**กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง และสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม (ออกอากาศ)**

**รายวิชากลุ่มบูรณาการ (แกนหลักสุขศึกษาและพลศึกษา) รหัส พ 14101 ชั้น ป.4**

**ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561**  **รวมเวลา 15 ชั่วโมง**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ครั้งที่** | **วัน เดือน ปี**  **เวลา** | **จำนวน**  **ชั่วโมง** | **เรื่องที่สอน** | **สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม** |
| 1 | 5 พ.ย. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | ฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน  - แบบทดสอบก่อนเรียน |
| 2 | 12 พ.ย. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | การเลือกซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร  และเครื่องสำอาง | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 3 | 19 พ.ย. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | หลักการเลือกซื้ออาหาร  และผลิตภัณฑ์สุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 4 | 26 พ.ย. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 5 | 3 ธ.ค. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | ลักษณะชองอารมณ์ที่มีผล ต่อสุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 6 | 17 ธ.ค. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 7 | 24 ธ.ค. 61  12.30 – 13.30 น. | 1 | การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 8 | 7 ม.ค. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | หลักการใช้ยา | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 9 | 14 ม.ค. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | วิธีเก็บรักษายา | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |

**กำหนดการเรียนรู้รายชั่วโมง และสิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม**

**รายวิชากลุ่มบูรณาการ(แกนหลักสุขศึกษาและพลศึกษา) รหัส พ 14101 ชั้น ป.4**

**ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561**  **รวมเวลา 15 ชั่วโมง**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ครั้งที่** | **วัน เดือน ปี**  **เวลา** | **จำนวน**  **ชั่วโมง** | **เรื่องที่สอน** | **สิ่งที่โรงเรียนปลายทางต้องเตรียม** |
| 10 | 21 ม.ค. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | วิธีการปฐมพยาบาล | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 11 | 28 ม.ค. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | วิธีการปฐมพยาบาล | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 12 | 4 ก.พ. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | วิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 13 | 11 ก.พ. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | โทษของบุหรี่ | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 14 | 18 ก.พ. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | โทษของสุรา | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน |
| 15 | 25 ก.พ. 62  12.30 – 13.30 น. | 1 | การป้องกันอันตรายจากบุหรี่  และสุรา | - หนังสือเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา  - ใบความรู้ ภาพประกอบ  - ใบงาน  - แบบทดสอบหลังเรียน |