



โครงการสอน

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ 33102

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565

ครูประจำวิชา

นายณัฐกิตติ์ กลิ่นหอม

ตำแหน่ง พนักงานราชการ

โรงเรียนเมืองราดวิทยาคม

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

พ 33102 สุขศึกษา

รายวิชาพื้นฐาน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2

เวลา 20 คาบ จำนวน 0.5 หน่วยกิต

วิเคราะห์โรคพันธุกรรม(genetic diseases) ที่เป็นปัญหาสาธารณสุข(public health)ของ ประเทศ ผลกระทบต่อสุขภาพ(health) เศรษฐกิจ(economy) และสังคม(social) ปัญหาสุขภาพของ ประชากร ไทย ด้านพันธุกรรม พฤติกรรม (behavior) สภาพแวดล้อม (environment) ปัจจัยเสี่ยง การ สร้างความปลอดภัยในชุมชน (Community Safety) การสร้างเสริมดูแล โทษและพิษภัยของสารเสพติด ต่อสุขภาพและ โทษทางกฎหมาย การช่วยฟื้นคืนชีพ (Resuscitation) ลดการบาดเจ็บและการ สูญเสียชีวิต การปฐมพยาบาล เบื้องต้น (First Aid) การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี โปรแกรมออกกำลังกาย(Fitness program) รูปแบบต่างๆ โดยใช้ทักษะ/ ฝึก ปฏิบัติ กระบวนการคิด กระบวนการกลุ่ม การใช้เหตุผล การวิเคราะห์สื่อ ความหมาย การแก้ปัญหา และนำประสบการณ์ด้านความรู้ ความคิด ทักษะกระบวนการที่ได้ไปใช้ เห็นคุณค่าที่และมีเจตคติที่ดีต่อสุขศึกษา สามารถร่วมกิจกรรมอย่างเป็นระบบระเบียบ มีความ รอบคอบ มีความรับผิดชอบ มีวิจารณญาณ มีความเชื่อมั่นในตนเอง รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มี วินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทย และมีจิตสาธารณะ

รหัสตัวชี้วัด

พ 4.1 ม.4-6/4,ม.4-6/5,ม.4-6/7

พ 5.1 ม.4-6/1,ม. 4-6/2,ม.4-6/3,ม.4-6/4,ม.4-6/5,ม.4-6/6,ม.4-6/7

รวมทั้งรวม 10 ตัวชี้วัด

โครงสร้างรายวิชา

ราย วิชา สุขศึกษา 3 รหัสวิชา พ 33102 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เวลา 20 คาบ จำนวน 0.5 หน่วยกิต

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้ /ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	เวลา (คาบ)	น้ำหนัก คะแนน (100)
1	ร่างกายสมบูรณ์	พ.1.1 ม 6/1 ม 6/2	- กระบวนการสร้างเสริมและ ดำรงประสิทธิภาพการทำงานของ ของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะ ต่างๆ - การสร้างเสริมและดำรง ประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)	3	20
2	เพิ่มพูนความสุข	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	-อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อ พฤติกรรมทางเพศและการ ดำเนินชีวิต -ค่านิยมในเรื่องเพศตาม วัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรม อื่นๆ -แนวทางในการเลือกใช้ทักษะ ต่างๆ ในการป้องกัน ลดความ ขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว -ทักษะการสื่อสารและสร้าง สัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง -ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจและ แก้ปัญหาฯลฯ	6	30

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้ /ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	เวลา (คาบ)	น้ำหนัก คะแนน (100)
			-ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้น ระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนใน ชุมชน - สาเหตุ ผลกระทบ แนวทาง ในการแก้ปัญหาที่เกิดจากความ ขัดแย้ง		
3	พันธุศาสตร์โรคร้าย ห่วงใยสุขภาพ	พ.4.1 ม 6/1 ม 6/3 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	- บทบาทและความรับผิดชอบ ของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริม สุขภาพและการป้องกันโรคใน ชุมชน - สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและ กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการ คุ้มครองผู้บริโภค - การวางแผนการพัฒนาสุขภาพ ของตนเองและครอบครัว - การมีส่วนร่วมในการส่งเสริม และพัฒนาสุขภาพของบุคคลใน ชุมชน - การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพ ทางกายและทางกลไก	4	20
4	สวัสดิภาพในชีวิต	พ.5.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	- การจัดกิจกรรมป้องกันความ เสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง - การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิด จากการครอบครองการใช้ยาและ การจำหน่ายสารเสพติด(ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม)	5	30

ลำดับ ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้ /ตัวชี้วัด	สาระสำคัญ	เวลา (คาบ)	น้ำหนัก คะแนน (100)
			<ul style="list-style-type: none"> - โทษทางกฎหมายที่เกิดจาก การครอบครองและการจำหน่าย - ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือ ความรุนแรงของคนไทยและ เสนอแนวทางป้องกัน - การวางแผนกำหนดแนวทางลด อุบัติเหตุและสร้างเสริมความ ปลอดภัยในชุมชน - กิจกรรมสร้างเสริมความ ปลอดภัยในชุมชน - ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาใน สถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง 		
	กลางภาค			1	20
	ปลายภาค			1	30
รวมทั้งสิ้นตลอดภาคเรียน				20	100

โครงสร้างรายหน่วย

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๓๓๑๐๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ภาคเรียนที่ ๒
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา เวลา ๒๐ คาบ จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ลำดับที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	เรื่อง/สาระสำคัญ	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	เวลา (คาบ)	น้ำหนักคะแนน	วิธีการประเมินผล					หมายเหตุ
						แบบทดสอบ	แบบฝึกหัด	การปฏิบัติ	ผลงาน	รายงาน	
๑	ปฐมนิเทศ	-ปฐมนิเทศ -แจ้งตัวชี้วัด/ น้ำหนักคะแนน -คำอธิบาย รายวิชา -การวัดผล ประเมินผล -ทดสอบก่อน เรียน	-	๑	-						
๒	ร่างกาย สมบูรณ์	- กระบวนการ สร้างเสริมและ ดำรง ประสิทธิภาพการ ทำงานของระบบ อวัยวะต่าง ๆ	พ.1.1 ม 6/1 ม 6/2	๑	๕						ปลายภาค

๓	ร่างกาย สมบูรณ์	- การทำงานของ ระบบอวัยวะ ต่างๆ	พ.1.1 ม 6/1 ม 6/2	๑	๑๐							กลางภาค
๔	ร่างกาย สมบูรณ์	- การสร้างเสริม และดำรง ประสิทธิภาพ ของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออก กำลังกาย นันทนาการ การ ตรวจสอบสุขภาพ ฯลฯ)	พ.1.1 ม 6/1 ม 6/2	๑	๕							
๕	เพิ่มพูน ความสุข	-อิทธิพลของ ครอบครัว เพื่อน สังคมและ วัฒนธรรมที่มีต่อ พฤติกรรมทาง เพศและการ ดำเนินชีวิต		๑	๕							ปลายภาค
๖	เพิ่มพูน ความสุข	-ค่านิยมในเรื่อง เพศตาม วัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรม อื่นๆ	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	๑	๕							กลางภาค
๗	เพิ่มพูน ความสุข	-แนวทางในการ เลือกใช้ทักษะ ต่างๆ ในการ ป้องกัน ลดความ ขัดแย้งและ	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	๑	๕							

		แก้ปัญหาเรื่อง เพศและ ครอบครัว									
๘	เพิ่มพูน ความสุข	-ทักษะการ สื่อสารและสร้าง สัมพันธภาพ	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	๑	๕						
๙	เพิ่มพูน ความสุข	- ทักษะการ ต่อรอง -ทักษะการ ปฏิเสธ	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	๑	๕						ปลายภาค
๑๐	เพิ่มพูน ความสุข	- ทักษะการคิด วิเคราะห์ - ทักษะการ ตัดสินใจและ แก้ปัญหาฯลฯ	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	๑	๕						
๑๑	พันทุข์ โรคร้าย ห่วงใย สุขภาพ	- บทบาทและ ความรับผิดชอบ ของบุคคลที่มีต่อ การสร้างเสริม สุขภาพและการ ป้องกันโรคใน ชุมชน	พ.4.1 ม 6/1 ม 6/3 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๕						
๑๒	พันทุข์ โรคร้าย ห่วงใย สุขภาพ	-สิทธิพื้นฐานของ ผู้บริโภคและ กฎหมายที่ เกี่ยวข้องกับการ คุ้มครองผู้บริโภค	พ.4.1 ม 6/1 ม 6/3 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๕						กลางภาค

๑๓	พื้นที่ โรคภัย หัวใจ สุขภาพ	-การวางแผนการ พัฒนาสุขภาพ ของตนเองและ ครอบครัว -การมีส่วนร่วม ในการส่งเสริม และพัฒนา สุขภาพของ บุคคลใน	พ.4.1 ม 6/1 ม 6/3 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๕						
๑๔	พื้นที่ โรคภัย หัวใจ สุขภาพ	-การวางแผนพัฒนา สมรรถภาพทาง กายและทาง กลไก	พ.4.1 ม 6/1 ม 6/3 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๕						
๑๕	สติปัญญา ในชีวิต	- การจัดกิจกรรม ป้องกันความ เสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติดและ ความรุนแรง	พ.5.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๘						

๑๖	สวัสดิภาพ ในชีวิต	-การวิเคราะห์ ผลกระทบที่เกิด จากการ ครอบครองการ ใช้ยาและการ จำหน่ายสารเสพติด(ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) -โทษทาง กฎหมายที่เกิด จากการ ครอบครองและ การจำหน่าย	พ.5.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๘						ปลายภาค
๑๗	สวัสดิภาพ ในชีวิต	-ปัจจัยที่มีผลต่อ สุขภาพหรือ ความรุนแรงของ คนไทยและเสนอ แนวทางป้องกัน -การวางแผน กำหนดแนวทาง ลดอุบัติเหตุและ สร้างเสริมความ ปลอดภัยใน ชุมชน	พ.5.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4 ม 6/5 ม 6/6 ม 6/7	๑	๗						ปลายภาค
๑๘	สวัสดิภาพ ในชีวิต	-กิจกรรมสร้าง เสริมความ ปลอดภัยใน ชุมชน -ทักษะการ ตัดสินใจ	พ.5.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4 ม 6/5 ม 6/6	๑	๗						

		แก้ปัญหาใน สถานการณ์ที่ เสี่ยงต่อสุขภาพ และความรุนแรง	ม 6/7								
สอบกลางภาค				๑	๒๐						
สอบปลายภาค				๑	๓๐						
รวม				๒๐	๑๐๐						