



โครงการสอน

รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ 33102

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564

ครูประจำวิชา

นายณัฐกิตติ์ กลิ่นหอม

ตำแหน่ง พนักงานราชการ

โรงเรียนเมืองราดวิทยา

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

พ 33102 สุขศึกษา

รายวิชาพื้นฐาน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

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 ชี้อัตถ์ 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

รวมทั้งหมด 10 ตัวชี้วัด

โครงสร้างรายวิชา

ราย วิชาสุขศึกษา 3 รหัสวิชา พ 33102 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
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	<ul style="list-style-type: none"> - กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่างๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ) 	3	20
2	เพิ่มพูนความสุข	พ.2.1 ม 6/1 ม 6/2 ม 6/3 ม 6/4	<ul style="list-style-type: none"> - อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต - ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่นๆ - แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่างๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหาฯลฯ 	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 ของบุคคลที่มีต่อการส่งเสริม 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"> - โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครองและการจำหน่าย - ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพหรือความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน - การวางแผนกำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุและสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน - กิจกรรมสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน - ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง 		
	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	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	เรื่อง/สาระสำคัญ	มาตรฐาน การเรียนรู้/ 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 ตรวจสุขภาพ 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 โรคภัย 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 โรคภัย 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 ห้วง 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 ห้วง 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	สวัสดิภาพ 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						