



แผนการสอนสำหรับนิเทศการสอน
หน่วยการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง สุขภาพดีสร้างได้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 เรื่อง สุขภาพดีสร้างได้
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ 33101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565

ครูประจำวิชา
นายณัฐกิตต์ กลิ่นหอม
ตำแหน่ง พนักงานราชการ

โรงเรียนเมืองราชวิทยาคม
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ

การนิเทศแผนการจัดการเรียนรู้

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

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

ลงชื่อ

(นายศุภฤกษ์ ทองแก้ว)

หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

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

ลงชื่อ

(นางรัชฎา บัวพันธ์)

หัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

ความเห็นของรองผู้อำนวยการสถานศึกษา

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

ลงชื่อ

(นายไพโรจน์ เดชะรัตนางกูร)

รองผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองรัตวิทยาคม

ความเห็นของผู้ผู้อำนวยการสถานศึกษา

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

ลงชื่อ

(นายไพโรจน์ ทองเพ็ญ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองราดวิทยา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13

หน่วยการเรียนรู้ที่ 4

เรื่อง สุขภาพดีสร้างได้

รหัสวิชา พ33101

รายวิชา สุขศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ภาคเรียนที่ 1

ปีการศึกษา 2565

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่ 24 เดือน สิงหาคม พ.ศ.2565

.....

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพการป้องกันโรค และ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ผลการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

พ 4.1 ม.4-6/1 วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน

พ 4.1 ม.4-6/6 มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน

สาระสำคัญ

ปัญหาสุขภาพในชุมชนมีทั้งปัญหาสุขภาพส่วนบุคคล เช่น การเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายต่างๆ และ ปัญหาสุขภาพโดยรวมของชุมชน เช่น การระบาดของโรค มลพิษทางสิ่งแวดล้อม ปัญหาสารเสพติด การขาดบุคลากรทางการแพทย์ ซึ่งการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาสุขภาพของชุมชนจึงต้องเริ่มต้นจากตนเอง ก่อนแล้วจึงเริ่มขยายแนวร่วมหรือสร้างเครือข่ายไปยังเพื่อนบ้าน ชุมชน และที่สำคัญคือทุกคนในชุมชนควร ได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้านสุขภาพ สนับสนุนและสร้างเสริมสุขภาพ ตลอดจนพัฒนานโยบาย สาธารณสุขไปสู่สังคมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพ

สาระการเรียนรู้ / เนื้อหาย่อย

๑. การสร้างเสริมสุขภาพ

- ปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพชุมชน
- ปัญหาสุขภาพชุมชน
- การป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาพชุมชน
- หน่วยงานที่ให้บริการด้านสุขภาพ

๒. เครือข่ายที่มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน

๓. การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน

ความรู้ ความเข้าใจ (K)	ทักษะ/กระบวนการ (P)	คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)	สมรรถนะที่สำคัญ	หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
๑. อธิบายความหมายและสาเหตุของปัญหาสุขภาพชุมชนได้ ๒. อธิบายบทบาทและความรับผิดชอบในการสร้างเสริมและดูแลสุขภาพของตนเองและชุมชนได้	๑. แสดงวิธีการป้องกันและการแก้ไขปัญหาสุขภาพชุมชนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ๒. ยกตัวอย่างประโยชน์จากการแก้ไขปัญหาสุขภาพชุมชนได้อย่างเหมาะสม	๑. มีวินัย ๒. ใฝ่เรียนรู้ ๓. มุ่งมั่นในการทำงาน	๑. ความสามารถในการคิด - ทักษะการสร้างความรู้ - ทักษะการนำความรู้ไปใช้ ๒. ความสามารถในการแก้ปัญหา	๑. หลักความมีเหตุผล - นักเรียนมีการวางแผนในการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ

ชิ้นงานหรือภาระงาน

1. การทดสอบก่อนเรียน และหลังเรียน
2. ใบงานการจัดการเรียนรู้
3. แบบฝึกหัดและการตอบคำถามท้ายหน่วย
4. การอภิปรายสภาพชุมชนของตนเอง

การวัดและประเมินผล

เป้าหมายการเรียนรู้	ภาระงาน/ชิ้นงาน	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. การนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน	๑. แบบประเมินการนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน	๑. การประเมินการนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน	การประเมิน ๕ = ดีมาก ๔ = ดี ๓ = ปานกลาง ๒ = พอใช้ ๑ = ควรปรับปรุง
	๒. ใบงานที่ ๔.๑ เรื่อง การดูแลเสริมสร้างสุขภาพ	เฉลยหนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ใบงานที่ ๔.๑	ประเมินจากเฉลยหนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ใบงานที่ ๔.๑	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพดีขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. วิเคราะห์การมีส่วนร่วมของเครือข่าย	๑. แบบประเมินรายบุคคล ๒. แบบประเมินงานกลุ่ม	๑. การถาม – ตอบ	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ

	ต่างๆในการสร้างเสริม สุขภาพของบุคคลใน ชุมชน			๖๐
เป้าหมายการเรียนรู้	ภาระงาน/ชิ้นงาน	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การ ประเมิน
คุณลักษณะ อันพึงประสงค์ (A)	๑. พฤติกรรม ในชั้นเรียน	๑. แบบประเมิน คุณลักษณะ อันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกต การร่วมกิจกรรมใน ชั้นเรียน	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่ น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรม ในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะ สำคัญของนักเรียน	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกต การร่วมกิจกรรมใน ชั้นเรียน	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่ น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
หลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง	๑. พฤติกรรม ในชั้นเรียน	๑. แบบสังเกตพฤติกรรม รายบุคคลตามหลัก ปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง	๑. สังเกตพฤติกรรม นักเรียนระหว่าง การเรียนรู้	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่ น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

เกณฑ์การประเมิน

1. เกณฑ์การประเมินด้านความรู้

การวัด	คะแนน / ความหมาย	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านความรู้ ตรวจผลงานในใบงาน เรื่อง.....	4 = ดีมาก	ทำกิจกรรมถูกต้องร้อยละ 80 ขึ้นไป
	3 = ดี	ทำกิจกรรมถูกต้องร้อยละ 70-79
	2 = ปานกลาง	ทำกิจกรรมถูกต้องร้อยละ 60-69
	1 = พอใช้	ทำกิจกรรมถูกต้องร้อยละ 50-59
	0 = ปรับปรุง	ทำกิจกรรมถูกต้องต่ำกว่าร้อยละ 50

2. เกณฑ์การประเมินด้านทักษะ / กระบวนการทางวิทยาศาสตร์

มีกระบวนการสืบเสาะหาความรู้ สื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำความรู้ไปใช้ประโยชน์

การวัด	คะแนน / ความหมาย	เกณฑ์การประเมินผล
มีกระบวนการสืบเสาะ หาความรู้ สื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ และนำความรู้ไปใช้ประโยชน์	4 = ดีมาก	เนื้อหาถูกต้องครบถ้วน และนำเสนองาน ผลการศึกษา ตามลำดับขั้นตอน เป็นระบบ ร้อยละ 80
	3 = ดี	เนื้อหาถูกต้องครบถ้วน และนำเสนองาน ผลการศึกษา ตามลำดับขั้นตอน เป็นระบบ ร้อยละ 70-79
	2 = ปานกลาง	เนื้อหาถูกต้องครบถ้วน และนำเสนองาน ผลการศึกษา ตามลำดับขั้นตอน เป็นระบบ ร้อยละ 60-69
	1 = พอใช้	เนื้อหาถูกต้องครบถ้วน และนำเสนองาน ผลการศึกษา ตามลำดับขั้นตอน เป็นระบบ ร้อยละ 50-59
	0 = ปรับปรุง	เนื้อหาถูกต้องครบถ้วน และนำเสนองาน ผลการศึกษา ตามลำดับขั้นตอน เป็นระบบ ต่ำกว่าร้อยละ 50

3. เกณฑ์การประเมินด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์

3.1 มีวินัย

การวัด	คะแนน / ความหมาย	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านคุณลักษณะ มีวินัย สังเกตพฤติกรรม การทำงาน	4 = ดีมาก	งานที่ส่งสะอาดเรียบร้อย เป็นตัวอย่างที่ดีกับคนอื่นได้
	3 = ดี	งานที่ส่งส่วนใหญ่สะอาดเรียบร้อย
	2 = ปานกลาง	งานที่ส่งสะอาด แต่ไม่เรียบร้อย
	1 = พอใช้	งานที่ส่งไม่สะอาด และไม่เรียบร้อย
	0 = ปรับปรุง	ไม่ส่งงาน

3.2 มุ่งมั่นในการทำงาน

การวัด	คะแนน / ความหมาย	เกณฑ์การประเมินผล
ด้านคุณลักษณะ มุ่งมั่นในการทำงาน สังเกตพฤติกรรม การทำงาน	4 = ดีมาก	1. ส่งงานก่อนหรือส่งตรงเวลาตามกำหนด 2. ทำงานโดยไม่ต้องอาศัยคำแนะนำ
	3 = ดี	1. ส่งงานช้ากว่ากำหนด และมีเหตุผลเชื่อถือได้ 2. ทำงานโดยต้องอาศัยคำแนะนำบางส่วน
	2 = ปานกลาง	1. ส่งงานช้ากว่ากำหนด และมีเหตุผลเชื่อถือได้ 2. ทำงานโดยต้องอาศัยคำแนะนำเป็นส่วนใหญ่
	1 = พอใช้	1. ส่งงานช้ากว่ากำหนด 2. ทำงานโดยต้องอาศัยคำแนะนำ คำตักเตือน
	0 = ปรับปรุง	ไม่ส่งงาน

กิจกรรมการเรียนรู้

แผนการจัดการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการสอนแบบโครงสร้างความรู้หรือแผนผังความคิด เป็นการฝึกให้ผู้เรียนรวบรวมข้อมูลหรือความรู้จากการศึกษาค้นคว้า การอ่าน การฟังคำบรรยาย แล้วนำข้อมูลมาจัดกลุ่ม เขียนเป็นภาพแสดงให้เห็นถึงโครงสร้างความคิด กระบวนการคิด และความสัมพันธ์ของกระบวนการคิด โดยใช้รูปภาพ หรือแผนภาพ

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๕ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนหยิบกระดาษแผ่นเล็กๆ ขึ้นมาคนละ ๑ แผ่น และถามนักเรียนว่าคำว่า “สุขภาพดี” ในความคิดเห็นของนักเรียนเป็นอย่างไร ให้นักเรียนลงนิยามคำนี้ลงในกระดาษมา ๓ ประโยค
๒. ครูสุ่มนักเรียน ๓ คนให้ร่วมอภิปรายและแสดงความคิดเห็นในหัวข้อความหมายของคำว่า “สุขภาพ” และองค์ประกอบของสุขภาพ จากนั้นเชื่อมโยงเข้าสู่บทเรียน

ขั้นอธิบายและสาธิต (๑๐ นาที)

๓. นักเรียนดูภาพทั้งสองภาพนี้ที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของทั้งสองชุมชน



นักเรียนร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็นว่าทั้งสองชุมชนมีความแตกต่างกันอย่างไร และลักษณะการดำเนินชีวิตที่ต่างกันนั้นส่งผลกระทบต่อคนในชุมชนบ้าง

ขั้นฝึกหัด (๒๕ นาที)

๔. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ ๖ คน โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของตนเองที่มีผลกระทบต่อสุขภาพของคนในชุมชน เลือกปัญหามา ๑ เรื่อง นิ่งล้อมวงช่วยกันวางแผนแก้ไขปัญหานั้นโดยนำเสนอแนวทางสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคให้กับคนในชุมชน โดยแจกแจงว่าแต่ละเครือข่ายที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมอย่างไรบ้าง โดยแบ่งเป็น

- ๑) ภาคประชาชน
- ๒) โรงเรียน
- ๓) หน่วยงานของรัฐทั้งภายนอกและภายในชุมชน
- ๔) หน่วยงานที่ไม่ใช่หน่วยงานของรัฐ
- ๕) องค์กรภาคเอกชน
- ๖) ศาสนสถานต่างๆ

๕. นักเรียนออกมานำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยให้แต่ละคนในกลุ่มสวมบทบาทเป็นเครือข่ายที่มีส่วนร่วมทั้ง ๖ เครือข่าย และนำเสนอการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละเครือข่าย

ขั้นใช้ (๕ นาที)

๖. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปและอภิปรายถึงแนวทางการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพของแต่ละเครือข่าย และช่วยกันเสนอแนะแนวทางเพิ่มเติม
๗. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มไปสำรวจปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพที่พบในชุมชนตัวเองมากกลุ่มละ ๑ เรื่องและมาร่วมกันอภิปรายในคาบถัดไป

ขั้นสรุป

๗. ตรวจสอบและประเมินงานแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคให้กับคนในชุมชน และทำใบงานที่ ๔.๑ เรื่อง การดูแลเสริมสร้างสุขภาพ (ตัวอย่างใบงานแสดงที่ภาคผนวกใบงาน)
๘. ตรวจสอบการเรียนรู้ และความเข้าใจของนักเรียนโดยใช้คำถามในการเชื่อมโยงข้อมูลและสรุปความรู้ความเข้าใจของนักเรียน

สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. หนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๓. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

แหล่งเรียนรู้

1. แอปพลิเคชัน Aimphan Education
2. Website

กิจกรรมเสนอแนะ

ใบงานท้ายชั่วโมง
เรื่อง การดูแลเสริมสร้างสุขภาพ

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

พ ๔.๑ ม.๔-๖/๑, พ ๔.๑ ม.๔-๖/๖

จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๑. อธิบายความหมายของการเสริมสร้างสุขภาพและการป้องกันโรค และอธิบายหลักการของการเสริมสร้างสุขภาพได้

คำชี้แจง

ให้นักเรียนวิเคราะห์ข้อความแล้วตอบคำถามต่อไปนี้ให้สมบูรณ์

สุขภาพ หมายถึง

.....

.....

.....

.....

องค์ประกอบของสุขภาพ

๑.

.....

.....

มีความสำคัญอย่างไร

.....

.....

๒.

.....

.....

มีความสำคัญอย่างไร

.....
.....

บันทึกหลังการสอน

1. ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

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

2. ปัญหา / อุปสรรค

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

3. แนวทางแก้ไข

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

ลงชื่อ

ผู้สอน / ผู้บันทึก

(นายณัฐกิตติ์ กลิ่นหอม)

ตำแหน่ง พนักงานราชการ