



## โครงการสอน

รายวิชา วอลเลย์บอล รหัสวิชา พ ๓๑๑๐๓

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔

ครูประจำวิชา

นายศุภฤกษ์ ทองแถว

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะชำนาญการพิเศษ

โรงเรียนเมืองราดวิทยาเขต

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

## การนิเทศโครงการสอน

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

.....  
.....

ลงชื่อ

( นายสุภฤกษ์ ทองแถว )

หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

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

ลงชื่อ

( นางรัชฎา บัวพันธ์ )

หัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

ความเห็นของรองผู้อำนวยการโรงเรียน

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

ลงชื่อ

( นายไพโรจน์ เดชะรัตนางกู )

รองผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองรัตวิทยาคม

ความเห็นของผู้บริหารโรงเรียน

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

ลงชื่อ

( นายไพโรจน์ ทองเพ็ง )

ผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองรัตวิทยาคม

# โครงการสอนรายวิชา

รายวิชา วอลเลย์บอล รหัสวิชา พ ๓๑๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

จำนวน ๒๐ ชั่วโมง ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔

โรงเรียนเมืองรัตวิทยาคม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์

## มาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมกีฬาไทยและกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจมีทักษะในการเคลื่อนไหวกิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง

สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณใน

การแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

## ตัวชี้วัด

๑.วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา

๒.ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม

๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล/คู่ กีฬาประเภททีมอย่างน้อย ๑ ชนิด

๔.แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์

๕. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของ

ตนเองเพิ่มศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตนคำนึงถึงผลที่เกิดต่อสังคม

๖. อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกากลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่นการแข่งขันกีฬากับผู้อื่น

และนำไปสรุปเป็นแนวปฏิบัติและใช้ในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง

๗. แสดงถึงการมีมารยาทในการดูการเล่นและการแข่งขันกีฬา และนำไปปฏิบัติทุกโอกาสจนเป็น

## บุคลิก

๘. ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่างมีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความงามของการกีฬา

## ผลการเรียนรู้

๑. เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมและกีฬา

๒. รักการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย

เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ

ของการกีฬา

## คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาหลักการเกี่ยวกับวอลเลย์บอลบด ฟีททักษะการบริหารร่างกาย การเคลื่อนไหวพื้นฐานและการเล่นบาสเกตบอล ตามลำดับขั้นต้นต้นเกี่ยวกับการทรงตัว การเคลื่อนที่ การหยุด การหมุนตัว การสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอล การเล่นลูกสองมือล่าง การเล่นลูกสองมือบน และเกมนำสู่การเล่นเป็นทีม เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวอลเลย์บอลบด มีทักษะในการเล่น มีคุณธรรม มีน้ำใจนักกีฬา เห็นคุณค่าของการเล่นวอลเลย์บอล สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

## สาระการเรียนรู้

- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ ปฐมนิเทศและความรู้เกี่ยวกับกีฬาบอลบด
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพ
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ การสร้างความคุ้นเคยกับลูกวอลเลย์บอล
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนที่
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๕ การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง ๑
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๖ การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง ๒
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๗ การเล่นลูกบอลด้วยมือบน ๑
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ การเล่นลูกบอลด้วยมือบน ๒
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ การเล่นทีม
- หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๑ การตรวจสุขภาพ และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

## สื่อการเรียนรู้

- ๑. หนังสือประกอบการเรียนวอลเลย์บอล
- ๒. ลูกวอลเลย์บอล
- ๓. นกหวีด

## แหล่งเรียนรู้

- ๑. หนังสือประกอบการเรียน
- ๒. แผ่น CD กีฬาวอลเลย์บอล
- ๓. คอมพิวเตอร์อินเทอร์เน็ต

## อัตราส่วนคะแนน

คะแนนอัตราส่วน ๘๐ : ๒๐ คะแนน

ระหว่างภาคเรียน ๘๐ คะแนน ปลายภาคเรียน ๒๐ คะแนน

## การวัดผลประเมินผล

หลักสูตรบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้สุศึกษาและพลศึกษา ได้กำหนดแบบวัดและประเมินผลตามเกณฑ์การวัดและประเมินผลของโรงเรียน ดังนี้

๑. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์
๒. การประเมินทักษะกระบวนการ
๓. การประเมินผลสอบ/ผลงาน

## การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์สุจริต
๓. มีวินัย
๔. ใฝ่เรียนรู้
๕. อยู่อย่างพอเพียง
๖. มุ่งมั่นในการทำงาน
๗. รักความเป็นไทย
๘. มีจิตสาธารณะ

## โครงการสอน

รายวิชา วอลเลย์บอล รหัสวิชา พ๓๑๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาจำนวน ๒๐ ชั่วโมง ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔

หน่วยที่	ชื่อหน่วย / เรื่อง	จำนวนชั่วโมง
๑	ปฐมนิเทศและความรู้เกี่ยวกับกีฬาบอลเลย์บอล	๑
๒	การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพ	๑
๓	การสร้างความคุ้นเคยกับลูกบอลเลย์บอล	๑
๔-๕	การยื่นเตรียมพร้อมและการเคลื่อนที่	๒
๖-๗	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 1	๒
๘-๙	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 2	๒
๑๐-๑๑	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 1	๒
๑๒-๑๓	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 2	๒
๑๔-๑๗	การเล่นเป็นทีม	๓
๑๘	การตรวจสอบสุขภาพ และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๑
๑๙-๒๐	ทบทวนและทดสอบทุกหน่วยสาระการเรียนรู้	๒
	รวม	๒๐

โครงการสอน

รายวิชา วอลเลย์บอล รหัสวิชา พ๓๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาจำนวน ๒๐ ชั่วโมง ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔

ลำดับที่	หน่วยที่	ชื่อหน่วย / เรื่อง	จำนวนชั่วโมง
๑	๑	ปฐมนิเทศและความรู้เกี่ยวกับกีฬา วอลเลย์บอล	๑
๒	๒	การบริหารร่างกายและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย	๑
๓	๓	การสร้างความคุ้นเคยกับลูกวอลเลย์บอล	๑
๔	๔	การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนที่	๑
๕	๕	การยืนเตรียมพร้อมและการเคลื่อนที่	๑
๖	๖	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 1	๑
๗	๗	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 1	๑
๘	๘	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 2	๑
๙	๙	การเล่นลูกบอลด้วยมือล่าง 2	๑
๑๐	๑๐	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 1	๑
๑๑	๑๑	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 1	๑
๑๒	๑๒	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 2	๑
๑๓	๑๓	การเล่นลูกบอลด้วยมือบน 2	๑
๑๔	๑๔	การเล่นเป็นทีม	๑
๑๕	๑๕	การเล่นเป็นทีม	๑
๑๖	๑๖	การเล่นเป็นทีม	๑
๑๗	๑๗	การเล่นเป็นทีม	๑
๑๘	๑๘	การตรวจสุขภาพ และการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๑
๑๙	๑๙	ทบทวนและทดสอบทุกหน่วยสาระการเรียนรู้	๑
๒๐	๒๐	ทบทวนและทดสอบทุกหน่วยสาระการเรียนรู้	๑
<b>รวม</b>			<b>๒๐</b>