ำมัน
- ค. โยนลูกบอลลงห่วง

๒. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหว

- ตามจังหวะเพลง
- ก. ฟีกเดิน - จังหวะเพลง
- ข. ฟีกวิ่ง - จังหวะการปรบมือ
- ค. ฟีกกระโดด - จังหวะการร้องเพลง

๓. ข้อใดเรียงลำดับความเร็วในการเคลื่อนที่

- ก. เดิน เหยาะ ๆ วิ่ง
- ข. เหยาะ ๆ วิ่ง เดิน
- ค. วิ่ง เดิน เหยาะ ๆ

๔. การปาเป้าควรใช้แขนข้างใด

- ก. ข้างขวา
- ข. ข้างที่ถนัด
- ค. ข้างซ้าย

๕. ข้อใดเป็นการออกกำลังข้อเท้า

- ก. กระโดดกบ
- ข. โยนบอล
- ค. ขว้างสิ่งของ

๖. ส่วนใดที่ออกแรงมากที่สุดในการวิ่ง

- ก. เท้า
- ข. ส้นเท้า
- ค. ปลายเท้า

๗. ข้อใดสำคัญที่สุดในการปรบมือให้เข้ากับจังหวะ

- ก. ความพร้อมเพรียง
- ข. เสียงให้ดังพอเหมาะ
- ค. เสียงกลองที่นำมาประกอบ

๘. ข้อใดเป็นสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการเล่นลอดโผน

- ก. ความอดทน
- ข. ความรับผิดชอบ
- ค. ความปลอดภัย

๙. การเล่นลอดโผนที่ดีช่วยฝึกตัวเราให้เป็นคนอย่างไร

- ก. มีความอ่อนโยน
- ข. มีความละเอียดอ่อน
- ค. มีความคล่องแคล่วว่องไว

๑๐. การกระโดดในข้อใดใช้วิธีกระโดดเท้าสองข้าง

- ก. กระโดดเข่งปรบมือ
- ข. กระโดดเท้าคู่
- ค. กระโดดเข่งปรบมือได้ขา

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน
หน่วยย่อยที่ ๒ สนุกกับเกมกีฬา

เฉลย ป.๓
๑) ข
๒) ค
๓) ก
๔) ข
๕) ก
๖) ค
๗) ค
๘) ค
๙) ค
๑๐) ข

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียน เรื่อง การเล่นเกม

วิชา.....ชั้นประถมศึกษาปีที่

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

คำชี้แจง เพื่อประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนเป็นรายบุคคล ครูผู้สอนเป็นผู้ประเมินนักเรียนโดยใช้ วิธีสังเกตในขณะดำเนินการสอนแล้วใส่คะแนนให้ตรงกับพฤติกรรมที่เป็นจริงของนักเรียนตามระดับคะแนน ดังนี้

๓ = ดีเยี่ยม

๒ = พอใช้

๑ = ควรปรับปรุง

พฤติกรรมนักเรียน ชื่อ-สกุล	การเล่น เกม รื้อข้าวสาร	การเล่น เกม เดินกะลา	การเล่น เกม ชักกะเย่อ	การปฏิบัติ ตามกฎ กติกา ข้อตกลง	การแก้ปัญหา และทักษะ การเล่น เกม	รวมคะแนน (๑๕ คะแนน)

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์การประเมินไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๗๐

นักเรียน ได้คะแนน ๑๑ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านการประเมิน

แบบประเมินทักษะการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียน เรื่อง การเล่นเกม

เกณฑ์การประเมิน

รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. การเล่นเกม “รื้อข้าวสาร”	สามารถวิ่งคล่องแคล่ว ว่องไว ทำให้เกิดความ สามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย และเล่นได้ ถูกต้องตามกฎกติกา	สามารถวิ่งคล่องแคล่ว ว่องไว ทำให้เกิดความ สามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย แต่เล่นผิด กฎกติกา ต้องให้การ แนะนำเป็นบางครั้ง	สามารถวิ่งคล่องแคล่ว ว่องไว ทำให้เกิดความ สามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย แต่เล่นผิด กฎกติกา ต้องให้การ แนะนำเป็นส่วนใหญ่
๒. การเล่นเกม “เดินกะลา”	สามารถวิ่งและทรงตัว ได้ ทำให้เกิดความ สามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย และเล่นได้ ถูกต้องตามกฎกติกา	สามารถวิ่งและทรงตัวได้ ทำให้เกิดความสามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย แต่ เล่นไม่ถูกกฎกติกา ต้อง ให้การแนะนำเป็น บางครั้ง	สามารถวิ่งแต่ทรงตัวได้ ไม่ดีคล่องแคล่วอาจ ไม่ปลอดภัยและเล่นไม่ ถูกกฎกติกา ต้องให้การ แนะนำเป็นส่วนใหญ่
๓. การเล่นเกม”ซึกะเย่อ”	สามารถทรงตัวได้ดี มีความสามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย เล่นถูกต้องตามกฎ กติกา	สามารถทรงตัวได้ดี มี ความสามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย แต่เล่นไม่ถูก ตามกฎกติกา ต้องให้การ แนะนำเป็นบางครั้ง	การทรงตัวไม่ดี มีความ สามัคคี สนุกสนาน ปลอดภัย และเล่นไม่ถูก ตามกฎกติกา ต้องให้การ แนะนำเป็นส่วนใหญ่
๔. การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลง	ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงทุกครั้ง	ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงบางครั้ง	ไม่ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลง
๕. การแก้ปัญหาและทักษะ การเล่นเกม	มีความคล่องแคล่ว มีเหตุผล มั่นใจตนเอง และมีวินัยรู้จักแพ้ชนะ แก้ปัญหาได้ถูกต้อง	มีความคล่องแคล่ว มีเหตุผล มั่นใจตนเอง และมีวินัยรู้จักแพ้ชนะ แก้ปัญหาได้บางครั้งและ ต้องให้คำแนะนำ	มีความคล่องแคล่ว มีเหตุผล แต่ขาดความ มั่นใจตนเอง และขาด วินัยในบางครั้ง รู้จักแพ้ ชนะแก้ปัญหาได้บางครั้ง และต้องให้คำแนะนำ

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ชั้น/ห้องเรื่อง.....

คำชี้แจง: ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมของนักเรียน

เกณฑ์การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ด้านระเบียบวินัย			รวม ๙ คะแนน	สรุปผล การประเมิน	
		ปฏิบัติตามข้อตกลง ของสังคม	ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม	รับผิดชอบในการทำงาน		ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

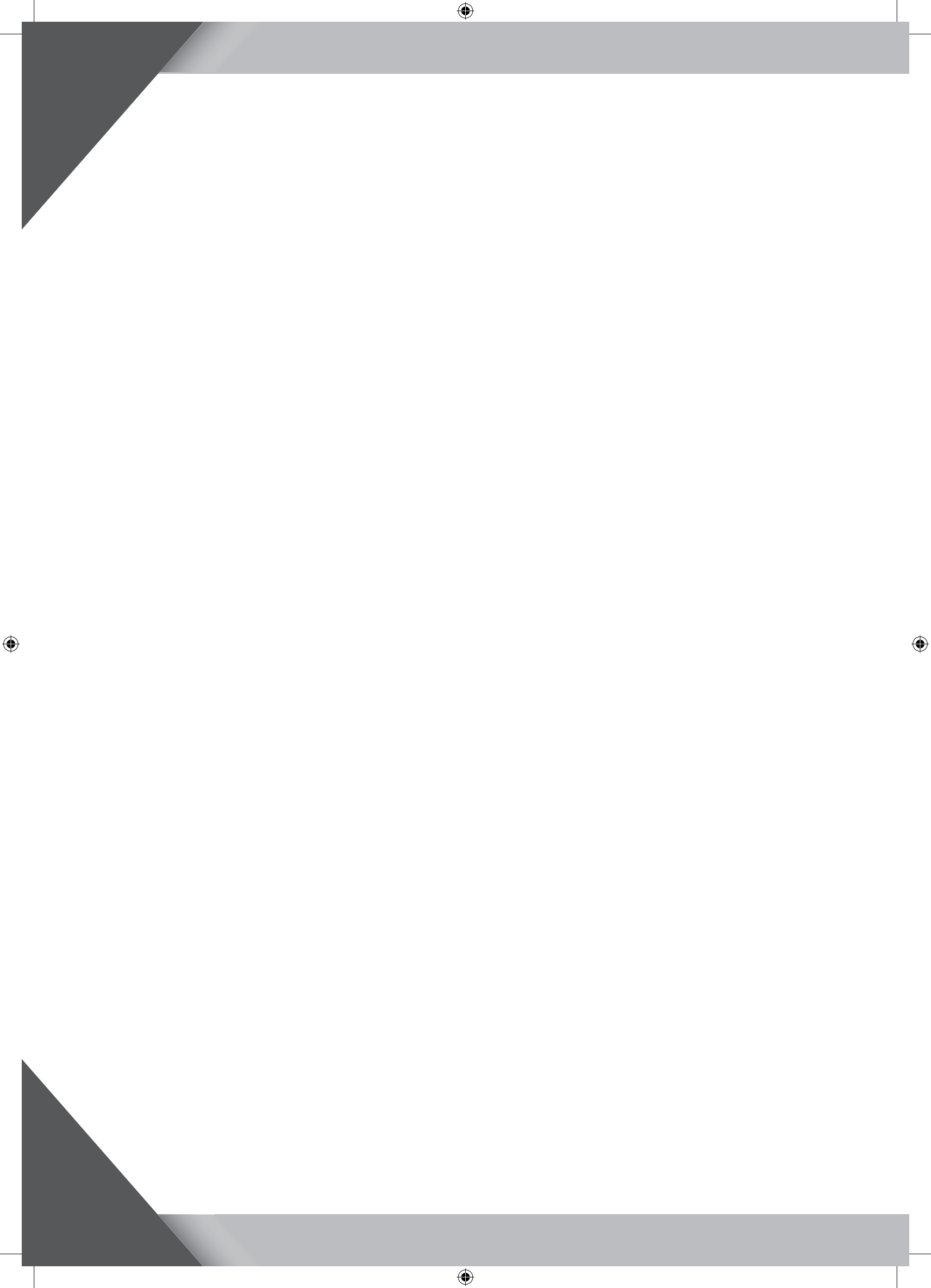
ผ่านเกณฑ์การประเมินร้อยละ ๗๐ ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

เกณฑ์การประเมิน

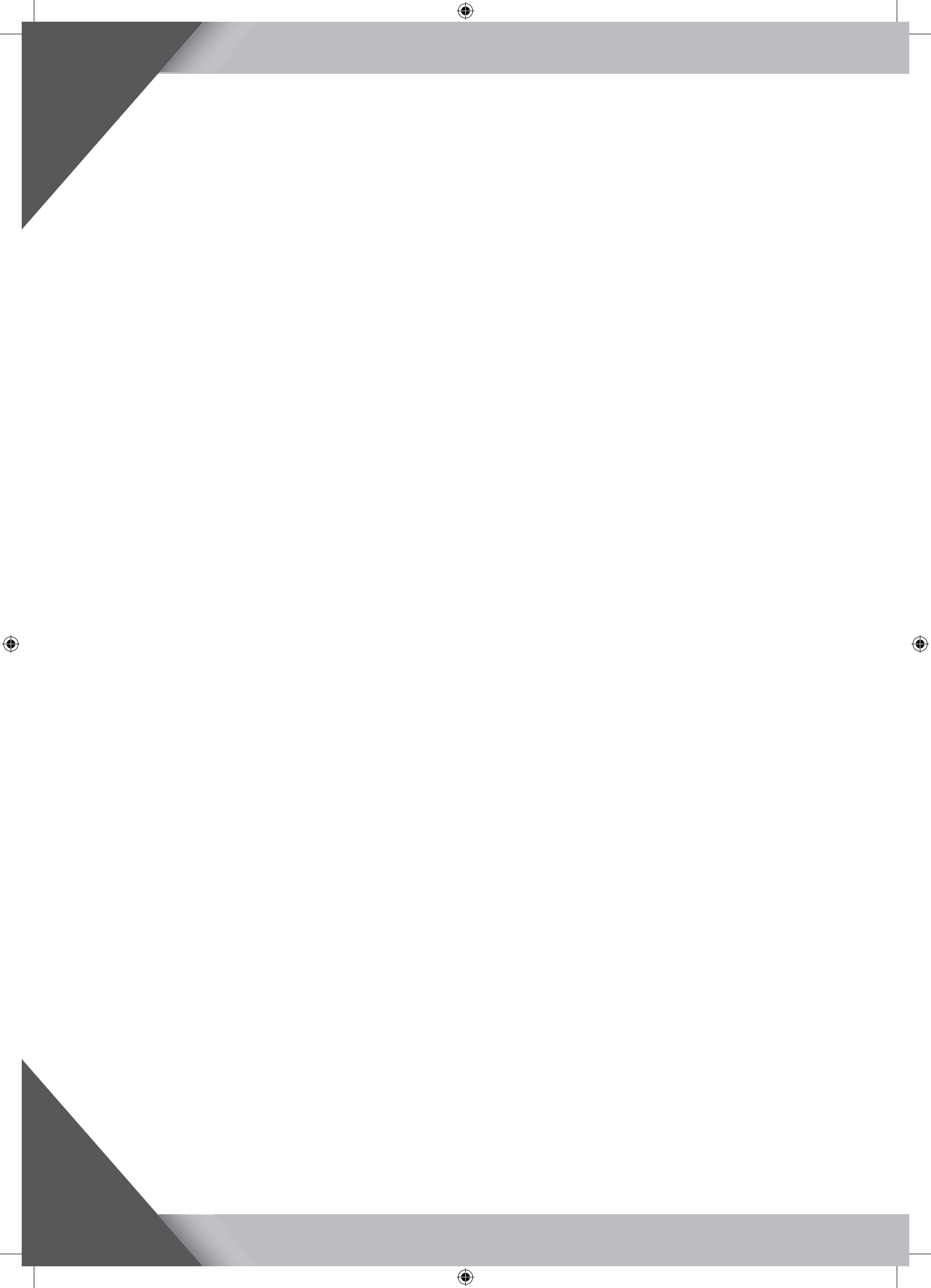
รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
	๓	๒	๑
๑. ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนได้ด้วย ตนเอง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมี การเตือนเป็นบางครั้ง	ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับของครอบครัว และโรงเรียนโดยต้องมี การเตือนเป็นจำนวนมาก
๒. ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติ	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงานดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายสำเร็จ ภายใน เวลาที่กำหนด ผลงาน ไม่ค่อยดี	ตั้งใจทำงานที่ได้รับ มอบหมายไม่สำเร็จ ภายในเวลาที่กำหนด ผลงานไม่ค่อยดี
๓. รับผิดชอบในการทำงาน	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและ พัฒนาการทำงานได้ดี	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ มีการปรับปรุงและ พัฒนาการทำงานได้ดีขึ้น บางส่วน	มีความเพียรทำงานที่ ได้รับมอบหมายสำเร็จ แต่ไม่มีการปรับปรุง ให้ดีขึ้น

เกณฑ์การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน
ผ่านเกณฑ์การประเมิน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน



A decorative floral wreath made of grey branches with leaves and flowers, framing the central text.

หน่วยย่อยที่ ๓
สุขภาพดีมีสุข



ใบสรุปหน้าหน่วยการเรียนรู้

หน่วยย่อยที่ ๓

จำนวนเวลาเรียน ๗ ชั่วโมง

ชื่อหน่วยย่อย สุขภาพดีมีสุข

จำนวนแผนการจัดการเรียนรู้ ๔ แผน

สาระสำคัญของหน่วย

อาหารหลัก ๕ หมู่ ธงโภชนาการ โภชนบัญญัติ ๙ ประการ การเลือกกินอาหารครบ ๕ หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย ความสำคัญของฟัน การบำรุงรักษาฟัน การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี โรคและการป้องกันการแพร่กระจายของโรค การทดสอบสมรรถภาพทางกาย อันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน การปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

มาตรฐานและตัวชี้วัด

มฐ. พ ๔.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒, ป.๓/๓, ป.๓/๔, ป.๓/๕

มฐ. พ ๕.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑, ป.๓/๒, ป.๓/๓

มฐ. ท ๑.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๕

มฐ. ท ๒.๑ ตัวชี้วัด ป.๓/๑

ลำดับการเสนอแนวคิดหลัก

การเลือกกินอาหารที่มีประโยชน์เพื่อสุขภาพ การบำรุงรักษาฟัน โรคและการป้องกันการแพร่กระจายของโรค การทดสอบสมรรถภาพทางกาย อันตรายและการปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บ การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

อาหารหลัก ๕ หมู่



ฟันของเรา



โรคติดต่อและสมรรถภาพทางกาย

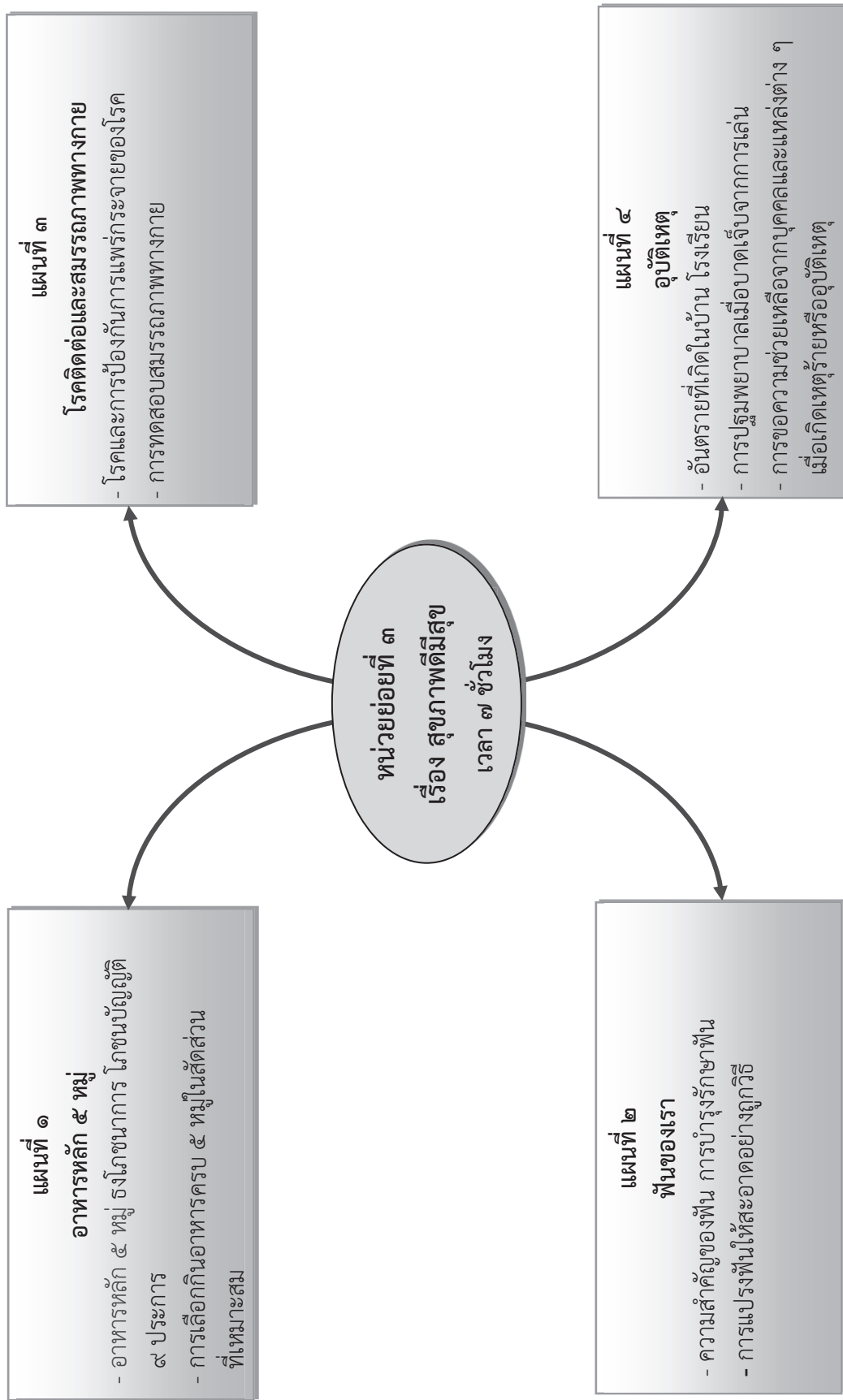


อุบัติเหตุ

โครงสร้างของหน่วย

หน่วยการเรียนรู้ที่	ชื่อหน่วยย่อย	แผนที่	ชื่อแผน	เวลา	หมายเหตุ
๒	สุขภาพดีมีสุข	๑	อาหารหลัก ๕ หมู่	๒ ชั่วโมง	
		๒	ฟันของเรา	๑ ชั่วโมง	
		๓	โรคติดต่อและสมรรถภาพทางกาย	๒ ชั่วโมง	
		๔	อุบัติเหตุ	๒ ชั่วโมง	

โครงสร้างแผนการจัดการเรียนรู้ของหน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข หน่วยย่อยที่ ๓ เรื่อง สุขภาพดีมีสุข



**คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข แผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อาหารหลัก ๕ หมู่**

๑. สาระสำคัญของแผน

การเลือกรับประทานอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสมจะทำให้ร่างกายเจริญเติบโตและมีสุขภาพดี โภชนบัญญัติ ๙ ประการ เป็นข้อปฏิบัติในการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย และใช้เป็นแนวทางในการกินอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- อาหารหลัก ๕ หมู่ ธงโภชนาการ และ โภชนบัญญัติ ๙ ประการ
- การเลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสม

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- แบบทดสอบก่อนเรียน
- แผนภูมิเพลง “โภชนาการ”
- แผนภูมิอาหารหลัก ๕ หมู่
- แผนภูมิธงโภชนาการ

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ “๕ หมู่ รู้ไว้”
- ใบความรู้ที่ ๒ “ธงโภชนาการ”
- ใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ”
- ใบงานที่ ๐๑ วาดภาพอาหาร ๕ หมู่
- ใบงานที่ ๐๒ คัดลายมือ “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ”
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- ประเมินผลงาน
- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ประเมินผลก่อนเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข
แผนการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง อาหารหลัก ๕ หมู่
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

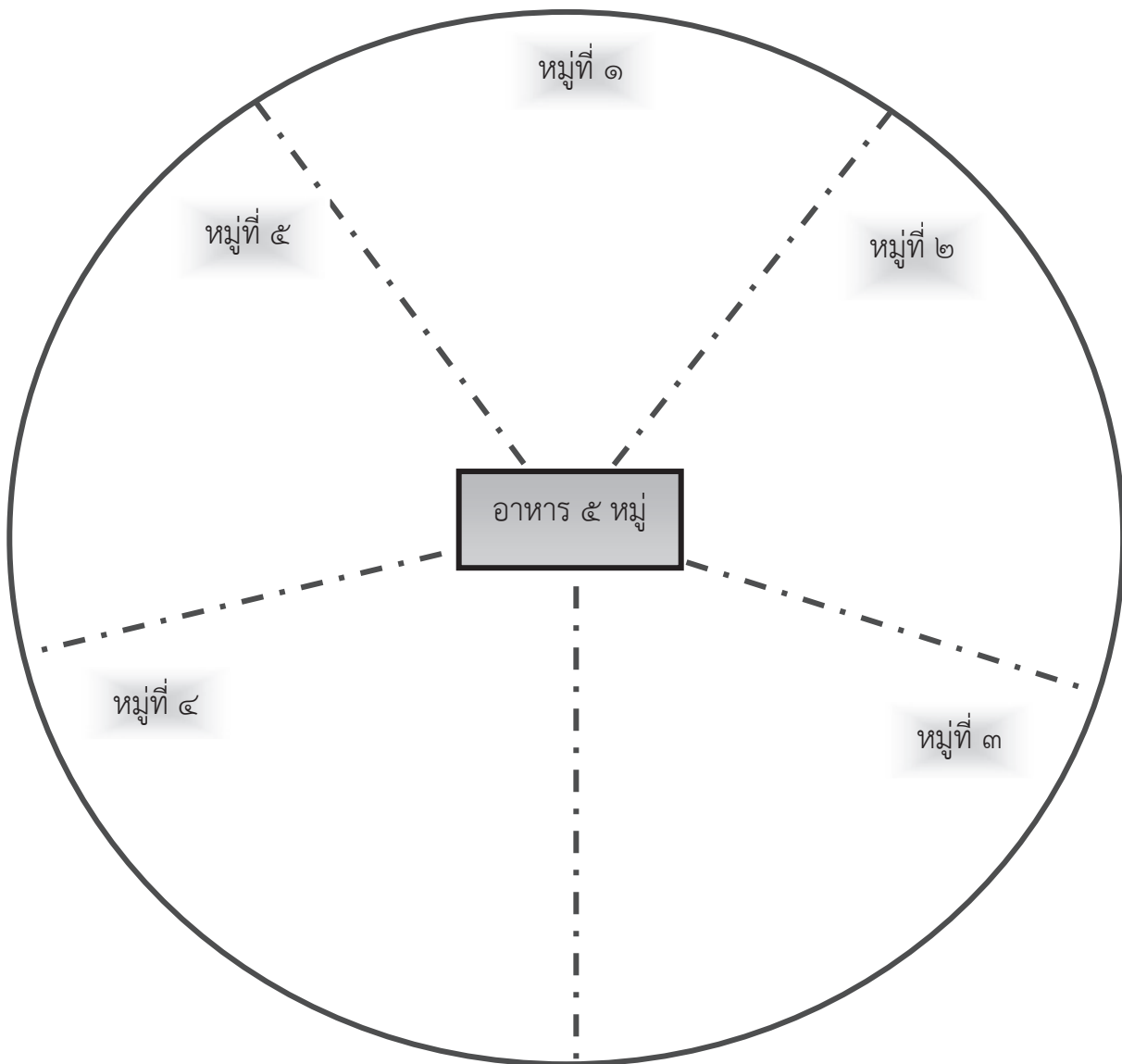
แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	• ทำแบบทดสอบก่อนเรียน • ครูร้องเพลง “โภชนาการ” จากแผนภูมิเพลงให้นักเรียนฟัง ๒ รอบ นักเรียนร้องตามครูและนักเรียนร่วมกันวิเคราะห์เกี่ยวกับเนื้อหาของเพลง • เลือกตัวแทนนักเรียนเล่าประสบการณ์การรับประทานอาหารที่มีในเนื้อเพลง
ขั้นสอน	• ครูนำแผนภูมิอาหารหลัก ๕ หมู่ และแผนภูมิธงโภชนาการ ให้นักเรียนดู นักเรียนศึกษาและอธิบายความหมายของอาหารหลัก ๕ หมู่ พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามนำ • แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ “๕ หมู่ รู้ไว้” ใบความรู้ที่ ๒ “ธงโภชนาการ” แต่ละกลุ่มทำใบงานที่ ๑๑ วาดภาพอาหาร ๕ หมู่ นำเสนอผลงานโดยติดแสดงผลงานไว้ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง • ครูกับนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับอาหารที่นักเรียนชอบ ครูยกตัวอย่างอาหารที่นักเรียนชอบมา ๑ ชนิด นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ส่วนประกอบในอาหารมีอะไรบ้าง แต่ละอย่างจัดเป็นอาหารหมู่ใด แล้วพิจารณาว่าอาหารนั้นเหมาะสมตามหลักโภชนบัญญัติหรือไม่ • นักเรียนรายบุคคลศึกษาใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง โภชนบัญญัติ ๙ ประการ แล้วทำใบงานที่ ๑๒ คัดลายมือ “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ” ส่งครู
ขั้นสรุป	• นักเรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ ครูแนะนำเพิ่มเติมให้นักเรียนนำความรู้เรื่องอาหารหลัก ๕ หมู่ ไปใช้ในการเลือกรับประทานอาหารแต่ละมื้อ รวมถึงข้อควรปฏิบัติในการบริโภคอาหารเพื่อการมีสุขภาพดี
วัดและประเมินผล	• ประเมินผลก่อนเรียน • สังเกตพฤติกรรม • ตรวจผลงาน • ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ขอบเขตเนื้อหา - อาหารหลัก ๕ หมู่ ธงโภชนาการ และ โภชนบัญญัติ ๙ ประการ - การเลือกกินอาหารที่หลากหลาย ครบ ๕ หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสม - การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ทดสอบก่อนเรียน ทำแบบทดสอบก่อนเรียน ขั้นนำ ๑. ครูร้องเพลง “โภชนาการ” จากแผนภูมิเพลงให้นักเรียนฟัง ๒ รอบ นักเรียนร้องตาม ครูและนักเรียนร่วมกันวิเคราะห์เกี่ยวกับเนื้อหาของเพลง เช่น เพลงแนะนำให้รับประทานอาหารให้ครบห้าหมู่ทุกวัน เป็นต้น ๒. เลือกตัวแทนนักเรียนแต่ละชั้นเล่าประสบการณ์การรับประทานอาหารที่มีในเนื้อเพลง ขั้นสอน ๓. ครูนำแผนภูมิอาหารหลัก ๕ หมู่ และแผนภูมิธงโภชนาการ ให้นักเรียนดู นักเรียนศึกษาและอธิบายความหมายของอาหารหลัก ๕ หมู่ พร้อมทั้งร่วมกันแสดงความคิดเห็น โดยครูใช้คำถามนำ ๔. แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ “๕ หมู่ รู้ไว้” ใบความรู้ที่ ๒ “ธงโภชนาการ” แต่ละกลุ่มทำใบงานที่ ๐๑ วาดภาพอาหาร ๕ หมู่ ตกแต่งให้สวยงาม ๕. นำเสนอผลงานโดยติดแสดงผลงานไว้ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒) ๖. ครูกับนักเรียนสนทนาเกี่ยวกับอาหารที่นักเรียนชอบ ครูยกตัวอย่างอาหารที่นักเรียนชอบมา ๑ ชนิด นักเรียนช่วยกันวิเคราะห์ส่วนประกอบในอาหารมีอะไรบ้าง แต่อย่างจัดเป็นอาหารหมู่ใด แล้วพิจารณาว่าอาหารนั้นเหมาะสมตามหลักโภชนบัญญัติหรือไม่ ๗. นักเรียนรายบุคคลศึกษาใบความรู้ที่ ๓ เรื่อง โภชนบัญญัติ ๙ ประการ แล้วทำใบงานที่ ๐๒ คัดลายมือ “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ” ส่งครู ขั้นสรุป ๘. นักเรียนร่วมกันสรุปองค์ความรู้ ครูแนะนำเพิ่มเติมให้นักเรียนนำความรู้เรื่อง อาหารหลัก ๕ หมู่ ไปใช้ในการเลือกรับประทานอาหารแต่ละมื้อ รวมถึงข้อควรปฏิบัติในการบริโภคอาหารเพื่อการมีสุขภาพดี	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑. แบบทดสอบก่อนเรียน ๒. แผนภูมิเพลง “โภชนาการ” ๓. แผนภูมิอาหารหลัก ๕ หมู่ ๔. แผนภูมิธงโภชนาการ ๕. ใบความรู้ ๖. ใบงาน ๗. สื่ ภาระงาน / ชิ้นงาน ๑. อธิบายความหมายอาหาร ๕ หมู่ ๒. วาดภาพระบายสี ๓. นำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน ๔. คัดลายมือ
จุดประสงค์ ความรู้ ๑. อธิบายความหมายของอาหารหลัก ๕ หมู่ได้ ๒. อธิบายการเลือกรับประทานอาหารที่หลากหลายในสัดส่วนที่เหมาะสมตามธงโภชนาการได้ ทักษะ ๓. จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่ได้ ๔. เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสมได้ ๕. การนำความรู้ไปใช้ คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ๑. ใฝ่เรียนรู้	การวัดและประเมินผล ๑. ประเมินความรู้เกี่ยวกับอาหารหลัก ๕ หมู่ ธงโภชนาการ และโภชนบัญญัติ ๙ ประการ ๒. สังเกตพฤติกรรม ๓. ประเมินผลงาน ๔. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิธีการ ๑. ทดสอบก่อนเรียน สอบถาม ๒. สังเกตพฤติกรรม ๓. ตรวจผลงาน เครื่องมือ ๑. แบบทดสอบก่อนเรียน ๒. แบบสังเกตพฤติกรรม ๓. แบบประเมินผลงาน ๔. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เกณฑ์การประเมิน ๑. ประเมินความรู้/พฤติกรรม/ผลงานตามเกณฑ์ในแบบประเมิน ๒. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน	

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง อาหาร ๕ หมู่ คู่คนไทย

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพอาหารหลัก ๕ หมู่ ลงในแผนภูมิด้านล่างให้ถูกต้อง



ชื่อ..... เลขที่ ชั้น.....



บ ๒.๓/ผ ๑-๐๒

ใบงานที่ ๐๒ เรื่อง “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนคัดลายมือ “โภชนบัญญัติ ๙ ประการ” ลงในกรอบด้านล่าง

โภชนบัญญัติ ๙ ประการ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....

แผนภูมิเพลง

เพลง โภชนาการ

ทำนองเพลง jingle bell

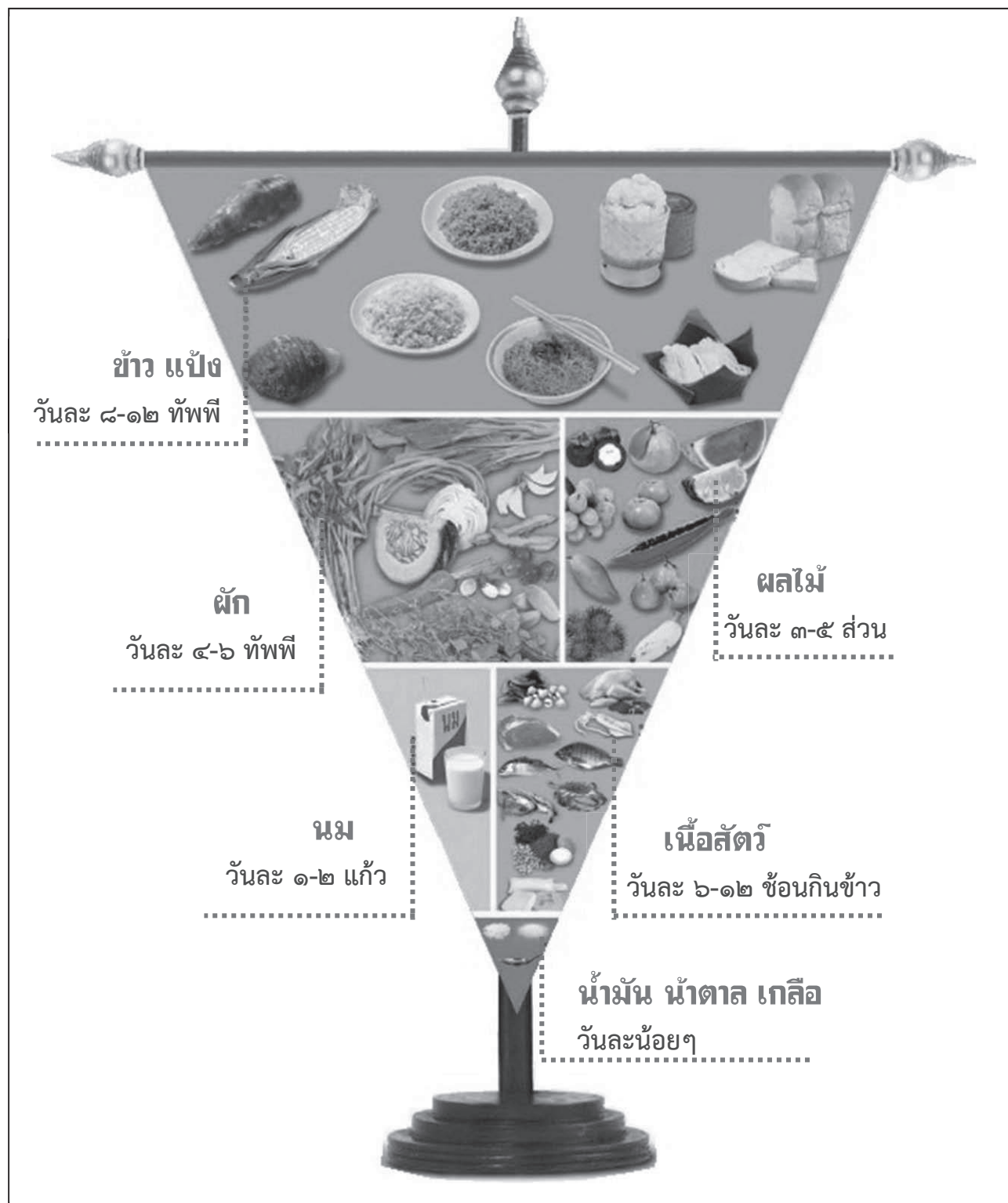
โภชนาการอาหาร ๕ หมู่ ทานให้ครบทุกวัน
ข้าว แป้ง ผักผัก มัน ผลไม้ เนื้อสัตว์ และนม เอ้ (สร้อย)
ข้าว แป้ง ผีอก มัน คือ คาร์โบไฮเดรต พวกเราทานทุกวัน
แสนอร่อยมากเลย ผัก ผลไม้นานา ผักบุ้งมะละกอ
กล้วย ชมพู ส้มโอ คะน้า แสนอร่อยเสียจริง (สร้อย)
ไก่ หมู ไข่ น้าทาน อร่อยและมีประโยชน์
เกลือ น้ำมัน น้ำตาล ทานให้น้อยที่สุด
นมก็มีคุณค่า ดีมีวันละ ๒ แก้ว
หากทำได้อย่างนี้พวกเราจะแข็งแรงกันทุกคน (สร้อย)

ที่มา <http://www.youtube.com>

แผนภูมิอาหารหลัก ๕ หมู่



แผนภูมิธงโภชนาการ



ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง ๕ หมู่รู้ไว้



หมู่ที่ ๑ เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่ว นม ให้สารอาหารโปรตีน ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโต และซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ



หมู่ที่ ๒ ข้าว แป้ง เผือก มัน ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต เพื่อให้พลังงานแก่ร่างกาย



หมู่ที่ ๓ พืชผักต่าง ๆ ให้สารอาหารวิตามินและแร่ธาตุ เพื่อเสริมสร้างการทำงานของร่างกายให้เป็นปกติ



หมู่ที่ ๔ ผลไม้ต่างๆ ให้สารอาหารวิตามินและแร่ธาตุต่างๆ แก่ร่างกาย



หมู่ที่ ๕ น้ำมันและไขมันจากพืชและสัตว์ ให้สารอาหารไขมัน เพื่อให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย

ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ เรื่อง ธงโภชนาการ



"ธงโภชนาการ (Nutrition Flag)"

ธงโภชนาการ หมายถึง ภาพแนะนำการบริโภคอาหารครบตามสัดส่วน ปริมาณ และความหลากหลายของอาหารที่ควรบริโภคใน ๑ วัน ดังนี้

๑. กินข้าววันละ ๘ - ๑๒ ทัพพี
๒. กินผักและผลไม้ วันละ ๓ - ๕ ส่วน
๓. กินนมวันละ ๑ - ๒ แก้ว
๔. กินปลาหรือเนื้อสัตว์วันละ ๖ - ๑๒ ช้อนโต๊ะ
๕. กินไขมัน น้ำตาล เกลือ ไม่เกินวันละ ๑ ช้อนชา

“เราก็จะเจริญเติบโตแข็งแรง สมองดี เรียนเก่ง ร่างกายสมส่วนสวยงาม”

ใบความรู้ที่ ๓ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง โภชนบัญญัติ ๙ ประการ

โภชนบัญญัติ ๙ ประการ หมายถึง ข้อควรปฏิบัติในการบริโภคอาหาร
เพื่อการมีสุขภาพดี ๙ ประการ ได้แก่

๑. กินอาหารครบ ๕ หมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลายและหมั่นดูแล
น้ำหนักตัว
๒. กินข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ
๓. กินพืชผักให้มากและกินผลไม้เป็นประจำ
๔. กินปลา กินเนื้อไม่ติดมัน ไข่และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ
๕. ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย
๖. กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร
๗. หลีกเลี่ยงการกินอาหารที่มีรสหวานจัดและเค็มจัด
๘. กินอาหารที่สะอาดปราศจากการปนเปื้อนจากสารอันตราย
๙. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

“อย่าลืมปฏิบัติตามโภชนบัญญัติ ๙ ประการ
นักเรียนจะมีสุขภาพร่างกายเจริญเติบโต ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ”



แบบทดสอบก่อนเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข

คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านแต่ละข้อแล้วพิจารณาเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. อาหารกลุ่มใดให้พลังงานแก่ร่างกาย ก. ข้าว แป้ง น้ำตาล ข. เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่ว นม ค. พืชผักและผลไม้	๖. นักเรียนควรป้องกันโรคหอบอย่างไร ก. ไม่คลุกคลีกับผู้ที่มีเหา ข. ไม่รับประทานอาหารร่วมกับคนมีเหา ค. ไม่ใช้เครื่องเขียนแบบเรียนร่วมกับคนมีเหา
๒. อาหารประเภทใดควรรับประทานในปริมาณเพียงเล็กน้อย ก. พืชผักสีเขียวสีแดง ข. เนื้อหมู เนื้อไก่ เนื้อปลา ค. น้ำมันสัตว์และน้ำมันพืช	๗. บุคคลใดปฏิบัติได้ถูกต้องมากที่สุด ก. แดงแปรงฟันเมื่อแม่สั่ง ข. ดำแปรงฟันตามวิธีที่ครูแนะนำ ค. เด่นแปรงฟันเฉพาะวันหยุด
๓. อาหารโปรตีนในข้อใดที่นักเรียนควรรับประทานทุกวัน ก. โปรตีนจากนม ข. โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ค. โปรตีนจากถั่ว	๘. ข้อใดเป็นการแปรงฟันที่เหมาะสมที่สุด ก. แปรงฟันให้ครอบคลุมบริเวณเหงือกและคอฟันทุกซี่ ข. แปรงฟันบริเวณฟันหน้ามากกว่าบริเวณอื่น ค. แปรงฟันบริเวณฟันกรามให้นานที่สุด
๔. วิธีใดเหมาะสมกับการป้องกันโรคหัดได้ดีที่สุด ก. อาบน้ำอุ่นทุกวัน ข. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ค. วิ่งเล่นในที่โล่งแจ้งเท่านั้น	๙. นักเรียนควรเลือกใช้ยาสีฟันชนิดใด ก. ยาสีฟันที่มีราคาแพง ข. ยาสีฟันที่มีกลิ่นผลไม้ ค. ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์
๕. โรคชนิดใดสามารถติดต่อโดยการรับประทานอาหารได้ ก. โรคท้องร่วง ข. โรคตาแดง ค. โรคผิวหนัง	๑๐. ข้อใดคือหลักการแปรงฟันที่ถูกต้อง ก. แปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร ข. แปรงฟันทุกครั้งหลังการออกกำลังกาย ค. แปรงฟันทุกครั้งหลังทำการบ้าน

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข

เฉลย ป.๓
๑) ก
๒) ค
๓) ข
๔) ข
๕) ก
๖) ก
๗) ข
๘) ก
๙) ค
๑๐) ก

เกณฑ์การประเมินการทดสอบก่อนเรียน

ได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไปถือว่า ผ่าน

แบบสังเกตพฤติกรรม

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเรียนและการปฏิบัตินอกห้องเรียน

โดยให้ระดับคะแนนลงในตารางที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้เรียน

เกณฑ์การให้คะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน						สรุปผล การประเมิน	
		การตอบคำถาม/อธิบาย	การแสดงความคิดเห็น	การวิเคราะห์อาหาร	การจำแนกอาหารตามหมู่	การเลือกกินอาหารที่หลากหลายและมีประโยชน์	รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๑๑ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
..... / /

แบบประเมินผลงาน

คำชี้แจง ตรวจสอบผลงานและให้คะแนนตามความสามารถของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน					สรุปผล การประเมิน	
		ความสมบูรณ์และถูกต้องของเนื้อหา	ความน่าสนใจในการนำเสนอ	ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนด	รวม คะแนน ๑๒ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน นักเรียน ได้คะแนน ๘ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

รายละเอียดการให้คะแนน

	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน		
	ดีเยี่ยม (๓)	พอใช้ (๒)	ควรปรับปรุง (๑)
๑. ความสมบูรณ์และถูกต้องของเนื้อหา	เนื้อหาถูกต้อง สมบูรณ์ตามที่กำหนด	มีความบกพร่องของเนื้อหาบ้างเล็กน้อย	มีความบกพร่องของเนื้อหา บางส่วนที่ควรปรับปรุง
๒. ความน่าสนใจในการนำเสนอ	ออกแบบงานนำเสนอในระดับดี	ออกแบบงานนำเสนอได้เรียบง่าย	ออกแบบงานนำเสนอได้ยังไม่ดีพอ
๓. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	งานมีความแปลกใหม่ สวยงามและแตกต่างจากผู้อื่นอย่างโดดเด่น	งานมีความสวยงาม ค่อนข้างสมบูรณ์	งานราบเรียบ ยังไม่สวย และมีซ้ำ ๆ กับงานอื่นที่เคยพบเจอ
๔. ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนด	ส่งงานก่อนเวลาที่กำหนดหรือภายในเวลา	ส่งงานเข้าไป ๕ นาทีหรืออาจจะเข้าไป ๑ วัน	ส่งงานช้าเกิน ๑ วันหรือไม่ส่งงาน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเรียนและการปฏิบัตินอกห้องเรียน
โดยให้ระดับคะแนนลงในตารางที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้เรียน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	พฤติกรรมใฝ่เรียนรู้							สรุปผล การประเมิน		
		ตั้งใจเรียน	เอาใจใส่และมีความเพียรพยายามในการเรียนรู้	สนใจเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ	ศึกษาหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ อย่างเหมาะสม	บันทึกความรู้ วิเคราะห์ตรวจสอบ จากสิ่งที่เรียนรู้ สรุปเป็นองค์ความรู้	แลกเปลี่ยนความรู้ด้วยวิธีการต่าง ๆ และนำไปใช้ ในชีวิตประจำวัน	รวม คะแนน ๑๘ คะแนน	ค่า เฉลี่ย	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ ๓ ดีเยี่ยม	หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ
ระดับ ๒ ดี	หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ
ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์	หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู
ระดับ ๐ ไม่ผ่าน	หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
..... / /

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ฟันของเรา เวลา ๑ ชั่วโมง

.....

๑. สาระสำคัญของแผน

ฟันเป็นอวัยวะในช่องปากที่มีความสำคัญใช้ในการบดเคี้ยวอาหาร การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี จะช่วยให้ฟันของเราแข็งแรงและมีสุขภาพช่องปากที่ดี การตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- เพลง “แปรงฟัน”
- แปรงสีฟัน ยาสีฟัน แก้วน้ำ

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบงานที่ ๐๑ บันทึกสุขภาพฟันของนักเรียน
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- ประเมินผลงาน
- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข
แผนการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ฟันของเรา
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๑ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	• ครูนำนักเรียนร้องเพลง “แปรงฟัน” นักเรียนอาสาสมัครออกมาทำท่าทางประกอบเพลงตามจินตนาการที่หน้าชั้น ครูถามนักเรียนว่านักเรียนได้ปฏิบัติตามเนื้อเพลงหรือไม่ อย่างไร
ขั้นสอน	• ครูถาม นักเรียนตอบ เกี่ยวกับหน้าที่ของฟัน • ครูเลือกตัวแทนนักเรียนสาธิตการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี ครูอธิบายเพิ่มเติม • นักเรียนจับคู่สลับกัน ฝึกแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี เสร็จแล้วเปลี่ยนกันตรวจความสะอาดของฟัน บันทึกผลการตรวจลงในสมุดของนักเรียน • สุ่มตัวอย่างนักเรียน ๓ – ๔ คู่ นำเสนอผลการตรวจฟัน การตรวจร่างกาย • นักเรียนช่วยกันบอกวิธีแปรงฟันให้สะอาด และวิธีการดูแลรักษาฟัน • นักเรียนทำงานรายบุคคล ทำใบงานที่ ๐๑ บันทึกสุขภาพฟันของนักเรียน ตกแต่งให้สวยงาม สะอาด เรียบร้อย ส่งครู
ขั้นสรุป	• นักเรียนร่วมกันสรุปการมีสุขนิสัยที่ดีในการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี • ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียนนอกเวลาเรียน
วัดและประเมินผล	• สังเกตพฤติกรรม • ตรวจผลงาน • ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ขอบเขตเนื้อหา - การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี - ตั้งคำถามและตอบคำถามเกี่ยวกับเรื่องที่ฟังและดู	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ขั้นนำ ๑. ครูนำนักเรียนร้องเพลง “แปรงฟัน” นักเรียนอาสาสมัครออกมาทำท่าทางประกอบเพลงตามจินตนาการที่หน้าชั้น ครูถามนักเรียนว่านักเรียนได้ปฏิบัติตามเนื้อเพลงหรือไม่ อย่างไร ขั้นสอน ๒. ครูถาม นักเรียนตอบ เกี่ยวกับหน้าที่ของฟัน ๓. ครูเลือกตัวแทนนักเรียนสาธิตการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี ครูอธิบายเพิ่มเติม ๔. นักเรียนจับคู่สลับกัน ฝึกแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี เสร็จแล้วเปลี่ยนกันตรวจสอบความสะอาดของฟัน บันทึกผลการตรวจลงในสมุดของนักเรียน ๕. สุ่มตัวอย่างนักเรียน ๓ - ๔ คู่ นำเสนอผลการตรวจฟัน ๕. นักเรียนช่วยกันบอกวิธีแปรงฟันให้สะอาด และวิธีการดูแลรักษาฟัน ๖. ครูชมเชยนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม ๗. นักเรียนทำงานรายบุคคล ทำใบงานที่ ๐๑ บันทึกสุขภาพฟันของนักเรียน ตกแต่งให้สวยงาม สะอาด เรียบร้อย ส่งครู ขั้นสรุป ๘. นักเรียนร่วมกันสรุปการมีสุขนิสัยที่ดีในการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี ๙. ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียนนอกเวลาเรียน	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑ เพลง “แปรงฟัน” ๒. แปรงสีฟัน ยาสีฟัน แก้วน้ำ ๓. ใบงาน ภาระงาน / ชิ้นงาน ๑. ร้องเพลง/ทำท่าทางประกอบเพลง ๒. สาธิต/ฝึกแปรงฟัน ๓. ตรวจสอบความสะอาดร่างกาย ๔. บันทึกสุขภาพฟัน การวัดและประเมิน ๑. ประเมินความรู้เกี่ยวกับการแปรงฟันอย่างถูกวิธี ๒. สังเกตพฤติกรรม ๓. ประเมินผลงาน ๔. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิธีการ ๑. สอบถามนักเรียน ๒. สังเกตพฤติกรรม ๓. ตรวจผลงาน เครื่องมือ ๑. แบบสังเกตพฤติกรรม ๒. แบบประเมินผลงาน ๓. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เกณฑ์การประเมิน ๑. ประเมินพฤติกรรม/ผลงานตามเกณฑ์ในแบบประเมิน ๒. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน
---	---	---



บ ๒.๓/ผ ๒-๐๑

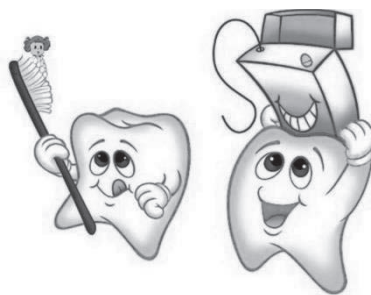
ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง สุขภาพฟันของฉัน

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกข้อมูลสุขภาพฟันของนักเรียนตามความเป็นจริง

๑. ฟันของนักเรียนมีทั้งหมด.....ซี่
๒. นักเรียนแปรงฟันวันละ.....ครั้ง
๓. นักเรียนมีฟันผุหรือไม่ ☐ มี ☐ ไม่มี
๔. นักเรียนมีฟันผุ.....ซี่
๕. ฟันผุของนักเรียนเกิดจากสาเหตุใด

.....
.....



ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

เพลงแปรงฟัน

เริ่มที่...แปรงฟันบน หายแปรงขึ้น ขยับๆ ปิดลง
ฟันบนขวา ด้านนอก ฟันหน้าบน ด้านนอก
ฟันบนซ้าย ด้านนอก ฟันบนซ้าย ด้านใน
ฟันหน้าบน ด้านใน ฟันบนขวา ด้านใน
ต่อไป แปรงฟันล่างกว่าแปรงลง แล้วขยับๆ ปิดขึ้น
ฟันล่างขวา ด้านนอก ฟันหน้าล่าง ด้านนอก
ฟันล่างซ้าย ด้านนอก ฟันล่างซ้าย ด้านใน
ฟันหน้าล่าง ด้านใน ฟันล่างขวา ด้านใน
ต่อไปเราแปรงฟันด้านบดเคี้ยวถูไปถูมา
ด้านล่างขวา ด้านล่างซ้าย
ด้านบนซ้าย ด้านบนขวา แปรงลิ้น
เท่านี้เราก็แปรงฟัน ได้สะอาดทั่วปากแล้ว
แปรงอย่างนี้ ทุกวัน พวกเราจะมี
“รอยยิ้มสดใส เด็กไทยฟันดี”



แบบสังเกตพฤติกรรม

วิชา ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเรียนและการปฏิบัตินอกห้องเรียน

โดยให้ระดับคะแนนลงในตารางที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้เรียน

เกณฑ์การให้คะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ต้องปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน						สรุปผล การประเมิน	
		การตั้งคำถามตอบคำถาม	การร่วมกิจกรรม	แสดงการแบ่งปัน อย่างถูกต้อง	การดูแลสภาพพื้นที่	การนำความรู้ไปใช้	รวม ๑๕ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๑๑ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
..... / /

แบบประเมินผลงาน

คำชี้แจง ตรวจสอบผลงานและให้คะแนนตามความสามารถของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน				สรุปผล การประเมิน	
		ผลงานถูกต้อง	ความสะอาดเรียบร้อย	ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนด	รวม คะแนน ๙ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๖ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินการคัดลายมือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน						สรุปผล การประเมิน	
		ขนาดของตัวอักษร	การวางสระวรรณยุกต์	การเว้นระยะช่องไฟ	ความสวยงาม	ความมีระเบียบ	ความสะอาดเรียบร้อย	รวม คะแนน ๑๕ คะแนน	ผ่าน ไม่ผ่าน

เกณฑ์การให้คะแนน

การคัดลายมือสมบูรณ์ ชัดเจน

ให้คะแนน ๓ คะแนน

การคัดลายมือยังบกพร่องในจุดที่ไม่สำคัญ

ให้คะแนน ๒ คะแนน

การคัดลายมือยังมีข้อบกพร่องเป็นส่วนใหญ่

ให้คะแนน ๑ คะแนน

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๑๑ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเรียนและการปฏิบัตินอกห้องเรียน โดยให้ระดับคะแนนลงในตารางที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	พฤติกรรมมุ่งมั่นในการทำงาน								สรุปผลการประเมิน	
		เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย	ตั้งใจและรับผิดชอบในการทำงานให้สำเร็จ	ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานด้วยตนเอง	ทุ่มเททำงาน อดทน ไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรคในการทำงาน	พยายามแก้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานให้สำเร็จ	ชื่นชมผลงานด้วยความภาคภูมิใจ	รวมคะแนน ๑๘ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน

ระดับ ๓ ดีเยี่ยม	หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ
ระดับ ๒ ดี	หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ
ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์	หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู
ระดับ ๐ ไม่ผ่าน	หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
..... / /

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง โรคติดต่อและสมรรถภาพทางกาย

.....

๑. สาระสำคัญของแผน

โรคต่าง ๆ ที่ทำให้เราเจ็บป่วย ประกอบด้วย โรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ การป้องกันการแพร่กระจายของโรคสามารถปฏิบัติได้หลายวิธี การทดสอบสมรรถภาพทางกาย จะช่วยให้รู้ว่าร่างกายของเราเป็นอย่างไร ต้องการการปรับปรุงและสร้างเสริมในด้านใดบ้าง การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอบข่ายเนื้อหา

- โรคและการป้องกันการแพร่กระจายของโรค
- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- ภาพคนป่วยโรคต่าง ๆ
- สีสื่อ
- เกม “วิ่งเปี้ยว”
- บันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง โรคและการป้องกัน
- ใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ
- ใบงานที่ ๐๑ โรคและอาการเจ็บป่วย
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- ประเมินผลงาน
- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวีเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข

แผนการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง โรคติดต่อและสมรรถภาพทางกาย

บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย

เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	ครูนำภาพคนที่ป่วยเป็นโรคต่าง ๆ ให้นักเรียนดู ครูกับนักเรียนสนทนาว่าในภาพคือโรคอะไรบ้าง นักเรียนเคยป่วยเป็นโรคเหล่านี้หรือไม่
ขั้นสอน	- เลือกตัวแทนนักเรียน ๒ – ๓ คน เล่าประสบการณ์การเจ็บป่วย อาการ วิธีการป้องกัน และการรักษาอาการป่วยที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง - แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง โรคและการป้องกัน แล้วทำใบงานที่ ๐๑ โรคและอาการเจ็บป่วย นำเสนอผลงานโดยอธิบายเรื่องโรค สาเหตุของโรค อาการและการป้องกัน แล้วติดแสดงผลงานไว้ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง - นักเรียนกลุ่มเดิม ศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ - ครูทดสอบสมรรถภาพทางกาย - นักเรียนเล่นเกม “วิ่งเปี้ยว” หลังเล่นเกมครูถามว่านักเรียนรู้สึกสนุกสนานหรือไม่ สมรรถภาพทางกายมีส่วนสำคัญต่อการเล่นเกมหรือไม่
ขั้นสรุป	- นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้จากการอ่านใบความรู้ ผลงานนักเรียน และจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องโรคต่าง ๆ วิธีป้องกัน และผลของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี - นักเรียนนำความรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ตรวจผลงาน - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ขอบเขตเนื้อหา - โรคและการป้องกันการแพร่กระจายของโรค - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ขั้นนำ ๑. ครูนำภาพคนที่ป่วยเป็นโรคต่าง ๆ ให้นักเรียนดู ครูกับนักเรียนสนทนาว่าในภาพคือโรคอะไรบ้าง นักเรียนเคยป่วยเป็นโรคเหล่านี้หรือไม่ ขั้นสอน ๒. เลือกตัวแทนนักเรียน ๒ – ๓ คน เล่าประสบการณ์การเจ็บป่วย อาการ วิธีการป้องกัน และการรักษาอาการป่วยที่เคยเกิดขึ้นกับตนเอง ๓. แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง โรคและการป้องกัน ๔. นักเรียนแต่ละกลุ่มทำใบงานที่ ๐๑ โรคและอาการเจ็บป่วย ตกแต่งให้สวยงาม สะอาด เรียบร้อย นำเสนอผลงานโดยอธิบายเรื่องโรค สาเหตุของโรค อาการและการป้องกัน แล้วติดแสดงผลงานไว้ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒) ๕. ครูแจ้งให้นักเรียนทราบว่าครูจะทำการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ครูอธิบายเพิ่มเติมถึงการทดสอบสมรรถภาพทางกายอย่างถูกวิธีจะทำให้เกิดความปลอดภัย ๖. นักเรียนกลุ่มเดิม ศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ๗. ครูทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๘. นักเรียนเล่นเกม “วิ่งเปี้ยว” หลังเล่นเกมครูถามว่านักเรียนรู้สึกสนุกสนานหรือไม่ สมรรถภาพทางกายมีส่วนสำคัญต่อการเล่นเกมหรือไม่ ขั้นสรุป ๙. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้จากการอ่านใบความรู้ ผลงานนักเรียน และจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องโรคต่าง ๆ วิธีป้องกัน และผลของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ๑๐. นักเรียนนำความรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑. ภาพคนป่วยโรคต่าง ๆ ๒. ใบความรู้ ๓. ใบงาน/สื่ ๔. เกม “วิ่งเปี้ยว” ๕. บันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ภาระงาน / ชิ้นงาน ๑. เล่าประสบการณ์การเจ็บป่วย ๒. นำเสนอผลงาน ๓. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๔. เล่นเกม
จุดประสงค์ ความรู้ ๑. อธิบายการติดต่อ และวิธีป้องกันการแพร่กระจายของโรคได้ ทักษะ ๑. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ ๒. สรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ๑. มีวินัย		การวัดและประเมินผล ๑. ประเมินความรู้เรื่องอาการเจ็บป่วย การติดต่อ วิธีป้องกันและแพร่กระจายของโรค ๒. ประเมินผลงาน ๓. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ๔. ประเมินพฤติกรรม ๕. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิธีการ ๑. ชักถาม ๒. สังเกตพฤติกรรม ๓. ตรวจผลงาน เครื่องมือ ๑. แบบสังเกตพฤติกรรม ๒. แบบประเมินผลงาน ๓. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เกณฑ์การประเมิน ๑. ประเมินพฤติกรรม และผลงานตามเกณฑ์ในแบบประเมิน ๒. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน

๑. ภาพคนป่วยโรคต่าง ๆ
๒. ใบความรู้
๓. ใบงาน/สื่อ
๔. เกม “วิ่งเปี้ยว”
๕. บันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ภาระงาน / ชิ้นงาน

๑. เล่าประสบการณ์การเจ็บป่วย
๒. นำเสนอผลงาน
๓. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย
๔. เล่นเกม

๑. ประเมินความรู้เรื่องอาการเจ็บป่วย การติดต่อ วิธีป้องกันและแพร่กระจายของโรค
๒. ประเมินผลงาน
๓. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย
๔. ประเมินพฤติกรรม
๕. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. ชักถาม ๒. สังเกตพฤติกรรม
๓. ตรวจผลงาน

๑. แบบสังเกตพฤติกรรม
๒. แบบประเมินผลงาน
๓. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. ประเมินพฤติกรรม และผลงาน
ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน

๒. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน



บ ๒.๓/ผ ๓-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

โรคและอาการเจ็บป่วย

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนผังความคิดเรื่องโรค ๑ โรค แล้วระบายสีตกแต่งให้สวยงาม
ในประเด็น : สาเหตุของโรค อาการ และการป้องกันรักษา

ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

ภาพผู้ป่วยโรค



<http://www.gg.gg/๘ektb>

ภาพผู้ป่วยโรค



<http://www.gg.gg/๘ekbo>

ภาพผู้ป่วยโรค



<http://www.gg.gg/๘ekio>

ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง โรคและการเจ็บป่วย

โรคและการเจ็บป่วย

โรค หมายถึง ความผิดปกติของร่างกายหรือจิตใจ

การเจ็บป่วย หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายเพราะโรคต่าง ๆ เช่น อาการปวดศีรษะ ปวดท้อง เป็นต้น

การป้องกันโรค หมายถึง การดูแลตนเองให้ปลอดภัยจากความผิดปกติของร่างกายหรือจิตใจ

โรคที่ควรรู้

๑. ไข้หวัด เกิดจากเชื้อไวรัสโดยการหายใจขณะที่ร่างกายอ่อนแอ ป้องกันได้โดยหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย หมั่นล้างมือด้วยสบู่บ่อย ๆ ใช้หน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ และปิดปากเวลาที่ไอหรือจาม หลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกับผู้อื่น ไม่เข้าไปอยู่ในสถานที่ที่มีคนมาก หรือหากเป็นไปได้ควรหยุดพักอยู่บ้านเมื่อเป็นไข้หวัดจนกว่าอาการจะดีขึ้น

๒. อีสุกอีใส เกิดจากเชื้อไวรัส เป็นโรคติดต่อทางผิวหนังที่ทำให้ร่างกายเกิดผื่นคัน มีตุ่มนูนขนาดเล็ก หรือตุ่มน้ำใส ๆ ทั่วร่างกาย มักเกิดขึ้นในเด็กที่มีอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี อย่างไรก็ตามสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย ผู้ป่วยจะมีไข้ต่ำ รู้สึกคันเนื้อคันตัว เหนื่อยง่าย เจ็บคอ อยากรับประทานอาหารลดลงหรือไม่อยากอาหาร การป้องกันที่ค่อนข้างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย คือ การฉีดวัคซีนป้องกันโรคอีสุกอีใส

๓. ไข้เลือดออก เกิดจากเชื้อไวรัสเดงกี (Dengue virus) โดยมียุงลายบ้านเป็นพาหะนำโรค ผู้ป่วยจะมีไข้สูงเกิดขึ้นอย่างฉับพลัน ๓๙ – ๔๑ องศาเซลเซียส (รับประทานยาลดไข้ก็มักจะไม่วาย) หน้าแดง ตาแดง ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว กระจายน้ำ ชีมี มักมีอาการเบื่ออาหารและอาเจียนร่วมด้วย อาจคลำพบตับโตและมีอาการกดเจ็บเล็กน้อย ในบางรายอาจมีอาการปวดท้องในบริเวณใต้ลิ้นปี่หรือชายโครงด้านขวา หรือปวดท้องทั่วไป หรือมีอาการท้องผูกหรือถ่ายเหลว ส่วนในเด็กอายุต่ำกว่า ๑ ปี อาจพบอาการไข้สูงร่วมกับอาการชักได้ วิธีป้องกันโรคไข้เลือดออกที่ดีที่สุด คือ การควบคุมแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย

๔. โรคภูมิแพ้

เมื่อร่างกายแพ้สิ่งต่าง ๆ เช่น อากาศ ไรฝุ่น ละอองเกสรดอกไม้ เป็นต้น อาจทำให้เกิดโรคภูมิแพ้ขึ้นได้ ซึ่งโรคนี้มักเกิดขึ้นเรื้อรัง มีอาการคัดจมูก จามบ่อย ๆ มีน้ำมูกใส คันตา น้ำตาไหล แสบคอหรือไอแห้ง ๆ ป้องกันโดยหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ทำให้เกิดอาการแพ้ และดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ

ใบความรู้ที่ ๒

เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการทำกิจกรรมหรือทำงานอย่างใดอย่างหนึ่ง ได้เป็นระยะเวลายาวนานติดต่อกัน โดยไม่เกิดความเหนื่อยล้าหรืออ่อนเพลียจนเกินไป และสามารถกลับคืนสู่สภาวะปกติได้ในเวลาอันรวดเร็ว

สมรรถภาพทางกาย มีความสำคัญต่อการปรับปรุงคุณภาพชีวิต เป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้เราปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ได้แก่

๑. ทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายทำงานได้ดี เช่น ระบบหมุนเวียนโลหิต ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหาร ฯลฯ

๒. ทำให้เคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว

๓. ทำให้รูปร่างและสัดส่วนของร่างกายดีขึ้น

๔. ช่วยควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ

สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ คือ ความสามารถของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ประกอบด้วยความสามารถเชิงสรีระวิทยาต่าง ๆ ที่ช่วยป้องกันบุคคลจากโรคที่มีสาเหตุมาจากภาวะการขาดการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญของการมีสุขภาพดีและมีชีวิตที่ดี ความสามารถดังกล่าวสามารถปรับปรุง พัฒนาได้โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

ประโยชน์ของการสร้างเสริมสมรรถภาพทำให้ร่างกายแข็งแรงช่วยให้อวัยวะทุกส่วนของร่างกายได้รับการออกกำลังกายอย่างทั่วถึงและเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์

การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อสุขภาพ ทำให้มีบุคลิกภาพที่ดี มีร่างกายแข็งแรง สามารถประกอบภารกิจต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

การสร้างเสริมสมรรถภาพของร่างกาย คือ การฝึกหรือการออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อเน้นองค์ประกอบต่าง ๆ ของสมรรถภาพทางกายให้เกิดการพัฒนาขึ้น ยกตัวอย่างเช่น

การฝึกเพื่อพัฒนาความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ

๑. การยกน้ำหนักโดยใช้น้ำหนักมากจำนวนครั้งน้อย

๒. การฝึกโดยใช้เครื่องมือ Isokinetic Weight

๓. การฝึกวิ่งเร็วในระยะไม่เกิน ๑๐๐ เมตร

๔. การลุก – นั่งเร็ว ภายใน ๓๐ วินาที

๕. ดึงข้อของชายหรือการงอแขนห้อยตัวของหญิง

๖. ดันพื้น

ตัวอย่างแบบบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ - นามสกุล.....อายุ.....ปี ชั้น.....

เพศ.....ส่วนสูง.....เซนติเมตร น้ำหนัก.....กิโลกรัม

รายการ	ผลการทดสอบ
๑. วิ่ง ๕๐ เมตร	วินาที
๒. ยืนกระโดดไกล	เซนติเมตร
๓. วิ่งกลับตัว	วินาที
๔. งอตัวข้างหน้า	เซนติเมตร
๕. ลูก - นั่ง ๓๐ วินาที	ครั้ง
๖. ดันพื้น	ครั้ง

หมายเหตุ นำผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน
ถ้าผลการทดสอบต่ำกว่าเกณฑ์ให้นำมาปรับปรุงแก้ไข

เกมวิ่งเปี้ยว

วิ่งเปี้ยว เป็นการเล่นที่มีทั้งความสนุกสนาน และช่วยพัฒนาความแข็งแรงและว่องไวของร่างกาย

กติกาการเล่น

แบ่งผู้เล่นออกเป็น ๒ ฝ่าย ฝ่ายละอย่างน้อย ๔ คน จุดเริ่มต้นของทั้งสองฝ่าย จะมองเห็นได้ชัดเจน แต่ละฝ่ายถือผ้าหรือไม้ เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มการแข่งขัน ให้แต่ละฝ่ายวิ่งไปทางด้านขวาของตนเอง พยายามวิ่งอ้อมหลักทั้ง ๒ หลักไล่ฝ่ายตรงข้ามให้เร็วที่สุด เมื่อวิ่งครบรอบหนึ่งคน ให้ส่งผ้าหรือไม้ให้คนต่อไป คนที่เพิ่งวิ่งเสร็จไปต่อหลังแถว และเวียนรอบไปเรื่อย ๆ ฝ่ายใดวิ่งทันฝ่ายตรงข้ามให้ใช้ผ้าหรือไม้ตีที่หลัง ก็เป็นฝ่ายชนะ

อุปกรณ์

๑. ผ้าหรือไม้ ๒ ผืน/ชิ้น
๒. หลัก ๒ หลัก คือ ที่จุดหน้าสุดของทั้งสองฝ่ายและหลักที่เอาไว่วิ่งอ้อม (อาจใช้เก้าอี้แทนหลัก)

การทำผิดกฎกติกา

๑. วิ่งไม่อ้อมหลัก หรือ ลัดหลัก
๒. วิ่งชน/เตะหลัก
๓. ทำผ้า/ไม้หล่นพื้น
๔. ไม่สามารถส่งไม้ให้คนต่อไป/ส่งแล้วตกพื้น

แบบสังเกตพฤติกรรม

วิชา..... ชั้น
 หน่วยการเรียนรู้ที่..... เรื่อง..... กิจกรรม

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตการร่วมกิจกรรม โดยเขียนระดับคะแนนลงในตาราง

การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน						สรุปผล การประเมิน	
		การบอก/อธิบายการเจ็บป่วย	ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อเจ็บป่วย/ บาดเจ็บ	ปฏิบัติตนในการสร้างเสริมสมรรถภาพ	การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน	การนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน	รวม คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน
		๓	๓	๓	๓	๓	๑๕		

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ได้คะแนน ๑๑ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินผลงาน

คำชี้แจง ตรวจสอบผลงานและให้คะแนนตามความสามารถของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน				สรุปผล การประเมิน	
		ผลงานถูกต้อง	ความสะอาดเรียบร้อย	ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนด	รวมคะแนน ๙ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๖ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

วิชา ชั้น
หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน							สรุปผล การประเมิน	
		วิ่ง ๕๐ เมตร	ยืนกระโดดไกล	วิ่งกลับตัว	งอตัวข้างหน้า	ลุก – นิ่ง ๓๐ วินาที	ดันพื้น	รวม คะแนน ๖๐ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน
๑										
๒										
๓										
๔										
๕										
๖										
๗										
๘										
๙										
๑๐										
๑๑										
๑๒										
๑๓										
๑๔										
๑๕										

เกณฑ์การประเมิน ได้คะแนน ๔๒ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

วิชา..... ชั้น
 หน่วยการเรียนรู้ที่..... เรื่อง..... กิจกรรม

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนสังเกตการร่วมกิจกรรม โดยเขียนระดับคะแนนลงในตาราง

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	พฤติกรรมด้านความมีวินัย				สรุปผล การประเมิน	
		ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับ ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น	ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบในการทำงาน	รวม คะแนน ๖ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ
 ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความตั้งใจ
 ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู
 ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ ผู้ประเมิน
 / /

คำชี้แจงประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒
หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง อุบัติเหตุ

.....

๑. สาระสำคัญของแผน

อันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน การปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

๒. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำไปใช้

ขอขยายเนื้อหา

- อันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน
- การปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น
- การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

๑) การเตรียมสื่อ วัสดุอุปกรณ์

- สี/กระดาษขาว
- แบบทดสอบหลังเรียน

๒) การเตรียมใบงาน ใบความรู้ ใบกิจกรรม

- ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อุบัติเหตุที่บ้านและโรงเรียน
- ใบความรู้ที่ ๒ เรื่องการปฐมพยาบาล
- ใบงานที่ ๐๑ อุบัติเหตุ
- แบบสังเกตพฤติกรรม
- แบบประเมินผลงาน
- แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๓) การวัดและประเมินผล

- ประเมินผลงาน
- สังเกตพฤติกรรม
- ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
- ประเมินผลหลังเรียน

๔) การฝึกทักษะเพิ่มเติมโดยใช้แบบฝึกเสริม

-ไม่มี-

แนวการจัดการเรียนรู้บูรณาการ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิตเป็นสุข : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข
แผนการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง อุบัติเหตุ
บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และภาษาไทย
เวลา ๒ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

แนวการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	
ขั้นนำ	ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาลงถึงอันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน เมื่อได้รับอุบัติเหตุหรือบาดเจ็บสาเหตุเกิดจากอะไร ควรทำอย่างไร
ขั้นสอน	- นักเรียนเลือกตัวแทนนักเรียนแสดงบทบาทสมมติ การละเล่นแล้วเกิดอุบัติเหตุได้รับบาดเจ็บจากการเล่น และแสดงการปฐมพยาบาลเบื้องต้น - แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อุบัติเหตุที่บ้านและโรงเรียน แล้วร่วมกันสนทนาความรู้ที่ได้รับจากใบความรู้ - นักเรียนรายบุคคลทำใบงานที่ ๐๑ อุบัติเหตุ นำเสนอผลงานโดยติดแสดงผลงานไว้ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง นักเรียนดูผลงานของเพื่อนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - นักเรียนกลุ่มเดิมศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่องการปฐมพยาบาล แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ โดยแสดงการขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ
ขั้นสรุป	- ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสาเหตุที่เกิด วิธีป้องกันอุบัติเหตุภายในบ้าน โรงเรียน วิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ - นักเรียนนำความรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน - นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน
วัดและประเมินผล	- สังเกตพฤติกรรม - ตรวจผลงาน - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ - ประเมินผลหลังเรียน

ขอบเขตเนื้อหา - อันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน - การปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น - การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ - การสรุปความรู้เพื่อนำไปใช้	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๑) ขั้นนำ ๑. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนถึงอันตรายที่เกิดในบ้าน โรงเรียน เมื่อได้รับอุบัติเหตุหรือบาดเจ็บสาเหตุเกิดจากอะไร ควรทำอย่างไร ขั้นสอน ๒. นักเรียนเลือกตัวแทนนักเรียนแสดงบทบาทสมมติ โดยแสดงการเล่นแล้วเกิดอุบัติเหตุได้รับบาดเจ็บจากการเล่น เช่น เล่นเตะฟุตบอลหล่นเข้าถลอก และแสดงการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ๓. แบ่งกลุ่มนักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง อุบัติเหตุที่บ้านและโรงเรียน แล้วร่วมกันสนทนาความรู้ที่ได้รับจากใบความรู้ ๔. นักเรียนรายบุคคลทำใบงานที่ ๑๑ อุบัติเหตุ ตกแต่งให้สวยงาม สะอาด เรียบร้อย นำเสนอผลงานโดยติดแสดงผลงานไว้ ที่หน้าชั้นเรียน/ป้ายนิเทศ/ผนังห้อง นักเรียนดูผลงานของเพื่อนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้	สื่อ / แหล่งเรียนรู้ ๑. ใบความรู้ ๒. ใบงาน/สี/กระดาษขาว ๓. แบบทดสอบหลังเรียน ภาระงาน / ชิ้นงาน ๑. บทบาทสมมติ
จุดประสงค์ ความรู้ ๑. ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกันได้ ๒. บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่นได้ ทักษะ ๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่นได้ ๒. แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุได้ ๓. การนำความรู้ไปใช้ คุณธรรม จริยธรรม/คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ ๑. มีวินัย	กิจกรรม (ชั่วโมงที่ ๒) ๕. นักเรียนกลุ่มเดิมศึกษาใบความรู้ที่ ๒ เรื่องการปฐมพยาบาล แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติโดยแสดงการขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ ๖. ครูกล่าวคำชมเชยนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม และให้คำแนะนำเพิ่มเติม ขั้นสรุป ๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสาเหตุที่เกิด วิธีป้องกันอุบัติเหตุภายในบ้าน โรงเรียน วิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ ๘. นักเรียนนำความรู้ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ๙. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน	การวัดและประเมินผล ๑. ประเมินความรู้เรื่อง อันตรายที่เกิดจากการเล่น อันตรายที่บ้าน โรงเรียน ๒. ประเมินทักษะการปฐมพยาบาล การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้าย และอุบัติเหตุ ๓. ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิธีการ ๑. สังเกตพฤติกรรม ๒. ตรวจผลงาน ๓. ทดสอบหลังเรียน เครื่องมือ ๑. แบบสังเกตพฤติกรรม ๒. แบบประเมินผลงาน ๓. แบบทดสอบหลังเรียน เกณฑ์การประเมิน ๑. การประเมินพฤติกรรม/ผลงาน/คุณลักษณะ ตามเกณฑ์ในแบบประเมิน ๒. ประเมินผลหลังเรียนได้คะแนนร้อยละ ๗๐ ขึ้นไป



บ ๒.๓/ผ ๔-๐๑

ใบงานที่ ๐๑

เรื่อง อุบัติเหตุ

- ตอนที่ ๑ กาเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อที่ควรทำ กาเครื่องหมาย ✕ หน้าข้อที่ไม่ควรทำ
- | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
|๑. วิ่งเล่นขณะอยู่ในโรงอาหาร |๖. ปีนหลังคาเมื่อเก็บของ |
|๒. นำมีดมาเล่นต่อสู้กัน |๗. ใช้สายยางฉีดน้ำใส่กัน |
|๓. เก็บของใช้ให้เป็นระเบียบ |๘. ใช้มือเปล่าจับหม้อที่ร้อน |
|๔. ใช้มือเปียกเสียบปลั๊กไฟ |๙. เช็ดพื้นที่เปียกให้แห้ง |
|๕. เก็บเศษแก้วแตกไปทิ้งขยะ |๑๐. ถอดปลั๊กไฟให้เรียบร้อย |

ตอนที่ ๒ ให้นักเรียนบอกสาเหตุและวิธีป้องกันอุบัติเหตุที่บ้านและโรงเรียน

สาเหตุ	วิธีป้องกัน

ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

ใบความรู้ที่ ๑ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง อุบัติเหตุที่บ้านและโรงเรียน

อุบัติเหตุภายในบ้าน

อุบัติเหตุภายในบ้าน หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลันภายในบ้าน ที่ทำให้ได้รับหรือเกิดการเจ็บป่วย หรือทำให้ทรัพย์สินในบ้านรวมทั้งบ้านได้รับความเสียหาย

สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุในบ้าน เช่น การจัดวางสิ่งของเครื่องใช้ไม่เป็นระเบียบ ไฟฟ้าและอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าในบ้าน เครื่องใช้ในบ้านชำรุด บริเวณบ้านไม่เหมาะสม ป้องกันโดยกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรอบคอบ ระมัดระวัง ไม่ประมาท อย่าแก้ไขเครื่องใช้ไฟฟ้าด้วยตนเองถ้าไม่มีความรู้ อย่าเล่นในบ้านด้วยความสนุกคึกคะนอง ใช้สารเคมีอย่างระมัดระวัง

อุบัติเหตุในโรงเรียน

อุบัติเหตุในโรงเรียน เช่น หกล้ม ถูกของมีคมบาด ถูกแมลงสัตว์กัดต่อย บาดเจ็บจากการทะเลาะวิวาท ป้องกันโดยตรวจสอบความเรียบร้อยของโต๊ะ เก้าอี้ เล่นในที่ที่จัดให้เล่น เก็บขยะ เศษแก้ว ไม้ และของมีคม ปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน



ใบความรู้ที่ ๒ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

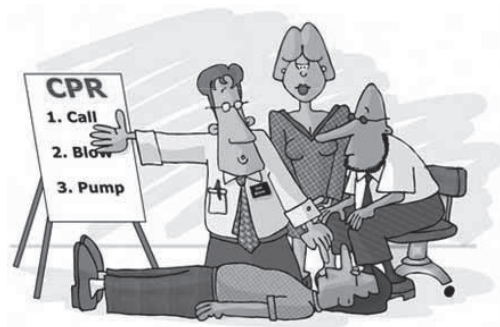
เรื่อง การปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล

ขณะที่เราเดินทาง วิ่งเล่น หรืออยู่ในบ้าน อาจเกิดการไม่สบายและบาดเจ็บได้ เช่น หกล้ม มีดบาดมือ เป็นต้น อาการไม่สบายและบาดเจ็บนี้ถ้าไม่รุนแรงมากนัก เราก็สามารถรักษาเองได้ เราเรียกรักษาเบื้องต้นนี้ว่า **การปฐมพยาบาล** เราสามารถทำการปฐมพยาบาลผู้ป่วยได้ ดังนี้

๑. บาดแผลที่เกิดจากการหกล้มหรือของมีคมบาด เราควรรีบล้างแผลด้วยน้ำสะอาด ซับเลือดให้หยุดไหลด้วยสำลีหรือผ้าสะอาด แล้วไปให้พ่อแม่หรือครูทนายให้

๒. ผู้ป่วยที่เป็นลม เราควรให้ผู้ป่วยอยู่ในที่ปลอดโปร่ง จากนั้นขยายเสื้อผ้าของผู้ป่วย แล้วให้ดมแอมโมเนียและใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดตามมือ หน้า และลำตัว



เฉลยใบงานที่ ๐๑

ใบงานที่ ๐๑

ตอนที่ ๑

ขีด ✓ ในช่องควรทำ ข้อ ๑, ๓, ๕

ขีด ✓ ในช่องไม่ควรทำ ข้อ ๒, ๔, ๖, ๗

ตอนที่ ๒

สาเหตุ	วิธีป้องกัน
ตกบันได	ไม่วิ่งขึ้นลงบันได
ใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าชำรุด	เมื่อพบอุปกรณ์ไฟฟ้าชำรุดต้องแจ้งให้ผู้ปกครอง (ที่บ้าน) หรือครู (ที่โรงเรียน) ทราบ
เหยียบตะปู	เดินอย่างระมัดระวัง และใช้อุปกรณ์เสร็จแล้ว ให้เก็บเข้าที่

(อยู่ในดุลยพินิจของครูผู้สอน)

แบบทดสอบหลังเรียน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ : หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข

คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านแต่ละข้อแล้วพิจารณาเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

๑. อาหารกลุ่มใดให้พลังงานแก่ร่างกาย ก. ข้าว แป้ง น้ำตาล ข. เนื้อสัตว์ ไข่ ถั่ว นม ค. พืชผักและผลไม้	๖. นักเรียนควรป้องกันโรคหอบอย่างไร ก. ไม่คลุกคลีกับผู้ที่มีเหา ข. ไม่รับประทานอาหารร่วมกับคนมีเหา ค. ไม่ใช้เครื่องเขียนแบบเรียนกับคนมีเหา
๒. อาหารประเภทใดควรรับประทานในปริมาณเพียงเล็กน้อย ก. พืชผักสีเขียวสีแดง ข. เนื้อหมู เนื้อไก่ เนื้อปลา ค. น้ำมันสัตว์และน้ำมันพืช	๗. บุคคลใดปฏิบัติได้ถูกต้องมากที่สุด ก. แดงแปรงฟันเมื่อแม่สั่ง ข. ดำแปรงฟันตามวิธีที่ครูแนะนำ ค. เด่นแปรงฟันเฉพาะวันหยุด
๓. อาหารโปรตีนในข้อใดที่นักเรียนควรรับประทานทุกวัน ก. โปรตีนจากนม ข. โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ค. โปรตีนจากถั่ว	๘. ข้อใดเป็นการแปรงฟันที่เหมาะสมที่สุด ก. แปรงฟันให้ครอบคลุมบริเวณเหงือกและคอฟันทุกซี่ ข. แปรงฟันบริเวณฟันหน้ามากกว่าบริเวณอื่น ค. แปรงฟันบริเวณฟันกรามให้นานที่สุด
๔. วิธีใดเหมาะสมกับการป้องกันโรคหวัดได้ดีที่สุด ก. อาบน้ำอุ่นทุกวัน ข. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ค. วิ่งเล่นในที่โล่งแจ้งเท่านั้น	๙. นักเรียนควรเลือกใช้ยาสีฟันชนิดใด ก. ยาสีฟันที่มีราคาแพง ข. ยาสีฟันที่มีกลิ่นผลไม้ ค. ยาสีฟันที่มีฟลูออไรด์
๕. โรคชนิดใดสามารถติดต่อโดยการรับประทานอาหารได้ ก. โรคท้องร่วง ข. โรคตาแดง ค. โรคผิวหนัง	๑๐. ข้อใดคือหลักการแปรงฟันที่ถูกต้อง ก. แปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร ข. แปรงฟันทุกครั้งหลังการออกกำลังกาย ค. แปรงฟันทุกครั้งหลังทำการบ้าน

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน หน่วยย่อยที่ ๓ สุขภาพดีมีสุข

เฉลย ป.๓
๑) ก
๒) ค
๓) ข
๔) ข
๕) ก
๖) ก
๗) ข
๘) ก
๙) ค
๑๐) ก

เกณฑ์การประเมินการทดสอบหลังเรียน

ได้คะแนน ๖ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่าน

แบบสังเกตพฤติกรรม

วิชา..... ชั้น

หน่วยการเรียนรู้ที่..... เรื่อง..... กิจกรรม

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตการร่วมกิจกรรม โดยเขียนระดับคะแนนลงในตาราง

เกณฑ์การให้คะแนน ดีเยี่ยม = ๓ คะแนน พอใช้ = ๒ คะแนน ปรับปรุง = ๑ คะแนน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน						สรุปผล การประเมิน	
		การตอบคำถาม/บอก/อธิบาย	การแสดงบทบาทสมมติ	การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้าย	การปฏิบัติตามสัญลักษณ์/ป้ายเตือน	การนำไปใช้ในชีวิตรประจำวัน	รวม คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน
		๓	๓	๓	๓	๓	๑๕		

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน

ได้คะแนน ๑๑ คะแนนขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินผลงาน

คำชี้แจง ตรวจสอบผลงานและให้คะแนนตามความสามารถของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง

เลขที่	ชื่อ - สกุล	รายการประเมิน				สรุปผล การประเมิน	
		ผลงานถูกต้อง	ความสะอาดเรียบร้อย	ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนด	รวม คะแนน ๖ คะแนน	ผ่าน	ไม่ผ่าน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

สรุปผลการประเมิน

ได้คะแนน ๖ คะแนน ขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์ประเมิน

แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

คำชี้แจง : ให้ผู้สอนประเมินจากการสังเกตพฤติกรรมในระหว่างเรียนและการปฏิบัติงานนอกห้องเรียน โดยให้ระดับคะแนนลงในตารางที่ตรงกับพฤติกรรมของผู้เรียน

ระดับคะแนน ๓ = ดีเยี่ยม ๒ = ดี ๑ = ผ่านเกณฑ์ ๐ = ไม่ผ่าน

เลขที่	ชื่อ - สกุล	พฤติกรรมด้านความมีวินัย				สรุปผลการประเมิน	
		ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับ ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น	ตรงต่อเวลาในการปฏิบัติงานกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และรับผิดชอบในการทำงาน	รวมคะแนน ๖ คะแนน	ค่าเฉลี่ย	ผ่าน	ไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมิน ระดับ ๓ ดีเยี่ยม หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ แนะนำเพื่อนปฏิบัติ
 ระดับ ๒ ดี หมายถึง ปฏิบัติตามข้อตกลง ปฏิบัติด้วยความเต็มใจ
 ระดับ ๑ ผ่านเกณฑ์ หมายถึง ปฏิบัติตามคำสั่ง หรือปฏิบัติต่อหน้าครู
 ระดับ ๐ ไม่ผ่าน หมายถึง ปฏิบัติน้อยมาก หรือไม่ปฏิบัติเลย

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
/...../.....

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษามูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

พลเอกดาว์พงษ์ รัตนสุวรรณ

ประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม
ในพระบรมราชูปถัมภ์

รศ.นราพร จันทร์โอชา

รองประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม
ในพระบรมราชูปถัมภ์

นายอนุสรณ์ พูเจริญ

ผู้ช่วยเลขาธิการมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม
ในพระบรมราชูปถัมภ์

ที่ปรึกษาสำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ

นายสมเกียรติ ขอบผล

ที่ปรึกษาสำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ

นายสุชาติ วงศ์สุวรรณ

ข้าราชการบำนาญ อดีตผู้ตรวจราชการกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ปรึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายบุญรักษ์ ยอดเพชร

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายณรงค์ แผ้วพลสง

รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นางสาวอุษณีย์ ธโนสวรรณ

รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นางสุกัญญา งามบรรจง

รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายอัมพร พินะสา

ผู้ช่วยเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายสนธิ แยมเกษร

ผู้ช่วยเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ที่ปรึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้บูรณาการ

นายอรรถสิทธิ์ รัตนแคล้ว

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพังงา

นายเทวรัฐ โตไทยะ

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

สกลนคร เขต ๑

นายจุฬา ชินวงศ์

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

สกลนคร เขต ๓

นายสมัย ณะศรี

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

น่าน เขต ๒

นายโกวิท เพลินจิตต์

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

อุบลราชธานี เขต ๑

ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางนิรมล ตูจินดา

ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาหลักสูตรและการเรียนรู้

นางฉวี ณ ตะกั่วทุ่ง

ข้าราชการบำนาญ สพป.พังงา

คณะทำงาน

๑. นางฉวี ฦ ตะกั่วทุ่ง	ข้าราชการบำนาญ	ประธาน
๒. นายปรีชา เดือนนิล	ข้าราชการบำนาญ	สพป.สกลนคร เขต ๓
๓. นางสาวจงรักษ์ รัตนวิฑูรย์	ข้าราชการบำนาญ	สพป.น่าน เขต ๒
๔. นางอุไร เปียงใจ	ข้าราชการบำนาญ	สพป.น่าน เขต ๒
๕. นางประภัสสร โกศลวัฒน์	ข้าราชการบำนาญ	สพป.สกลนคร เขต ๑
๖. นางยุวดี ชุมปัญญา	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๗. นางนิติพร ศรีโนนยาง	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๘. นายศักดิ์พงษ์ วรรณवास	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๙. นายปริญญา อุปลา	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๐. นางสาวพลอยนภัส ทศนพวงษ์	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๑. นางสาวสุรัชดา ภูรับพา	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านพุทธรักษา	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๒. นางรัตนภรณ์ คำฝอย	ครูโรงเรียนนาจานกล้วยน้อย	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๓. นางสาวปาริชาติ บุชบงค์	ครูโรงเรียนบ้านห้วยหินลาด	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๔. นางสาวยุวะธิดา ไตรธรรม	ครูโรงเรียนบ้านห้วยหินลาด	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๕. นางวานิตย์ ธานี	ครูโรงเรียนบ้านหนองฮีหนองแคน	สพป.อุบลราชธานี เขต ๑
๑๖. นางสาวนันทพัทธ์ ศุภธีรารักษ์	ครูโรงเรียนบ้านโนนบ่อหวายดินดำ	สพป.อุบลราชธานี เขต ๑
๑๗. นางสาวเรือนเพชร กิตติพิมานชัย	ครูโรงเรียนดอนมดแดง (บ้านดงบัง)	สพป.อุบลราชธานี เขต ๑
๑๘. นายศิริ ไชยซ่อฟ้า	ครูโรงเรียนแสนทองวิทยา	สพป.น่าน เขต ๒
๑๙. นางจินตนา ไชยซ่อฟ้า	ครูโรงเรียนบ้านปางปุก	สพป.น่าน เขต ๒
๒๐. นางสาวพรพิมล ยอดแก้ว	ครูโรงเรียนบ้านปางกอม	สพป.น่าน เขต ๒
๒๑. นายจำลอง ไชยยา	ศึกษานิเทศก์	สพป.น่าน เขต ๒
๒๒. นางเพียงจิต สุวรรณพงศ์	ครูโรงเรียนบ้านหัวคำ	สพป.อุบลราชธานี เขต ๑
๒๓. นางวิภาพร แก่นอ้วน	ครูโรงเรียนอุบลวิทยาคม	สพป.อุบลราชธานี เขต ๒
๒๔. นางวิภาดา ขุนนิตย์	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบางกัน	สพป.พังงา
๒๕. นางสาวมณีนรัตน์ บุญเต็ม	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านถ้ำทองกลาง	สพป.พังงา
๒๖. นางสาวอุทัยวรรณ ทับทิมทองสุข	รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดนิโครธาราม	สพป.พังงา
๒๗. นางสาวปัญญณี อัยฉ้าง	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดนิโครธคุณากร	สพป.พังงา
๒๘. นางสาวนิตา หินน้อย	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านย่านสะบ้า	สพป.พังงา
๒๙. นางสาววินัสรา ฦ ตะกั่วทุ่ง	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบางจัน	สพป.พังงา
๓๐. นางลัดดา สุขศรี	ครูโรงเรียนบ้านโคกเจริญ	สพป.พังงา
๓๑. นายสมชาย นาวิว่อง	ครูโรงเรียนบ้านคลองดินเหนียว	สพป.พังงา
๓๒. นายอิสรอนันท์ ชนะภัย	ครูโรงเรียนบ้านคลองดินเหนียว	สพป.พังงา
๓๓. นายภูริทัต ลิมจุ้มหม้อ	ครูโรงเรียนบ้านทุ่งเจดีย์	สพป.พังงา
๓๔. นางสาวเสาวณี โบบทอง	ครูโรงเรียนอนุบาลพังงา	สพป.พังงา

๓๕. นายเบญจพล ตี๋ขัน	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านน้ำหิน	สพป.น่าน เขต ๒
๓๖. นางสาวรุ่ง ตี๋ขัน	ครูโรงเรียนบ้านดอน(ศรีเสริมกสิกร)	สพป.น่าน เขต ๒
๓๗. นายสมศักดิ์ สุทธการ	ครูโรงเรียนชุมชนรัชดาภิเษกที่ ๑๑๕	สพป.น่าน เขต ๒
๓๘. นางเทียมจิต หาญยุทธ	ครูโรงเรียนชุมชนศิลาเพชร	สพป.น่าน เขต ๒
๓๙. นายนันทชัย แอบู	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านคลองดินเหนียว	สพป.พังงา
๔๐. นางฉัตรชนก พึ่งถิ่น	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านน้ำจืด	สพป.พังงา
๔๑. นายอนันต์ หาญจิตร	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านย่าหมี	สพป.พังงา
๔๒. นายเจษฎา อนันตศรี	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านท่าเขา	สพป.พังงา
๔๓. นายไกรสร ไชยเทพ	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านปกปุย	สพป.พังงา
๔๔. นางสาวสุทิดา พุ่มพัฒนศิลป์	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสามช่อง	สพป.พังงา
๔๕. นายนพรัตน์ ทองอยู่	ครูโรงเรียนบ้านคลองบอน	สพป.พังงา
๔๖. นางอรุณี นพฤทธิ์	ครูโรงเรียนกะปง	สพป.พังงา
๔๗. นางสาวจิราภรณ์ เพชรเรือง	ครูโรงเรียนบ้านอ่าวมะม่วง	สพป.พังงา
๔๘. นายสุนทร หนูอินทร์	ผู้อำนวยการโรงเรียนนายอวัฒนา	สพป.สกลนคร เขต ๑
๔๙. นางนาตญา สัตถาผล	ครูโรงเรียนบ้านหลุบเลา	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๐. นางวารุณีย์ กุลธรรวิโรจน์	ครูโรงเรียนอนุบาลสกลนคร	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๑. นางสาวดารุณี มุงคุณ	ครูโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๒. นายพิพัฒน์ สอนสมนึก	ครูโรงเรียนศรีบุญเรืองวิทยาการ	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๓. นางจินดา ก่อบุญ	ครูโรงเรียนบ้านบะนงทา	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๔. นางสาววราภรณ์ เขตโสภา	ครูโรงเรียนบ้านกุดเรือคำ	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๕. นางทิพย์สุดา ธิศรี	ครูโรงเรียนบ่อแก้วดงมะไฟมิตรภาพที่ ๘๑ (พระเทพญาณวิศิษฐ์ “ชัยทวี” อุปถัมภ์)	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๖. นางปิยาภรณ์ พละศักดิ์	ครูโรงเรียนบ่อแก้วดงมะไฟมิตรภาพที่ ๘๑ (พระเทพญาณวิศิษฐ์ “ชัยทวี” อุปถัมภ์)	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๗. นายวิสูตร สอนไผ่	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๘. นางสุจินต์ สอนไผ่	ครูโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๙. นายเกียรติภูมิ มะแสงสม	ครูโรงเรียนบ้านดอนราษฎร์ดำรงวิทย	สพป.สกลนคร เขต ๑
๖๐. นายอดุลย์ศักดิ์ ศรีวิชัย	ศึกษานิเทศก์ สพป.อุบลราชธานี เขต ๑	เลขาธิการ
๖๑. นายบรรพต แสนสุวรรณ	ศึกษานิเทศก์ สพป.สกลนคร เขต ๑	ผู้ช่วยเลขาธิการ
๖๒. นางสาวสุพรรณิการ์ สุทธหลวง	ศึกษานิเทศก์ สพป.น่าน เขต ๒	ผู้ช่วยเลขาธิการ



A large rectangular area with a decorative, wavy border. Inside, there are horizontal dashed lines for writing, set against a background of faint, overlapping circular patterns.



A large rectangular area with a decorative, torn-paper-like border. Inside, there are horizontal dashed lines for writing, set against a background of faint, stylized floral patterns.



A large rectangular area with a decorative, wavy border. Inside, there are horizontal dashed lines for writing, set against a background of faint, stylized floral patterns.