



คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้

(สำหรับครูผู้สอน)

เพื่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา

ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

(ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒)



โครงการส่วนพระองค์สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน)

เพื่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา

ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

(ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒)



โครงการส่วนพระองค์สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คำนำ

ด้วยพระบรมราโชบายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๑๐ ทรงมุ่งหมายให้การศึกษาบ่มเพาะสมรรถนะให้แก่ผู้เรียน เพื่อสร้างคุณลักษณะสำคัญ ๔ ประการให้กับคนไทย อันได้แก่ ๑) มีทัศนคติที่ดีและถูกต้อง ๒) มีพื้นฐานชีวิตที่มั่นคงเข้มแข็ง ๓) มีอาชีพ มีงานทำ ๔) เป็นพลเมืองดี มีระเบียบวินัย และพระราชปณิธานในการสืบสาน รักษา พัฒนาต่อยอดโครงการในพระราชดำริของพระราชบิดา จึงทรงพัฒนาการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม หรือ NEW DLTV ในทุกด้านอาทิ ระบบออกอากาศ อุปกรณ์เทคโนโลยี บุคลากร และกระบวนการจัดการศึกษา เพื่อแก้ปัญหาการขาดแคลนครูในโรงเรียนขนาดเล็ก สร้างโอกาสการเข้าถึงการเรียนรู้ตลอดชีวิตของประชาชนทุกเพศทุกวัย ผ่านการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียมจำนวน ๑๕ ช่องสัญญาณ ไปยังโรงเรียนต่าง ๆ และผู้สนใจทั่วประเทศ เพื่อให้ประเทศไทยเป็นสังคมแห่งปัญญาที่มีจิตอาสาในการสรรค์สร้างและพัฒนาประเทศให้มั่นคง

การสอนออกอากาศทางไกลผ่านดาวเทียม ระดับประถมศึกษา ตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๖๑ เป็นต้นมา เป็นการสอนออกอากาศในแนวใหม่ บันทึกเทปการสอนจากห้องเรียนต้นทางของโรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์ ครูปลายทางสามารถดูเทปการสอนผ่านทางเว็บไซต์ www.dltv.ac.th และ Application on mobile DLTV ของมูลนิธิ และมีคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมงครบทั้ง ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ ซึ่งครูปลายทางสามารถปรับกิจกรรมการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับชุมชน ท้องถิ่น วัฒนธรรม และบริบทของแต่ละโรงเรียน

คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ระดับประถมศึกษา ภาคเรียนที่ ๑ ฉบับนี้ เป็นการปรับปรุงครั้งที่ ๒ ซึ่งดำเนินการโดยมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ โดยความร่วมมือจากคณะทำงาน ประกอบด้วย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ คณาจารย์จากมหาวิทยาลัย ศึกษาพิเศษ และครูผู้เชี่ยวชาญ ทั้ง ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ เพื่อให้ครูปลายทางใช้ในการเตรียมการสอนล่วงหน้า รวมทั้งสามารถจัดเตรียมเอกสาร ได้แก่ ใบงาน ใบความรู้ แบบฝึกหัด เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนเกิดประสิทธิผล นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาของโรงเรียนประถมศึกษาขนาดเล็กต่อไป

นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมุ่งมั่นพัฒนา ยกระดับคุณภาพการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม เพื่อพัฒนาสังคมไทยและยกระดับคุณภาพของคนไทยให้เข้มแข็ง สมดังพระราชปณิธาน “...การศึกษาคือความมั่นคงของประเทศ...” ขอพระองค์ทรงพระเจริญ

มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์



ที่ ศธ ๐๔๐๑๐/๕๕๑

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ กทม. ๑๐๓๐๐

๑๑ มีนาคม ๒๕๖๔

เรื่อง รับรองความร่วมมือการพัฒนาคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อการสอนออกอากาศทางไกลผ่านดาวเทียม

เรียน เลขาธิการมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

อ้างถึง หนังสือมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ ที่ มศทท. ๙/๗๒ ลงวันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๖๔

ตามหนังสือที่อ้างถึง มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ แจ้งว่า มูลนิธิ ฯ ได้ปรับปรุงคู่มือครูและแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ระดับปฐมวัย คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ ระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น ตามข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ คณะผู้แทน ครูผู้สอนจากโรงเรียนต้นทางและโรงเรียนปลายทาง และได้พัฒนาเป็นคู่มือครูและแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ระดับปฐมวัย ฉบับปรับปรุง คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ สื่อ ๖๐ พรรษา ระดับประถมศึกษา ฉบับปรับปรุง โดยมูลนิธิ ฯ ได้ดำเนินการพัฒนาและบรรณาธิการกิจ โดยคณะกรรมการประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญ ครูผู้สอนที่มีประสบการณ์เป็นผู้ร่วมในการพัฒนา คู่มือจนสำเร็จ และได้ประชุมหารือเพื่อให้ข้อเสนอแนะ ข้อควรปรับปรุงจากสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน นั้น

ในการนี้ ขอรับรองว่าคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ สื่อ ๖๐ พรรษา ระดับประถมศึกษา ฉบับปรับปรุง และคู่มือครูและแผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ ระดับปฐมวัย ฉบับปรับปรุง สามารถใช้ในการจัดการเรียนการสอนได้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายอัมพร พินะสา)

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

โทร. ๐ ๒๒๘๘ ๕๗๖๕-๖๖

โทรสาร ๐ ๒๒๘๘ ๕๗๕๕

สารบัญ

คู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ วิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ระดับประถมศึกษา
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

หน้า

คำนำ

ก

หนังสือรับรองความร่วมมือการพัฒนาคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อการสอนออกอากาศทางไกล
ผ่านดาวเทียม

ข

สารบัญ

ค

คำชี้แจงการรับชมรายออกอากาศด้วยระบบทางไกลผ่านดาวเทียม

จ

คำชี้แจงรายวิชา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

ช

คำอธิบายรายวิชา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

ด

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

ต

โครงสร้างรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

ถ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเดินทางของอาหาร

๑

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)

๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)

๑๓

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ระบบขับถ่าย

๒๓

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ

๓๐

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง วิถีดูแลระบบย่อยอาหาร

๓๗

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง วิถีดูแลระบบขับถ่าย

๔๔

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง วิถีดูแลระบบย่อยอาหาร

๕๔

แบบประเมินตนเอง

๕๙

แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)

๖๐

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

๖๑

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

๖๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์

๗๔

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

๘๐

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

๘๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์

๙๐

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น

๙๗

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

๑๐๒

สารบัญ (ต่อ)

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น	๑๑๐
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว	๑๑๗
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน	๑๒๔
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์	๑๓๑
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	๑๓๘
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น	๑๔๓
แบบประเมินตนเอง	๑๔๙
แบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)	๑๕๐
บรรณานุกรม	๑๕๑
ภาคผนวก	๑๕๖
ภาคผนวก ก แบบประเมินรวม	๑๕๖
ภาคผนวก ข แผนผังความคิด (Graphic Organizers)	๑๕๘
ภาคผนวก ค บันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)	๑๖๗
คณะกรรมการปรับปรุงคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	
ระดับประถมศึกษา	๑๗๓



คำชี้แจง

การรับชมรายการออกอากาศด้วยระบบทางไกลผ่านดาวเทียม

มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์ ให้บริการการจัดการเรียนการสอนจากสถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม จำนวน ๑๕ ช่องรายการ ทั้งรายการสด (Live) และรายการย้อนหลัง (On demand) สามารถรับชมผ่านช่องทาง ต่อไปนี้

๑. www.dltv.ac.th

๒. Application on mobile DLTV

– ระบบ Android เข้าที่ Play Store/Google Play พิมพ์คำว่า DLTV

– ระบบ iOS เข้าที่ App Store พิมพ์คำว่า DLTV

หมายเลขช่องออกอากาศสถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ๑๕ ช่องรายการ

ช่อง (DLTV)	ช่อง (TRUE)	รายการในเวลาเรียน (ช่วงเวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๔.๓๐ น.)	รายการนอกเวลา (ช่วงเวลา ๑๔.๓๐ น. - ๐๘.๓๐ น.)
DLTV ๑	ช่อง ๑๘๖	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑	สถาบันพระมหากษัตริย์
DLTV ๒	ช่อง ๑๘๗	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒	ความรู้รอบตัว
DLTV ๓	ช่อง ๑๘๘	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
DLTV ๔	ช่อง ๑๘๙	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔	ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
DLTV ๕	ช่อง ๑๙๐	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕	ศิลปวัฒนธรรมไทย
DLTV ๖	ช่อง ๑๙๑	รายการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖	หน้าที่พลเมือง
DLTV ๗	ช่อง ๑๙๒	รายการสอนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑	ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร
DLTV ๘	ช่อง ๑๙๓	รายการสอนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒	ภาษาต่างประเทศ
DLTV ๙	ช่อง ๑๙๔	รายการสอนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓	การเกษตร
DLTV ๑๐	ช่อง ๑๙๕	รายการสอนชั้นอนุบาลปีที่ ๑	รายการสำหรับเด็ก-การเลี้ยงดูลูก
DLTV ๑๑	ช่อง ๑๙๖	รายการสอนชั้นอนุบาลปีที่ ๒	สุขภาพ การแพทย์
DLTV ๑๒	ช่อง ๑๙๗	รายการสอนชั้นอนุบาลปีที่ ๓	รายการสำหรับผู้สูงวัย
DLTV ๑๓	ช่อง ๑๙๘	รายการของการอาชีพวังไกลกังวล และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล	
DLTV ๑๔	ช่อง ๑๙๙	รายการของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช	
DLTV ๑๕	ช่อง ๒๐๐	รายการพัฒนาวิชาชีพครู	

*หมายเหตุ : รายการสอนออกอากาศในเวลาเรียนระดับชั้นปฐมวัย ช่วงเวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๑.๓๐ น.

การติดต่อรับข้อมูลข่าวสาร

๑. มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

เลขที่ ๒๑๔ ถนนนครสวรรค์ แขวงวัดโสมนัส เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร

โทร. ๐๒ ๒๘๒ ๖๗๓๔

โทรสาร ๐๒ ๒๘๒ ๖๗๓๕

๒. สถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม

ซอยหัวหิน ๓๕ ถนนเพชรเกษม ตำบลหัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ๗๗๑๑๐

โทร. ๐๓๒ ๕๑๕๕๕๗-๘

โทรสาร ๐๓๒ ๕๑๕๕๕๑

web@dltv.ac.th (ติดต่อเรื่องเว็บไซต์)

dltv@dltv.ac.th (ติดต่อเรื่องทั่วไป)

๓. โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์

อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ๗๗๑๑๐

โทร. ๐๓๒ ๕๒๒ ๓๔๗, ๐๓๒ ๕๒๐ ๔๗๘ โทรสาร ๐๓๒ ๕๒๐ ๔๗๘

Facebook : โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์

Website : <http://www.kkws.ac.th>



๔. ช่องทางการติดตามข่าวสาร

Facebook : มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม

ในพระบรมราชูปถัมภ์ DLTV



Website : <http://www.dltv.ac.th>



คำชี้แจง

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

๑. แนวคิดหลัก

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดสาระการเรียนรู้ จำนวน ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ ครูผู้สอนต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยนำความรู้ด้านเนื้อหาวิชามาจัดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยการฝึกทักษะให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และเกิดสมรรถนะสำคัญ ๕ ประการ ดังนี้

๑) ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับสาร และสื่อสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา
๒) ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การคิดอย่างเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อใช้ในการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเอง สังคมได้อย่างเหมาะสม

๓) ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เผชิญได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม

๔) ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการเข้าใจและเคารพตนเอง สามารถนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม

๕) ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เป็นความสามารถในการเลือก และใช้เทคโนโลยีการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ถูกต้องเหมาะสม มีคุณธรรมด้านต่าง ๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเอง สังคมในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน

นอกจากนี้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุขในฐานะเป็นพลเมืองไทยและพลเมืองโลก ดังนี้

- ๑) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
- ๒) ซื่อสัตย์ สุจริต
- ๓) มีวินัย
- ๔) ใฝ่เรียนรู้
- ๕) อยู่อย่างพอเพียง
- ๖) มุ่งมั่นในการทำงาน
- ๗) รักความเป็นไทย
- ๘) มีจิตสาธารณะ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกาย สุขภาพจิต มีเป้าหมายเพื่อการดำรงสุขภาพ มีสุขนิสัยและรักการออกกำลังกาย พัฒนางค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งมีเจตคติที่ดี เห็นคุณค่าด้วยการนำไปใช้สร้างเสริมสุขภาพพัฒนาตนเอง ครอบครัวและชุมชนให้มีคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน ดังนั้นการจัดการเรียนรู้จึงเป็นเรื่องสำคัญเพื่อนำทางไปสู่เป้าหมายดังกล่าว

๒. กระบวนการจัดการเรียนรู้

การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่า ผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่า ผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพ เน้นการจัดการศึกษาในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัย ให้ความสำคัญของการบูรณาการความรู้คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้ตามความเหมาะสมของระดับการศึกษา ในส่วนของการจัดกระบวนการเรียนรู้ได้ระบุให้สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการ ดังนี้

๑. สถานศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

(๑) จัดเนื้อหาสาระและกิจกรรมให้สอดคล้องกับความสนใจความถนัดของผู้เรียน และบริบทของโรงเรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

(๒) ฝึกทักษะ กระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ และการประยุกต์ความรู้มาใช้เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา

(๓) จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติให้ทำได้ คิดเป็น ทำเป็น รักการอ่าน และเกิดการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่อง

(๔) จัดการเรียนการสอน โดยผสมผสานสาระความรู้ด้านต่าง ๆ อย่างได้สัดส่วนสมดุลกัน รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์

(๕) ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สอนสามารถจัดบรรยากาศ สภาพแวดล้อม สื่อการเรียนการสอน และอำนวยความสะดวก เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมีความรอบรู้ รวมทั้งสามารถใช้การวิจัยเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้ ทั้งนี้ผู้สอนและผู้เรียนอาจเรียนรู้ไปพร้อมกันจากสื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิทยาการประเภทต่าง ๆ

(๖) จัดการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นได้ทุกเวลาทุกสถานที่ มีการประสานความร่วมมือกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และบุคคลในชุมชนทุกฝ่าย เพื่อร่วมกันพัฒนาผู้เรียนตามศักยภาพ

๒) การจัดสภาพแวดล้อมส่งเสริมการเรียนรู้

(๑) จัดสภาพแวดล้อมห้องเรียน หรือภายนอกห้องเรียน ให้เอื้อต่อการเรียนรู้ สะอาด ความเป็นระเบียบ ตกแต่งห้องเรียนให้น่าอยู่ มีมุมต่าง ๆ ในห้องเรียน มีที่เก็บวัสดุอุปกรณ์ และง่ายต่อการนำมาใช้ มีป้ายนิเทศให้ความรู้ ภายนอกห้องเรียนจัดบรรยากาศให้เป็นธรรมชาติ น่าอยู่ ร่มรื่นและเหมาะกับกิจกรรมการเรียนรู้ ถูกสุขลักษณะและปลอดภัย

(๒) จัดสภาพแวดล้อมหรือห้องให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติการ

(๓) จัดสื่อ อุปกรณ์ ที่เกี่ยวกับการเรียนรู้อย่างเพียงพอ เหมาะสม

(๔) จัดหาเครื่องมือแสวงหาความรู้ หรือช่องทางเสนอข่าวสารต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัยปัจจุบันอยู่เสมอ

๓. ครูผู้สอน

การจัดการเรียนรู้ตามแนวดังกล่าว จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนการสอนทั้งของผู้เรียนและครูผู้สอน กล่าวคือลดบทบาทของครูผู้สอน จากการเป็นผู้บอกเล่า บรรยาย สาธิต เป็นการวางแผน จัดกิจกรรมให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ กิจกรรมต่าง ๆ จะต้องเน้นที่บทบาทของผู้เรียนตั้งแต่เริ่ม คือ ร่วมวางแผน การเรียน การวัดผล ประเมินผล และต้องคำนึงว่ากิจกรรมการเรียนนั้น เน้นการพัฒนากระบวนการคิด วางแผน ลงมือปฏิบัติศึกษา ค้นคว้า รวบรวมข้อมูล ด้วยวิธีการต่าง ๆ จากแหล่งเรียนรู้หลากหลาย ตรวจสอบ วิเคราะห์ การแก้ปัญหา การมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน การสร้างคำอธิบายเกี่ยวกับข้อมูลที่สืบค้นได้ เพื่อนำไปสู่คำตอบของปัญหาหรือคำถามต่าง ๆ และสร้างองค์ความรู้ ทั้งนี้กิจกรรมการเรียนรู้เหล่านี้ต้องพัฒนาผู้เรียนให้มีพัฒนาการเหมาะสมตามวัย ทั้งทางร่างกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญา โดยคำนึงถึงเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

๑. ควรให้ผู้เรียนทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดเวลาด้วย การกระตุ้นให้ผู้เรียนลงมือทดลองและอภิปรายผล โดยใช้เทคนิคต่าง ๆ ของการสอน เช่น การนำเข้าสู่บทเรียน การใช้คำถาม การเสริมพลังมาช่วยให้เป็นประโยชน์ที่จะทำให้การเรียนการสอนน่าสนใจและมีชีวิตชีวา

๒. ครูควรมีการวางแผนการใช้คำถามอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อจะนำผู้เรียนเข้าสู่บทเรียน และลงข้อสรุปได้โดยที่ไม่ใช้เวลาอันยาวนานเกินไป ครูควรเลือกใช้คำถามที่มีความยากง่ายพอเหมาะกับความสามารถของผู้เรียน

๓. เมื่อผู้เรียนถาม อย่าบอกคำตอบทันที ควรให้คำแนะนำที่จะช่วยให้ผู้เรียนหาคำตอบได้เอง ครูควรให้ความสนใจต่อคำถามของผู้เรียนทุก ๆ คน แม้ว่าคำถามนั้นอาจจะไม่เกี่ยวกับเรื่องที่กำลังเรียนอยู่ก็ตาม ครูควรชี้แจงให้ทราบและเบนความสนใจของผู้เรียนกลับมาสู่เรื่องที่กำลังอภิปรายอยู่ สำหรับปัญหาที่ผู้เรียนถามมานั้น ควรจะได้นำมาอภิปรายในภายหลัง

๔. การสำรวจตรวจสอบซ้ำ เป็นสิ่งจำเป็นเพื่อให้ได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือ ดังนั้น ในการจัดการเรียนรู้ ครูควรย้าให้ผู้เรียนได้สำรวจตรวจสอบซ้ำเพื่อนำไปสู่ข้อสรุปที่ถูกต้องและเชื่อถือได้

กิจกรรมการเรียนรู้รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษาชั้นประถมศึกษา ใช้กระบวนการเรียนรู้หลากหลายผสมผสาน เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยการจัดกิจกรรมบูรณาการแบบกลมกลืน ทั้งการปฏิบัติด้านพฤติกรรม สุขภาพ และความเข้าใจองค์ความรู้ที่ถูกต้อง ตลอดจนการเสริมแรงตามวัยของผู้เรียน เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพผู้เรียนอย่างสร้างสรรค์ปลอดภัย ตามความแตกต่างของแต่ละบุคคล และส่วนรวม ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ คำนึงถึงความสอดคล้องกับคุณลักษณะที่มุ่งหวังไปสู่เจตคติที่ดีในการดูแลสุขภาพ จนเป็นนิสัย มีคุณธรรม จริยธรรม เช่น มีความซื่อสัตย์ ใฝ่เรียนรู้ มีวินัย รับผิดชอบ มีความมุ่งมั่นในการทำงาน มีจิตสาธารณะ เป็นต้น ตัวอย่างกระบวนการการเรียนรู้ที่นำมาประยุกต์ใช้ตามธรรมชาติวิชา มีดังนี้

๑. กระบวนการคิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดวิจารณ์ญาณ และคิดสร้างสรรค์ ฝึกทักษะการคิด คล่อง คิดหลากหลาย วิเคราะห์ข้อเท็จจริง หรือข้อคิดเห็นเชื่อมโยงรอบด้านที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตด้าน สุขภาพอย่างปลอดภัยในชีวิตประจำวัน เป็นระบบต่อเนื่อง มุมมองด้านบวก ด้านลบ ผลกระทบที่เกิดขึ้น การค้นหา เหตุผลของการปฏิบัติตน และสังเคราะห์ สร้างแนวทางการแก้ปัญหาหรือพัฒนาส่งเสริมสุขภาพระดับตนเอง ครอบคลุมอย่างเหมาะสม โดยการใช้เทคนิคพัฒนาความสามารถในการคิด เช่น

- แผนภาพความคิดแบบต่าง ๆ (Graphic Organizers)
- เทคนิคการฝึกเปรียบเทียบข้อมูล PMI บวกข้อดี (Plus) บวกข้อเสีย (Minus) ข้อมูลที่สนใจ ศึกษาค้นคว้าต่อ (Interesting)
- เทคนิคการตั้งคำถามโดยใช้สื่อ สถานการณ์ปัจจุบัน

๒. การตั้งคำถามเชิงสะท้อนคิด เทคนิคคำถาม Reflect-Connect-Apply (R-C-A) เพื่อพัฒนาด้าน ทักษะชีวิต เตรียมพร้อมสำหรับใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่อาจต้องเผชิญในชีวิตประจำวันและอนาคต โดยให้ผู้เรียน ทบทวนความรู้สึก พฤติกรรมการปฏิบัติของตนเอง (R) คิดเชื่อมโยง (C) และคำถามนำไปสู่การอภิปรายเสนอ วิธีการ แนวทาง พร้อมทั้งนำไปปฏิบัติให้เหมาะสมกับปัจจุบันและเตรียมอนาคต (A)

๓. กระบวนการปฏิบัติ ได้แก่ การรับรู้ การปฏิบัติตามแบบ การปฏิบัติด้วยตนเองอย่างธรรมชาติ และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันจนเป็นนิสัย

๔. การจัดการเรียนรู้ในแผนการจัดการเรียนรู้ ประกอบด้วยขั้นนำ ขั้นสอน และขั้นสรุป ดังนี้

๑) ขั้นนำ เป็นการเตรียมความพร้อมของผู้เรียน เช่น ทบทวน ตรวจสอบความรู้ที่เรียนผ่านมา แล้ว ด้วยคำถามเชื่อมโยง ร่วมอภิปราย การปฏิบัติตนด้านสุขภาพของตนเอง ไม่จำกัดคำตอบ ครูช่วยให้นักเรียนเชื่อมโยงคำตอบด้วยตัวเอง เพื่อนำไปสู่จุดประสงค์

๒) ขั้นสอน เป็นขั้นที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เนื้อหาใหม่ มีหลากหลายวิธีการ โดยใช้กระบวนการ เรียนรู้ที่กล่าวข้างต้น เช่น

- ครูใช้สื่อเหตุการณ์ปัจจุบัน คลิป ภาพยนตร์สั้น ตั้งคำถามให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ให้เวลาคิด แก่ผู้เรียน
- ครูสนใจคำตอบของผู้เรียน และนำคำตอบของผู้เรียนมาเชื่อมโยงประสบการณ์
- ผู้เรียนศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจากใบงาน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ โดยเชื่อมโยงกับความรู้ที่จำเป็น กับพฤติกรรมสุขภาพในชีวิตประจำวัน เปรียบเทียบกับพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง
- ผู้เรียนวิเคราะห์ ฝึกทักษะการสังเกตข้อเท็จจริง หรือข้อคิดเห็นเชื่อมโยงรอบด้านที่เกี่ยวกับการดำเนินผลทางบวกและลบ ชีวิตด้านสุขภาพอย่างปลอดภัยในชีวิตประจำวัน โดยใช้กิจกรรมที่เหมาะสม กับวัย พัฒนาทักษะการคิดสร้างชิ้นงาน/ภาระงาน สรุปความรู้จากการปฏิบัติจริงเป็นแผนภาพความคิดแบบ ต่าง ๆ

- ผู้เรียนฝึกปฏิบัติ กิจกรรมกลุ่ม กิจกรรมเดี่ยว และนำเสนอผลงานหรือผลการปฏิบัติ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกลุ่ม ระหว่างเพื่อน

- มีการประเมินพฤติกรรมผู้เรียนระหว่างเรียน ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะ ตามจุดประสงค์ ด้วยวิธีการสังเกตพฤติกรรม ตรวจสอบความรู้ และให้ข้อมูลย้อนกลับเมื่อนักเรียนเข้าใจ คลาดเคลื่อน รวมทั้งให้แรงเสริม

๓) ขั้นสรุป เป็นขั้นต่อเนื่องจากขั้นสอน เช่น

- ผู้เรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านการใช้คำถามของครู
- ครูอาจจะช่วยสรุปอีกครั้งด้วยการใช้กระดานหรือ Graphic Organizer
- ครูใช้คำถามเชื่อมโยงกับชีวิตจริง เทคนิคคำถาม Reflect-Connect-Apply (R-C-A) เพื่อพัฒนาด้านทักษะชีวิต ให้ผู้เรียนทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ ทบทวนการปฏิบัติตน และเน้นการนำไปใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ตลอดจนสร้างเสริมสุขภาพของครอบครัว ชุมชน เป็นต้น
- นักเรียนบันทึกการเรียนรู้ หรือใช้ผังกราฟิก (ตัวอย่างในภาคผนวก ข และ ค)

๓. สื่อการจัดการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

สื่อการจัดการเรียนรู้ เป็นเครื่องมือส่งเสริมสนับสนุนการจัดการกระบวนการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนเข้าถึง ความรู้ ทักษะกระบวนการ ได้ง่ายในระยะเวลาสั้น และช่วยให้เกิดความคิดรวบยอดอย่างถูกต้องและรวดเร็ว สื่อที่ปรากฏในแผนการจัดการเรียนรู้ มีลักษณะดังนี้

- ๑) ใบความรู้/แผนภาพนำเสนอข้อมูล
- ๒) คลิป/วีดิทัศน์/ภาพข่าวสถานการณ์ปัจจุบัน
- ๓) สถานการณ์สมมติ
- ๔) สื่อบุคคล

แหล่งเรียนรู้ เป็นเครื่องมือสร้างคุณลักษณะการเรียนรู้ที่ทุกคนต้องใฝ่รู้ตลอดชีวิต มีลักษณะดังนี้

- ๑) แหล่งเรียนรู้ภายในโรงเรียน
- ๒) แหล่งเรียนรู้ภายนอกโรงเรียน ได้แก่ ชุมชน ท้องถิ่น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยของชีวิต ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

๓) แหล่งเรียนรู้ออนไลน์ที่เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ

- สำนักงานวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
- สสส.
- กรมควบคุมโรค
- กรมอนามัย
- กรมสุขภาพจิต
- มหาวิทยาลัยต่าง ๆ
- กระทรวงสาธารณสุข
- กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ฯลฯ

๔. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ มีจุดประสงค์สำคัญของการประเมินการเรียนรู้คือการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่ผู้สอนหรือหลักสูตรวางไว้ ปัญหาที่พบในปัจจุบันก็คือ ผู้บริหาร ผู้สอน ตลอดจนผู้ปกครองเป็นจำนวนมากยังให้ความสำคัญกับการประเมินผลสรุปรวม ที่เน้นการทำข้อสอบ รวมถึงการให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ของการประเมินผลสรุปรวมที่ปรากฏในรูปของระดับผลการเรียน (Grade) หรือ ลำดับของผู้เรียนในชั้นเรียน (Rank) ซึ่งได้จากการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างผู้เรียนมากกว่าการประเมินการเรียนรู้ระหว่างเรียนที่เน้นการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) แก่ผู้เรียนเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาการเรียนรู้ของตนเองของผู้เรียนแต่ละคน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จึงก่อให้เกิดวัฒนธรรมการเรียนรู้แบบท่องจำเพื่อสอบ หรือการเรียนรู้เพื่อแข่งขัน ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้แบบผิวเผินมากกว่าการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองซึ่งผลลัพธ์ของการเรียนรู้จะยั่งยืนกว่า (กุศลสิน มุสิกกุล, ๒๕๕๕; ขจรศักดิ์, เพ็ญจันทร์ และวรรณทิพา รอดแรงคำ, ๒๕๕๘)

ในการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนนั้น จำเป็นต้องมีการประเมินการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เริ่มต้นระหว่างและสิ้นสุดกระบวนการเรียนรู้ โดยการใช้การประเมินในรูปแบบที่หลากหลายสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ รูปแบบการประเมินการเรียนรู้ ได้แก่ การประเมินการเรียนรู้ระหว่างเรียน (Formative Assessment) การประเมินการเรียนรู้สรุปรวม (Summative Assessment) และการประเมินการเรียนรู้ตามสภาพจริง (Authentic Assessment) ในการประเมินเพื่อพัฒนาการเรียนรู้และการประเมินตามสภาพจริงนั้น ผู้สอนจำเป็นต้องสะท้อนการประเมินให้ผู้เรียนรับทราบเพื่อปรับปรุงและพัฒนาตนเอง และผู้สอนต้องนำผลการประเมินมาพิจารณาเพื่อทบทวนและปรับแผนการจัดการเรียนรู้เพื่อให้สามารถดำเนินการแก้ไข ช่วยเหลือ หรือหาวิธีการต่าง ๆ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนแต่ละคนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ตามแต่ละจุดประสงค์การเรียนรู้หรือเป้าหมายของตัวชี้วัดต่าง ๆ (กุศลสิน มุสิกกุล, ๒๕๕๕)

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐานสองประการ คือ การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนและการตัดสินผลการเรียน ในการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนให้ประสบความสำเร็จนั้น ผู้เรียนจะต้องได้รับการพัฒนาและประเมินตามตัวชี้วัด เพื่อให้บรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้ สะท้อนสมรรถนะสำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน ซึ่งเป็นเป้าหมายหลักในการวัดและประเมินการเรียนรู้ในทุกระดับ (กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๕๒)

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่ปรากฏในแผนการจัดการเรียนรู้ ให้ความสำคัญของการประเมินพฤติกรรมการปฏิบัติ ดังนี้

๑) วิธีการประเมิน

(๑) การวัดและประเมินก่อนเรียน เพื่อตรวจสอบความพร้อมและความรู้เดิมของผู้เรียน (ผสมผสานในกิจกรรมการเรียนรู้ชั้นนำ)

(๒) การวัดและประเมินระหว่างเรียน ได้แก่ ด้านความรู้ ทักษะการปฏิบัติ และคุณลักษณะ โดยวิธีการสังเกตพฤติกรรม ถามตอบพร้อมแสดงเหตุผล ตรวจชิ้นงาน การนำเสนอ (ผสมผสานในกิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นสอน) จุดมุ่งหมายของการประเมินระหว่างเรียน มีดังนี้

(๒.๑) เพื่อค้นหาและวินิจฉัยว่าผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเนื้อหา มีทักษะความชำนาญ รวมถึงมีเจตคติทางการเรียนรู้หรือไม่และในระดับใด เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้สอนสามารถวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างเต็มศักยภาพ

(๒.๒) เพื่อใช้เป็นข้อมูลป้อนกลับให้กับผู้เรียนว่ามีผลการเรียนรู้หรือไม่

(๒.๓) เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการสรุปผลการเรียนรู้และเปรียบเทียบระดับพัฒนาการด้านการเรียนรู้ของผู้เรียนแต่ละคน

(๓) การวัดและประเมินหลังเรียน เพื่อตรวจสอบความสำเร็จตามจุดประสงค์รายแผน เป็นการพัฒนาในจุดที่ผู้เรียนอาจจะเข้าใจคลาดเคลื่อนหรือปฏิบัติไม่ถูกต้อง (ผสมผสานในกิจกรรมขั้นสรุป) และเพื่อตัดสินผลการจัดการเรียนรู้ เป็นการประเมินหลังจากผู้เรียนได้เรียนไปแล้ว ผลจากการประเมินประเภทนี้ใช้ประกอบการตัดสินผลการจัดการเรียนการสอน หรือตัดสินใจว่าผู้เรียนคนใดควรจะได้รับระดับคะแนนใด

(๔) ประเมินรวบยอดเมื่อสิ้นสุดหน่วยการเรียนรู้ ดำเนินการดังนี้

การประเมินโดยครูผู้สอน เพื่อตรวจสอบคุณภาพผู้เรียนว่าบรรลุเป้าหมายของหน่วยการเรียนรู้ตามมาตรฐาน ตัวชี้วัด สมรรถนะ คุณลักษณะ และเจตคติหรือไม่ เช่น การทำโครงงาน การนำความรู้ไปใช้เพื่อพัฒนาสังคมในรูปแบบต่าง ๆ

การประเมินโดยผู้เรียนแต่ละคน โดยการทำแบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning Log) ควรให้ผู้เรียนได้ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง เพื่อเปิดโอกาสได้สะท้อนคิดสิ่งที่เรียนรู้ทั้งที่ทำได้ดีและยังต้องพัฒนา (ตัวอย่างแบบบันทึกการเรียนรู้ ดูภาคผนวก ค) ควรให้ผู้เรียนได้ประเมินการเรียนรู้ย่อยหลังจบการเรียนรู้แต่ละหน่วยการเรียนรู้ และประเมินการเรียนรู้รวมในช่วงกลางภาคเรียนและปลายภาคเรียน โดยครูสามารถเลือกใช้ชุดคำถามและจำนวนข้อให้เหมาะสมกับบริบทของผู้เรียน ช่วงเวลา และธรรมชาติของแต่ละวิชา ทั้งนี้ในครั้งแรกครูควรทำร่วมกับนักเรียนเพื่อแนะนำวิธีการเขียนแบบสะท้อนคิด และควรอ่านสิ่งที่นักเรียนบันทึกพร้อมให้ข้อมูลย้อนกลับ เสนอแนะในเชิงบวกและสร้างสรรค์ รวมทั้งใช้ประโยชน์จากข้อมูลในแบบบันทึกเพื่อพัฒนาการสอนของตนเองและช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคลต่อไป

๒) ผู้ประเมิน ได้แก่ เพื่อนประเมินเพื่อน ครูประเมินผู้เรียน ผู้เรียนประเมินตนเอง และผู้ปกครองร่วมประเมิน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาได้ออกแบบการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ที่ปรากฏในแผนการจัดการเรียนรู้ โดยให้ความสำคัญของประเมินพฤติกรรมกาปฏิบัติผู้เรียนด้านสุขภาพระหว่างเรียน เพื่อพัฒนาเรียนรู้ของผู้เรียนไปสู่เป้าหมายของหน่วยการเรียนรู้ที่กำหนด รายละเอียด ดังนี้

๑. วิธีการประเมิน

๑) ประเมินก่อนเรียน เพื่อตรวจสอบความพร้อมและความรู้เดิมของผู้เรียน (ผสมผสานในกิจกรรมการเรียนรู้ขั้นนำ)

๒) ประเมินระหว่างเรียน ได้แก่ ทักษะการปฏิบัติ และคุณลักษณะ โดยวิธีการสังเกตพฤติกรรม ถอดบทเรียนพร้อมแสดงเหตุผล ตรวจสอบชิ้นงาน การนำเสนอ และประเมินด้านความ เพื่อตรวจสอบความเข้าใจ คุณภาพผู้เรียนตามจุดประสงค์ ซึ่งนำไปสู่การปรับปรุง หรือส่งเสริมการเรียนรู้ต่อไป (ผสมผสานในกิจกรรม การเรียนรู้ชั้นสอน)

๓) ประเมินหลังเรียน เพื่อตรวจสอบความสำเร็จตามจุดประสงค์รายแผน จากบันทึกการเรียนรู้ และบันทึกการปฏิบัติด้านสุขภาพของผู้เรียนรายบุคคลเพื่อพัฒนาในจุดที่ผู้เรียนอาจจะเข้าใจคลาดเคลื่อนหรือ ปฏิบัติไม่ถูกต้อง (ผสมผสานในกิจกรรมชั้นสรุป)

๔) ประเมินรวบยอดเมื่อสิ้นสุดหน่วยการเรียนรู้ เพื่อตรวจสอบคุณภาพผู้เรียนบรรลุเป้าหมายของ หน่วยการเรียนรู้ ตามมาตรฐาน/ตัวชี้วัด สมรรถนะคุณลักษณะ และเจตคติ เช่น การจัดนิทรรศการ การนำ ความรู้ไปใช้เพื่อพัฒนาสังคมในรูปแบบต่าง ๆ เป็นต้น ตลอดจนปลายภาคเพื่อการตัดสินผลการเรียน

๒. เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ มิติคุณภาพ (Rubric Score) ซึ่งได้อธิบายระดับคุณภาพปรากฏในท้ายหน่วย การเรียนรู้ทุกหน่วย โดยแสดงเครื่องมือที่สามารถนำไปใช้รายแผนการเรียนรู้ ในภาคผนวก ก ได้แก่ แบบสังเกต พฤติกรรมการปฏิบัติ แบบตรวจคำตอบ แบบประเมินคุณลักษณะและเจตคติ

๓. ผู้ประเมิน ได้แก่ เพื่อนประเมินเพื่อน ครูประเมินผู้เรียน ผู้ปกครองร่วมประเมิน

๕. คำแนะนำบทบาทครูปลายทางในการจัดการเรียนรู้

ครูปลายทางควรมีบทบาทการสอนคู่ขนานกับครูต้นทางในการกำกับดูแลช่วยเหลือนักเรียนในทุกขั้นตอน การสอน ดังนี้

๑) ขั้นเตรียมตัวก่อนสอน

(๑) ศึกษาทำความเข้าใจคำชี้แจงและทำความเข้าใจเชื่อมโยงทั้งเป้าหมาย กิจกรรม และการวัดผล และประเมินผลระหว่างหน่วยการเรียนรู้กับแผนการจัดการเรียนรู้รายชั่วโมง

(๒) ศึกษาค้นคว้าความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งเรียนรู้ หน่วยงาน องค์กรที่ให้ความรู้ที่เชื่อถือได้ รวมทั้ง เทคนิคการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความสามารถของผู้เรียนอย่างรอบด้าน

(๓) ปรับ/ประยุกต์หรือเพิ่มเป้าหมายทั้งเนื้อหา ทักษะกระบวนการ คุณลักษณะที่เป็นจุดเน้น และ ที่เป็นปัจจุบันตามบริบทของห้องเรียน โรงเรียน ชุมชน รวมถึงการวัดประเมินทักษะกระบวนการเรียนรู้ ตาม ศักยภาพของผู้เรียน และตามสภาพจริง

(๔) ศึกษาคลิปบทเรียนที่มีการอัปโหลดล่วงหน้าเพื่อทำความเข้าใจการจัดกิจกรรม PowerPoint และสื่อต่าง ๆ ที่ครูใช้ประกอบการสอน โดยเฉพาะแนวการจัดกิจกรรมในขั้นตอนช่วงการปฏิบัติ ทั้งด้านวิธีการ สื่อที่ใช้ และช่วงเวลาของการทำแต่ละกิจกรรมเพื่อนำมาวิเคราะห์และหาแนวทางเตรียมนักเรียน/ช่วยเหลือ ส่งเสริม/อำนวยความสะดวกแก่นักเรียนตามบริบทของห้องเรียนของตนให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเต็มตามศักยภาพ

(๕) เตรียมใบงาน (ที่คัดเลือกสำหรับมอบหมายให้นักเรียนได้ทำตามเห็นควรและเหมาะสม) รวมทั้ง การเตรียมอุปกรณ์ตามระบุในแผนฯ และ/หรือที่ปรากฏในคลิป (ในกรณีมีการปรับเปลี่ยนเพิ่มเติม)

(๖) ติดตามข้อมูลรายละเอียดการจัดกิจกรรมในช่วงการปฏิบัติตามกำหนดการสอนที่มีรายละเอียดของสื่อการสอน ใบงาน ใบความรู้ บนเว็บไซต์ www.dltv.ac.th

๒) ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้

(๑) สร้างการมีส่วนร่วมของนักเรียนในการทำกิจกรรม เช่น กระตุ้นให้นักเรียนคิด ตอบคำถามของครูต้นทาง ฟังเฉยและช่วยเสริม/อธิบาย/ในสิ่งที่นักเรียนยังไม่เข้าใจ ชมเชย/ให้กำลังใจหากนักเรียนทำได้ดี

(๒) ให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนที่ตามไม่ทัน เช่น อธิบายเพิ่มเติมเพื่อให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ

(๓) กำกับดูแลให้มีวินัยในการเรียน เช่น ไม่เล่นหรือพูดคุยกัน ปฏิบัติตามคำสั่งในการทำกิจกรรม ฯลฯ

(๔) อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ เช่น จัดเตรียมสื่อการเรียนรู้/อุปกรณ์

(๕) สังเกตพฤติกรรมนักเรียน เช่น คุณลักษณะผู้เรียน สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน การจัดการเรียนรู้/การปฏิบัติงาน ความรู้ในบทเรียน และบันทึกข้อมูลตามแนวทางประเมินที่แนะนำไว้ในแผนการจัดการเรียนรู้ เพื่อนำข้อมูลไปพัฒนานักเรียนและให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนทั้งชั้น/กลุ่ม/รายบุคคลตามกรณี

๓) ขั้นตอนการปฏิบัติ

(๑) ทบทวนขั้นตอนการทำกิจกรรมตามที่ครูต้นทางแนะนำ และตามข้อแนะนำการปฏิบัติที่ระบุใน PowerPoint ตรวจสอบความเข้าใจ และเตรียมนักเรียนก่อนทำกิจกรรม (การแบ่งกลุ่ม ฯลฯ)

(๒) กำกับให้การทำกิจกรรมเป็นไปตามลำดับเวลาตามแนวทางที่ระบุบน PowerPoint

(๓) ให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนในระหว่างการทำกิจกรรม

(๔) เตรียมพร้อมนักเรียนสำหรับกิจกรรมในขั้นตอนสรุปการเรียนรู้ (ถ้ามี) เช่น การสรุปผลปฏิบัติงาน เพื่อเทียบเคียงกับผลงานที่นักเรียนต้นทางจะนำเสนอ เป็นต้น

๔) ขั้นสรุป

(๑) กำกับนักเรียนให้มีส่วนร่วมในการเฉลยใบงาน/สรุปผลการทำกิจกรรม ฯลฯ

(๒) ทบทวนประเด็นสำคัญที่มีการสรุปท้ายชั่วโมง และงาน/ใบงานที่ครูต้นทางมอบหมายให้ทำเป็น การบ้าน/หรือใบงานที่ครูปลายทางได้เลือกมาใช้กับชั้นเรียนของตน

(๓) จัดให้นักเรียนได้ทำแบบประเมินตามระบุในหัวข้อ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ (เฉพาะ หลังจบแต่ละหน่วยการเรียนรู้และครึ่ง/ปลายภาคเรียน)

๕) การบันทึกผลหลังสอน

(๑) บันทึกการจัดการเรียนรู้ของตนเอง โดยใช้ข้อมูลจากแบบสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนระหว่างเรียน และแบบประเมินตนเอง บันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนเพื่อวิเคราะห์เทคนิค หรือวิธีการใด ที่ทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม มีความรู้ มีทักษะ และคุณลักษณะตามจุดประสงค์

(๒) บันทึกสาเหตุของความสำเร็จ อุปสรรค และ/หรือข้อจำกัดที่เกิดขึ้น เช่น เทคนิค หรือวิธีการใด การบริหารจัดการชั้นเรียน การจัดบรรยากาศ สิ่งแวดล้อมอย่างไร ฯลฯ ที่ทำให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม มีความรู้ มี

ณ

ทักษะ และคุณลักษณะตามจุดประสงค์ โดยใช้คำถามที่ให้ไว้ใน “คำถามบันทึกผลหลังสอนสำหรับครูปลายทาง” (ดูภาคผนวก ค) เป็นแนวทางในการย้อนคิด ไตร่ตรองสิ่งที่เกิดขึ้นและนำไปบันทึกผลหลังสอนของชั่วโมงนั้น ๆ

(๓) วิเคราะห์และสรุปผลจากข้อมูลตามปัญหา/ความสำเร็จที่เกิดขึ้น และเสนอแนวทางการปรับปรุง เพื่อนำมาพัฒนาการจัดการเรียนรู้ และช่วยเหลือ/ส่งเสริมนักเรียนในการจัดการเรียนรู้ในครั้งต่อไป รวมทั้งนำไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อพัฒนาเป็นงานวิจัยในชั้นเรียนต่อไป



คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เวลา ๘๐ ชั่วโมง/ปี

ศึกษาความสำคัญและวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย การเปลี่ยนแปลงทางเพศและการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ความสำคัญของครอบครัวที่อบอุ่นและพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน การจัดรูปแบบและการควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน การเล่นเกมที่นำไปสู่กีฬาและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล การใช้ทักษะกลไกการปฏิบัติตามกฎกติกา สิทธิของตนเอง และยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล หลักการ รูปแบบ การสร้างทางเลือกของตนเองในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย กิจกรรมนันทนาการ ออกกำลังกาย เล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม และการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา การทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกาย ตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย การปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ การค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมและการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด ผลกระทบและการปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและสารเสพติด

โดยใช้กระบวนการปฏิบัติ การมีส่วนร่วม เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ การดูแลและรักษาระบบของร่างกาย การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและความปลอดภัยที่เกิดจากการปฏิบัติ มีและใช้ทักษะในการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมทั้งการออกกำลังกาย และหลีกเลี่ยงจากภัยอันตรายต่าง ๆ มีความสามารถในการคิด การแก้ปัญหา การใช้ทักษะชีวิต การแสวงหาความรู้และการใช้เทคโนโลยี

เห็นคุณค่าในการการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ไข้หวัด ความรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบ วินัย และนำความรู้ไปใช้ปฏิบัติดูแลรักษาสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ในชีวิตประจำวันของตนเองและผู้อื่น

ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๕/๑, ป.๕/๒,

พ ๒.๑ ป.๕/๑, ป.๕/๒, ป.๕/๓

พ ๓.๑ ป.๕/๑, ป.๕/๒, ป.๕/๓, ป.๕/๔, ป.๕/๕, ป.๕/๖

พ ๓.๒ ป.๕/๑, ป.๕/๒, ป.๕/๓, ป.๕/๔

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

พ ๕.๑ ป.๕/๑, ป.๕/๒, ป.๕/๓, ป.๕/๔, ป.๕/๕

รวมทั้งหมด ๒๕ ตัวชี้วัด

มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑
รวมเวลา ๒๐ ชั่วโมง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ

พ ๑.๑ ป.๕/๒ อธิบายวิถีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

พ ๒.๑ ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

พ ๒.๑ ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑
รวมเวลา ๒๐ ชั่วโมง

หน่วย ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการ เรียนรู้/ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
๑	การเดินทางของอาหาร	พ ๑.๑ ป.๕/๑ พ ๑.๑ ป.๕/๒	ระบบย่อยอาหารและระบบ ขับถ่ายมีความสำคัญต่อ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ จึงจำเป็นต้องรู้วิธีการดูแล อย่างถูกต้อง	๗	๒๐
๒	พฤติกรรมดีมีวิธี แก้ปัญหา	พ ๒.๑ ป.๕/๑ พ ๒.๑ ป.๕/๒ พ ๒.๑ ป.๕/๓	วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ทางเพศ ดังนั้นจึงต้องรู้จักดูแล ตนเอง ปฏิบัติตนให้เหมาะสม ตลอดจนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ช่วยแก้ไขปัญหาคความขัดแย้ง ในครอบครัวและเพื่อน เพื่อให้ สามารถปฏิบัติตน ในชีวิตประจำวันได้อย่างมี ความสุขและเกิดความอบอุ่น ในครอบครัว	๑๓	๓๐
รวมตลอดภาคเรียน				๒๐	๕๐

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

การเดินทางของอาหาร



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ การเดินทางของอาหาร

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑ เวลา ๗ ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐานการเรียนรู้ พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์
ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

พ ๑.๑ ป.๕/๒ อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการจึงจำเป็นต้องรู้วิธีการดูแลอย่างถูกต้อง

๓. สาระการเรียนรู้

ความรู้

- ๑) อธิบายระบบการย่อยอาหารของปากและฟันได้
- ๒) อธิบายระบบการย่อยอาหารของหลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก และลำไส้ใหญ่ได้
- ๓) อธิบายขั้นตอนการย่อยอาหารได้
- ๔) ระบุการทำงานของอวัยวะขับถ่ายที่สำคัญได้
- ๕) อธิบายการขับของเสียจากผิวหนัง ออกมาในรูปของเหงื่อ
- ๖) อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารให้ทำงานตามปกติได้
- ๗) อธิบายวิธีดูแลระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติได้

ทักษะ/กระบวนการ

- ๑) ดูแลตนเองเมื่อเหงื่อออกได้อย่างถูกต้อง
- ๒) ดูแลระบบย่อยอาหารของตนเองให้ทำงานตามปกติได้
- ๓) ดูแลระบบขับถ่ายของตนเองให้ทำงานตามปกติ
- ๔) จัดและนำเสนอนิทรรศการ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

เจตคติ

- ๑) เห็นประโยชน์ของการดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ
- ๒) เห็นความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย

๔. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ๑) ความสามารถในการสื่อสาร
- ๒) ความสามารถในการคิด

๕. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๑) ใฝ่เรียนรู้
- ๒) มุ่งมั่นในการทำงาน

๖. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

ชิ้นงานเรื่อง การเดินทางของอาหาร

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	อธิบาย เนื้อหาตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องละเอียด ชัดเจน ร้อยละ ๘๐ ขึ้นไป	อธิบาย เนื้อหาตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องละเอียด ชัดเจน ร้อยละ ๖๐-๗๙	อธิบาย เนื้อหาตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องละเอียด ชัดเจน ร้อยละ ๔๐-๕๙	อธิบาย เนื้อหาตามที่กำหนดให้ ได้ถูกต้องละเอียด ชัดเจน น้อยกว่า ร้อยละ ๔๐
๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ ได้ ๕ ข้อ ขึ้นไป	อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ ได้ ๓-๔ ข้อ	อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ ได้ ๒ ข้อ	อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ ได้ ๑ ข้อ
๓. ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด	สื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างมีเหตุผลเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ ครบถ้วนชัดเจนอย่างต่อเนื่อง	สื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างมีเหตุผลเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ ครบถ้วนชัดเจน ไม่ต่อเนื่อง	สื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างมีเหตุผลเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ ครบถ้วนไม่ชัดเจน	สื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างมีเหตุผลเชื่อมโยงอย่างเป็นระบบ ไม่ได้

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบย่อยอาหารมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโต ปากและฟันเป็นขั้นตอนแรกของระบบย่อยอาหาร ฉะนั้นจึงควรรู้ระบบการทำงานและขั้นตอน เพื่อให้ร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายระบบการย่อยอาหารของปากและฟันได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

-

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของระบบย่อยอาหาร

๔. สาระการเรียนรู้

๔.๑ ความหมายของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย

๔.๒ อวัยวะที่เกี่ยวข้องในระบบการย่อยอาหาร (ปาก ฟัน)

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูกำหนดข้อตกลงในการเรียน - ครูแจ้งหน่วยการเรียนรู้ที่จะเรียนในภาคเรียนที่ ๑ - ครูแจกข้าวสวຍให้นักเรียนคนละ ๑ คำ - ครูตั้งคำถาม ๑. “รสชาติของข้าวสวຍ ก่อนและหลังเคี้ยวเป็นอย่างไร” ๒. “ลักษณะของข้าวสวຍ ก่อนและหลังเคี้ยวเป็นอย่างไร”	- นักเรียนสร้างข้อตกลงในการเรียน - นักเรียนนำข้าวสวຍมาเคี้ยวให้ละเอียดอย่างช้า ๆ ประมาณ ๓๐ ครั้ง - นักเรียนตอบคำถามชวนคิด ๑. “รสชาติของข้าวสวຍ ก่อนและหลังเคี้ยวเป็นอย่างไร” (แนวคำตอบ : ก่อนเคี้ยวมีรสชาติจืด หลังเคี้ยวมีรสชาติดหวานขึ้น) ๒. “ลักษณะของข้าวสวຍ ก่อนและหลังเคี้ยวเป็นอย่างไร”	- สื่อ PowerPoint - ข้าวสวຍ	- แบบสังเกตพฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					(แนวคำตอบ : ก่อนเคี้ยวเป็นเม็ด หลังเคี้ยวถูกบด จนละเอียด)		
๒.	๑. อธิบายระบบการ ย่อยอาหารของปาก และฟันได้ (K)	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูสนทนาเกี่ยวกับระบบย่อย อาหารและระบบขับถ่าย โดยตั้งประเด็นคำถามชวนคิด ๑. นักเรียนคิดว่าการเดินทาง ของอาหารที่เรากินเข้าไป ผ่านอวัยวะใดบ้าง ๒. อวัยวะเหล่านั้นทำอะไรกับ อาหารที่ทานเข้าไป ๓. แล้วอาหารออกมาจาก ร่างกายทางไหน - ครูเชื่อมโยงคำตอบของนักเรียน เข้าสู่ เรื่อง ความหมายของ ระบบย่อยอาหาร การย่อย อาหารของปากและฟัน	- นักเรียนสนทนาเกี่ยวกับระบบ ย่อยอาหารและระบบขับถ่าย - นักเรียนตอบถามคำถามตาม ประเด็น ๑. นักเรียนคิดว่าการเดินทาง ของอาหารที่เรากินเข้าไป ผ่านอวัยวะใดบ้าง (แนวคำตอบ : ปาก หลอดอาหาร กระเพาะ อาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก) ๒. อวัยวะเหล่านั้นทำอะไรกับ อาหารที่ทานเข้าไป (แนวคำตอบ : ย่อยอาหาร)	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					๓. แล้วอาหารออกมาจากร่างกาย ทางไหน (แนวคำตอบ : ทวารหนัก) - นักเรียนศึกษาเรื่องความหมาย ของระบบย่อยอาหาร การย่อย อาหาร ของปากและฟัน		
๓.		ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนทำกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” - ครูพูดเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรม “หลักจากนักเรียน ได้เรียนรู้ เรื่องระบบย่อยอาหารเบื้องต้น กิจกรรมต่อไปนี้ นักเรียนจะได้นำ ความรู้ที่นำมาใช้ในการทำ กิจกรรม นักเรียนพร้อมจะสนุก กับกิจกรรมรึยังคะ” - ครูอ่านคำถามต่อไปนี้ ๑. อาหารเข้าสู่ระบบย่อยอาหาร ที่อวัยวะใดเป็นที่แรก	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน ทำกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” - นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ ๑. อาหารเข้าสู่ระบบย่อย อาหารที่อวัยวะใดเป็นที่ แรก (แนวคำตอบ : ปาก และฟัน) ๒. ฟันมีหน้าที่อย่างไรในระบบ ย่อยอาหาร (แนวคำตอบ : บดเคี้ยวอาหาร)	- สื่อ PowerPoint - อุปกรณ์ กิจกรรม “คน เก่งติดดาว”	- แบบ บันทึก การตอบ คำถาม กิจกรรม “คนเก่ง ติดดาว”

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				๒. ฟันมีหน้าที่อย่างไรในระบบ ย่อยอาหาร ๓. น้ำลายมีหน้าที่ใดในระบบ ย่อยอาหาร ๔. แป้งถูกย่อยเบื้องต้น ในอวัยวะใด ๕. ลิ้นมีส่วนช่วยในการย่อย อาหารอย่างไร	๓. น้ำลายมีหน้าที่ใดในระบบ ย่อยอาหาร (แนวคำตอบ : ย่อยแบ่งให้เป็นน้ำตาล) ๔. แป้งถูกย่อยเบื้องต้นใน อวัยวะใด (แนวคำตอบ : ปาก) ๕. ลิ้นมีส่วนช่วยในการย่อย อาหารอย่างไร (แนว คำตอบ : คลุกเคล้าอาหาร กับน้ำลาย)		
๔.	๒. เห็นความสำคัญ ของระบบย่อย อาหาร (A)	ขั้นสรุป	๕ นาที	ครูตั้งประเด็นคำถามจากประเด็น การเรียนรู้ที่ได้จาก คำถามใน กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”	นักเรียนสรุปทเรียนจาก กิจกรรมที่นักเรียนตอบคำถามใน ประเด็น ระบบการย่อยอาหาร ของปากและฟันลงในสมุดบันทึก	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

๑. สื่อ PowerPoint เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)
๒. ข้าวสวย
๓. อุปกรณ์กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๔ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๓ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๒ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๑ ข้อขึ้นไป
๒. ความมีส่วนร่วมของสมาชิก	นักเรียนทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๓ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๒ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๑ คน

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน ๗-๘	คะแนน หมายถึง ดีมาก
คะแนน ๕-๖	คะแนน หมายถึง ดี
คะแนน ๓-๔	คะแนน หมายถึง พอใช้
คะแนน ๑-๒	คะแนน หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สื่อสำหรับครู

ตัวอย่างสื่อ กิจกรรมคนเก่งติดดาว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๑)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

 กลุ่มที่	 คะแนน

** คุณครูอาจปรับใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น กระดาษแข็ง ฟิวเจอร์บอร์ด

*** การให้คะแนนคุณครูอาจเลือกใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น สติกเกอร์รูปดาว หรือการวาดภาพดาว

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบย่อยอาหารมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตและการเจริญเติบโต หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่เป็นขั้นตอนของระบบย่อยอาหาร ฉะนั้นจึงควรรู้ระบบการทำงาน เพื่อให้ร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายหน้าที่ของระบบการย่อยอาหารของหลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก และลำไส้ใหญ่ได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

-

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของระบบย่อยอาหาร

๔. สาระการเรียนรู้

- อวัยวะที่เกี่ยวข้องในระบบการย่อยอาหาร (หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่)

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูถามสิ่งที่คุณเรียนได้เรียนรู้จากสัปดาห์ที่ผ่านมา - ครูแจกกระดาษให้นักเรียนกลุ่มละ ๑ แผ่น โดยตั้งคำถามว่า นักเรียนคิดว่าอาหารของเราเดินทางผ่านอวัยวะใดบ้าง - ครูร่วมกับนักเรียนสรุปข้อมูลจากคำตอบของนักเรียนเพื่อเชื่อมโยงบทเรียน	- นักเรียนทบทวนบทเรียนจากสัปดาห์ที่ผ่านมา - นักเรียนมีเวลากลุ่มละ ๑ นาทีในการวาดรูปเพื่อตอบคำถาม (แนวคำตอบ : ปาก หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่) - ตัวแทนนักเรียนนำเสนอคำตอบของตนเอง	- สื่อ PowerPoint - ภาพบัตรคำ	
๒.	๑. อธิบายหน้าที่ของระบบการย่อยอาหารของหลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็ก และลำไส้ใหญ่ได้	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูความรู้จากสื่อ PowerPoint เรื่อง การทำงานระบบการย่อยอาหารของอวัยวะที่เกี่ยวข้อง	- นักเรียนศึกษาการทำงานระบบการย่อยอาหารของอวัยวะที่เกี่ยวข้องจากสื่อ PowerPoint	- สื่อ PowerPoint	- แบบบันทึกการตอบคำถามกิจกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
							“คนเก่งติดดาว”
๓.		ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูแจกใบงานที่ ๑ พร้อมอธิบายวิธีการทำ - ครูเริ่มกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” โดยทบทวนกติกาและคะแนนสะสมจากสัปดาห์ที่แล้ว - ครูอ่านคำถาม จำนวน ๕ ข้อ โดยให้เวลาในการตอบคำถามนักเรียน ข้อละ ๑ นาที - ให้นักเรียนเรียงลำดับระบบย่อยอาหารในอวัยวะต่าง ๆ อย่างถูกต้อง ดังนี้ ๑. ในปากมีการย่อยสารอาหารใด ๒. กระเพาะอาหารทำหน้าที่อย่างไร	- นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำใบงานที่ ๑ - ตัวแทนกลุ่มนำเสนอการวิเคราะห์ใบงานของกลุ่ม - นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน โดยเป็นกลุ่มเดิมจากชั่วโมงที่แล้ว เพื่อทำกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” แบบสะสมคะแนนต่อเนื่องกัน - นักเรียนตัวแทนรับกระดานสำหรับเขียนตอบคำถาม พร้อมอุปกรณ์ - นักเรียนตั้งใจฟังคำถาม มีเวลาข้อละ ๑ นาที	- อุปกรณ์กิจกรรม - “คนเก่งติดดาว”	

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				๓. การย่อยอาหารสิ้นสุด ที่อวัยวะใด ๔. การทำงานของระบบ ย่อยอาหารที่ลำไส้ใหญ่ เป็นอย่างไร ครูเฉลย พร้อมอธิบายคำตอบ และสรุปคะแนน พร้อมกับ นักเรียน	- ให้นักเรียนเรียงลำดับระบบ ย่อยอาหารในอวัยวะต่าง ๆ อย่างถูกต้อง (แนวคำตอบ : ปาก หลอดอาหาร กระเพาะ อาหาร ลำไส้เล็ก ลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก) ๑. ในปากมีการย่อยสารอาหารใด (แนวคำตอบ : แป้ง คาร์โบไฮเดรต) ๒. กระเพาะอาหารทำหน้าที่ อย่างไร (แนวคำตอบ : รับ อาหารจากหลอดอาหาร ย่อย โปรตีน ย่อยอาหารให้มีขนาด เล็กลง ดูดซึมยาและ แอลกอฮอล์) ๓. การย่อยอาหารสิ้นสุดที่อวัยวะ ใด (แนวคำตอบ : ลำไส้เล็ก) ๔. การทำงานของระบบย่อย อาหารที่ลำไส้ใหญ่เป็นอย่างไร		

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					(แนวคำตอบ : ดูดซึบน้ำ เกลือ แร่ และวิตามิน)		
๔.	๒. เห็นความสำคัญ ของระบบย่อยอาหาร	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูกับนักเรียนร่วมกันสรุป บทเรียนหลังจากจบกิจกรรม “คนเก่งติดดาว”	- นักเรียน สรุปเรื่อง ระบบการย่อย อาหารของลิ้น คอหอย หลอดอาหาร กระเพาะอาหาร ลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

๑. สื่อ PowerPoint เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)
๒. อุปกรณ์กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๔ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๓ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๒ ข้อขึ้นไป	สามารถตอบคำถามได้ถูกต้อง ๑ ข้อขึ้นไป
๒. ความมีส่วนร่วมของสมาชิก	นักเรียนทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม จำนวน ๓ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม จำนวน ๒ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม จำนวน ๑ คน

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน ๗-๘	คะแนน หมายถึง ดีมาก
คะแนน ๕-๖	คะแนน หมายถึง ดี
คะแนน ๓-๔	คะแนน หมายถึง พอใช้
คะแนน ๑-๒	คะแนน หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สื่อสำหรับครู

ตัวอย่างสื่อ กิจกรรมคนเก่งติดดาว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

 กลุ่มที่	 คะแนน

** คุณครูอาจปรับใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น กระดาษแข็ง ฟิวเจอร์บอร์ด

*** การให้คะแนนคุณครูอาจเลือกใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น สติกเกอร์รูปดาว หรือการวาดภาพดาว

ใบงานที่ ๑ เรื่อง การย่อยอาหารของฉัน
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องการย่อยอาหาร แล้วตอบคำถามในใบงานของตนเอง โดยเติมคำในช่องว่างให้ถูกต้อง ให้สัมพันธ์กับภาพ

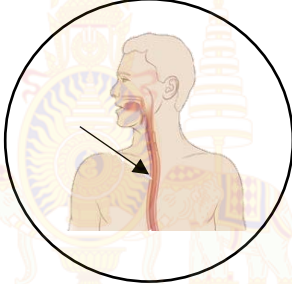


อวัยวะนี้คือ.....

ทำหน้าที่

.....

.....



อวัยวะนี้คือ.....

ทำหน้าที่

.....

.....

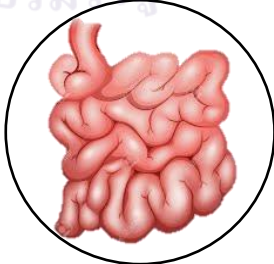


อวัยวะนี้คือ.....

ทำหน้าที่

.....

.....



อวัยวะนี้คือ.....

ทำหน้าที่

.....

.....



อวัยวะนี้คือ.....

ทำหน้าที่

.....

.....

ขอขอบคุณภาพจาก : Pixabay,
sites.google.com/site/kobclassroom

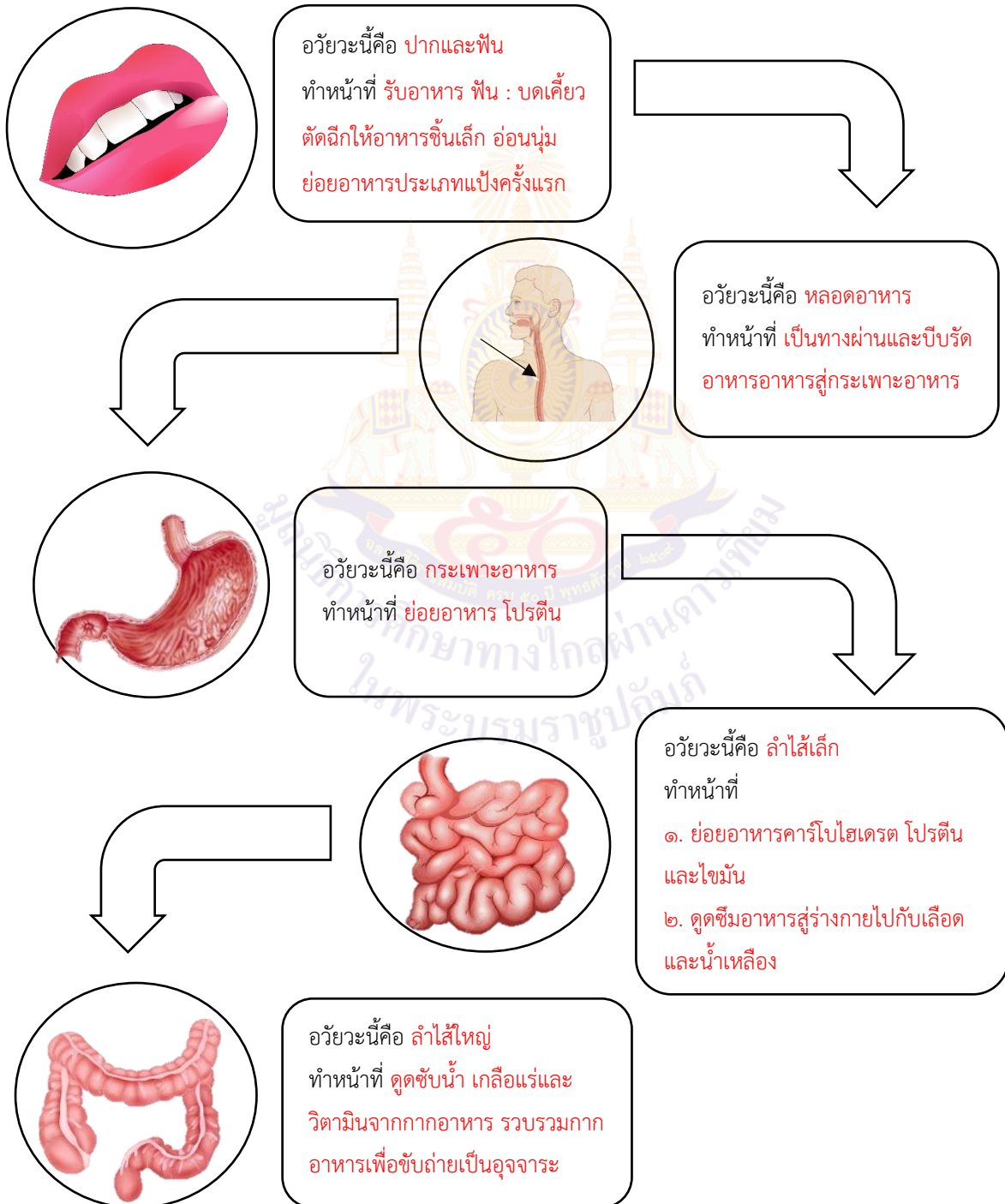
เฉลยใบงานที่ ๑ เรื่อง การย่อยอาหารของฉัน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ระบบย่อยอาหาร (๒)

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องการย่อยอาหาร แล้วตอบคำถามในใบงานของตนเอง โดยเติมคำในช่องว่างให้ถูกต้อง ให้สัมพันธ์กับภาพ



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ระบบขับถ่าย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบขับถ่ายเป็นกระบวนการที่ทำงานสืบเนื่องจากระบบย่อยอาหาร เป็นระบบที่ปรับสมดุลให้ร่างกาย โดยระบบขับถ่ายที่จะเรียนรู้ในบทเรียนนี้ ได้แก่ การขับถ่ายปัสสาวะและอุจจาระ ซึ่งนักเรียนควรเรียนรู้ระบบการทำงาน เพื่อที่จะสามารถดูแลระบบขับถ่ายให้ทำงานได้อย่างสมบูรณ์

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

ระบุหน้าที่การทำงานของระบบขับถ่าย

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

-

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของระบบขับถ่าย

๔. สาระการเรียนรู้

๔.๑ การขับถ่ายปัสสาวะ

๔.๒ การขับถ่ายอุจจาระ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

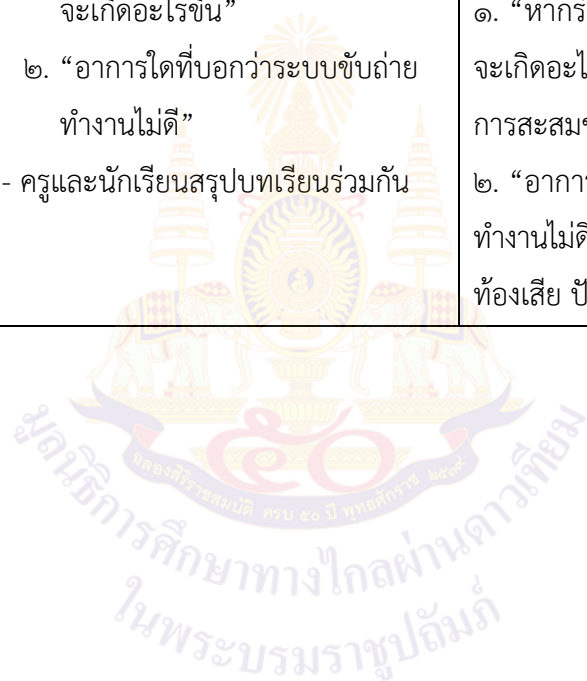
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ระบบขับถ่าย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูนำผลไม้ เช่น ฝรั่ง แอปเปิ้ล กล้วย ส้ม หรือผลไม้ที่หาซื้อได้ง่าย มาให้นักเรียนดู แล้วสอบถามว่า - “นักเรียนชอบผลไม้ชนิดใด แล้วเมื่อเราทานเข้าไปแล้ว ผลไม้จะไปอยู่ที่อวัยวะใด”	- นักเรียนดูผลไม้ แล้วตอบคำถามตามความคิดของตนเอง “นักเรียนชอบผลไม้ชนิดใด แล้วเมื่อเราทานเข้าไปแล้ว ผลไม้จะไปอยู่ที่อวัยวะใด” (แนวคำตอบ : ูกย่อยแล้วถูกขับถ่ายออกมา)	- สื่อ PowerPoint - ผลไม้	
๒.	๑. ระบุหน้าที่การทำงานของระบบขับถ่าย	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากคำตอบในขั้นนำ ครูเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน เรื่องระบบขับถ่าย แบ่งเป็นการขับถ่ายอุจจาระ และการขับถ่ายปัสสาวะ	- นักเรียนอภิปรายร่วมกับครู เรื่องระบบขับถ่าย	- สื่อ PowerPoint	
๓.		ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูเริ่มกิจกรรม “คนเก่งติดตาม” โดยทบทวนกติกาและคะแนนสะสมจากสัปดาห์ที่แล้ว	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน โดยเป็นกลุ่มเดิมจากชั่วโมงที่แล้ว เพื่อทำกิจกรรม “คนเก่งติดตาม” แบบสะสมคะแนนต่อเนื่องกัน	- อุปกรณ์กิจกรรม “คนเก่งติดตาม”	- แบบบันทึกการตอบคำถาม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- ครูอ่านคำถาม จำนวน ๕ ข้อ โดยให้เวลาในการตอบคำถามนักเรียน ข้อละ ๑ นาที ๑. สิ่งที่ขับถ่ายออกมาเป็นอุจจาระคืออะไร ๒. อุจจาระขับถ่ายออกมาจากอวัยวะใด ๓. ปัสสาวะประกอบด้วยอะไรบ้าง ๔. ไต มีหน้าที่คล้ายสิ่งใด ๕. ไต กรองของเสียออกจากสิ่งใด	- นักเรียนตัวแทนรับกระดานสำหรับเขียนตอบคำถามพร้อมอุปกรณ์ - นักเรียนตั้งใจฟังคำถาม มีเวลาข้อละ ๑ นาที ๑. สิ่งที่ขับถ่ายออกมาเป็นอุจจาระคืออะไร (แนวคำตอบ : กากอาหาร) ๒. อุจจาระขับถ่ายออกมาจากอวัยวะใด (แนวคำตอบ : ทวารหนัก) ๓. ปัสสาวะประกอบด้วยอะไรบ้าง (แนวคำตอบ : น้ำ ยูเรีย น้ำตาล โซเดียม คลอรีน) ๔. ไต มีหน้าที่คล้ายสิ่งใด (แนวคำตอบ : เมล็ดถั่วแดง) ๕. ไต กรองของเสียออกจากสิ่งใด (แนวคำตอบ : เลือด)		กิจกรรม “คนเก่ง ติดดาว”

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๔.	๒. เห็น ความสำคัญ ของระบบ ขับถ่าย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูตั้งคำถาม ๑. “หากร่างกายไม่มีระบบขับถ่ายจะเกิดอะไรขึ้น” ๒. “อาการใดที่บอกว่าระบบขับถ่ายทำงานไม่ดี” - ครูและนักเรียนสรุปบทเรียนร่วมกัน	- นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้เพื่อสรุปบทเรียน ๑. “หากร่างกายไม่มีระบบขับถ่ายจะเกิดอะไรขึ้น” (แนวคำตอบ : เกิดการสะสมของเสียภายในร่างกาย) ๒. “อาการใดที่บอกว่าระบบขับถ่ายทำงานไม่ดี” (แนวคำตอบ : ท้องผูก ท้องเสีย ปัสสาวะเป็นเลือด)	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง ระบบขับถ่าย
- ๒) อุปกรณ์กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๔ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๓ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๒ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๑ ข้อขึ้นไป
๒. ความมีส่วนร่วมของสมาชิก	นักเรียนทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๓ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๒ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๑ คน

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน ๗-๘	คะแนน หมายถึง ดีมาก
คะแนน ๕-๖	คะแนน หมายถึง ดี
คะแนน ๓-๔	คะแนน หมายถึง พอใช้
คะแนน ๑-๒	คะแนน หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

ความสำเร็จ

ปัญหาและอุปสรรค

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สื่อสำหรับครู

ตัวอย่างสื่อ กิจกรรมคนเก่งติดตาม

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง ระบบขับถ่าย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

กลุ่มที่	คะแนน

** คุณครูอาจปรับใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น กระดาษแข็ง ฟิวเจอร์บอร์ด

*** การให้คะแนนคุณครูอาจเลือกใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น สติกเกอร์รูปดาว หรือการวาดภาพดาว

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบขับถ่ายมีการขับถ่ายของเสียออกมาจากร่างกายหลายรูปแบบ ทั้งในรูปของของแข็ง ของเหลว และแก๊ส ซึ่งหนึ่งในนั้นคือ การขับถ่ายของเสียจากผิวหนังออกมาในรูปของเหงื่อ ดังนั้นการเรียนรู้สาเหตุและที่มาของการขับถ่ายของเสียในรูปแบบดังกล่าว ทำให้มีวิสัยทัศน์ตนเองกับการเปลี่ยนแปลงของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย เพื่อความสะอาดและสุขอนามัยด้านร่างกาย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายการขับถ่ายของเสียจากผิวหนัง ออกมาในรูปของเหงื่อ

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ดูแลตนเองเมื่อเหงื่อออกได้อย่างถูกต้อง

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

ประโยชน์ของการดูแลตนเองเมื่อเหงื่อออก

๔. สาระการเรียนรู้

- การขับถ่ายของเสียจากผิวหนัง ออกมาในรูปของเหงื่อ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูนำภาพให้นักเรียนดู จำนวน ๕ ภาพ (ภาพบุคคลทำกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ร่างกายมีเหงื่อออก) - ครูและนักเรียนสนทนาร่วมกันว่า นักเรียนคิดว่าเหงื่อเกิดจากอะไร	- นักเรียนดูภาพ จำนวน ๕ ภาพ (ภาพบุคคลทำกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ร่างกายมีเหงื่อออก) - นักเรียนและครูสนทนาร่วมกันว่า นักเรียนคิดว่าเหงื่อเกิดจากอะไร	- สื่อ PowerPoint	
๒.	๑. อธิบาย การขับของเสีย จากผิวหนังออก มาในรูปของ เหงื่อ	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูบันทึกคำตอบของนักเรียนไว้บนกระดาน - ครูเชื่อมโยงคำตอบของนักเรียน เข้าสู่การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ	- นักเรียนซักถาม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ไปพร้อมกัน ในระหว่างที่ครูอธิบายเพิ่มเติม	- สื่อ Powerpoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ดูแลตนเอง เมื่อเหงื่อออกได้ อย่างถูกต้อง	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูเริ่มกิจกรรม “คนเก่ง ดิตดาว” โดยทบทวนกติกาและคะแนนสะสมจากสัปดาห์ที่แล้ว	- นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน โดยเป็นกลุ่มเดิมจากชั่วโมงที่แล้ว	- อุปกรณ์ กิจกรรม “คนเก่งดิตดาว”	- แบบ บันทึกการ ตอบ

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- ครูอ่านคำถาม จำนวน ๕ ข้อ โดยให้เวลาในการตอบคำถามนักเรียน ข้อละ ๑ นาที ๑. ส่วนประกอบของเหงื่อมีอะไรบ้าง ๒. การขับเหงื่อออกจากร่างกายมีประโยชน์อะไร ๓. การขับของเสียออกจากผิวมากหรือน้อยมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง ๔. ต่อมเหงื่ออยู่ที่ชั้นใดของผิวหนัง ๕. เมื่อเหงื่อออกเราจะดูแลร่างกายได้อย่างไร	เพื่อทำกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” แบบสะสมคะแนนต่อเนื่องกัน - นักเรียนตัวแทนรับกระดานสำหรับเขียนตอบคำถามพร้อมอุปกรณ์ - นักเรียนตั้งใจฟังคำถาม มีเวลาข้อละ ๑ นาที ๑. ส่วนประกอบของเหงื่อมีอะไรบ้าง (แนวคำตอบ : น้ำ เกลือ และยูเรีย) ๒. การขับเหงื่อออกจากร่างกายมีประโยชน์อะไร (แนวคำตอบ : ควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย) ๓. การขับของเสียออกจากผิวมากหรือน้อยมีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง (แนวคำตอบ : การปฏิบัติกิจกรรมทางกาย อุณหภูมิของอากาศ อารมณ์)		คำถาม กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					๔. ต่อมเหงื่ออยู่ที่ชั้นใดของผิวหนัง (แนวคำตอบ : หนังกำพร้า) ๕. เมื่อเหงื่อออกเราจะดูแล ร่างกายได้อย่างไร (แนวคำตอบ : อาบน้ำทำความสะอาดร่างกาย)		
๔.	๓. เห็น ประโยชน์ของ การดูแลตนเอง เมื่อเหงื่อออก	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนสรุปผลการทำกิจกรรม “คนเก่งติดดาว” ว่าได้เรียนรู้อะไรบ้าง - ครูตั้งคำถาม “เพราะเหตุใดเราจึงต้อง ดูแลตนเองเมื่อเหงื่อออก” เป็นการสรุปบทเรียน	- นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ “เพราะเหตุใดเราจึงต้องดูแล ตนเองเมื่อเหงื่อออก”	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ
- ๒) อุปกรณ์กิจกรรม “คนเก่งติดดาว”

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๔ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๓ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๒ ข้อขึ้นไป	ตอบคำถามได้ถูกต้อง ๑ ข้อขึ้นไป
๒. ความมีส่วนร่วมของสมาชิก	นักเรียนทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถาม	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๓ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๒ คน	นักเรียนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการตอบคำถามจำนวน ๑ คน

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน ๗-๘	คะแนน หมายถึง ดีมาก
คะแนน ๕-๖	คะแนน หมายถึง ดี
คะแนน ๓-๔	คะแนน หมายถึง พอใช้
คะแนน ๑-๒	คะแนน หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....
.....

ความสำเร็จ

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สื่อสำหรับครู

ตัวอย่างสื่อ กิจกรรมคนเก่งติดดาว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การขับถ่ายของเสียออกมาในรูปของเหงื่อ

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

 กลุ่มที่	 คะแนน

** คุณครูอาจปรับใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น กระดาษแข็ง ฟิวเจอร์บอร์ด

*** การให้คะแนนคุณครูอาจเลือกใช้อุปกรณ์ตามความเหมาะสม เช่น สติกเกอร์รูปดาว หรือการวาดภาพดาว

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง วิธีดูแลระบบย่อยอาหาร

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

- พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์
ป.๕/๒ อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบย่อยอาหารที่ดี คือการที่อวัยวะต่าง ๆ ในระบบย่อยอาหาร สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และดูดซึมสารอาหารให้ร่างกายนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างครบถ้วน ฉะนั้นพฤติกรรมบางอย่างอาจส่งผลให้ระบบย่อยอาหาร เกิดความผิดปกติส่งผลกระทบต่อการทำงานของร่างกายในชีวิตประจำวัน ซึ่งบางครั้งอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต ดังนั้นควรหันมาดูแลระบบย่อยอาหาร เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและความผิดปกติในระบบย่อยอาหารได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)
อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารให้ทำงานตามปกติได้
๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
ดูแลระบบย่อยอาหารของตนเองให้ทำงานตามปกติได้
๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)
เห็นความสำคัญของการดูแลระบบย่อยอาหาร

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีดูแลระบบย่อยอาหารให้ทำงานตามปกติ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ๕.๑ ความสามารถในการคิด
๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร
๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๖.๑ ใฝ่เรียนรู้
๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง วิถีดูแลระบบย่อยอาหาร

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามเป็นรูปแบบคำถามต่อเนื่อง ๑. ในตอนเช้านักเรียนทานข้าวเช้ามาหรือไม่ ๒. หากไม่ทานจะส่งผลหรือไม่ ๓. นักเรียนจำได้หรือไม่ ข้าวเช้าของนักเรียนประกอบด้วยอะไรบ้าง - ครูให้นักเรียนดูภาพ ๑. ภาพสแต็ก ๒. ภาพข้าวผัด ๓. ข้าวเหนียวหมูปั้น ๔. ภาพขนมปังไส้กรอก - ครูสุ่มถามนักเรียนว่า ๑. “นักเรียนจะเลือกเมนูไหน เพราะอะไร”	- นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ ๑. ในตอนเช้านักเรียนทานข้าวเช้ามาหรือไม่ ๒. หากไม่ทานจะส่งผลหรือไม่ ๓. นักเรียนจำได้หรือไม่ ข้าวเช้าของนักเรียนประกอบด้วยอะไรบ้าง ๔. นักเรียนคิดว่าเมนูไหนส่งผลดีกับระบบย่อยอาหาร เพราะอะไร(แนวคำตอบ : ข้าวผัด เพราะมีสารอาหารครบ ๕ หมู่ และมีผักช่วยในระบบย่อยอาหาร)	- สื่อ PowerPoint	

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				๒. นักเรียนคิดว่าเมนูไหนส่งผลดีกับ ระบบย่อยอาหารเพราะอะไร - ครูเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน			
๒.	๑. อธิบายวิธี ดูแลระบบย่อย อาหารให้ทำงาน ตามปกติได้	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูแจกกระดาษ กลุ่มละ ๑ แผ่น - ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม กลุ่มละ ๑ นาที คิดวิธีดูแลระบบย่อยอาหารของ กลุ่มตนเอง - ครูอธิบายเพิ่มเติมจากคำตอบของ นักเรียนในเรื่องของการดูแลระบบย่อย อาหาร	- นักเรียนรับกระดาษ กลุ่มละ ๑ แผ่น - นักเรียนแต่ละกลุ่ม คิดวิธีดูแล ระบบย่อยอาหารของกลุ่มตนเอง - นักเรียนซักถาม แลกเปลี่ยน เรียนรู้ ในช่วงที่ครูอธิบายเพิ่มเติม จากคำตอบของนักเรียนในเรื่อง ของการดูแลระบบย่อยอาหาร	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ดูแลระบบ ย่อยอาหารของ ตนเองให้ทำงาน ตามปกติได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูจัดกิจกรรมเกมบิงโก วิธีการดูแล ระบบย่อยอาหาร กติกาคือให้นักเรียนตี ตาราง ๓ x ๓ จะได้ทั้งหมด ๙ ช่อง - ครูแสดงข้อความในสื่อ PowerPoint ๑. กินอาหารครบ ๓ มื้อ (✓) ๒. กินอาหารรสจัด ๓. กินอาหารตรงเวลา (✓)	- นักเรียนตีตาราง ๓ x ๓ - นักเรียนนำคำที่เป็นวิธีการดูแล ระบบย่อยอาหารเติมลงตาราง บิงโก โดยเติมช่องใดก่อนก็ได้ เพื่อกระจายความเสี่ยงในการ บิงโก		

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				๔. กินอาหารหลากหลาย (✓) ๕. กินอาหารสุกสะอาด (✓) ๖. ออกกำลังกาย (✓) ๗. ไม่เครียด (✓) ๘. เคี้ยวให้ละเอียด (✓) ๙. ดื่มน้ำมาก ๆ (✓) ๑๐. รักษาฟันให้แข็งแรง (✓) ๑๑. ดื่มแอลกอฮอล์ ๑๒. ดื่มน้ำอัดลม - ให้นักเรียนนำคำที่เป็นการดูแลรักษา ระบบย่อยอาหารไปเติมลงในช่องบิงโก โดยที่ไม่จำเป็นต้องเรียงตามช่อง สามารถนำคำไหนใส่ตรงไหนก็ได้ - ครูนำคำที่ถูกต้องทั้ง ๙ คำ ทำเป็น ฉลาก และจับมาทีละ ๑ คำ ใครบิงโก ก่อน ๕ คนแรกเป็นผู้ชนะ			

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๔.	๒. เห็นประโยชน์ ของการดูแล ระบบย่อยอาหาร	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูสรุปบทเรียนจากกิจกรรม	- นักเรียนและครูสรุปบทเรียนจาก กิจกรรม	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง วิธีดูแลระบบย่อยอาหาร

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วน สมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต มีรายละเอียด สมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ดัดแปลง แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียด ค่อนข้างสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพระบายสี สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน	๑๐-๑๒ คะแนน	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙ คะแนน	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖ คะแนน	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓ คะแนน	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....
.....

ความสำเร็จ

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง วิธีดูแลระบบขับถ่าย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

- พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์
ป.๕/๒ อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบขับถ่ายที่ดี คือการที่อวัยวะต่าง ๆ ในระบบขับถ่าย สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายได้ตามปกติ ฉะนั้นพฤติกรรมบางอย่างอาจส่งผลให้ระบบขับถ่ายเกิดความผิดปกติส่งผลกระทบต่อการทำงานของอวัยวะในร่างกาย ซึ่งบางครั้งอาจรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิต ดังนั้น การดูแลระบบขับถ่าย เป็นการลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและความผิดปกติในขับถ่ายของเสียออกจากร่างกาย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)
อธิบายวิธีดูแลระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ
๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
ดูแลระบบขับถ่ายของตนเองให้ทำงานตามปกติ
๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)
เห็นประโยชน์ของการดูแลระบบขับถ่าย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีดูแลระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ๕.๑ ความสามารถในการคิด
๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร
๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๖.๑ ใฝ่เรียนรู้
๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิดีโอและระบบขับถ่าย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามนักเรียน “เมื่ออาหารเราเข้าไปในร่างกาย แล้วอาหารหายไปไหน แล้วอาหาร ออกมาทางไหน เราเรียกระบบการ ทั้งหมดนี้ว่าอะไร” - ครูตั้งคำถามนักเรียน “แล้วนักเรียนรู้หรือไม่ ว่าเมื่อเราไม่ ดูแลระบบขับถ่ายของเราจะเกิดอะไร ขึ้น” - ครูทำกิจกรรม “อุจจาระพยากรณ์” - ครูให้นักเรียนสำรวจตนเอง โดยนึกถึงภาพอุจจาระของตนเอง ครั้งสุดท้ายที่จำได้ - คำถามข้อที่ ๑ ลักษณะของอุจจาระ เป็นอย่างไร (แนวคำตอบ :	- นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ “เมื่ออาหารเราเข้าไปในร่างกาย แล้วอาหารหายไปไหน แล้วอาหารออกมาทางไหน เราเรียกระบบการทั้งหมดนี้ว่า อะไร” (แนวคำตอบ : อาหารเข้าสู่ ร่างกาย ผ่านกระบวนกรย่อย อาหารแล้วขับถ่ายออกมาทาง ทวารหนัก เรียกว่าระบบย่อย อาหารและระบบขับถ่าย) - นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ “แล้วนักเรียนรู้หรือไม่ ว่าเมื่อเรา ไม่ดูแลระบบขับถ่ายของเราจะ เกิดอะไรขึ้น”	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- เหมือนกล้วยเรียบและลื่น - เหมือนถั่วแข็งแยกเป็นก้อนเล็ก ๆ เหลวเป็นน้ำ ลื่นแต่ติดซึกโครก) - คำถามที่ ๒ สีเป็นอย่างไร (แนวคำตอบ : น้ำตาล แดง ดำ ขาว เหลือง เขียว) - ครูเฉลยลักษณะของอุจจาระที่บ่งบอกถึงสุขภาพ	(แนวคำตอบ : ท้องผูก ท้องเสีย ขับถ่ายไม่ปกติ) - นักเรียนทำกิจกรรม “อุจจาระพยากรณ์” - นักเรียนสำรวจตนเอง โดยนึกถึงภาพอุจจาระของตนเองครั้งล่าสุดที่จำได้ - คำถามข้อที่ ๑ ลักษณะของอุจจาระเป็นอย่างไร (แนวคำตอบ : เหมือนกล้วยเรียบและลื่น เหมือนถั่วแข็งแยกเป็นก้อนเล็ก ๆ เหลวเป็นน้ำ ลื่นแต่ติดซึกโครก) - คำถามที่ ๒ สีเป็นอย่างไร (แนวคำตอบ : น้ำตาล แดง ดำ ขาว เหลือง เขียว) - นักเรียนดูเฉลยลักษณะของอุจจาระที่บ่งบอกถึงสุขภาพ		

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๒.	๑. อธิบายวิธี ดูแลระบบ ขับถ่ายให้ทำงาน ตาม ปกติได้	ขั้นสอน	๒๐ นาที	- ครูทบทวนจากกิจกรรมอุจจาระ พยากรณ์ และตั้งคำถาม “นักเรียนคิดว่า ถ้าระบบขับถ่ายทำงานไม่เป็นปกติจะ เกิดผลเสียอะไร และเราจะมีวิธีการ ดูแลระบบขับถ่ายอย่างไรให้ทำงาน เป็นปกติ” - จากคำตอบของนักเรียน ครูอธิบาย เพิ่มเติมถึงวิธีดูแลระบบขับถ่ายให้ ทำงานตามปกติ	- นักเรียนตอบคำถาม จากกิจกรรม อุจจาระพยากรณ์ นักเรียนคิดว่า ถ้าระบบขับถ่ายทำงานไม่เป็น ปกติจะเกิดผลเสียอะไรและเรา จะมีวิธีการดูแลระบบขับถ่าย อย่างไรให้ทำงานเป็นปกติ - นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระหว่างครูอธิบาย	- สื่อ PowerPoint	แบบสังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ดูแลระบบ ขับถ่ายของ ตนเองให้ทำงาน ตามปกติได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูแบ่งกลุ่มนักเรียน ๔ คน เพื่อทำ กิจกรรม - ครูอ่านวิธีดูแลระบบขับถ่าย ทีละ ๑ ข้อ - นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์ว่า เป็นวิธีที่ถูกหรือผิด มีเวลาข้อละ ๑๐ วินาที แล้วยกป้ายคำตอบ เครื่องหมายถูกหรือผิด - นักเรียนและครูสรุปกิจกรรมร่วมกัน	- นักเรียนเริ่มทำกิจกรรม True or False นักเรียนฟังวิธีดูแล ระบบขับถ่าย ทีละ ๑ ข้อ - นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกัน วิเคราะห์ว่าเป็นวิธีที่ถูกหรือผิด มีเวลาข้อละ ๑๐ วินาที แล้วยก ป้ายคำตอบ เครื่องหมาย ถูกหรือผิด	- สื่อ PowerPoint	แบบสังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					- นักเรียนทุกคนและครูสรุป กิจกรรมร่วมกัน		
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการดูแล ระบบขับถ่าย	ขั้นสรุป	๑๐ นาที	- ครูอธิบายวิธีทำแบบทดสอบหลังเรียน - ครูและนักเรียนเฉลยแบบทดสอบ หลังเรียนร่วมกัน	- นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน - นักเรียนและครูเฉลย แบบทดสอบหลังเรียนร่วมกัน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน การตอบ คำถาม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง วิถีดูแลระบบขับถ่าย

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน อธิบายรายละเอียดชัดเจน	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น	ตอบคำถามได้ถูกต้อง แต่ไม่ครบถ้วน
๒. ความถูกต้องตามจุดประสงค์	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ ครบถ้วน อธิบายชัดเจน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ บางส่วน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ แต่ไม่ทั้งหมด
๓. ความกระตือรือร้น	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา ให้ความสนใจในทุก ๆ คำถาม มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา ให้ความสนใจในบางคำถาม	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา	กระตือรือร้นในการตอบคำถาม บางครั้ง

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน ๑๐-๑๒	คะแนน หมายถึง ดีมาก
คะแนน ๗-๙	คะแนน หมายถึง ดี
คะแนน ๔-๖	คะแนน หมายถึง พอใช้
คะแนน ๑-๓	คะแนน หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๑ กิจกรรม True or False

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง วิถีดูแลระบบขับถ่าย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ หรือ ✕ เมื่อฟังคำถามจบ ทำภายใน ๑๐ วินาที

คำถาม

- ๑) การทานอาหารที่มีเส้นใยจะช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานหนักขึ้น
- ๒) ผู้ป่วยที่มีไข้สูง จะต้องดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อรักษาความสมดุลระบบขับถ่าย
- ๓) ความวิตกกังวลจะทำให้มีอาการท้องเสีย
- ๔) ผลไม้ที่ช่วยทำให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ ได้แก่ มะละกอสุก-ดิบ ถั่วลิสงสุก-ดิบ
- ๕) เมื่อขับถ่ายไม่ปกติ ควรทานยาถ่ายเป็นประจำ
- ๖) ดื่มน้ำให้มากอย่างน้อยวันละ ๘-๑๐ แก้ว ช่วยระบบขับถ่ายให้ปกติ
- ๗) การใช้ยาปฏิชีวนะจะช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานเป็นปกติ
- ๘) ควรสร้างนิสัยการขับถ่ายอย่างสม่ำเสมอ
- ๙) วิตามินซีช่วยเพิ่มการขับถ่ายอย่างสม่ำเสมอเพื่อช่วยให้ระบบขับถ่ายปกติ
- ๑๐) ดื่มน้ำเย็น ๑ แก้ว ตอนตื่นนอนใหม่ เพื่อช่วยทำให้ต่อมเหงื่อขยายตัว

เฉลยใบงานที่ ๑ กิจกรรม True or False

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิถีดูแลระบบขับถ่าย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ หรือ ✕ เมื่อฟังคำถามจบ ทำภายใน ๑๐ วินาที

คำถาม

- ๑) การทานอาหารที่มีเส้นใยจะช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานหนักขึ้น
- ๒) ผู้ป่วยที่มีไข้สูง จะต้องดื่มน้ำมาก ๆ เพื่อรักษาความสมดุลระบบขับถ่าย
- ๓) ความวิตกกังวลจะทำให้มีอาการท้องเสีย
- ๔) ผลไม้ที่ช่วยทำให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ ได้แก่ มะละกอสุก-ดิบ ถั่วลิสง น้ำว่าสุก-ดิบ
- ๕) เมื่อขับถ่ายไม่ปกติ ควรทานยาถ่ายเป็นประจำ
- ๖) ดื่มน้ำให้มากอย่างน้อยวันละ ๘-๑๐ แก้ว ช่วยระบบขับถ่ายให้ปกติ
- ๗) การใช้ยาปฏิชีวนะจะช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานเป็นปกติ
- ๘) ควรสร้างนิสัยการขับถ่ายอย่างสม่ำเสมอ
- ๙) วิตามินซีควรหมั่นออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อช่วยให้ระบบขับถ่ายปกติ
- ๑๐) ดื่มน้ำเย็น ๑ แก้ว ตอนตื่นนอนใหม่ เพื่อช่วยให้ต่อมเหงื่อขยายตัว

แบบเฉลยคำตอบ (True or False)

ข้อ	✓	✕
๑		✕
๒	✓	
๓		✕
๔		✕
๕		✕

ข้อ	✓	✕
๖	✓	
๗		✕
๘	✓	
๙	✓	
๑๐		✕

สื่อสำหรับครู

ภาพ ใช้ในกิจกรรม อัจฉริยะพยากรณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง วิถีดูแลระบบขับถ่าย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕



อึบอกสุขภาพภายใน



อึคืออะไร?

คือ กากอาหารที่เหลือจากการย่อย ในระบบทางเดินอาหาร แล้วถูกถ่ายทิ้งทางรูทวาร อึประกอบไปด้วย

75% น้ำ

25% ของแข็ง

- ☐ 2-15% ไขมันที่ไม่ถูกย่อย
- ☐ 25% คาร์โบไฮเดรต
- ☐ 2-25% โปรตีน/การที่มีไนโตรเจน
- ☐ 25-54% แบคทีเรียชีวมวล (biomass)

≈ 1 ใน 3 ของอาหารที่ทานจะกลายเป็นอึ

ลักษณะของอึ VS สุขภาพ

ลักษณะของอึสามารถบ่งบอกถึงสุขภาพของระบบทางเดินอาหารได้ ดังนี้

รูปร่างของอึ

สุขภาพดี ขาดน้ำและใยอาหาร ท้องเสีย ทานไขมันมากเกินไป






เหมือนกล้วยเรียบและสั้น

เหมือนก้อนแข็งแยกเป็นก้อนเล็กๆ

เหลวเป็นน้ำ

สั้น แต่ติดโถชำระ

สีของอึ








น้ำตาล	แดงหรือมีเลือดปน	ดำและเหนียว	ขาว	เหลืองและมัน	เขียว
ปกติ	ควรพบแพทย์	ไม่มีน้ำตาล	ไขมันมากเกินไป	ทานผักสีเขียวจำนวนมาก	



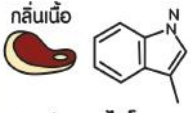
ทานอาหารที่มีกากใยสูงช่วยให้มีระเบียบ

ดื่มน้ำเยอะๆช่วยให้ลำไส้ใหญ่สั้นขึ้น

ออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยกระตุ้นระบบขับถ่าย

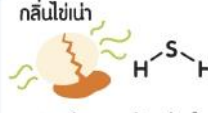
กลิ่นของอึเกิดจากอะไร?

กลิ่นเนื้อ



สารประกอบไนโตรเจน

กลิ่นไข่เน่า



สารประกอบซัลเฟอร์

กลิ่นเหมือนอ้วก



กรดไขมัน

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง วิถีดูแลระบบย่อยอาหาร

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

ป.๕/๒ อธิบายวิถีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายมีความสำคัญต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการจึงจำเป็นต้องรู้วิธีการดูแลอย่างถูกต้อง

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

- อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ

- อธิบายวิถีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายของตนเองให้ทำงานตามปกติ

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย

๔. สาระการเรียนรู้

๔.๑ ระบบย่อยอาหาร

๔.๒ ระบบขับถ่าย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง วิถีดูแลระบบย่อยอาหาร

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.	๑. อธิบาย ความสำคัญของ ระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่าย ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามนักเรียน “อาหารที่เรารับประทานเข้าไป เดินทางผ่านอวัยวะใดบ้าง” - ครูติดบัตรภาพอวัยวะ เช่น ปอด หัวใจ ตับ กระเพาะ ทวารหนัก ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก หลอดอาหาร ปาก - ครูสุ่มเลือกตัวแทนนักเรียน ๕ คนให้มาเลือกอวัยวะที่เป็นระบบย่อยอาหารและเรียงตามลำดับระบบย่อยอาหารให้ถูกต้อง	- นักเรียนตอบคำถาม “อาหารที่เรารับประทานเข้าไป เดินทางผ่านอวัยวะใดบ้าง” (แนวคำตอบ : ขั้นตอนการย่อยอาหารถึงการขับถ่าย) - ตัวแทนนักเรียน ๕ คนให้มาเลือกอวัยวะที่เป็นระบบย่อยอาหารและเรียงตามลำดับระบบย่อยอาหารให้ถูกต้อง	- สื่อ PowerPoint - บัตรภาพ	- แบบสังเกตพฤติกรรม
๒.	๒. อธิบายวิถีดูแล ระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่าย ให้ทำงานตามปกติ	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูทบทวนเรื่องระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายพร้อมนักเรียน - ครูนำภาพอวัยวะที่ติดอยู่บนกระดานแจกให้นักเรียน พร้อมอธิบายวิธีการทำกิจกรรม	- นักเรียนทบทวนเรื่องระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายพร้อมกับครู - นักเรียนรับภาพที่ครูสุ่มแจกให้ - นักเรียนแต่ละกลุ่ม เขียนอธิบาย	- สื่อ Powerpoint	- แบบสังเกตพฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๓.	๓. ดูแลระบบย่อย อาหารและระบบ ขับถ่ายของตนเอง ให้ทำงานตาม ปกติ	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม เขียนอธิบายการทำงานของอวัยวะสำคัญต่าง ๆ และวิธีการดูแล ตามภาพที่กลุ่มนักเรียนได้รับ พร้อมตกแต่งให้สวยงาม	- การทำงานของอวัยวะสำคัญต่าง ๆ และวิธีการดูแล ตามภาพที่กลุ่มนักเรียนได้รับ พร้อมตกแต่งให้สวยงาม - เมื่อทุกกลุ่มทำเสร็จ ให้นักเรียนนำผลงานของกลุ่มตนเองมาเรียงตามลำดับของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย	- สื่อ PowerPoint - ภาพอวัยวะสำคัญ	- แบบสังเกตพฤติกรรม - แบบประเมินผลงานนักเรียน
๔.	๔. เห็นประโยชน์ ของการดูแลระบบ ย่อยอาหารและ ระบบขับถ่าย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูให้นักเรียนสะท้อนคิด ทบทวนสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม เรื่อง การเดินทางของอาหาร ในประเด็นต่อไปนี้ - สิ่งที่ฉันรู้มาแล้ว - คำถามที่ฉันยังอยากได้คำตอบ - สิ่งที่ฉันเรียนและเข้าใจดีในบทเรียนวันนี้	- นักเรียนสะท้อนคิด ทบทวนสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม เรื่อง การเดินทางของอาหาร ในประเด็นต่อไปนี้ - สิ่งที่ฉันรู้มาแล้ว - คำถามที่ฉันยังอยากได้คำตอบ - สิ่งที่ฉันเรียนและเข้าใจดีในบทเรียนวันนี้	- สื่อ PowerPoint	- แบบประเมินการตอบคำถาม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง การเดินทางของอาหาร

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๔ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๔ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง
๔. ความร่วมมือ	สมาชิกในกลุ่มทุกคนมีความร่วมมือกันทำงาน ประสานงานได้ดี	สมาชิกในกลุ่มทุกคนร่วมมือกันทำงาน ส่วนใหญ่มีการประสานงานที่ดี	สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้รับมอบหมายหน้าที่ แต่ยังขาดการประสานงานในกลุ่ม	สมาชิกบางคนไม่ร่วมทำงานกลุ่ม
๕. ความตรงต่อเวลา	ส่งงานตรงเวลา	ส่งงานล่าช้า แต่ยังอยู่ภายในวันที่กำหนด	ส่งงานล่าช้า ๑ วัน	ส่งงานล่าช้า มากกว่า ๑ วัน

เกณฑ์การตัดสิน

คะแนน	๑๖-๒๐	คะแนน	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๑๑-๑๕	คะแนน	หมายถึง	ดี
คะแนน	๖-๑๐	คะแนน	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๕	คะแนน	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเดินทางของอาหาร

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้

ระดับความสามารถ : ดีมาก ค่อนข้างดี ดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ค่อนข้างดี	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑	อธิบายระบบย่อยอาหารได้					
๒	มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานได้ตามปกติ					
๓	ระบุการทำงานของอวัยวะขับถ่ายที่สำคัญได้					
๔	เห็นความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายได้					

๒. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ / ยังทำได้ไม่ดี คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....

๓. สิ่งที่ยังตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....



บันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)

ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

สิ่งหนึ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากการเรียนวิชานี้ในครึ่งภาคเรียน คือ _____

ฉันน่าจะเรียนรู้ได้ดีกว่านี้หาก _____

สิ่งที่ฉันอยากจะบอกคุณครู คือ _____

สิ่งที่ฉันควรปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น คือ _____

ปัญหาในการเรียนของฉัน คือ _____



หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒

ชื่อหน่วยการเรียนรู้ พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑ เวลา ๑๓ ชั่วโมง

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐานการเรียนรู้ พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

พ ๒.๑ ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

พ ๒.๑ ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ดังนั้นจึงต้องรู้จักดูแลตนเอง ปฏิบัติตนให้เหมาะสม ตลอดจนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ช่วยแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและเพื่อน เพื่อให้สามารถปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขและเกิดความอบอุ่นในครอบครัว

๓. สาระการเรียนรู้

ความรู้

๑) อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒) อธิบายความสำคัญและลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๓) อธิบายวิธีการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

๔) ระบุประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๕) อธิบายความหมายและสาเหตุของความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๖) อธิบายพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

ทักษะ/กระบวนการ

๑) สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของตนเองได้

๒) ตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านอารมณ์ของตนเองได้

๓) ปฏิบัติตนต่อการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านสังคมได้เหมาะสม

๔) ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายได้

๕) ปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมได้

- ๖) แสดงตัวอย่างครอบครัวที่อบอุ่นโดยอธิบายผ่านการวาดภาพได้
- ๗) ปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวได้
- ๘) แสดงพฤติกรรมที่ทำให้เกิดครอบครัวอบอุ่นได้ถูกต้อง
- ๙) แสดงวิธีแก้ไขปัญหาคัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- ๑๐) แสดงการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่นได้เหมาะสม
- ๑๑) แสดงวิธีการควบคุมอารมณ์ได้เหมาะสม

เจตคติ

- ๑) เห็นความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย
- ๒) เห็นประโยชน์ของการมีพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และบุคคลอื่น

๔. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ๑) ความสามารถในการสื่อสาร
- ๒) ความสามารถในการคิด
- ๓) ความสามารถในการแก้ปัญหา

๕. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๑) ใฝ่เรียนรู้
- ๒) มุ่งมั่นในการทำงาน

๖. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

แบบแผนผังความคิดแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น



เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการ ประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม ๓ ประเด็นชัดเจน	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสมได้ ๓ ประเด็น แต่ยังไม่ชัดเจน	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม ๒ ประเด็น	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม ๑ ประเด็น
๒. อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	อธิบายและบอกเหตุผลประกอบครบถ้วน	อธิบายและบอกเหตุผลประกอบได้เป็นส่วนใหญ่	อธิบาย แต่ไม่บอกเหตุผลประกอบ	ไม่สามารถอธิบายและไม่สามารถบอกเหตุผลได้
๓. ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	นำเสนอแบบแผนการคิดการแก้ปัญหาครอบคลุม ๓ ประเด็นชัดเจน	นำเสนอแบบแผนการคิดการแก้ปัญหาได้ ๓ ประเด็น แต่ยังไม่ชัดเจน	นำเสนอแบบแผนการคิดการแก้ปัญหาได้ ๒ ประเด็น	นำเสนอแบบแผนการคิดการแก้ปัญหาได้ ๑ ประเด็น

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบคลุม เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

เมื่อเข้าสู่วัยเรียน จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ในช่วงวัยนี้การเปลี่ยนแปลงทางเพศที่แสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิงชัดเจนมากขึ้น ฉะนั้นนักเรียนควรที่จะเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเพื่อที่จะเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านร่างกายของเพศชายและเพศหญิงได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของตนเองได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกาย

๔. สาระการเรียนรู้

- การเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านร่างกายของเพศชายและเพศหญิง

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีวิธีแก้ปัญหา

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูภาพ การเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์ ครูให้นักเรียนสนทนาแล้ว ตั้งคำถามชวนคิด ๑. นักเรียนเห็นภาพแล้ว คิดอย่างไร ๒. จากภาพ นักเรียนคิดว่ามี แต่ละช่วงวัยมี ความแตกต่างกันอย่างไร ๓. “ตอนนี้ฉันอายุ เท่าไร แล้วนักเรียนเกิด การเปลี่ยนแปลงทางด้าน ร่างกายอะไรบ้าง”	- นักเรียนดูภาพ การเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์ - นักเรียนสนทนาแล้ว ตั้งคำถามชวนคิด ๑. นักเรียนเห็นภาพแล้วคิด อย่างไร (แนวคำตอบ : มนุษย์มีการเปลี่ยนแปลง ไปเรื่อย ๆ) ๒. จากภาพนักเรียนคิดว่ามี แต่ละช่วงวัยมี ความแตกต่างกัน อย่างไร (แนวคำตอบ : ความสูง ลักษณะ อวัยวะ)	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- ครูเปิดวิดีโอ เรื่อง “การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและการดูแล” - ครูตั้งคำถามกับนักเรียนว่า นักเรียนพบการเปลี่ยนแปลงนั้น ๆ กับตนเองหรือไม่ อย่างไร	๓. “ตอนนี้ฉันเรียนอายุเท่าไร แล้วนักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอะไรบ้าง” (แนวคำตอบ : มนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ) - นักเรียนดูวิดีโอ เรื่อง “การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและการดูแล” แล้วตอบคำถามว่า นักเรียนพบการเปลี่ยนแปลงนั้น ๆ กับตนเองหรือไม่ (แนวคำตอบ: เช่น หน้าอกขยาย (ญ) มีหนวด (ช) มีขนขึ้นตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย (ช, ญ) มีกลิ่นตัว (ช, ญ) เป็นต้น)		

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๒.	๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกายของเพศชายและเพศหญิงได้	ขั้นสอน	๒๕ นาที	ครูเชื่อมโยงคำตอบของนักเรียนเข้าสู่บทเรียน เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกายของเพศชายและเพศหญิง	นักเรียนถาม-ตอบ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกายของเพศชายและเพศหญิง	- สื่อ PowerPoint	แบบสังเกตพฤติกรรม
๓.	๒. สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของตนเองได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูอธิบายใบกิจกรรม “เกิดอะไรขึ้นบ้างนะ ตัวฉันกับตัวเธอเหมือนกันไหม” และให้นักเรียนเขียนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของตนเองลงในใบกิจกรรม - ครูสังเกตการสอบถามการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของนักเรียนในกลุ่มที่เป็นเพศตรงข้ามแล้วบันทึกลงในใบกิจกรรม - ขณะนักเรียนปฏิบัติกิจกรรม ครูสังเกต	- นักเรียนทำใบกิจกรรม “เกิดอะไรขึ้นบ้างนะ ตัวฉันกับตัวเธอเหมือนกันไหม” โดยเขียนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของตนเองลงในใบกิจกรรม - นักเรียนสอบถามการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเพื่อนในกลุ่มที่เป็นเพศตรงข้ามแล้วบันทึกลงในใบกิจกรรม	- สื่อ PowerPoint	- แบบประเมินผลงานนักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				พฤติกรรมของนักเรียนและ ให้คำแนะนำ			
๔.	๓. เห็นความสำคัญ ของการเปลี่ยนแปลง ทางเพศด้านร่างกาย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูให้นักเรียนตัวแทนออกมา นำเสนอผลงานของตนเอง - ครูและนักเรียนสรุปบทเรียน จากผลงานนักเรียน	- นักเรียนตัวแทนออกมา นำเสนอผลงานของตนเอง - นักเรียนและครูสรุปบทเรียน จากผลงานนักเรียน	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดดีมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....
.....

ความสำเร็จ

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

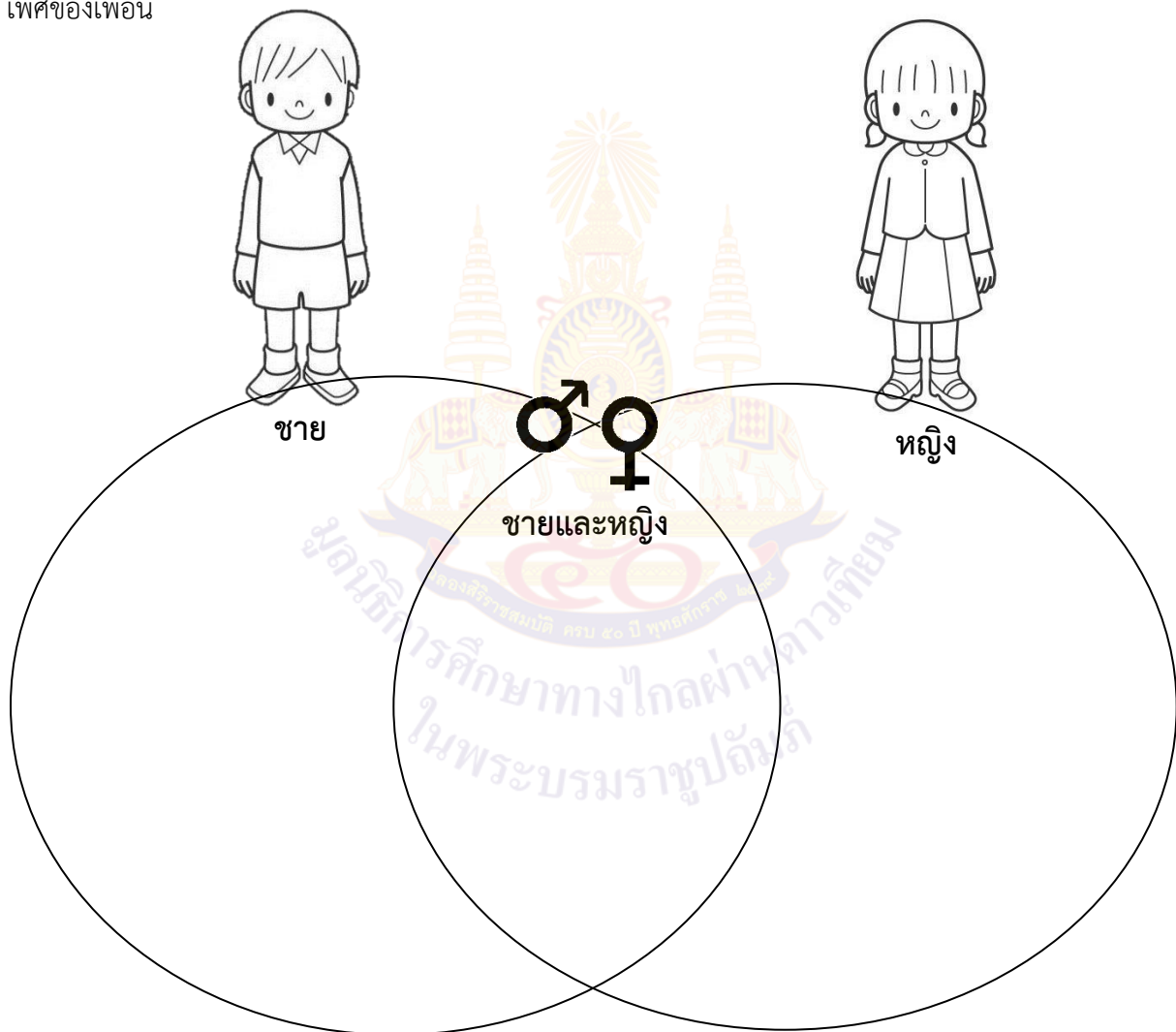
ใบงานที่ ๑ เรื่อง “เกิดอะไรขึ้นบ้างนะ ตัวฉันกับตัวเธอเหมือนกันไหม”

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกาย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเพศตนเองลงในใบกิจกรรม ในช่องที่ตรงกับเพศของตนเอง แล้วสอบถามเพื่อนในกลุ่มที่เป็นเพศตรงข้ามกับตนเอง แล้วบันทึกลงในช่องให้ตรงกับเพศของเพื่อน



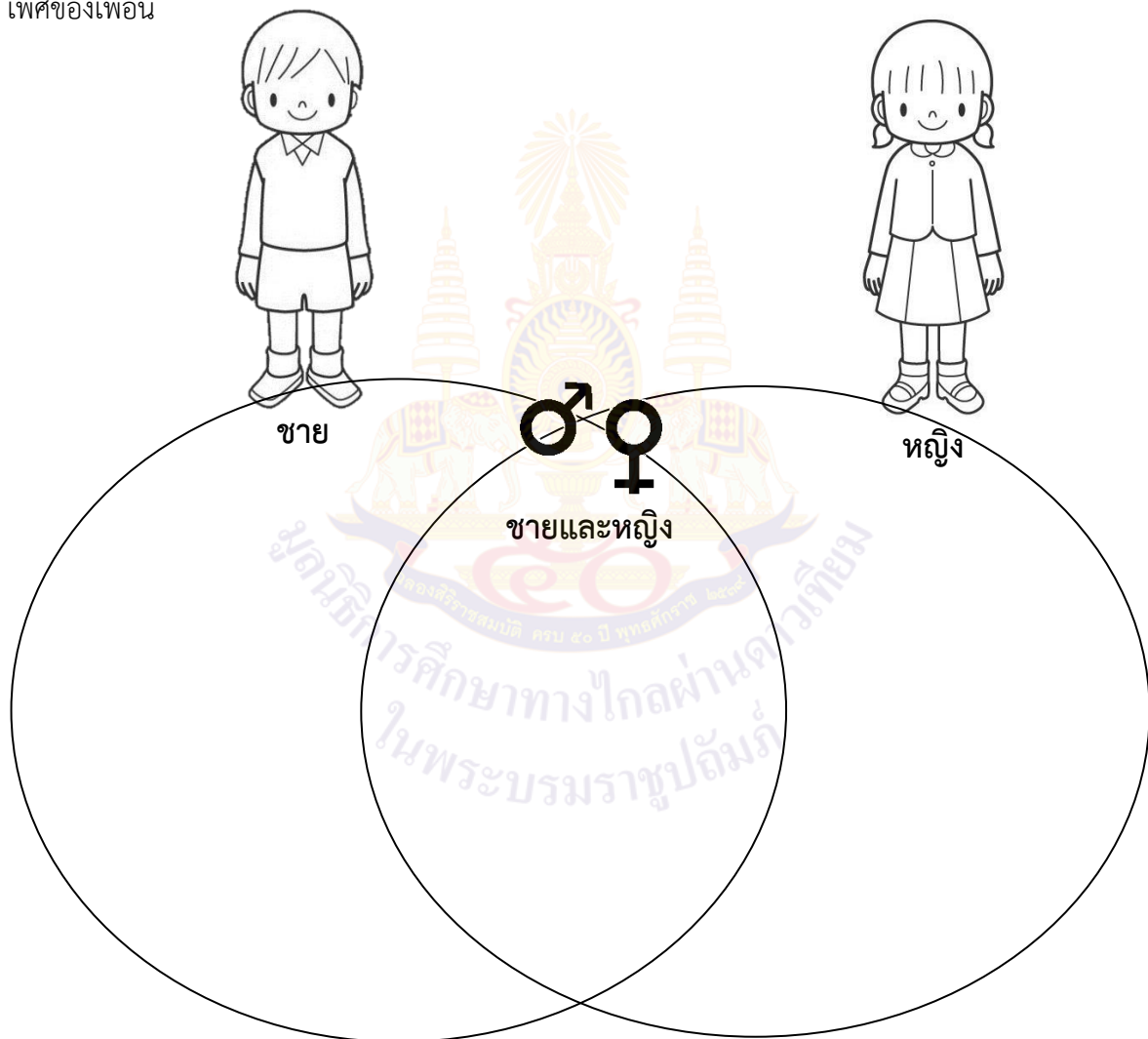
เฉลยใบงานที่ ๑ เรื่อง “เกิดอะไรขึ้นบ้างนะ ตัวฉันกับตัวเธอเหมือนกันไหม”

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านร่างกาย

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของเพศตนเองลงในใบกิจกรรม ในช่องที่ตรงกับเพศของตนเอง แล้วสอบถามเพื่อนในกลุ่มที่เป็นเพศตรงข้ามกับตนเอง แล้วบันทึกลงในช่องให้ตรงกับเพศของเพื่อน



* การตรวจอยู่ในดุลยพินิจของผู้สอน

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

เมื่อเข้าสู่วัยเรียน เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายทุกระบบ โดยจะกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่ออารมณ์ทำให้อารมณ์หงุดหงิดง่าย และแปรปรวนง่าย ฉะนั้นนักเรียนควรที่จะเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์เพื่อที่จะเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายการเปลี่ยนแปลง ด้านอารมณ์ของเพศชายและเพศหญิงได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

สังเกตการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ของตนเองได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์

๔. สาระการเรียนรู้

- การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ของเพศชายและเพศหญิง

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนทำกิจกรรมบริหารอารมณ์ โดยให้นักเรียนแสดงอารมณ์ ตามภาพที่เห็น - ครูนำนักเรียนเข้าสู่กิจกรรม “จริงหรือมั่ว” โดยครูอ่านข้อความที่หมายถึงอารมณ์ดังต่อไปนี้แล้วให้นักเรียนตอบว่า จริงหรือมั่ว กับความรู้สึกของนักเรียน ๑. อารมณ์จะคงที่ ไม่แปรผันตามสภาพแวดล้อม ๒. ติดเพื่อน ๓. รักสวยรักงาม ๔. สนใจเพื่อนต่างเพศ ๕. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ๖. ไม่ยอมใครง่าย ๆ	- นักเรียนทำกิจกรรมบริหารอารมณ์ โดยให้แสดงอารมณ์ตามภาพที่เห็น - นักเรียนเข้าสู่กิจกรรม “จริงหรือมั่ว” โดยฟังครูอ่านข้อความที่หมายถึงอารมณ์ดังต่อไปนี้แล้วให้นักเรียนตอบว่า จริงหรือมั่ว กับความรู้สึกของนักเรียน ๑. อารมณ์จะคงที่ ไม่แปรผันตามสภาพแวดล้อม ๒. ติดเพื่อน ๓. รักสวยรักงาม ๔. สนใจเพื่อนต่างเพศ ๕. อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ๖. ไม่ยอมใครง่าย ๆ	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกตพฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				๗. ตนเองถูกเสมอ ยึดตนเอง เป็นศูนย์กลาง ๘. มีความคิดขัดแย้งกับผู้ใหญ่	๗. ตนเองถูกเสมอ ยึดตนเอง เป็นศูนย์กลาง ๘. มีความคิดขัดแย้งกับ ผู้ใหญ่		
๒.	๑. อธิบาย การเปลี่ยนแปลงทาง เพศ ด้านอารมณ์ของ เพศชายและเพศหญิง ได้	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูเชื่อมโยงคำตอบของ นักเรียนเข้าสู่ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านอารมณ์ของเพศชายและ เพศหญิง	- นักเรียนถามตอบกับครูเรื่อง การเปลี่ยนแปลงทางเพศ ด้านอารมณ์ของเพศชายและ เพศหญิง พร้อมแสดง ประสบการณ์แลกเปลี่ยน ซึ่งกันและกัน เช่น ฉันเคยมี พฤติกรรม หรือความรู้สึก ดังกล่าวอย่างไร	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. สังเกต การเปลี่ยนแปลงทาง ด้านอารมณ์ของตนเอง ได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูแจกกระดาษแข็งให้นักเรียน คนละ ๑ แผ่น แล้วให้นักเรียน วาดภาพลงกระดาษ รูปวงกลม พร้อมวาดแสดงอารมณ์ ที่ตนเองเป็นบ่อยในช่วงวัยนี้ และเขียนอธิบายด้านหลัง	- นักเรียนวาดภาพลงกระดาษ รูปวงกลม พร้อมวาดแสดง อารมณ์ ที่ตนเองเป็นบ่อย ในช่วงวัยนี้ และเขียนอธิบาย ด้านหลัง ตกแต่งให้สวยงาม	- สื่อ PowerPoint - กระดาษแข็ง วงกลม	แบบ ประเมินผล งานนักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการจัด การเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๔.	๓. เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงทางเพศด้านอารมณ์	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูให้นักเรียนตัวแทน ๓ คนนำเสนอผลงานของตนเอง - ครูสรุปบทเรียนจากการนำเสนอของนักเรียน	- นักเรียนตัวแทน ๓ คนนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียน - สรุปบทเรียนพร้อมครู	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกตพฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดดีมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....
.....

ความสำเร็จ

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคใหม่ เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน และมีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง และสามารถปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์ด้านสังคมได้ดีขึ้น ฉะนั้นนักเรียนควรที่จะเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมเพื่อที่จะเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดและยังช่วยให้วัยรุ่นหาแนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเองได้ดีขึ้น

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายการเปลี่ยนแปลง ด้านสังคมของเพศชายและเพศหญิงได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ปฏิบัติตนต่อการเปลี่ยนแปลง ด้านสังคมได้เหมาะสม

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

๔. สาระการเรียนรู้

- การเปลี่ยนแปลง ด้านสังคมของเพศชายและเพศหญิง

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูภาพจำนวน ๕ ภาพ (ภาพเกี่ยวกับเรื่องเพื่อน) และให้ นักเรียนแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในประเด็น ๑. นักเรียนคิดอย่างไร ๒. นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมดังภาพหรือไม่อย่างไร ๓. นักเรียนคิดว่าเพศหญิงและเพศชาย มีพฤติกรรมด้านสังคมแตกต่างกัน หรือไม่	- นักเรียนดูภาพจำนวน ๕ ภาพ (ภาพเกี่ยวกับเรื่องเพื่อน) แล้ว แสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยน เรียนรู้ร่วมกันในประเด็น ๑. นักเรียนคิดอย่างไร ๒. นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมดังภาพหรือไม่อย่างไร ๓. นักเรียนคิดเพศหญิงและเพศชาย มีพฤติกรรมด้านสังคมแตกต่าง กันหรือไม่	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบาย การเปลี่ยนแปลง ทางเพศ ด้านสังคมของ	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูนำคำตอบของนักเรียนจากขั้นนำ เข้าสู่บทเรียนมาเชื่อมโยง เรื่อง การเปลี่ยนแปลง ด้านสังคมของ เพศชายและเพศหญิง	- นักเรียนศึกษาบทเรียน เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมของ เพศชายและเพศหญิง และร่วมกัน ซักถาม	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
	เพศชายและเพศ หญิงได้						
๓.	๒. ปฏิบัติตนต่อ การเปลี่ยนแปลง ทางเพศ ด้านสังคมได้ เหมาะสม	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูแจกใบงานที่ ๒ พร้อมอธิบาย วิธีการทำใบงาน - ระหว่างนักเรียนทำใบงานที่ ๒ ครูเดิน สังเกตพฤติกรรม พร้อมให้คำแนะนำ นักเรียน	- นักเรียนทำใบงานที่ ๒ - นักเรียนอ่านสถานการณ์ที่ระบุ ในใบงาน พร้อมเสนอแนวทาง การปฏิบัติตนที่ถูกต้อง	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน
๔.	๓. เห็นความ สำคัญของ การเปลี่ยนแปลง ทางเพศด้าน สังคม	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูสุ่มตัวแทนนักเรียน ๑-๒ คน ออกมานำเสนอผลงานของตนเอง - ครูและนักเรียนสรุปทบทวนร่วมกัน	- นักเรียนตัวแทน ๑-๒ คน ออกมา นำเสนอผลงานของตนเอง - นักเรียนและครูสรุปทบทวน ร่วมกัน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบคลุม เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัด ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

เมื่อเข้าสู่วัยเรียน จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางเพศที่แสดงให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิงชัดเจนมากขึ้น ฉะนั้นนักเรียนควรที่จะเรียนรู้เพื่อที่จะยอมรับ และปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายวิธีการยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๔. สาระการเรียนรู้

- การยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูวิดีโอ นิทานหมาจิ้งจอกไม่ชอบอาบน้ำ - ครูตั้งคำถาม “นักเรียนเห็นอะไรจากวิดีโอ คิดว่าตอบจบของเรื่องหลังจากนั้น หมาจิ้งจอกจะทำอะไรที่บึ้งหน้า ถ้าเราทำพฤติกรรมแบบหมาจิ้งจอก จะเกิดอะไรขึ้น”	- นักเรียนตอบคำถาม “นักเรียนเห็นอะไรจากวิดีโอ คิดว่าตอบจบของเรื่องหลังจากนั้น หมาจิ้งจอกจะทำอะไรที่บึ้งหน้า ถ้าเราทำพฤติกรรมแบบหมาจิ้งจอกจะเกิดอะไรขึ้น” (แนวคำตอบ : ไปอาบน้ำ / ถ้าทำพฤติกรรมแบบหมาจิ้งจอก จะทำให้ร่างกายสกปรก มีกลิ่นตัว แล้วคนรอบตัวก็จะไม่อยากเข้าใกล้ หรือพูดคุยด้วย)	- สื่อ PowerPoint - วิดีทัศน์ นิทาน หมาจิ้งจอกไม่ชอบอาบน้ำ	- แบบสังเกตพฤติกรรม
๒.	๑. อธิบายวิธีการยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากคำตอบของนักเรียนครูเชื่อมโยงเรื่อง การยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย	- นักเรียนบอกเล่าการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของตนเอง	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกตพฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
	ทางด้าน ร่างกายได้						
๓.	๒. ปรับตัวต่อ การเปลี่ยนแปลง ทางด้าน ร่างกายได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำกิจกรรม True or False - ครูอ่านพฤติกรรมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จำนวน ๑๐ ข้อ - ให้นักเรียนยกป้ายตอบที่ละข้อ ว่าเป็น พฤติกรรมที่ควรกระทำหรือไม่ควรกระทำ	- นักเรียนแต่ละกลุ่มทำกิจกรรม True or False - นักเรียนตั้งใจฟังครูอ่านพฤติกรรมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจำนวน ๑๐ ข้อ - นักเรียนยกป้ายตอบที่ละข้อ ว่าเป็น พฤติกรรมที่ควรกระทำหรือไม่ควรกระทำ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน การตอบ คำถาม
๔.	๓. เห็น ประโยชน์ของ การปรับตัวต่อ การเปลี่ยนแปลง ทางด้าน ร่างกาย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนสรุปบทเรียนจาก กิจกรรม - ครูสรุปถึงข้อดี-ข้อเสียการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย - ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถาม ข้อสงสัย	- นักเรียนและครูร่วมกันสรุปบทเรียน จากกิจกรรม - นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ข้อดี-ข้อเสีย การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทาง ด้านร่างกาย - นักเรียนได้ซักถามข้อสงสัยตาม ความเหมาะสม	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน อธิบายรายละเอียดชัดเจน	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ตรงประเด็น	ตอบคำถามได้ถูกต้องแต่ไม่ครบถ้วน
๒. ความถูกต้องตามจุดประสงค์	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ ครบถ้วน อธิบายชัดเจน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์บางส่วน	ตอบคำถามได้ตรงตามจุดประสงค์แต่ไม่ทั้งหมด
๓. ความกระตือรือร้น	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา ให้ความสนใจทุก ๆ คำถาม มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา ให้ความสนใจในบางคำถาม	กระตือรือร้นในการตอบคำถามตลอดเวลา	กระตือรือร้นในการตอบคำถามบางครั้ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครอง เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต
 ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

เมื่อเข้าสู่วัยเรียน จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่แสดงให้เห็นความแตกต่างมากขึ้น ฉะนั้นนักเรียนควรที่จะเรียนรู้เพื่อที่จะยอมรับ และปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ ได้อย่างเหมาะสม

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้าน จิตใจ อารมณ์

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติตนที่เหมาะสม

๔. สาระการเรียนรู้

- การยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูภาพเหตุการณ์ จำนวน ๓ ภาพ (สับบุหรี ไปโรงเรียน ทำกิจกรรมกลุ่ม) แล้วแสดงความคิดเห็นว่าเหมาะสมหรือไม่ เพราะอะไร	- นักเรียนดูภาพเหตุการณ์ จำนวน ๓ ภาพ (สับบุหรี ไปโรงเรียน ทำกิจกรรมกลุ่ม) แล้วแสดงความคิดเห็นว่าเหมาะสมหรือไม่ เพราะอะไร	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบาย การปรับตัวต่อ การเปลี่ยนแปลง ทางด้าน จิตใจ อารมณ์	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากคำตอบของนักเรียนในขั้นนำ ครูเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน เรื่อง การยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์	- นักเรียนตั้งใจศึกษา แล้วซักถามครูในเรื่อง การยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ปฏิบัติตนที่ เหมาะสมกับเพศ ตามวัฒนธรรมได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูอธิบายขั้นตอนการทำใบงานที่ ๒ เรื่อง การเลือกวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ ที่ถูกต้อง	- นักเรียนทำใบงานที่ ๒ เรื่อง การเลือกวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการ ทางเพศที่ถูกต้อง	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- ครูให้นักเรียนตัวแทน ๒-๓ กลุ่ม นำเสนอใบงาน ครูอธิบายเพิ่มเติม - ครูสังเกตพฤติกรรมขณะปฏิบัติงาน และคอยให้คำแนะนำ	- นักเรียนตัวแทน ๒-๓ กลุ่มนำเสนอใบงาน		
๔.	๓. เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติ ตนที่เหมาะสม	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนสรุปบทเรียนร่วมกัน - ในประเด็นการยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	- นักเรียนสรุปบทเรียนร่วมกันในประเด็นการยอมรับและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ	- สื่อ PowerPoint	- แบบสังเกตพฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

๑. สื่อ PowerPoint เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ อารมณ์
๒. ใบงานที่ ๒ เรื่อง การเลือกวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๒ เรื่อง แนวทางในการปฏิบัติที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญห

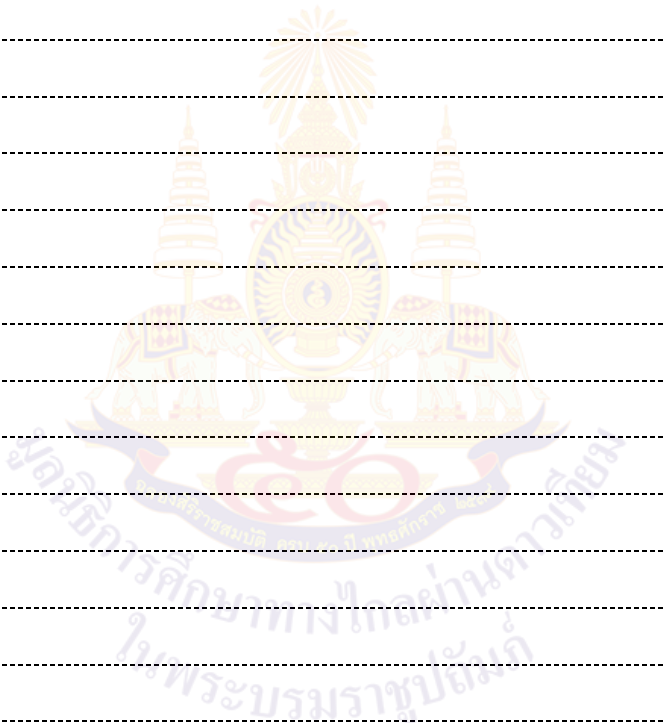
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความสถานการณ์ ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม

“วันนี้เป็นวันวิสาขบูชา เพื่อน ๆ ชวนแก้วตาไปเวียนเทียนที่วัด แก้วตาเห็นว่าวัดอยู่ใกล้บ้านเธอ จึงใส่เสื้อกล้ามและกางเกงขาสั้นไปเวียนเทียน”

ถ้านักเรียนเป็นแก้วตา เมื่อมีปัญหาที่เกี่ยวกับการวางตัวที่เหมาะสมกับเพศ นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหา
นี้ได้อย่างไร



เฉลยใบงานที่ ๒ เรื่อง แนวทางในการปฏิบัติที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความสถานการณ์ ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม

“วันนี้เป็นวันวิสาขบูชา เพื่อน ๆ ชวนแกว้ตาไปเวียนเทียนที่วัด แกว้ตาเห็นว่าวัดอยู่ใกล้บ้านเธอ จึงใส่เสื้อกล้ามและกางเกงขาสั้นไปเวียนเทียน”

ถ้านักเรียนเป็นแกว้ตา เมื่อมีปัญหาก็เกี่ยวกับการวางตัวที่เหมาะสมกับเพศ นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหานี้ได้อย่างไร

นักเรียนแสดงวิธีแก้ไขปัญหาของ

ตนเอง การตรวจคำตอบจะขึ้นอยู่กับ

ดุลยพินิจของผู้สอน



ชื่อ สกุล ชั้น เลขที่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การอยู่ร่วมกันในครอบครัว สมาชิกของครอบครัวควรปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน เคารพซึ่งกันและกัน การปฏิบัติตามดังกล่าวจะช่วยส่งเสริมให้ครอบครัวเกิดความอบอุ่น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายความสำคัญและลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

สามารถมีวิธีการสร้างครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๔. สาระการเรียนรู้

๔.๑ ความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๔.๒ ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- นักเรียนดู บัตรคำ “ครอบครัวอบอุ่น” - ครูตั้งคำถาม “นักเรียนเห็นคำนี้ แล้ว คิดถึงสิ่งใดบ้าง”	- นักเรียนดูบัตรคำ “ครอบครัวอบอุ่น” - นักเรียนตอบคำถาม “นักเรียนเห็น คำนี้ แล้วคิดถึงสิ่งใดบ้าง”	- สื่อ PowerPoint - บัตรคำ	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบาย ความสำคัญ และลักษณะ ของครอบครัวที่ อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มดูภาพในสื่อ PowerPoint จำนวน ๔ ภาพ (ลักษณะครอบครัวที่อบอุ่น และ ไม่อบอุ่น) แล้วแสดงความคิดเห็นว่า ภาพดังกล่าวคือ ครอบครัวที่อบอุ่น หรือไม่ - จากคำตอบของนักเรียน ครูถาม นักเรียนว่า ในความคิดของนักเรียน ควรมีลักษณะอย่างไร - ครูนำคำตอบมาเชื่อมโยงเรื่อง ความสำคัญของการมีครอบครัวที่	- นักเรียนแต่ละกลุ่มดูภาพในสื่อ PowerPoint จำนวน ๔ ภาพ แล้ว แสดงความคิดเห็นว่า ภาพดังกล่าว คือ ครอบครัวที่อบอุ่นหรือไม่ - นักเรียนตอบคำถาม “ในความคิดของนักเรียนควรมี ลักษณะอย่างไร”	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทยและลักษณะ ของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย			
๓.	๒. สามารถมี วิธีการสร้าง ครอบครัวที่ อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนวาดภาพ ครอบครัว อบอุ่นในรูปแบบของนักเรียน - ครูให้นักเรียนตัวแทน ๒-๓ คนออกมา นำเสนอ ครอบครัวอบอุ่นในรูปแบบ ของฉัน - ครูตรวจสอบการปฏิบัติงาน โดยการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ และคอยช่วยเหลือให้คำแนะนำ	- นักเรียนวาดภาพ ครอบครัวอบอุ่น ในรูปแบบของนักเรียน - นักเรียนตัวแทน ๒-๓ คนออกมา นำเสนอ ครอบครัวอบอุ่นในรูปแบบ ของฉัน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน
๔.	๓. เห็น ความสำคัญ ของการมี ครอบครัวที่ อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนสรุปบทเรียนจาก กิจกรรมที่นักเรียนนำเสนอ	- นักเรียนสรุปบทเรียนจากกิจกรรมที่ นักเรียนนำเสนอ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การอยู่ร่วมกันในครอบครัว สมาชิกของครอบครัวควรปฏิบัติตนตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน เคารพซึ่งกันและกัน การปฏิบัติตนดังกล่าวจะช่วยส่งเสริมให้ครอบครัวเกิดความอบอุ่น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายวิธีการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

ปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

๔. สาระการเรียนรู้

- ปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามให้นักเรียนตอบ ๑. “ที่บ้านของนักเรียนประกอบด้วยสมาชิกกี่คนใครบ้าง” ๒. “นักเรียนมีหน้าที่รับผิดชอบงานบ้านหรือไม่” ๓. “ถ้ามี นักเรียนมีหน้าที่อะไรบ้าง” ๔. “นักเรียนคิดว่าสมาชิกแต่ละคนมีหน้าที่อะไร”	- นักเรียนตอบคำถาม ๑. “ที่บ้านของนักเรียนประกอบด้วยสมาชิกกี่คนใครบ้าง” (แนวคำตอบ : จำนวนสมาชิกในบ้านของนักเรียน) ๒. “นักเรียนมีหน้าที่รับผิดชอบงานบ้านหรือไม่” (แนวคำตอบ : มี/ไม่มี) ๓. “ถ้ามี นักเรียนมีหน้าที่อะไรบ้าง” (แนวคำตอบ : กวาดบ้าน/ถูบ้าน/ล้างจาน/ซักผ้า/อื่น ๆ) ๔. “นักเรียนคิดว่าสมาชิกแต่ละคนมีหน้าที่อะไร” (แนวคำตอบ : พ่อมีหน้าที่หาเลี้ยงครอบครัวทำงานบ้าน/แม่มีหน้าที่	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
					ทำงานบ้าน ดูแลสมาชิก ทำกับข้าว/ ลูกมีหน้าที่ ตั้งใจ เรียนและช่วยเหลืองานภายใน บ้าน/ อื่น ๆ ตามความ เหมาะสม)		
๒.	๑. อธิบายวิธีการ ปฏิบัติตนเป็น สมาชิกที่ดีของ ครอบครัว	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูรวบรวมคำตอบแล้วเชื่อมโยงว่า ครอบครัวอบอุ่น มาจากสมาชิกในครอบครัวมีการปฏิบัติตนที่ดีแล้วเข้าสู่บทเรียน - ครูอธิบายหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว	- นักเรียนถามตอบ ถึงการปฏิบัติตนตามหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัวของตนเอง	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ปฏิบัติตนเป็น สมาชิกที่ดีของ ครอบครัวได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูอธิบายใบงานที่ ๓ เรื่อง สมาชิกที่ดีกับหน้าที่ต่าง ๆ - ระหว่างนักเรียนทำใบงาน ครูเดินตรวจสอบโดยสังเกตพฤติกรรม การเรียนและช่วยเหลือให้คำแนะนำ	- นักเรียนทำใบงานที่ ๓ เรื่อง สมาชิกที่ดีกับหน้าที่ต่าง ๆ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการปฏิบัติตน เป็นสมาชิกที่ดี ของครอบครัว	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียน ในประเด็น - การเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ส่งผลต่อครอบครัวอย่างไร	- นักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียน ในประเด็น - การเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ส่งผลต่อครอบครัวอย่างไร	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว
- ๒) ใบงานที่ ๓ เรื่อง สมาชิกที่ดีกับหน้าที่ต่าง ๆ

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดดีมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๓ เรื่อง สมาชิกที่ดี กับหน้าที่ต่าง ๆ หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
--

คำชี้แจง ให้นักเรียนสำรวจสมาชิกในครอบครัวของตนเองว่ามีใครบ้าง แล้วสมาชิกแต่ละคนควรปฏิบัติตนตามหน้าที่ของตนเองอย่างไร

ลำดับที่	สมาชิก	การปฏิบัติตนตามหน้าที่

เฉลยใบงานที่ ๓ เรื่อง สมาชิกที่ดี กับหน้าที่ต่าง ๆ

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนสำรวจสมาชิกในครอบครัวของตนเองว่ามีใครบ้าง แล้วสมาชิกแต่ละคนควรปฏิบัติตนตามหน้าที่ของตนเองอย่างไร

ลำดับที่	สมาชิก	การปฏิบัติตนตามหน้าที่
	นักเรียนบันทึกผลของตนเอง	
	การตรวจคำตอบ	
	จะขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้สอน	

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิถีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

การที่สมาชิกในครอบครัว รู้จักปฏิบัติตนตามหน้าที่ มีความรับผิดชอบ รู้จักดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน รวมถึงมีเวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติตนดังกล่าวจะช่วยส่งเสริมให้ครอบครัวเกิดความอบอุ่น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

ระบุประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

วิธีการปฏิบัติตนให้ครอบครัวเกิดความอบอุ่นได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๔. สาระการเรียนรู้

- ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น

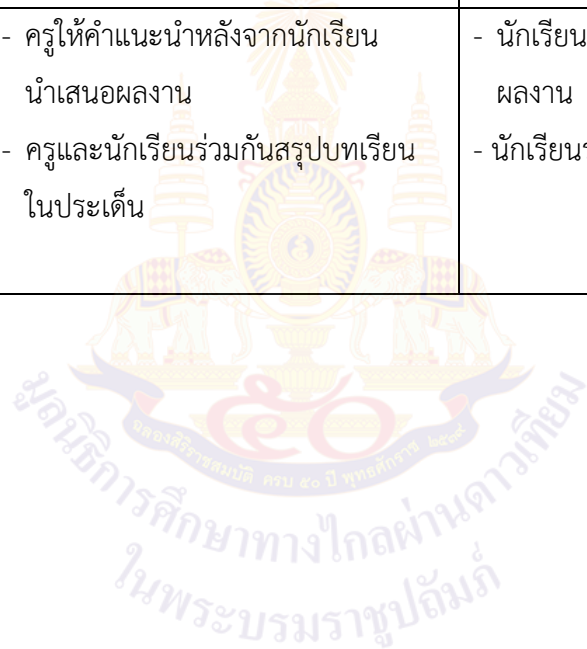
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูเปิดวิดีโอเรื่อง ครอบครัว ตัวอย่าง ครอบครัวอบอุ่น (https://www.youtube.com/watch?v=asq2Rpyf24Q)	- นักเรียนดูวิดีโอ ครอบครัว ตัวอย่าง ครอบครัวอบอุ่น - นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อคลิป วิดีโอ	- สื่อ PowerPoint - วิดีทัศน์ ครอบครัว ตัวอย่าง ครอบครัว อบอุ่น	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. ระบุ ประโยชน์ของ การมีครอบครัว ที่อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากการแสดงความคิดเห็นต่อวิดีโอ ครูเชื่อมโยงคำตอบเข้าสู่เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวอบอุ่น	- นักเรียนศึกษาเรื่อง ประโยชน์ของ การมีครอบครัวอบอุ่น พร้อม ตั้งคำถามเพื่อการเรียนรู้	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ปฏิบัติตนให้ ครอบครัวเกิด ความอบอุ่นได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูอธิบายใบงานที่ ๔ เรื่อง ครอบครัว ที่อบอุ่น	- นักเรียนทำใบงานที่ ๔ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				- ระหว่างนักเรียนทำใบงาน ครูเดิน ตรวจสอบโดยสังเกตพฤติกรรม การเรียนรู้และช่วยเหลือให้คำแนะนำ			ผลงาน นักเรียน
๔.	๓. เห็น ประโยชน์ของ การมีครอบครัว ที่อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูให้คำแนะนำหลังจากนักเรียน นำเสนอผลงาน - ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียน ในประเด็น	- นักเรียนตัวแทนออกมานำเสนอ ผลงาน - นักเรียนร่วมกันสรุปบทเรียน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น
- ๒) ใบงานที่ ๔ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๔ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพความประทับใจหรือกิจกรรมที่ทำร่วมกับครอบครัว พร้อมอธิบายลักษณะครอบครัวของตนเองและแนะนำสมาชิกในครอบครัว

ลักษณะของครอบครัว

สมาชิกในครอบครัว

ความประทับใจที่เกิดขึ้นในครอบครัว

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

เฉลยใบงานที่ ๔ เรื่อง ครอบครัวที่อบอุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง ประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่น

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพความประทับใจหรือกิจกรรมที่ทำร่วมกับครอบครัว พร้อมอธิบายลักษณะครอบครัวของตนเองและแนะนำสมาชิกในครอบครัว

นักเรียนวาดภาพครอบครัวของตนเอง

การตรวจคำตอบ

จะขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้สอน

ลักษณะของครอบครัว

สมาชิกในครอบครัว

ความประทับใจที่เกิดขึ้นในครอบครัว

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและ
กลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ครอบครัวเป็นสังคมที่ใกล้ชิดตัวเรามากที่สุด ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว จึงควรแก้ไขด้วยวิธีการ
ที่เหมาะสม รวมทั้งใช้การสื่อสารที่สร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหา จะทำให้สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัว
ได้อย่างมีความสุข

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายสาเหตุของความขัดแย้งในครอบครัว

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการลดความขัดแย้งในครอบครัว

๔. สาระการเรียนรู้

- ความขัดแย้งในครอบครัว

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนตอบคำถามใน แบบสำรวจตนเอง จำนวน ๑๐ ข้อ - ครูชี้แจงวิธีสรุปคะแนน พร้อมบอก วิธีดูผลแบบสำรวจ	- นักเรียนตอบคำถามในแบบสำรวจ ตนเอง จำนวน ๑๐ ข้อ - นักเรียนสรุปคะแนนแล้วดูผล แบบสำรวจตนเอง	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบายสาเหตุ ของความขัดแย้ง ในครอบครัว	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากผลแบบสำรวจตนเองของนักเรียน ครูเชื่อมโยงเข้าสู่สาเหตุการเกิด ความขัดแย้งในครอบครัว	- นักเรียนดูผลแบบสำรวจของ ตนเอง ประกอบกับการศึกษา เรื่อง สาเหตุการเกิดความขัดแย้ง ในครอบครัว	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. แก้ไขปัญหา ความขัดแย้งใน ครอบครัว	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูพูดเชื่อมโยงเข้าสู่กิจกรรม วาดใบ้ทายคำ โดยมีกติกาดังนี้ ๑. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ กลุ่ม ๒. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทน ออก มา ครั้งละ ๑ คน ๓. จะมีบัตรคำ จำนวน ๑๐ คำ เป็น คำเกี่ยวกับสาเหตุของความขัดแย้ง	- นักเรียนทำกิจกรรม วาดใบ้ทายคำ ดังนี้ ๑. นักเรียนแบ่งกลุ่มเป็น ๒ กลุ่ม ๒. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทน ออกมา ครั้งละ ๑ คน ๓. จะมีบัตรคำ จำนวน ๑๐ คำ เป็นคำเกี่ยวกับสาเหตุของ	- สื่อ PowerPoint - ภาพบัตรคำ สาเหตุของ ความขัดแย้ง ภายใน	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				ภายในครอบครัว ๔. นักเรียนที่เป็นตัวแทนจะวาดภาพ ใบคำ ๕. เพื่อนในกลุ่มจะเป็นคนทาย ๖. กลุ่มไหนทายถูกก่อน ได้รับไป ๑ คะแนน	ความขัดแย้งภายในครอบครัว ๔. นักเรียนที่เป็นตัวแทนจะ วาดภาพใบคำ ๕. เพื่อนในกลุ่มจะเป็นคนทาย ๖. กลุ่มไหนทายถูกก่อน ได้รับไป ๑ คะแนน	ครอบครัว จำนวน ๑๐ คำ	
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการลด ความขัดแย้งใน ครอบครัว	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูสรุปผลการทำกิจกรรม นำไปสู่ การสรุปบทเรียนร่วมกับนักเรียน	- นักเรียนสรุปผลการทำกิจกรรม นำไปสู่การสรุปบทเรียนร่วมกับครู	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน การตอบ คำถาม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว
- ๒) แบบสำรวจตนเอง
- ๓) บัตรคำ สาเหตุของความขัดแย้งภายในครอบครัว จำนวน ๑๐ คำ

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผลชิ้นงานหรือภาระงาน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. การตอบคำถาม	ตอบคำถามได้ ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน อธิบายรายละเอียด ชัดเจน	ตอบคำถามได้ ตรงประเด็น กระชับ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ ตรงประเด็น	ตอบคำถามได้ ถูกต้อง แต่ไม่ครบถ้วน
๒. ความถูกต้องตาม จุดประสงค์	ตอบคำถามได้ ตรงตาม จุดประสงค์ ครบถ้วน อธิบาย ชัดเจน	ตอบคำถามได้ ตรงตาม จุดประสงค์ ครบถ้วน	ตอบคำถามได้ ตรงตาม จุดประสงค์ บางส่วน	ตอบคำถามได้ ตรงตามจุดประสงค์ แต่ไม่ทั้งหมด
๓. ความกระตือรือร้น	กระตือรือร้น ในการตอบคำถาม ตลอดเวลา ให้ความสนใจ ในทุก ๆ คำถาม มีส่วนร่วมในการทำ กิจกรรม	กระตือรือร้น ในการตอบ คำถามตลอดเวลา ให้ความสนใจ ใน บางคำถาม	กระตือรือร้น ในการตอบ คำถาม ตลอดเวลา	กระตือรือร้น ในการตอบคำถาม บางครั้ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....
.....

ความสำเร็จ

.....
.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....
.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....
.....

.....
.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แบบสำรวจพฤติกรรมตนเอง หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ใช้คำพูดที่หยาบคาย			
๒	พูดคุยกปรึกษาปัญหา			
๓	ใช้ความรุนแรง			
๔	ทะเลาะกับพ่อแม่			
๕	แบ่งปันสิ่งของ			
๖	ความคิดเห็นไม่ตรงกัน			
๗	ใช้เหตุผลในการตัดสินปัญหา			
๘	ใช้อารมณ์ในการตัดสินปัญหา			
๙	ทำกิจกรรมร่วมกัน			
๑๐	บอกรัก แสดงความห่วงใย			

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

เฉลย แบบสำรวจพฤติกรรมตนเอง

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง ความขัดแย้งในครอบครัว

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านพฤติกรรมดังต่อไปนี้ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับพฤติกรรมของนักเรียน

ข้อที่	พฤติกรรม	บ่อย	บางครั้ง	ไม่เคยเลย
๑	ใช้คำพูดที่หยาบคาย	๒	๑	๐
๒	พูดคุยกปรึกษาปัญหา	๐	๑	๒
๓	ใช้ความรุนแรง	๒	๑	๐
๔	ทะเลาะกับพ่อแม่	๒	๑	๐
๕	แบ่งปันสิ่งของ	๐	๑	๒
๖	ความคิดเห็นไม่ตรงกัน	๒	๑	๐
๗	ใช้เหตุผลในการตัดสินปัญหา	๐	๑	๒
๘	ใช้อารมณ์ในการตัดสินปัญหา	๒	๑	๐
๙	ทำกิจกรรมร่วมกัน	๐	๑	๒
๑๐	บอกรัก แสดงความห่วงใย	๐	๑	๒

การให้คะแนน : ให้คุณครูชี้แจง การให้คะแนนตามช่องพฤติกรรมที่นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓

ผลแบบทดสอบ ระดับคะแนน

- | | | |
|-------------|---------------|------------------------------------|
| คะแนน ๑๔-๒๐ | คะแนน หมายถึง | เสี่ยงต่อการเกิดความขัดแย้งน้อย |
| คะแนน ๗-๑๓ | คะแนน หมายถึง | เสี่ยงต่อการเกิดความขัดแย้งปานกลาง |
| คะแนน ๑-๖ | คะแนน หมายถึง | เสี่ยงต่อการเกิดความขัดแย้งสูง |

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครอง เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ในช่วงวัยของนักเรียน เพื่อนมีอิทธิพลสำคัญต่อความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ใช้เวลาส่วนใหญ่กับเพื่อน ฉะนั้นมักเกิดความขัดแย้งต่อกันได้ง่าย จึงควรมีวิธีแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม เพื่อสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายสาเหตุความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนได้

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แก้ไขปัญหาความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการลดความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

๔. สาระการเรียนรู้

- สาเหตุของความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามสำคัญ ๑. “การมีเพื่อนดีอย่างไร” ๒. “นักเรียนเคยทะเลาะกับเพื่อนเรื่อง อะไรบ้าง” ๓. “นักเรียนคิดว่าการทะเลาะครั้งนั้น มีสาเหตุมาจากอะไร”	- นักเรียนตอบคำถาม ๑. “การมีเพื่อนดีอย่างไร” ๒. “นักเรียนเคยทะเลาะกับเพื่อน เรื่องอะไรบ้าง” ๓. “นักเรียนคิดว่าการทะเลาะ ครั้งนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร”	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบายสาเหตุ ความขัดแย้ง ในกลุ่มเพื่อนได้	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากคำตอบของนักเรียนครูเชื่อมโยง เข้าสู่ เรื่อง สาเหตุความขัดแย้ง ในกลุ่มเพื่อน	- นักเรียนบอกเล่าเหตุการณ์ที่เกิด ขึ้นกับตนเอง ระหว่างที่ครู ยกตัวอย่าง สาเหตุความขัดแย้ง ในกลุ่มเพื่อน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. แก้ไขปัญหา ความขัดแย้ง ในกลุ่มเพื่อนได้	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูชี้แจงวิธีการทำใบงานที่ ๖ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน	- นักเรียนทำใบงานที่ ๖ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการลด ความขัดแย้งใน กลุ่มเพื่อน	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูสุ่มตัวแทนนักเรียน ๑ คน ออกมา นำเสนอผลงานของตนเอง - ครูและนักเรียนสรุปบทเรียนร่วมกัน	- นักเรียนตัวแทน ๑ คน ออกมา นำเสนอผลงานของตนเอง - นักเรียนและครูสรุปบทเรียน ร่วมกัน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง ครอบครัวอบอุ่น

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๒ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม

๑. ขนมนมิงเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่มีฐานะยากจน ทำให้มีอุปกรณ์การเรียนไม่ครบครัน รวมถึง ขนมนมิงมีนิสัยที่ค่อนข้างก้าวร้าว มักชอบหยิบอุปกรณ์การเรียนของเพื่อนโดยที่ไม่ได้ขอ หรือบางครั้งก็ใช้คำพูดที่ไม่สุภาพ เพื่อนจึงไม่อยากให้ขนมนมิงยืม จึงเกิดเหตุการณ์ทำร้ายร่างกายกันเป็นประจำ
- จากสถานการณ์ทำให้เกิดปัญหาความขัดแย้งหรือไม่
- สาเหตุของความขัดแย้ง

ควรปฏิบัติตนอย่างไรไม่ให้เกิดความขัดแย้ง

๒. นักเรียนเคยเกิดความขัดแย้งกับเพื่อนในเรื่องใด

สาเหตุของความขัดแย้งในครั้งนั้น

ในครั้งนี้นักเรียนแก้ปัญหาอย่างไร

หากแก้ไขปัญหความขัดแย้งในครั้งนั้นได้อีกครั้ง นักเรียนจะแก้ไขอย่างไร

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

เฉลยใบงานที่ ๖ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อน

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ แล้วตอบคำถาม

๒. ขนมนึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่มีฐานะยากจน ทำให้มีอุปกรณ์การเรียนไม่ครบครัน รวมถึง ขนมนึ่งมีนิสัยที่ค่อนข้างก้าวร้าว มักชอบหยิบอุปกรณ์การเรียนของเพื่อนโดยที่ไม่ได้ขอ หรือบางครั้งก็ใช้ คำพูดที่ไม่สุภาพ เพื่อนจึงไม่อยากให้ขนมนึ่งยืม จึงเกิดเหตุการณ์ทำร้ายร่างกายกันเป็นประจำ

จากสถานการณ์ทำให้เกิดปัญหาความขัดแย้งหรือไม่ เกิดความขัดแย้ง

สาเหตุของความขัดแย้ง หยิบอุปกรณ์การเรียนของเพื่อน โดยที่ไม่ได้ขอ หรือบางครั้งก็ใช้

คำพูดที่ไม่สุภาพ

ควรปฏิบัติตนอย่างไรไม่ให้เกิดความขัดแย้ง เมื่ออยากยืมอุปกรณ์ของเพื่อนให้กล่าวคำขอยืม

และใช้คำพูดที่สุภาพ

๒. นักเรียนเคยเกิดความขัดแย้งกับเพื่อนในเรื่องใด

สาเหตุของความขัดแย้งในครั้งนั้น

ในครั้งนั้นนักเรียนแก้ปัญหาอย่างไร

หากแก้ไขปัญหความขัดแย้งในครั้งนั้นได้อีกครั้ง นักเรียนจะแก้ไขอย่างไร

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ จึงควรมีวิธีแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการนำมาแก้ไขปัญหา เพื่อสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งจะส่งผลให้มีความสุขในการใช้ชีวิต

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

แสดงวิธีแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการแก้ไขปัญหาโดยใช้พฤติกรรมที่พึงประสงค์

๔. สาระการเรียนรู้

- พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.	-	ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูบทสนทนาระหว่าง คนในครอบครัวครอบครัวหนึ่ง - ครูและนักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	- นักเรียนดูบทสนทนาระหว่างคน ในครอบครัวครอบครัวหนึ่ง - นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์เหตุการณ์ ที่เกิดขึ้น	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบาย พฤติกรรมที่พึง ประสงค์ในการ แก้ไขปัญหา ความขัดแย้ง ในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- จากการแสดงความคิดเห็นของ นักเรียนครูนำมาเชื่อมโยงเข้าสู่ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการแก้ไข ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	- นักเรียนตั้งใจแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. แสดงวิธีแก้ไข ปัญหา ความขัดแย้ง	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูชี้แจงวิธีการทำ ใบงานที่ ๗ โดยให้ นักเรียนเขียนพฤติกรรมที่เพื่อนทำ แล้วเรารู้สึกดี และพฤติกรรมที่เพื่อน	- นักเรียนทำใบงานที่ ๗ โดยให้ นักเรียนเขียนพฤติกรรมที่เพื่อน ทำแล้วเรารู้สึกดี และพฤติกรรม ที่เพื่อนทำแล้วเรารู้สึกไม่ดี	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
	ในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน			ทำแล้วเรารู้สึกไม่ดี พร้อมเขียน วิธี การแก้ไขปัญหาคือความขัดแย้ง	พร้อมเขียนวิธีการแก้ไขปัญหา ความขัดแย้ง		
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการแก้ไข ปัญหาโดยใช้ พฤติกรรมที่พึง ประสงค์	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูกับนักเรียนร่วมสนทนากัน ในประเด็น ประโยชน์ของการแก้ไข ปัญหาโดยใช้พฤติกรรมที่พึงประสงค์	- นักเรียนร่วมสนทนากันในประเด็น ประโยชน์ของการแก้ไขปัญหา โดยใช้พฤติกรรมที่พึงประสงค์	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อยจากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสีสัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ใบงานที่ ๗ เรื่อง พฤติกรรมแบบนี้ เธอชอบหรือไม่

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ พร้อมอธิบาย

พฤติกรรมที่เพื่อนทำแล้วเรารู้สึกดี

พฤติกรรมที่เพื่อนทำแล้วเรารู้สึกไม่ดี	
พฤติกรรม	วิธีแก้ไขปัญหาคความขัดแย้ง

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

เฉลยใบงานที่ ๗ เรื่อง พฤติกรรมแบบนี้ เธอชอบหรือไม่

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง พฤติกรรมที่พึงประสงค์

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ พร้อมอธิบาย

พฤติกรรมที่เพื่อนทำแล้วเรารู้สึกดี
นักเรียนบันทึกผลของตนเอง
การตรวจคำตอบจะขึ้นอยู่กับ
ดุลยพินิจของผู้สอน

พฤติกรรมที่เพื่อนทำแล้วเรารู้สึกไม่ดี	
พฤติกรรม	วิธีแก้ไขปัญหาคือความขัดแย้ง

ชื่อ-สกุล ชั้น เลขที่

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมที่มีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัวยุคศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนเกิดได้จากหลากหลายสาเหตุ จึงควรมีวิธีแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม และเรียนรู้ถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดความขัดแย้ง

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)

อธิบายพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)

หลีกเลี่ยงการปฏิบัติพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไข้ปัญหาได้

๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)

เห็นประโยชน์ของการหลีกเลี่ยงการใช้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

๔. สาระการเรียนรู้

- พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๕.๑ ความสามารถในการคิด

๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร

๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๖.๑ ใฝ่เรียนรู้

๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.	-	ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูให้นักเรียนดูคลิป เรื่อง การใช้ ความรุนแรงในครอบครัว - ครูถามความคิดเห็นนักเรียนที่มีต่อ คลิปวิดีโอ	- นักเรียนดูคลิป เรื่อง การใช้ ความรุนแรงในครอบครัว - นักเรียนแสดงความคิดเห็นต่อ คลิปวิดีโอ	- สื่อ PowerPoint - https://www.youtube.com/watch?v=BOf1eJFaKQI	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. อธิบาย พฤติกรรมที่ไม่ พึงประสงค์ใน การแก้ไขปัญหา ความขัดแย้ง ในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	ขั้นสอน	๒๐ นาที	- จากความคิดเห็นของนักเรียนต่อ คลิปวิดีโอ ครูเชื่อมโยงเข้าสู่เรื่อง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ในการแก้ไข ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	- นักเรียนแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องพฤติกรรมที่ไม่ พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหา ความขัดแย้งในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. หลีกเลี่ยง การปฏิบัติ	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน	- นักเรียนอ่านเหตุการณ์ตัวอย่าง ที่ได้รับ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
	พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ในการแก้ไข ปัญหาได้			- ครูให้ตัวอย่างเหตุการณ์กลุ่มละ ๑ เหตุการณ์ - นักเรียนในกลุ่ม ร่วมกันระดมความคิด สังเกตด้านบวกและด้านลบของ เหตุการณ์นั้น ๆ แล้วบันทึกลงในกระดานในรูปแบบของแผนผังความคิด - ขณะนักเรียนทำกิจกรรม ครูคอย ตรวจสอบ โดยสังเกตพฤติกรรม การเรียนและช่วยเหลือให้คำแนะนำ	- นักเรียนในกลุ่ม ร่วมกันระดมความคิด สังเกตด้านบวกและด้านลบของเหตุการณ์นั้น ๆ แล้วบันทึกลงในกระดานในรูปแบบของแผนผังความคิด		ผลงาน นักเรียน
๔.	๓. เห็นประโยชน์ ของการหลีกเลี่ยง การใช้พฤติกรรม ที่ไม่พึงประสงค์	ขั้นสรุป	๑๐ นาที	- ครูแจกแบบทดสอบหลังเรียน - ครูและนักเรียนเฉลยแบบทดสอบ หลังเรียนร่วมกัน	- นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน - นักเรียนและครูเฉลยแบบทดสอบหลังเรียนร่วมกัน	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- ๑) สื่อ PowerPoint เรื่อง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
- ๒) แบบทดสอบหลังเรียน

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อย จากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่งวาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มี การตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา เวลา ๑ ชั่วโมง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด

- พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครั้ว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต
- ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม
- ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย
- ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาคัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

๒. สาระสำคัญ/ความคิดรวบยอด

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางเพศ ดังนั้นจึงต้องรู้จักดูแลตนเอง ปฏิบัติตนให้เหมาะสม ตลอดจนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ช่วยแก้ไขปัญหาคัดแย้งในครอบครัวและเพื่อน เพื่อให้สามารถปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขและเกิดความอบอุ่นในครอบครัว

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๓.๑ ด้านความรู้ ความเข้าใจ (K)
ระบุแนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น
- ๓.๒ ด้านทักษะ/กระบวนการ (P)
ปฏิบัติตนในการแก้ไขปัญหได้อย่างเหมาะสม
- ๓.๓ ด้านคุณลักษณะ เจตคติ ค่านิยม (A)
เห็นความสำคัญของการแก้ไขปัญหอย่างเหมาะสม

๔. สาระการเรียนรู้

- แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- ๕.๑ ความสามารถในการคิด
- ๕.๒ ความสามารถในการสื่อสาร
- ๕.๓ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

- ๖.๑ ใฝ่เรียนรู้
- ๖.๒ มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) จำนวน ๑ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
๑.		ขั้นนำ	๑๐ นาที	- ครูตั้งคำถามสำคัญ “นักเรียนคิดว่าการเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมใดที่เป็นปัญหาบ้าง แล้วส่งผลต่อใครบ้าง”	- นักเรียนตอบคำถาม “นักเรียนคิดว่าการเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น พฤติกรรมใดที่เป็นปัญหาบ้าง แล้วส่งผลต่อใครบ้าง”	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๒.	๑. ระบุแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น	ขั้นสอน	๒๕ นาที	- ครูเชื่อมโยงคำตอบของนักเรียนสู่กิจกรรมแบบแผนความคิดแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น	- นักเรียนตั้งใจฟังวิธีการทำกิจกรรมแบบแผนความคิดแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม
๓.	๒. ปฏิบัติตนในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างเหมาะสม	ขั้นปฏิบัติ	๑๐ นาที	- ครูอธิบายกิจกรรมแบบแผนความคิดแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น ๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๔ คน ๒. นักเรียนระดมความคิดร่วมกันในหัวข้อแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น โดยแบ่งออกเป็นพฤติกรรมในการปรับตัวต่อ	- นักเรียนเริ่มทำกิจกรรมแบบแผนความคิดแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น ๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๔ คน ๒. นักเรียนระดมความคิดร่วมกันในหัวข้อแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น โดยแบ่งออกเป็นพฤติกรรมในการปรับตัวต่อ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ ประเมิน ผลงาน นักเรียน

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
				การเปลี่ยนแปลงทางเพศ พฤติกรรมการปฏิบัติตนเพื่อ ครอบครัวที่อบอุ่น และพฤติกรรม ที่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหา ความขัดแย้ง ๓. จาก ๓ หัวข้อดังกล่าว ให้นักเรียน ช่วยกันคิดแต่ละหัวข้อ ต้องประกอบด้วยชื่อปัญหา สาเหตุของปัญหา และแนวทาง การแก้ปัญหา - ขณะนักเรียนทำกิจกรรม ครูคอย ตรวจสอบ โดยสังเกตพฤติกรรม การเรียนรู้และช่วยเหลือให้ คำแนะนำ	การเปลี่ยนแปลงทางเพศ พฤติกรรมการปฏิบัติตนเพื่อ ครอบครัวที่อบอุ่น และ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ๓. จาก ๓ หัวข้อดังกล่าว ให้นักเรียนช่วยกันคิดแต่ละ หัวข้อต้องประกอบด้วยชื่อ ปัญหา สาเหตุของปัญหา และ แนวทางการแก้ปัญหา		
๔.	๓. เห็น ความสำคัญ ของการมี ครอบครัวที่	ขั้นสรุป	๕ นาที	- ครูและนักเรียนสรุปบทเรียน จากกิจกรรมที่นักเรียนนำเสนอ	- นักเรียนสรุปบทเรียนจากกิจกรรม ที่นักเรียนนำเสนอ	- สื่อ PowerPoint	- แบบ สังเกต พฤติกรรม

ลำดับ ที่	จุดประสงค์ การเรียนรู้	ขั้นตอนการ จัดการเรียนรู้	เวลา ที่ใช้	แนวการจัดการเรียนรู้		สื่อการเรียนรู้	ประเมิน การเรียนรู้
				กิจกรรมครู	กิจกรรมนักเรียน		
	อบอุ่นตาม วัฒนธรรมไทย						



๘. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

- สื่อ PowerPoint เรื่อง แนวทางการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น

๙. การประเมินผลรวบยอด

ชิ้นงานหรือภาระงาน

เกณฑ์การประเมินผล ผลงานนักเรียน

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔ (ดีมาก)	๓ (ดี)	๒ (พอใช้)	๑ (ปรับปรุง)
๑. ความถูกต้องของเนื้อหา	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ครบถ้วนสมบูรณ์	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๑ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดไม่เกิน ๒ แห่ง	ตรงตามเนื้อหาที่กำหนด ผิดมากกว่า ๓ แห่ง
๒. ความคิดสร้างสรรค์	เป็นชิ้นงานที่แปลกใหม่ไม่เหมือนตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม ประณีต รายละเอียดสมบูรณ์	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุง ไม่แปลกใหม่ คล้ายตัวอย่าง ตกแต่งสวยงาม รายละเอียดมาก	เป็นชิ้นงานที่ปรับปรุงดัดแปลง เล็กน้อย จากตัวอย่าง	เป็นชิ้นงานที่เหมือนตัวอย่าง รายละเอียดไม่ครบ
๓. ความสวยงาม	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพระบายสี สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพระบายสี แต่ไม่สัมพันธ์กับเนื้อหา	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ตกแต่ง วาดภาพ แต่ไม่ระบายสี	ชิ้นงานสะอาด เรียบร้อย ไม่มีการตกแต่ง

เกณฑ์ในการวัดและประเมินผล

คะแนน	๑๐-๑๒	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	๗-๙	หมายถึง	ดี
คะแนน	๔-๖	หมายถึง	พอใช้
คะแนน	๑-๓	หมายถึง	ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับ พอใช้ขึ้นไป

๑๐. บันทึกผลหลังสอน

ผลการจัดการเรียนการสอน

.....

.....

ความสำเร็จ

.....

.....

ปัญหาและอุปสรรค

.....

.....

ข้อจำกัดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้ และข้อเสนอแนะ/แนวทางการปรับปรุงแก้ไข

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้สอน
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑๑. ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะของผู้บริหารหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ
(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา _____

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้

ระดับความสามารถ : ดีมาก ค่อนข้างดี ดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ค่อนข้างดี	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม					
๒	สามารถระบุประโยชน์ของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย					
๓	มีวิธีปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัวและกลุ่มเพื่อน					
๔	ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อนได้					

๒. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ / ยังทำได้ไม่ดี คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....

๓. สิ่งที่ยังตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....



บันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)

ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

สิ่งหนึ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากการเรียนวิชานี้ในปลายภาคเรียน คือ _____

ฉันน่าจะเรียนรู้ได้ดีกว่านี้หาก _____

สิ่งที่ฉันอยากจะบอกคุณครู คือ _____

สิ่งที่ฉันควรปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น คือ _____

ปัญหาในการเรียนของฉัน คือ _____

บรรณานุกรม/แหล่งอ้างอิง

กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้, สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (๒๕๕๘). **หลากหลายเทคนิควิธีสอนสู่การพัฒนาคุณภาพผู้เรียน**. เอกสารประกอบการอบรม.

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงาน. (๒๕๕๓). **แนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงาน. (๒๕๕๙). **แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (๒๕๖๑). **ชุดเอกสารสื่อ ๖๐ พรรษา สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. ชุดการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ (สำหรับครูผู้สอน) กลุ่มบูรณาการหน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ สุขภาพดีชีวิเป็นสุข ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ (ฉบับปรับปรุง)**.



ภาคผนวก ก

แบบประเมินรวมรายหน่วยการเรียนรู้



แบบประเมินความรู้รวม
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเดินทางของอาหาร

ชื่อ-สกุลชั้น/ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง

๑. แบบประเมินความรู้/ทักษะ/ภาระงาน/ชิ้นงาน รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เพื่อวัดผลการเรียนรู้ระหว่างเรียนหรือจบหน่วยการเรียนรู้

๒. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคุณภาพ (คำอธิบายระดับคุณภาพแสดงที่ท้ายหน่วยการเรียนรู้) ๔ = ดีมาก ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ปรับปรุง

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔	๓	๒	๑
๑. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ				
๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ				
๓. ความสามารถในการสื่อสารและความสามารถในการคิด				
รวม				
ระดับคุณภาพ				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

หมายเหตุ ครูผู้สอนสามารถปรับ/เพิ่ม ประเด็นการประเมินทักษะ/สมรรถนะตามภาระงาน/ชิ้นงาน

แบบประเมินคุณลักษณะและเจตคติ

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ การเดินทางของอาหาร

ชื่อ-สกุลชั้น/ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง

๑. แบบประเมินคุณลักษณะและเจตคติดรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เพื่อวัดผลด้านคุณลักษณะและเจตคติระหว่างเรียนหรือจบหน่วยการเรียนรู้

๒. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคุณภาพ (คำอธิบายระดับคุณภาพแสดงที่ท้ายหน่วยการเรียนรู้) ระดับคุณภาพ ๔ = ดีมาก ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ปรับปรุง

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔	๓	๒	๑
๑. แสดงพฤติกรรมกาใ้รู้				
๒. แสดงพฤติกรรมความมุ่งมั่น				
รวม				
ระดับคุณภาพ				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

หมายเหตุ ครูผู้สอนสามารถปรับ/เพิ่ม ประเด็นการประเมินคุณลักษณะได้ตามบริบทของโรงเรียน

แบบประเมินรวม

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

ชื่อ-สกุลชั้น/ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง

๑.แบบประเมินความรู้/ทักษะ/ภาระงาน/ชิ้นงาน รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เพื่อวัดผลการเรียนรู้ระหว่างเรียนหรือจบหน่วยการเรียนรู้

๒. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคุณภาพ (คำอธิบายระดับคุณภาพแสดงที่ท้ายหน่วยการเรียนรู้) ระดับคุณภาพ ๔ = ดีมาก ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ปรับปรุง

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔	๓	๒	๑
๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม				
๒. อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย				
๓. ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน				
รวม				
ระดับคุณภาพ				

ผ่าน ระดับพอใช้ขึ้นไป

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

หมายเหตุ ครูผู้สอนสามารถปรับ/เพิ่ม ประเด็นการประเมินทักษะ/สมรรถนะตามภาระงาน/ชิ้นงาน

แบบประเมินคุณลักษณะและเจตคติ

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ พฤติกรรมดีมีวิธีแก้ปัญหา

ชื่อ-สกุลชั้น/ห้อง.....เลขที่.....

คำชี้แจง

๑. แบบประเมินคุณลักษณะและเจตคติดรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา(สุขศึกษา) ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เพื่อวัดผลด้านคุณลักษณะและเจตคติระหว่างเรียนหรือจบหน่วยการเรียนรู้

๒. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคุณภาพ (คำอธิบายระดับคุณภาพแสดงที่ท้ายหน่วยการเรียนรู้) ระดับคุณภาพ ๔ = ดีมาก ๓ = ดี ๒ = พอใช้ ๑ = ปรับปรุง

ประเด็นการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
	๔	๓	๒	๑
๑. แสดงพฤติกรรมกาใ้รู้				
๒. แสดงพฤติกรรมความมุ่งมั่น				
รวม				
ระดับคุณภาพ				

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

หมายเหตุ ครูผู้สอนสามารถปรับ/เพิ่ม ประเด็นการประเมินคุณลักษณะได้ตามบริบทของโรงเรียน

แบบบันทึกการตอบคำถามกิจกรรม คนเก่งติดดาว

หน่วยการเรียนรู้ที่

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ภาคเรียนที่ ๑

เรื่อง

คำชี้แจง นักเรียนตอบถูกต้อง จะได้จำนวนดาวมากขึ้น

กลุ่ม	สัปดาห์ที่ ๑					สัปดาห์ที่ ๒					สัปดาห์ที่ ๓					รวม คะแนน	สรุปผล
	๑	๒	๓	๔	๕	๑	๒	๓	๔	๕	๑	๒	๓	๔	๕		
๑																	
๒																	
๓																	
๔																	
๕																	
๖																	
๗																	

เกณฑ์การตัดสิน

- จำนวนดาว ๑๒-๑๕ หมายถึง ดีมาก
- จำนวนดาว ๘-๑๑ หมายถึง ดี
- จำนวนดาว ๔-๗ หมายถึง พอใช้
- จำนวนดาว ๑-๓ หมายถึง ปรับปรุง

เกณฑ์การผ่าน ตั้งแต่ระดับพอใช้ขึ้นไป

ภาคผนวก ข

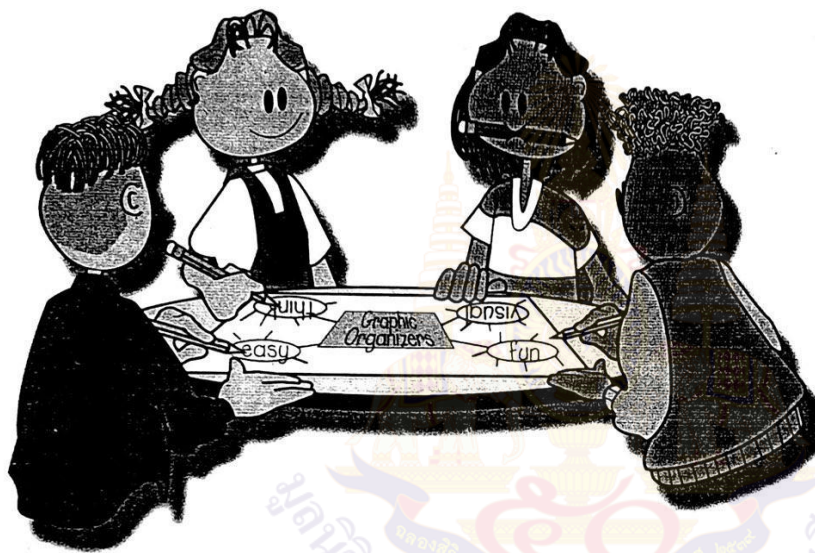
แผนผังความคิด
(Graphic Organizers)





Graphic Organizers

Graphic Organizers are visual frames used to represent and organize learning information. Graphic organizers engage students' visual intelligence, stretch students' thinking skills, and promote active learning. We may use graphic organizers to plan lessons, units, and present information to our students. This *SmartCard* explores the rationale for using graphic organizers, provides ideas for use in your classroom, and illustrates over 30 graphic organizers to transform your class into a visual think tank!



Ideas and Activities for My Class

• **Presentations** - On the board or overhead, display a filled-in graphic organizer relating to the topic as you teach. Alternatively, fill in a graphic organizer as you teach. Encourage students to use Mind Maps and other organizers for visual note-taking and as visual aids in their own presentations.

• **Cooperative Learning** - Graphic organizers are excellent for cooperative learning. Have students work in pairs or in teams to fill in or create their organizers. Have students take turns so no single student does all the work and/or have each student use a different colored marker to tell at a glance that everyone is contributing. One favorite method is to have teams brainstorm ideas, organize them in their own frame, then share and compare their organizers with other teams.

• **Reflection and Assessment** - After an activity, lesson or unit, have students create graphic organizers to summarize and reflect on what they learned. Mind Maps work especially well for big concepts. Collect students' organizers to authentically assess their learning.

• **Find My Rule** - This is a fun, cooperative logic activity that works with numerous organizers across the curriculum. Draw an organizer on the board. A math example: Draw two category boxes. Add a symmetrical shape to Box 1 and an asymmetrical shape to Box 2. Have students discuss why the shapes belong in different categories. Continue to add items, until a team thinks they know the rule. Teams show they know the rule by correctly adding the next items to the organizers. Continue adding items until all teams have "found your rule."

• **Prewriting** - Have students fill in a graphic organizer before they write an essay, story, or steps, or as they prepare a presentation. The graphic organizer depends on the content. For example, for a compare & contrast essay, use a Venn Diagram; for writing instructions, use a Step Chart.

• **Bulletin Boards & Displays** - On the bulletin board, post the many types of organizers; highlight a specific organizer; or display students' completed organizers on any topic.

Why Use Them?

Higher-Level Thinking

Graphic organizers expand many facets of students' higher-level thinking skills include analyzing, synthesizing, evaluating, relating and developing concepts, categorizing, sequencing, and comparing & contrasting.

Comprehension

Using graphic organizers helps students better understand the learning material. Students make content connections, and can see how the information is related.

Memory

Graphic organizers facilitate long-term retention of information. Information in organizers is presented in short, easy-to-remember visual cues rather than long cumbersome text. Students remember more of what they see than what they hear and write.

Brain-Based Learning

Our brains process and store information in a uniform fashion. We strive to make sense of information, and search for patterns and organization. Graphic organizers promote brain-compatible learning.

Multiple Intelligences

Graphic organizers strongly engage four intelligences simultaneously:

- **Verbal/Linguistic** - Students select words and phrases for their organizers
- **Logical/Mathematical** - Organizers often deal with hierarchy, sequence, part/whole relationships, concept development, cycles — all logical processes.
- **Visual/Spatial** - The learning material is organized in a visual format.
- **Naturalist** - Different graphic organizers engage different facets of the naturalist intelligence, such as: categorizing, classifying, sequencing, attention to attributes, comparing & contrasting.

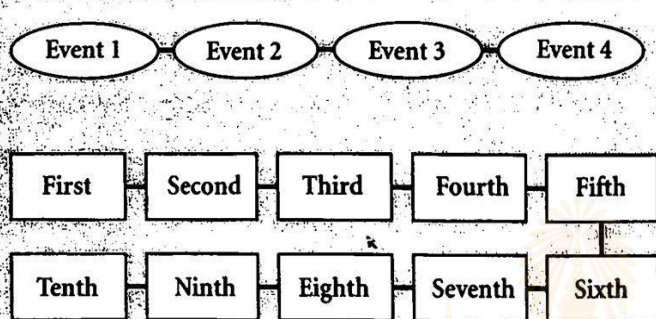
Language Learning & ESL

Information is presented visually rather than verbally which helps limited English proficient students grasp basic concepts.

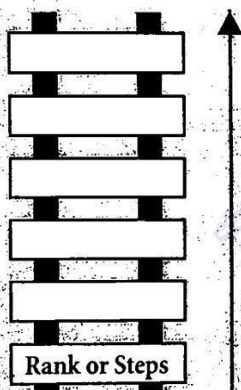
Graphic Organizers! Transform

Sequence Organizers

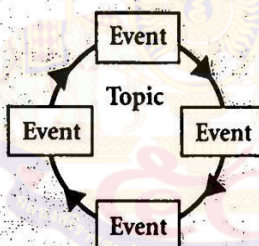
Chains



Ladder

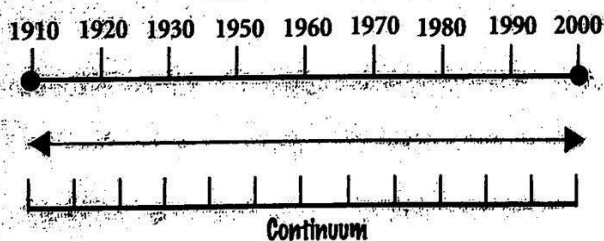


Cycle Graph



Line Graphs

Time Line & Number Line



Cartoon & Picture Strip

Picture 1	Picture 2	Picture 3	Picture 4	Picture 5

Ideas for Sequence Organizers



Mathematics

- Area, Volume
- Decimals
- Degree of Angle
- Fractions
- Length
- Money
- Number Lines
- Number of Sides
- Numerical Order
- Order of Operation
- Ordinal Sequence
- Percents
- Roman Numerals
- Steps of Problem Solving
- Time
- Weight

Language Arts

- Alphabetical Order
- Parts of a Book
- Parts of a Letter
- Parts of an Essay
- Parts of a Paragraph
- Story Plot, Sequence of Events
- Writing Directions
- Writing Instructions
- Writing Process



Social Studies

- Historical Events
- Inventions
- Presidents
- Sequence of Events
- Time Lines
- Time Periods

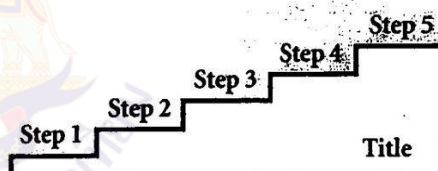


Science

- Chain of Events
- Consequences of Action
- Food Chain
- Planets from Sun
- Procedures for Experiment
- Scientific Method
- Seasonal Cycle
- Water Cycle

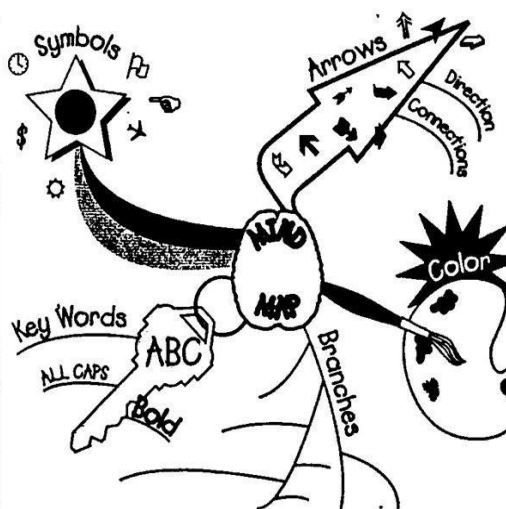


Step Chart



Concept Development

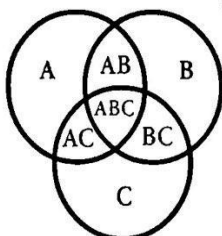
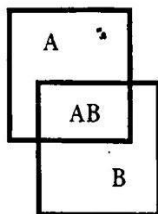
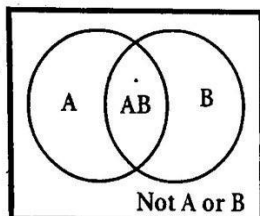
Mind Map



your class into a visual think tank!

Compare/Contrast Organizers

Venn Diagrams



Ideas for Compare/Contrast Organizers

- Math**
- Addition/Subtraction
 - Acute/Obtuse
 - Concave/Convex
 - Fractions/Decimals
 - Metric/ Inch-Pound
 - Multiplication/Division
 - Symmetrical/Asymmetrical

- Language Arts**
- Authors
 - Book/Movie
 - Business/Friendly Letter
 - Characters in Same Book
 - Characters in Different Books
 - Fairy Tales
 - Stories

- Social Studies**
- Articles of Confederation/Constitution
 - Careers
 - Cultures
 - Historical Events
 - Judicial/Executive/Legislative Branches
 - Presidents
 - State/Federal
 - Wars

- Science**
- Animals
 - Fruits/Vegetables
 - Solids/Liquid/Gas
 - Vitamins

Comparison Charts

Same	Different

T-Chart

Item 1	Item 2
with regard to Characteristic 1	
with regard to Characteristic 2	
with regard to Characteristic 3	

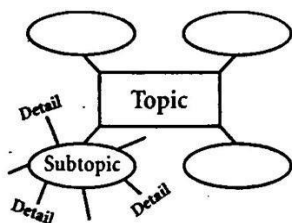
Compare or Contrast Chart

Item 1	Item 2	Item 1	Item 2
Compare		Contrast	
with regard to Characteristic 1		with regard to Characteristic 1	
with regard to Characteristic 2		with regard to Characteristic 2	
with regard to Characteristic 3		with regard to Characteristic 3	

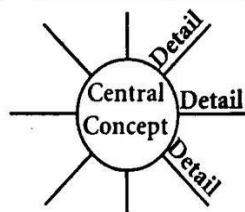
Compare & Contrast Chart

Organizers

Word Web



Concept Map



Concept Charts

Who
What
Where
When
Why

5W Chart

Looks
Tastes
Feels
Smells
Sounds

Senses Chart

Know	Wonder	Learned

Know-Wonder-Learned Chart

Ideas for Concept Development Organizers

- Math**
- Fractions, Decimals, Percents
 - Numbers
 - Operations (+, -, x, ÷)
 - Patterns
 - Place Value
 - Probability
 - Time, Money

- Language Arts**
- Book, Poem, Story
 - Fairy Tale
 - Grammar
 - The Library

- Social Studies**
- Career
 - Culture
 - Current Event
 - Explorer
 - Historical Event
 - Mission
 - Native Americans
 - Neighborhood
 - President
 - State
 - War

- Science**
- Animal
 - Acid Rain
 - Adaptation
 - Dinosaurs
 - Electricity
 - Health
 - Human Body
 - Magnets
 - Rainforest
 - Seas
 - Solar System
 - Weather



1 (800) WEE CO-OP

© 2001 K



More Great Graphic Organizers!

Evaluation Organizers

Evaluation Charts

P	M	I
Plus	Minus	Interesting

PMI Chart

+	-
Positive or Like or Agree	Negative or Dislike or Disagree

Plus/Minus T-Chart

Scales

Agreement Scales

Disagree Agree

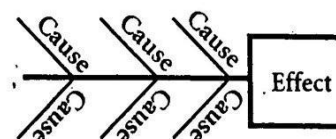
Strongly Disagree 1 2 3 4 5 Strongly Agree

Evaluation Scale

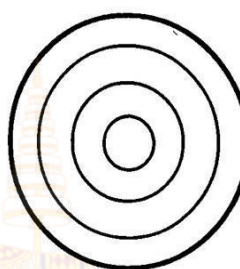
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Needs Work Satisfactory Excellent

Relational Organizers

Fish Bone

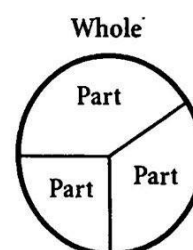


Target



Embedded Concepts or Objects

Pie Chart



Ideas for Categorize/Classify Organizers

Language Arts

- Common Nouns, Proper Nouns
- End Marks
- Nouns, Verbs, Adjectives, Adverbs
- Phonetic Sounds

Math

- Acute/Obtuse
- Coins
- Factor Tree
- Odd/Even Numbers
- Round Up/Round Down
- Shapes

Science

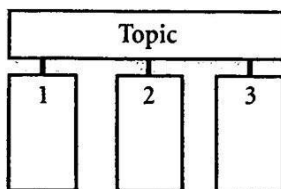
- Birds, Mammals, Reptiles, Amphibians, Fish
- Carnivores, Herbivores, Omnivores
- Food Pyramid
- Pasta, Beans, Buttons, Nuts, Bolts, Screws
- Plants, Trees, Flowers
- Taxonomy
- Things That Walk, Fly, Swim
- Travel by Air, Land, Sea

Social Studies

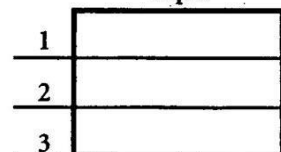
- Caste System
- Family Tree
- Military Rank
- North of, South of, East of, West of
- Social Stratification
- WWI/ WWII, Vietnam War/Korean War

Categorize/Classify Organizers

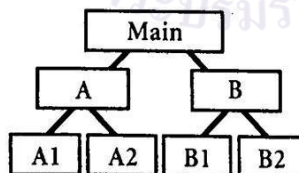
Categories



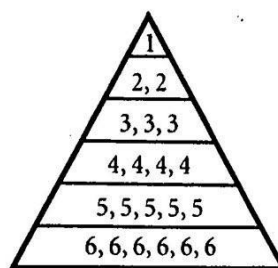
Topic



Tree

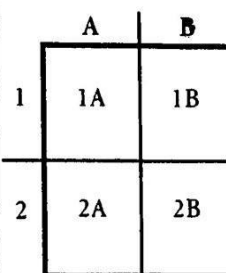


Pyramid



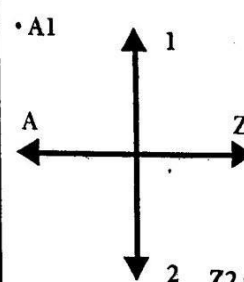
Hierarchical

Matrix



2 x 2 Matrix

Plot



แผนผังความคิด

(Graphic Organizers)

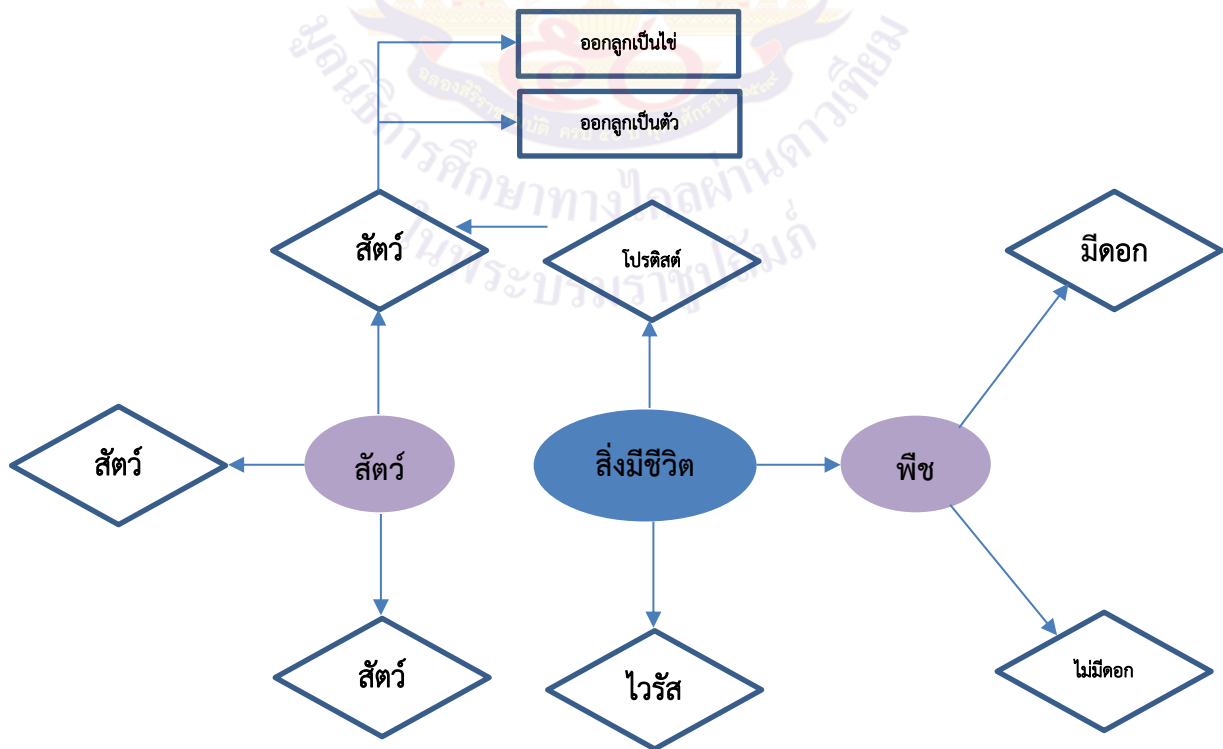


แผนผังความคิด (Graphic Organizers)

แผนผังความคิด เป็นการฝึกให้ผู้เรียนรวบรวมข้อมูลหรือความรู้ จากการศึกษาค้นคว้า การอ่าน การฟัง คำบรรยาย แล้วนำข้อมูลมาจัดกลุ่ม เขียนเป็นภาพแสดงให้เห็นถึงโครงสร้างความคิด กระบวนการคิด และความสัมพันธ์ของกระบวนการคิด โดยใช้รูปภาพหรือแผนภาพ

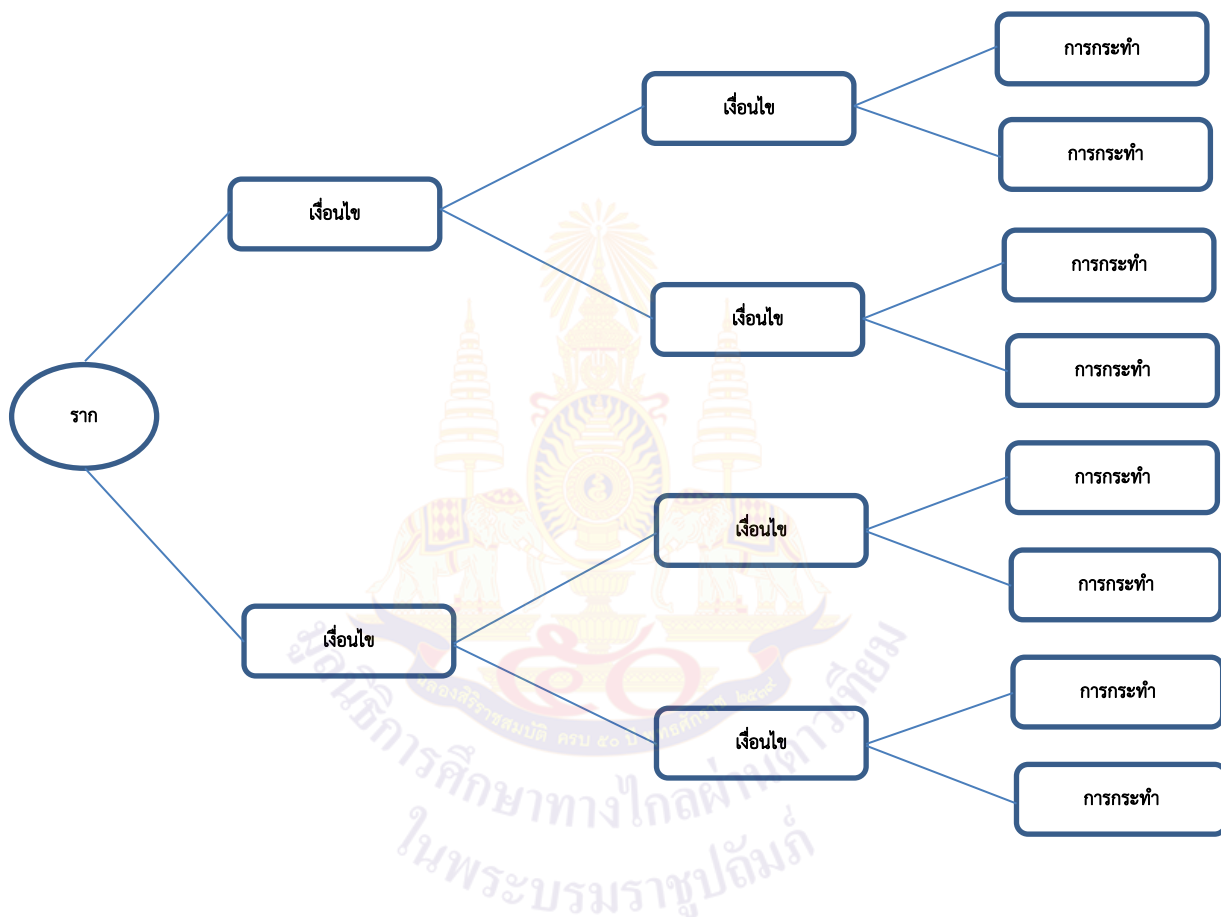
ผังความคิด (Mind Mapping)

เป็นการแสดงโครงสร้างของความสัมพันธ์ของกระบวนการคิดตั้งแต่ต้นจนจบ ช่วยให้เห็นภาพรวมของความคิดและเค้าโครงของความคิดในเรื่องที่กำลังคิด ทำให้มองเห็นความสัมพันธ์ของความคิด ทำได้โดยเขียนความคิดหลักไว้ตรงกลางและโยงเส้นให้สัมพันธ์กับความคิดรองความคิดย่อย และความคิดที่แยกย่อยที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันก็ขยายได้ต่อไปอีก ไม่มีทิศทางที่กำหนดแน่นอนตายตัว ดังตัวอย่างต่อไปนี้



ผังแสดงความสัมพันธ์แบบโครงสร้างต้นไม้ (Tree Structure)

ผังแสดงความสัมพันธ์แบบโครงสร้างต้นไม้ จะใช้ในการแสดงความสัมพันธ์ของเรื่องที่มีความสำคัญลดหลั่นกันเป็นลำดับจากใหญ่ไปหาจุดเล็ก ๆ รูปร่างของการเขียนจะมีโครงสร้างลักษณะคล้ายต้นไม้ที่มีกิ่งก้านหรืออาจจะมีลักษณะคล้ายแผนภูมิการบริหารองค์การวิธีการเขียนให้เริ่มต้นหัวข้อเรื่องไว้ข้างบนหรือตรงกลางแล้วลากเส้นให้เชื่อมโยงกับความคิดรวบยอดอื่น ๆ ที่มีความสำคัญรองลงไปตามลำดับ



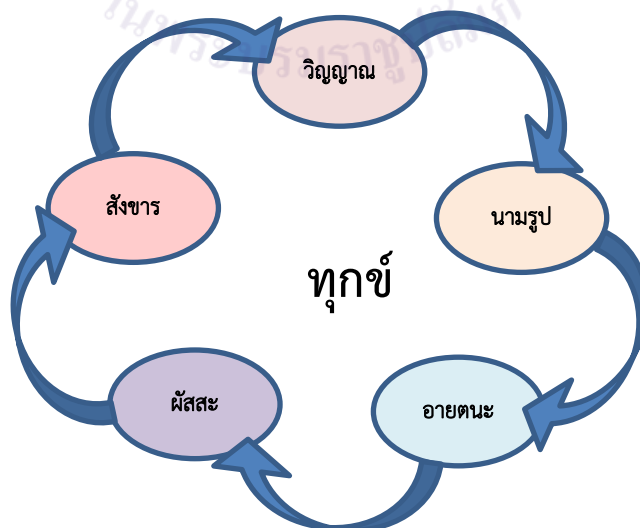
ผังรูปแบบเวนน์ (Venn Diagram)

เป็นการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของสิ่งของหรือแนวคิดตั้งแต่ ๒ สิ่งขึ้นไปว่าส่วนใดลักษณะใดที่มีความเหมือนหรือความต่างกัน เป็นการคิดแบบหาตัวร่วมในสิ่งที่เหมือนกัน ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักจำแนกความเหมือนและความต่างของสิ่งของ สถานที่ และบุคคล หรืออื่น ๆ ได้ดี โดยการเขียนเป็นแผนภาพแสดงความสัมพันธ์ ดังตัวอย่างนี้



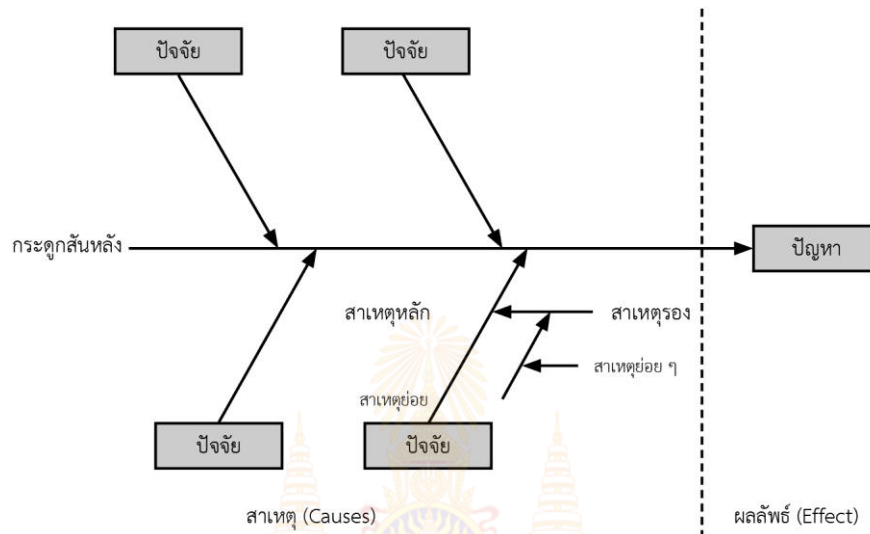
ผังความคิดแบบวงจร (The Circle)

เป็นการคิดแบบเป็นวงจรหรือวงกลม โดยในวงกลมจะไม่มีจุดเริ่มต้นหรือจุดจบเพื่อเสนอขั้นตอนต่าง ๆ ที่สัมพันธ์เรียงลำดับเป็นวงกลม ตัวอย่างเช่น



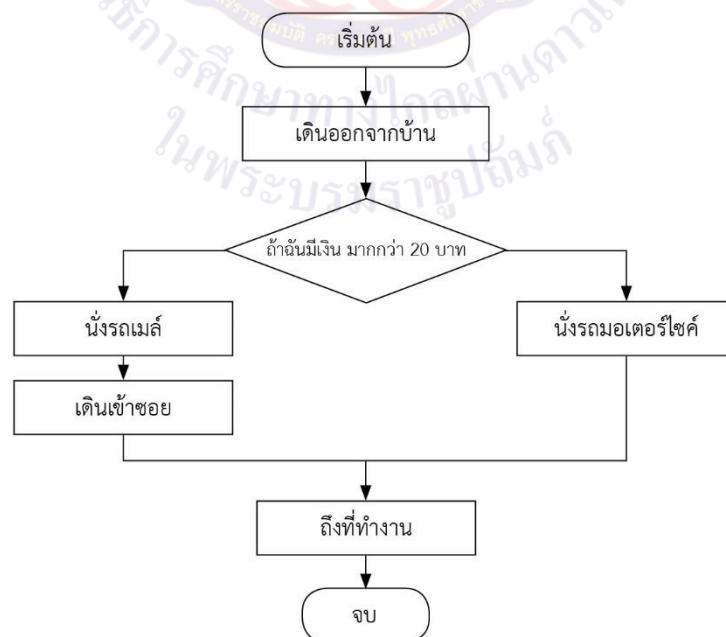
ผังก้างปลา (The Fish Bone)

เป็นการคิดหาสาเหตุของปัญหา เช่น แดงหน้าเรียนเพราะสาเหตุใด เป็นต้น การเขียนแผนผังทำได้โดยกำหนดเรื่องแล้วหาสาเหตุและผลต่าง ๆ ในแต่ละด้าน ตัวอย่างเช่น



ผังแบบลำดับขั้นตอน (Sequence Chart)

แผนผังแบบลำดับขั้นตอนเป็นแผนผังที่แสดงให้เห็นถึงสภาพการณ์หรือเนื้อหาสาระที่เป็นกระบวนการเรียงตามลำดับขั้นตอน เป็นแผนผังที่แสดงให้เห็นถึงสภาพเหตุการณ์หรือเนื้อหาสาระที่เป็นกระบวนการเรียงตามลำดับต่อเนื่อง ตัวอย่างเช่น



ภาคผนวก ค

แบบบันทึกการเรียนรู้
(Learning Logs)



การประเมินตนเอง (Self Reflection) และการทำแบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)

การประเมินตนเอง/การบันทึกการเรียนรู้ เป็นการประเมินตนเอง/บันทึกสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากเนื้อหา บทเรียน หรือวิธีการดำเนินงานเกี่ยวกับกระบวนการที่ได้จากการเรียนรู้ของตน การประเมินตนเอง/บันทึกการเรียนรู้เป็นเครื่องมือที่สะท้อนการเรียนรู้ของผู้เรียนและการค้นพบปัญหาการเรียนรู้ รวมทั้งเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งที่เรียนรู้กับประสบการณ์เดิม

แนวทางการใช้การประเมินตนเอง (Self Reflection)/การทำแบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning Logs)

ก่อนการประเมินตนเอง/การเขียนบันทึกการเรียนรู้ ครูควรชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจความหมายของการประเมินตนเอง/บันทึกการเรียนรู้ ลักษณะของการเขียนประโยชน์ ความยาวของการบันทึกการเรียนรู้ที่เขียนในแต่ละครั้ง เกณฑ์การเขียน การกำหนดเวลาส่งบันทึกการเรียนรู้ การยกตัวอย่างของการประเมินตนเอง/บันทึกการเรียนรู้ เพื่อให้ นักเรียนวางแผนการประเมินตนเอง/การเขียนบันทึกการเรียนรู้ของตนเองได้ ทั้งนี้ ในครั้งแรกครูควรทำร่วมกับนักเรียนเพื่อแนะนำวิธีการเขียนแบบสะท้อนคิด

การประเมินตนเอง/การเขียนบันทึกการเรียนรู้ในระยะเริ่มต้น ควรให้นักเรียนบันทึกการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับเนื้อหาที่เรียนเพราะสามารถเขียนได้ง่ายกว่า จะทำให้ผู้เรียนมีกำลังใจในการเขียนบันทึกการเรียนรู้

การให้ผลสะท้อนกลับของครูต่อนักเรียนควรทำด้วยความเต็มใจ ครูอ่านบันทึกการเรียนรู้ แล้วพูดหรือเขียนตอบกลับไปบนบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนในทันที สิ่งที่ครูตอบกลับควรเป็นการแนะนำแนวทางการให้ความคิดเห็นการให้กำลังใจ การชมเชย หรือตอบกลับปัญหาที่ผู้เรียนถาม รวมไปถึงการตั้งคำถามเพื่อให้ นักเรียนได้มีการคิดเพื่อตอบกลับมายังผู้สอน หากครูมีเวลา ควรอ่านบันทึกการเรียนรู้และตอบกลับในชั้นเรียน และควรอ่านสิ่งที่นักเรียนบันทึกพร้อมให้ข้อมูลย้อนกลับ เสนอแนะในเชิงบวกและสร้างสรรค์

การให้ผลสะท้อนกลับของครูต่อนักเรียนควรทำด้วยความเต็มใจ ครูอ่านบันทึกการเรียนรู้แล้วพูดหรือเขียนตอบกลับไปบนบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนในทันที สิ่งที่ครูตอบกลับควรเป็นการแนะนำแนวทางการให้ความคิดเห็น การให้กำลังใจ การชมเชย หรือการตอบกลับปัญหาที่ผู้เรียนถาม รวมไปถึงการตั้งคำถามเพื่อให้ นักเรียนได้มีการคิดเพื่อตอบกลับมายังผู้สอน หากครูมีเวลาควรอ่านบันทึกการเรียนรู้และตอบกลับในชั้นเรียน และควรอ่านสิ่งที่นักเรียนบันทึกพร้อมให้ข้อมูลย้อนกลับ เสนอแนะในเชิงบวกและสร้างสรรค์

การประเมินการเรียนรู้ของนักเรียนแต่ละคน โดยการประเมินตนเอง (Self Reflection)/การทำแบบบันทึกการเรียนรู้ (Learning logs) เพื่อเปิดโอกาสได้สะท้อนคิดสิ่งที่เรียนรู้ทั้งที่ทำได้ดีและยังต้องพัฒนา โดยให้นักเรียนทำแบบประเมินตนเองหลังจบการเรียนรู้แต่ละหน่วยการเรียนรู้ และทำแบบบันทึกการเรียนรู้ในช่วงกลางภาคเรียนและปลายภาคเรียน โดยครูเติมประเด็นสำคัญที่สอดคล้องกับสาระการเรียนรู้หรือหัวเรื่องของแต่ละวิชาให้ได้ประเมินตนเอง ทั้งนี้เพื่อให้ครูนำข้อมูลจากแบบบันทึกเพื่อพัฒนาการสอนของตัวเองและช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคลต่อไป



ชื่อ : _____	วัน เดือน ปี _____
หน่วยการเรียนรู้ที่ _____ เรื่อง _____	

คำชี้แจง

๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้ เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียน

☆ ปรับปรุง ☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ค่อนข้างดี ☆☆☆☆ ดี ☆☆☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆

*หมายเหตุ : ครูเติมประเด็นที่ต้องการให้นักเรียนประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆	จำนวน.....	☆☆	จำนวน.....
☆☆☆	จำนวน.....	☆☆☆☆	จำนวน.....
☆☆☆☆☆	จำนวน.....		

สรุป : วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ดี ค่อนข้างดี ดีมาก



ชื่อ : _____	วัน เดือน ปี _____
หน่วยการเรียนรู้ที่ _____ เรื่อง _____	

คำชี้แจง

๑. ระบายสีลงใน ☆ ของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมินเหล่านี้ เพื่อประเมินการเรียนรู้ของนักเรียน

☆ ปรับปรุง ☆☆ พอใช้ ☆☆☆ ค่อนข้างดี ☆☆☆☆ ดี ☆☆☆☆☆ ดีมาก

กิจกรรม	ระดับความสามารถ
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆

๒. นับจำนวนดาวจากตารางข้างบนเพื่อบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน ดังนี้

☆	จำนวน.....	☆☆	จำนวน.....
☆☆☆	จำนวน.....	☆☆☆☆	จำนวน.....
☆☆☆☆☆	จำนวน.....		

สรุป : วงกลมรอบผลการเรียนรู้ของนักเรียน โดยนับจากข้อที่ได้ดาวมากที่สุด

ปรับปรุง พอใช้ ดี ค่อนข้างดี ดีมาก

๓. กาเครื่องหมาย ✓ ลงใน □ ที่นักเรียนวางแผนจะทำเพื่อพัฒนาการเรียนในครั้งต่อไป (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

□ _____	□ _____
□ _____	□ _____



ชื่อ : _____ สกุล : _____ วัน _____ เดือน _____ พ.ศ. _____

หน่วยการเรียนรู้ที่ _____ เรื่อง _____

๑. ประเมินการเรียนรู้ของตนเอง

กาเครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความสามารถของแต่ละกิจกรรมที่นักเรียนคิดว่าทำได้ตามระดับการประเมิน
เหล่านี้ ระดับความสามารถ : ดีมาก ค่อนข้างดี ดี พอใช้ ปรับปรุง

ที่	รายการ	ระดับความสามารถ				
		ดีมาก	ค่อนข้างดี	ดี	พอใช้	ปรับปรุง
๑						
๒						
๓						
๔						
๕						

๒. สิ่งที่ยังไม่เข้าใจ / ยังทำได้ไม่ดี คือ..... (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

.....

.....

๓. สิ่งที่ยังตั้งใจจะทำให้ดีขึ้นในการเรียนหน่วยต่อไป (สามารถเขียนได้มากกว่า ๑ อย่าง)

.....

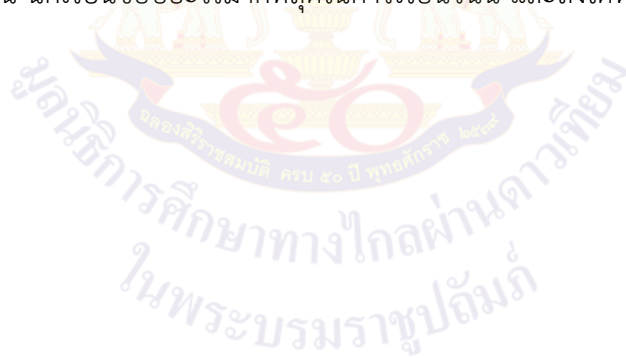
.....

.....

.....

ถามการบันทึกผลหลังสอนสำหรับครูปลายทาง

๑. การเข้าสู่บทเรียนช่วยให้ นักเรียนของฉันกระตือรือร้น กับบทเรียนที่จะเรียนต่อไปหรือไม่ เพียงใด
ฉันมีบทบาทในการช่วยให้นักเรียนเห็นความเชื่อมโยงกับบทเรียนหรือไม่ อย่างไร
๒. วันนี้ นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมกับการเรียนรู้หรือไม่ และมากน้อยเพียงใด เพราะเหตุใด
ในบทเรียนต่อไป ฉันควรจะทำอย่างไร เพื่อสร้างบรรยากาศการมีส่วนร่วมของนักเรียนให้เพิ่มขึ้น
๓. การจัดกิจกรรมในวันนี้ราบรื่นดีหรือไม่ ฉันพอใจกับการจัดกลุ่มของนักเรียนในระดับใด เพราะเหตุใด
มีสิ่งใด/เทคนิคใดที่ควรปรับให้การจัดการราบรื่น/ดีขึ้นกว่าเดิม
๔. วันนี้ฉันดูแลนักเรียนทั่วถึงและเป็นไปตามความแตกต่างของนักเรียนในชั้นหรือไม่ อย่างไร
๕. ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่น่าสนใจหรือแตกต่างในระหว่างการเรียนรู้จากที่ผ่านมาหรือไม่ อย่างไร
๖. ในวันนี้ฉันมีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนของฉันในรูปแบบใดบ้าง (เช่น ให้กำลังใจ กล่าวชมเชย ให้ความช่วยเหลือ ฯลฯ)
๗. วันนี้ฉันมีปัญหาในการกำกับชั้นเรียนหรือไม่ หากมี ฉันใช้วิธีการใดในการแก้ปัญหา
๘. ในชั่วโมงนี้มีส่วนดี ๆ อะไรบ้างที่เกิดขึ้น และมีเรื่องใดที่ฉันรู้สึกว่าเป็นไปตามความคาดหวัง
๙. สิ่งหนึ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากการจัดการเรียนรู้ในวันนี้
๑๐. ตามความรู้สึกของฉัน นักเรียนชอบอะไรมากที่สุดในการเรียนวันนี้ และสิ่งใดที่นักเรียนยังตอบสนองไม่ดีพอ



**คณะผู้จัดทำคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับประถมศึกษา**

คณะจัดทำคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ (ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๖๑)

ที่ปรึกษามูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

พลเอกดาวพงษ์ รัตนสุวรรณ	ประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
รองศาสตราจารย์ นราพร จันทร์โอชา	รองประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
นายอนุสรณ์ พูเจริญ	ผู้ช่วยเลขาธิการมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

ที่ปรึกษาสำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ

นายสมเกียรติ ชอบผล	ที่ปรึกษาสำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ
นายสุชาติ วงศ์สุวรรณ	ข้าราชการบำนาญ อดีตผู้ตรวจราชการกระทรวงศึกษาธิการ

ที่ปรึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายบุญรักษ์ ยอดเพชร	เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นายณรงค์ แผ้วพลสง	รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นางสาวอุษณีย์ ธโนศวรรย์	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 ฌ ตะกั่วทุ่ง	ข้าราชการบำนาญ สพป.พังงา	
๑. นางฉวี ฌ ตะกั่วทุ่ง	ข้าราชการบำนาญ	ประธาน
๒. นายปรีชา เตือนนิล	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 วรรณวาส	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๙. นายปริญญา อุปลา	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๐. นางสาวพลอยนภัส ทศนพงษ์	ศึกษานิเทศก์	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๑. นางสาวสุรัชดา ภูริพา	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านพุทธรักษา	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๒. นางรัตนภรณ์ คำฝู	ครูโรงเรียนนาจานกล้วยน้อย	สพป.สกลนคร เขต ๓
๑๓. นางสาวปาริชาติ บุขงศ์	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	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านลำทองกลาง	สพป.พังงา
๒๖. นางสาวอุทัยวรรณ ทับทิมทองสุข	รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดนิโครธาราม	สพป.พังงา
๒๗. นางสาวปัญจณี อัยฉั่ง	ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดนิโครธคุณากร	สพป.พังงา
๒๘. นางสาววนิดา หินน้อย	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านย่านสะบ้า	สพป.พังงา

๒๙. นางสาววินัสรา ณ ตะกั่วทุ่ง	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบางจัน	สพป.พังงา
๓๐. นางลัดดา สุขศรี	ครูโรงเรียนบ้านโคกเจริญ	สพป.พังงา
๓๑. นายสมชาย นาวิ้อง	ครูโรงเรียนบ้านคลองดินเหนียว	สพป.พังงา
๓๒. นายอิสรอนันท์ ชนะภัย	ครูโรงเรียนบ้านคลองดินเหนียว	สพป.พังงา
๓๓. นายภูริทัต ลิ้มจุ้มอ	ครูโรงเรียนบ้านทุ่งเจดีย์	สพป.พังงา
๓๔. นางสาวเสาวณี โบบทอง	ครูโรงเรียนอนุบาลพังงา	สพป.พังงา
๓๕. นายเบญจพล ดีบัณฑิต	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านน้ำหิน	สพป.น่าน เขต ๒
๓๖. นางสาวรุ่ง ดีบัณฑิต	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. นางสาวสุทิสรา 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 กุลธรรวิโรจน	ครูโรงเรียนอนุบาลสกลนคร	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๑. นางสาวดารุณี มุงคุณ	ครูโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๒. นายพิพัฒน์ สอนสมนึก	ครูโรงเรียนศรีบุญเรืองวิทยาการ	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๓. นางจินดา ก่อบุญ	ครูโรงเรียนบ้านบะนกทา	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๔. นางสาววรารภรณ์ เขตโสภา	ครูโรงเรียนบ้านกุดเรือคำ	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๕. นางทิพย์สุดา ธิศรี	ครูโรงเรียนบ่อแก้วดงมะไฟมิตรภาพที่ ๘๑ (พระเทพญาณวิศิษฐ์ “ชัยทวี” อุปถัมภ์)	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๖. นางปิยาภรณ์ พลศักดิ์	ครูโรงเรียนบ่อแก้วดงมะไฟมิตรภาพที่ ๘๑ (พระเทพญาณวิศิษฐ์ “ชัยทวี” อุปถัมภ์)	สพป.สกลนคร เขต ๓
๕๗. นายวิสูตร สวนไผ่	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑

๕๘. นางสุจินต์ สวนไผ่	ครูโรงเรียนบ้านชมภูพาน	สพป.สกลนคร เขต ๑
๕๙. นายเกียรติภูมิ มะแสงสม	ครูโรงเรียนบ้านดอนราษฎร์ดำรงวิทย์	สพป.สกลนคร เขต ๑
๖๐. นายอดุลศักดิ์ ศรีวิชัย	ศึกษานิเทศก์ สพป.อุบลราชธานี เขต ๑	เลขานุการ
๖๑. นายบรรพต แสนสุวรรณ	ศึกษานิเทศก์ สพป.สกลนคร เขต ๑	ผู้ช่วยเลขานุการ
๖๒. นางสาวสุพรรณนิการ์ สุทธหลวง	ศึกษานิเทศก์ สพป.น่าน เขต ๒	ผู้ช่วยเลขานุการ



**คณะกรรมการปรับปรุงคู่มือครูและแผนการจัดการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับประถมศึกษา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒ พ.ศ.๒๕๖๓)**

ที่ปรึกษามูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

พลเอกดาว์พงษ์ รัตนสุวรรณ	ประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
รองศาสตราจารย์ นราพร จันทร์โอชา	รองประธานกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
นายอนุสรณ์ ฟูเจริญ	ผู้ช่วยเลขาธิการมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
รองศาสตราจารย์เฉลียวศรี พิบูลชล	คณะกรรมการบริหารมูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

ที่ปรึกษาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

นายอัมพร พินะสา	เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นายกวิทร์เกียรติ นนท์พละ	รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นางสาวรัตนา แสงบัวเพื่อน	ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
นางผาณิต ทวีศักดิ์	ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คณะกรรมการดำเนินงาน

รองศาสตราจารย์เฉลียวศรี พิบูลชล	ประธานคณะกรรมการกรรมการบริหาร คณะกรรมการบริหาร มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
นายอนุสรณ์ ฟูเจริญ	รองประธานคณะกรรมการ
ผู้ช่วยเลขาธิการ มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์	
นางสาวกุศลีน มุสิกุล	คณะกรรมการ
คณะกรรมการบริหาร มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์	
รองศาสตราจารย์สนธิดา เกียรติวงศ์	คณะกรรมการ
เจ้าหน้าที่สทบ มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์	
นางราตรี ศรีไพรวรรณ	คณะกรรมการ
ผู้อำนวยการโรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
นางวิภา แจ่มฤทธิ	คณะกรรมการ
รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ ฝ่ายประถมศึกษา โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
นางวิภา ตัณฑุลพงษ์	คณะกรรมการและเลขานุการ
รองหัวหน้าสำนักงาน มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์	

คณะทำงานปรับปรุงคู่มือครู แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อ ๖๐ พรรษา และชุดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับนักเรียน ระดับประถมศึกษา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒)

๑. นายไพฑูรย์ อ่อนน้อม	ครู โรงเรียนอนุบาลสิงห์บุรี	สพป.สิงห์บุรี
๒. นางสาวลัดดาวัลย์ เตจ๊ะ	ครู โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์	สำนักงานบริหารงานการศึกษาพิเศษ
๓. นางสาวเอื้องฟ้า สุขเมือง	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๔. นางสาวภัทรวรรณ เหมี่ยมสุวรรณ	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๕. นางสาวจุฬิพร จุฑพันธ์	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๖. นางสาวสุจิตรา บุญธรรม	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๗. นางสาวกรรณิกา เพชรศรี	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๘. นางสาวปญญาญา ประจัญบาน	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	

คณะทำงานตรวจและแก้ไขคู่มือครู แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อ ๖๐ พรรษา และชุดกิจกรรมการเรียนรู้ สำหรับนักเรียน ระดับประถมศึกษา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒)

๑. นางสาวลัดดาวัลย์ เตจ๊ะ	ครู โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์	สำนักงานบริหารงานการศึกษาพิเศษ
๒. นางสาวฤติมาศ งามสง่า	ครู โรงเรียนสายน้ำทิพย์	สพป.กทม.
๓. นางสาวภัทรวรรณ เหมี่ยมสุวรรณ	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๔. นางสาวสุจิตรา บุญธรรม	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๕. นางสาวปญญาญา ประจัญบาน	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	

คณะทำงานตรวจ/บรรณาธิการิกคู่มือครู แผนการจัดการเรียนรู้ สื่อ ๖๐ พรรษา และชุดกิจกรรมการเรียนรู้ สำหรับนักเรียน ระดับประถมศึกษา (ฉบับปรับปรุงครั้งที่ ๒)

๑. นางสาวลัดดาวัลย์ เตจ๊ะ	ครู โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์	สำนักงานบริหารงานการศึกษาพิเศษ
๒. นางสาวฤติมาศ งามสง่า	ครู โรงเรียนสายน้ำทิพย์	สพป.กทม.
๓. นางสาวกรรณิกา เพชรศรี	ครู โรงเรียนวังไกลกังวล ในพระบรมราชูปถัมภ์	
๔. นางวิภา ตันจุลพงษ์	รองหัวหน้าสำนักงาน	มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม
๕. นางศิริรัตน์ มูลไชยศรี	นักทรัพยากรบุคคล	มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
๖. นางสาวทิพจุฑา ชุนเกษ	นักทรัพยากรบุคคล	มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
๗. นางสาววรรณวิสา ภูพานทอง	นักวิชาการศึกษา	มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์
๘. นางสาวณัฐพร เผือกจันทิก	นักวิชาการศึกษา	มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์



โครงการจัดทำสื่อ ๖๐ พรรษา เอลิมพระเกียรติ
สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

