

รายวิชา สุขศึกษา

เรื่อง การปฐมพยาบาล การวัดผลประเมินผล
และข้อตกลงทางการเรียน

รหัสวิชา พ22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ครูผู้สอน สมศักดิ์ ทองเงิน



เรื่อง การปฐมพยาบาล การวัดผลประเมินผล และข้อตกลงทางการเรียน



จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้

อธิบายความสำคัญของการจัดทำข้อมูลพื้นฐานของตนเองเกี่ยวกับสุขภาพได้

ด้านทักษะและกระบวนการ

วิเคราะห์วิธีปฏิบัติตนที่เหมาะสม กับวิธีการเรียน การวัดและประเมินผลได้

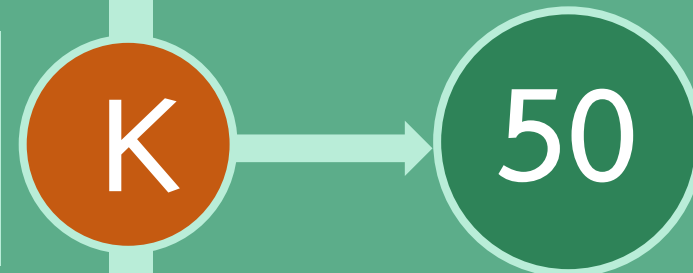
ด้านคุณลักษณะ

แสดงพฤติกรรมการมีวินัย มุ่งมั่นในการทำงาน และการมีจิตสาธารณะ

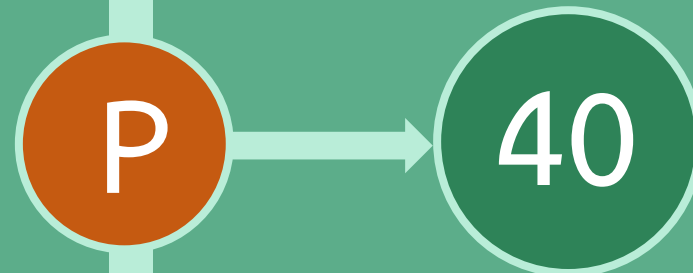


การเก็บคะแนนและการสอบ
รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

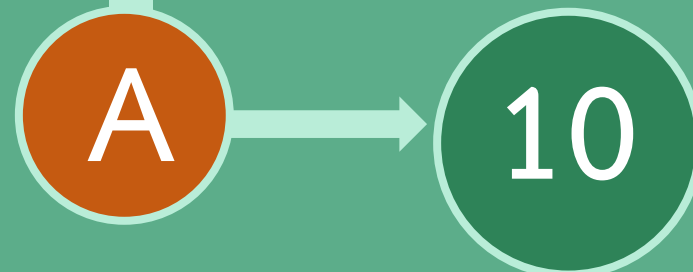
ความรู้



กระบวนการ



คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม
คุณลักษณะอันพึงประสงค์



การสอบและการเก็บคะแนน

$$= 10 + 20 + 20$$

$$= 10 + 20 + 10$$

$$= 10$$

การตัดสินผลการเรียน รายวิชาสุขศึกษา

1. เวลาเรียน



ไม่น้อยกว่า 80%

2. ระดับผลการเรียน

ระดับคะแนน

4	ดีเยี่ยม	80 – 100
3.5	ดีมาก	75 – 79
3	ดี	70 – 74
2.5	ค่อนข้างดี	65 – 69
2	ปานกลาง	60 – 64
1.5	พอใช้	55 – 59
1	ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	50 – 54
0	ต่ำกว่าเกณฑ์	0 – 49

ข้อตกลง ในการเรียนวิชาสุขศึกษา อยู่ในระดับ ดีเยี่ยม

ข้อปฏิบัติการเรียนออกอากาศการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม

1. นั่งตัวตรง
2. ตามองผู้พูด
3. สงบนิ่ง
4. ฝึกซ้ำๆ ทุกครั้ง ทุกชั่วโมง
5. ฟังอย่างตั้งใจเพื่อการมีสมาธิ
6. สรุปความรู้ที่ได้บันทึกในสมุด
7. กล่าวขอบคุณ ชื่นชม มีน้ำใจ เปิดใจ มีทัศนคติเชิงบวกเป็นกัลยาณมิตร



ของฝากจากครู ไชข้อข้องใจ

ครู / นักเรียน

สิ่งที่ควรทำ

สิ่งที่ไม่ควรทำ

ความสุข

ไม่พอใจ

บันทึกข้อตกลง

ใบงานที่ 1 สำรวจความต้องการของนักเรียนด้านมิติออกอากาศ

ของฝากจากครู ไชข้อข้องใจ

ข้อมูลพื้นฐาน

ข้อมูลทั่วไป

ข้อมูลตัวเอง

ประวัติการเจ็บป่วยในอดีตและปัจจุบัน

ใบงานที่ 2 บันทึกข้อมูลพื้นฐานของตนเองด้านสุขภาพ

ของฝากจากครู ไซค์ข้อข้องใจ

Body Mass Index (BMI)

น้ำหนักตัว / ความสูง ยกกำลังสอง

ปกติ

อ้วน

ผอม

การหาค่าดัชนีมวลกาย

≥ 30	: อ้วนระดับ 2
25.0 – 29.9	: อ้วนระดับ 1
23.0 – 24.9	: น้ำหนักเกินแล้ว
18.5 – 22.9	: ปกติ
น้อยกว่า 18.5	: ผอม

ใบงานที่ 3

<https://bit.ly/๒WLcv๔Z>-หุ่นดี สุขภาพดี ง่ายๆแค่ใช้ ๔ -พฤติกรรม

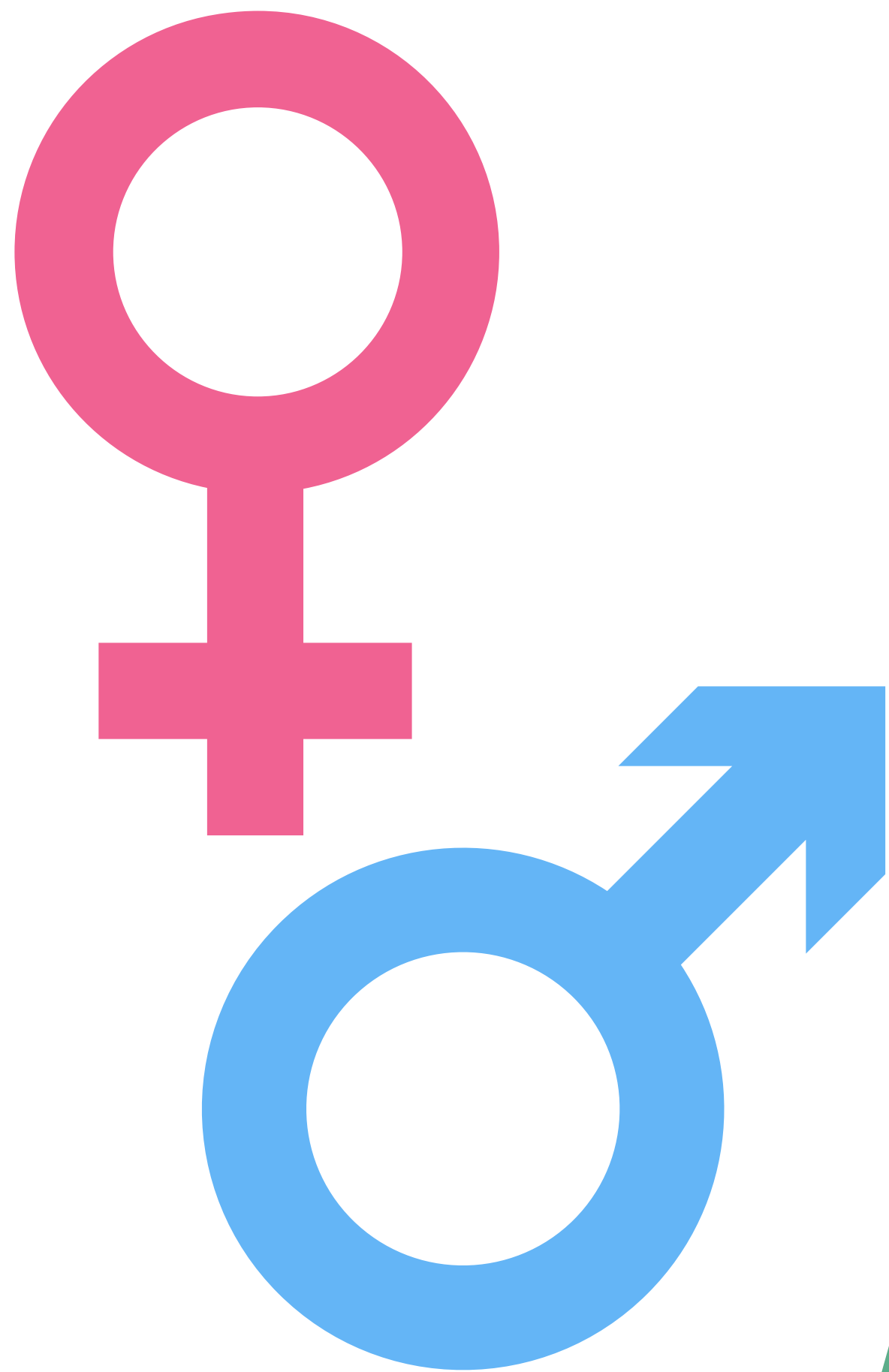
<https://bit.ly/๒vYUUok>.



หน่วยที่ 1 พัฒนาการสมวัย

สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ
อารมณ์ สังคมและสติปัญญาในวัยรุ่น ปัจจัย
ที่ส่งผลต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการ
ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและ
สติปัญญา การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและ
สถานการณ์เสี่ยง



หน่วยที่ 2 วัยรุ่นกับเรื่องเพศ

สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ปัญหา และผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ ในวัยรุ่นเรียนรู้วิธีป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยง โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความเสมอภาคทางเพศและการวางตัวได้อย่างเหมาะสม



ทฤษฎีหมวก 6 ใบ
ดร.เอดเวิร์ด เดอะ โบโน



ความเป็นกลาง แสดงความบริสุทธิ์ ข้อมูล ข้อเท็จจริง ตัวแทนข้อมูลข่าวสาร



คำถามจุดประกาย

1. เรามีข้อมูลอะไรบ้าง....
2. เราต้องการข้อมูลอะไรบ้าง...
3. เราได้ข้อมูลที่ต้องการมาด้วยวิธีใด...

หมวกสีขาว
(White Hat)

ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอ็ดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสี

ความรู้สึก อารมณ์ ชอบ ไม่ชอบ ความอบอุ่น ความสนุก

คำถามจุดประกาย

1. เราารู้สึกอย่างไร....
2. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรในสิ่งที่ทำ...
3. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรกับความคิดนี้...

หมวกสีแดง
(Red Hat)

ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอ็ดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสี

เหตุผลด้านลบ การปฏิเสธ คิดอย่างมีวิจารณญาณ หาข้อบกพร่อง
หาจุดอ่อน ตรวจสอบหลักฐาน หาผลกระทบ



คำถามจุดประกาย

1. อะไรคือจุดอ่อน.....
2. อะไรคือสิ่งที่ยุ่งยาก....
3. อะไรคือสิ่งที่ผิดพลาด....
4. เรื่องนี้มีจุดอ่อนตรงไหน....

หมวกสีดำ
(Black Hat)

ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสี

เหตุผลทางบวก คิดสวยงามมีคุณค่า ความพยายามในการ
ค้นหาผลดีที่จะได้รับ (เป็นเหตุผลการประเมิน แล้วจึงใช้หมวกสีดำ)

คำถามจุดประกาย

1. จุดที่ดีคืออะไร....
2. ผลดีคืออะไร.....



หมวกสีเหลือง
(Yellow Hat)

ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอ็ดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสี

ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดใหม่ๆ มุมมองใหม่ๆ ดีขึ้น สร้างสรรค์ขึ้น
มองหาความแปลกใหม่ มองหาประสิทธิผล

คำถามจุดประกาย

1. นักเรียนจะนำความคิดนี้ไปทำ
(สร้าง ปรับปรุง พัฒนา).....
2. ถ้าจะให้สิ่งนี้..ดีขึ้น..จะต้องเปลี่ยนอย่างไร...

หมวกสีเขียว
(Green Hat)



ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอ็ดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสีเขียว

การควบคุม วางแผน ตรวจสอบ จัดระเบียบ กระบวนการ ความผิดพลาด
เป็นตัวแทน ควบคุมความคิดให้ประสานกันอย่างดี (ประธาน/ผู้นำ/หัวหน้า/เหนือทุกอย่าง)



คำถามจุดประกาย

1. การคิดอะไรที่ต้องการ.....
2. ขั้นตอนต่อไปคืออะไร.....
3. การคิดอะไรที่ทำไปก่อนแล้ว...

หมวกสีน้ำเงิน
(Blue Hat)

ทฤษฎีหมวก 6 ใบ ของดร.เอ็ดเวิร์ด เดอะ โบโน หมวกสี

สรุปแนวทางปฏิบัติขั้นตอนหมวด ๖ ใบ ของ ดร.เอตเวิร์ด เดอะ โบโน



ทบทวนข้อมูล



๑. เลือกปัญหา
๒. ศึกษาข้อมูลโดยแจกข้อมูลให้อ่านก่อน
๓. ทุกคนนั่งในตำแหน่งที่หันหน้าหากัน เริ่มต้น หมวดสีขาว
(เน้นข้อมูล ให้ทุกคนแสดงความคิดเห็นด้านข้อมูล)
๔. ให้เลือกหมวกสีต่างๆ



๔.๑ สีแดง  ความจริงใจไม่ปิดบัง

๔.๒ สีเหลือง  ข้อดีความสำเร็จ

๔.๓ สีดำ  ข้อบกพร่อง

๕. หมวกสีเขียว  หาทางเลือกใหม่ๆ อย่างสร้างสรรค์ วิธีใหม่ และประเด็นใหม่เพิ่มเติม ฯลฯ

๖. หมวกน้ำเงิน  สรุป และติดตาม และตัดสินใจที่เหมาะสม

ทบทวน



ที่มา : สืบค้นผ่านระบบออนไลน์ <https://sites.google.com/site/thvsdihmwk6bi/khan-txn-ni-karna-hlak-kar-hmwk-hk-bi-ma-chi-kae-payha-hrux-tadsin-ci> เมื่อวันที่ ๒๘ เมษายน พ.ศ.๒๕๖๒

นายสมศักดิ์ ทองเงิน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ลำดับต่อไปเรียนเรื่อง การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น



สุขภาพดีอย่าง ยั่งยืน