



แผนการจัดการเรียนรู้พิเศษการสอน  
หน่วยการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง เรื่องการรับ - ส่ง  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13 เรื่องการรับ - ส่งบอลด้วยหลังเท้า  
รายวิชา พลศึกษา รหัสวิชา พ 30205  
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6/1  
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565

ครูประจำวิชา  
นายภวัต กัญญาประสิทธิ์  
ตำแหน่ง นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพรู

โรงเรียนเมืองราชวิทยาลัย อำเภอห้วยทับทัน จังหวัดเพชรบูรณ์  
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเพชรบูรณ์  
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กระทรวงศึกษาธิการ

การนิเทศแผนการจัดการเรียนรู้

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้

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

ลงชื่อ

( นายศุภฤกษ์ ทองแถว )

หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ความเห็นของหัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

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

ลงชื่อ

( นางรัชฎา บัวพันธ์ )

หัวหน้ากลุ่มบริหารงานวิชาการ

ความเห็นของรองผู้อำนวยการสถานศึกษา

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

ลงชื่อ

( นายไพโรจน์ เตชะรัตนากร )

รองผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองราดวิทยาคม

ความเห็นของผู้ผู้อำนวยการสถานศึกษา

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

ลงชื่อ

( นายไพโรจน์ ทองเพ็ญ )

ผู้อำนวยการโรงเรียนเมืองราดวิทยาคม

## แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13

รหัสวิชา พ 30205 รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ภาคเรียนที่ 1

ปีการศึกษา 2565

หน่วยการเรียนรู้ที่ 3

เรื่อง การรับ - ส่งบอลด้วยหลังเท้า

เวลาเรียน 1 ชั่วโมง/คาบ

สอนวันที่ 26 เดือน สิงหาคม พ.ศ.2565

.....

### 1. มาตรฐานการเรียนรู้

พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

### 2. ตัวชี้วัด

ม. 1/1 เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

ม. 1/2 เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬาอย่างละ 1 ชนิด

### 3. สาระสำคัญ

ทักษะการ รับ - ส่ง ด้วยหลังเท้าเป็นทักษะที่ง่ายและใช้เยอะที่สุดในการเล่นฟุตบอลเพราะเป็นการรับ - ส่ง ที่มีความรวดเร็วและแม่นยำ สมรรถภาพก็เป็นสิ่งสำคัญในการเล่นกีฬาควรฝึกควบคู่ไปด้วยเพื่อให้มีประสิทธิภาพในการเล่นฟุตบอล

### 4. จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านพุทธิพิสัย / ความรู้

- สามารถอธิบายการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้าได้

ด้านทักษะพิสัย / ทักษะ

- สามารถปฏิบัติทักษะการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้าได้อย่างถูกต้องและแม่นยำ

ด้านจิตพิสัย/ คุณลักษณะ

- มีวินัย

- ใฝ่เรียนรู้

### 5. สาระการเรียนรู้

การรับลูกด้วยข้างเท้าด้านใน

1. จุดสัมผัสบอลในการรับบอลด้วยหลังเท้า
2. การยืนและการเคลื่อนที่เข้าหาบอลในการรับบอลด้วยหลังเท้า
3. การผ่อนแรงและการหยุดบอลด้วยหลังเท้า

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

#### ชิ้นงานหรือภาระงาน

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

#### การวัดและประเมินผล

เป้าหมายการเรียนรู้	ภาระงาน/ชิ้นงาน	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
<b>ความรู้ ความเข้าใจ (K)</b>	<p>๑. การนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>๑. แบบประเมินการนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>๑. การประเมินการนำเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>การประเมิน</p> <p>๕ = ดีมาก</p> <p>๔ = ดี</p> <p>๓ = ปานกลาง</p> <p>๒ = พอใช้</p> <p>๑ = ควรปรับปรุง</p>
	<p>๒. ใบงานที่ ๔.๑ เรื่อง การดูแลสุขภาพเสริมสร้างสุขภาพ</p>	<p>เฉลยหนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ใบงานที่ ๔.๑</p>	<p>ประเมินจากเฉลยหนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ใบงานที่ ๔.๑</p>	<p>ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพดีขึ้นไป</p>
<b>ทักษะ/กระบวนการ (P)</b>	<p>๑. วิเคราะห์การมีส่วนร่วมของเครือข่ายต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน</p>	<p>๑. แบบประเมินรายบุคคล</p> <p>๒. แบบประเมินงานกลุ่ม</p>	<p>๑. การถาม – ตอบ</p>	<p>๑. ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐</p>

เป้าหมายการเรียนรู้	ภาระงาน/ชิ้นงาน	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของนักเรียน	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคลตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๑. สังเกตพฤติกรรมนักเรียนระหว่างการเรียนรู้	๑. ผ่านขั้นต่ำไม่น้อยกว่าร้อยละ 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

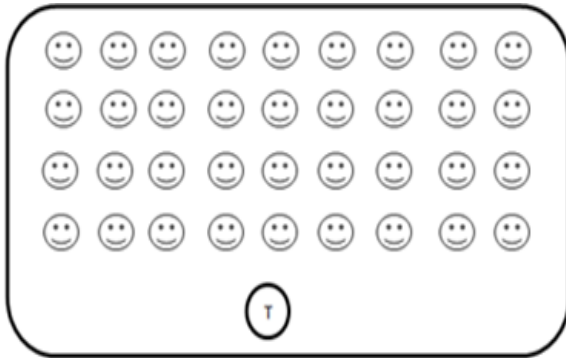
## กิจกรรมการเรียนรู้

### 1. ชี้นำเข้าสู่บทเรียน

1.1 เข้าแถวตอนลึก 4 แถว

1.2 ถามนักเรียนว่า ในการเล่นกีฬาฟุตบอลนั้นนักเรียนคิดว่าผู้เล่นส่วนใหญ่ในสนามจะใช้ทักษะใดในการเล่นฟุตบอลมากที่สุด

1.3 แจกจุดประสงค์การเรียนรู้ให้นักเรียนทราบ



1.4 อบอุ่นร่างกาย (Warm up)

### 2. ชี้อธิบาย สาธิต

2.1 เข้าแถวหน้ากระดาน 5 แถว

2.2 อธิบายพร้อมสาธิตการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า



ทักษะการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า



### 3. ชั้นสอน

ฝึกทักษะการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้าทั้งหมด 3 แบบฝึก ตามลำดับ ต่อไปนี้

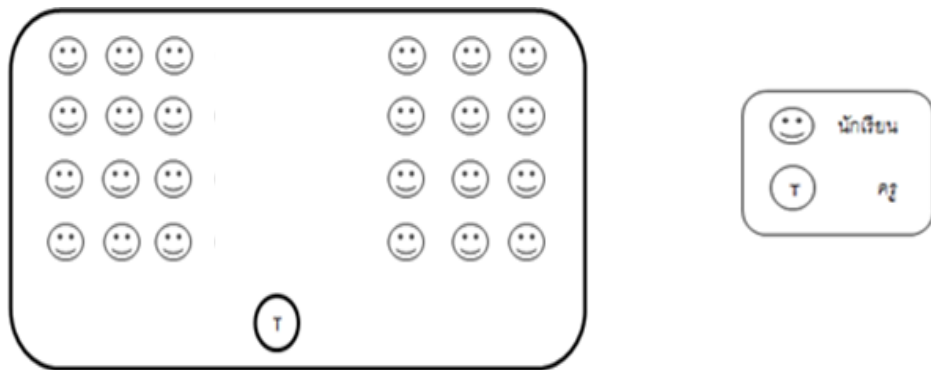
#### 3.1 แบบฝึกที่ 1 ฝึกท่าทางการรับ-ส่งลูกบอล

3.1.1 เข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถวหันหน้าเข้าหากันยืนห่างกันประมาณ

3.1.2 ฝึกท่าทางการรับ-ส่งลูกบอลโดยที่ยังไม่ใช้ลูกฟุตบอล

3.1.3 เมื่อให้สัญญาณให้นักเรียนฝึกท่าทางการรับ-ส่งลูกบอลเป็นเวลาทั้งสิ้น 2 นาที

3.1.4 คอยสังเกตและแนะนำทักษะที่ถูกต้องแก่นักเรียน



#### 3.2 แบบฝึกที่ 2 รับ-ส่งลูกบอลในระยะใกล้

3.2.1 เข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถวหันหน้าเข้าหากันยืนห่างกันประมาณ

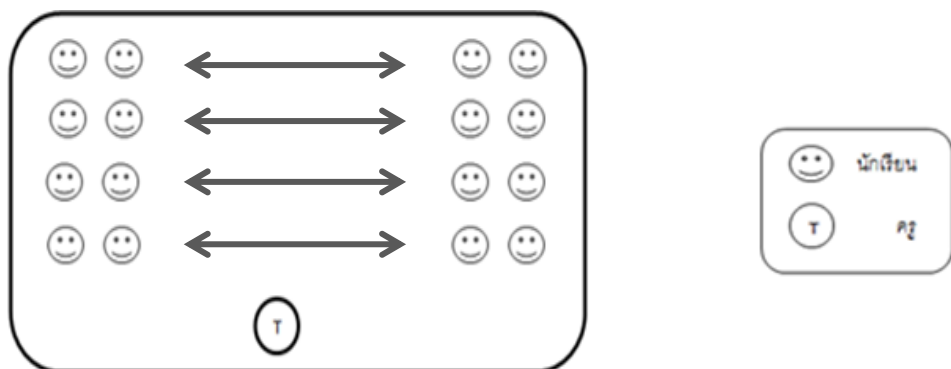
3.2.2 ใช้ลูกฟุตบอล 2 แถว ต่อ 1 ลูก

3.2.3 ส่งและรับลูกฟุตบอลไปมาด้วยหลังเท้าโดยพยายามบังคับลูกฟุตบอลให้อยู่ใน

การเล่นตลอดเวลา

3.2.4 ส่งและรับทำการสลับกันจนกว่าจะวนกลับมาคนแรก 2-3 รอบ

3.2.5 คอยสังเกตและแนะนำทักษะที่ถูกต้องแก่นักเรียน



### 3.3 แบบฝึกที่ 3 รับ-ส่งลูกบอลในระยะไกล

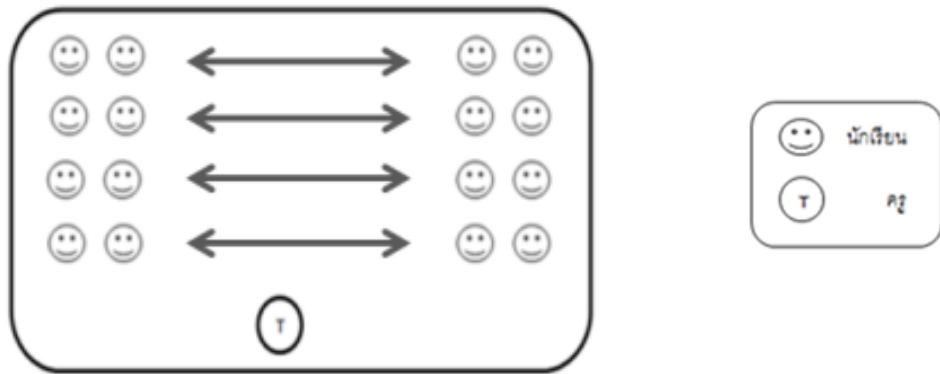
3.3.1 เข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถวหันหน้าเข้าหากันยืนห่างกันประมาณ 10 เมตร

3.3.2 ใช้ลูกฟุตบอล 2 แถว ต่อ 1 ลูก

3.3.3 ส่งและรับลูกฟุตบอลไปมาด้วยหลังเท้าโดยพยายามบังคับลูกฟุตบอลให้อยู่ในการเล่นตลอดเวลา

3.3.4 ส่งและรับทำการสลับกันจนกว่าจะวนกลับมาคนแรก 2-3 รอบ

3.3.5 คอยสังเกตและแนะนำทักษะที่ถูกต้องแก่นักเรียน



### 4. ชี้นำไปใช้

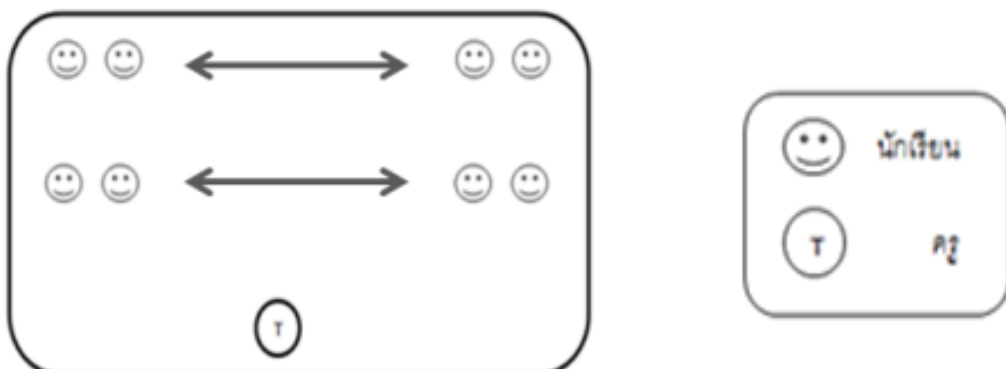
4.1 เข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถวหันหน้าเข้าหากันยืนห่างกันประมาณ 5 เมตร

4.2 กำหนดกรวยเป็นเขตในการ ส่ง-รับ ระยะห่างของการส่ง 5 เมตร กว้าง 2 เมตร

4.3 ใช้ลูกฟุตบอล 2 แถว ต่อ 1 ลูก

4.4 ส่งและรับลูกฟุตบอลไปมาด้วยหลังเท้าโดยพยายามบังคับลูกฟุตบอลให้อยู่ในการเล่นตลอดเวลาส่งและทำการสลับกันจนกว่าจะวนกลับมาคนแรก

4.5 คอยสังเกตและแนะนำทักษะที่ถูกต้องแก่นักเรียน



## 5. ชั้นสรุป

- 5.1 คลายกล้ามเนื้อ (Cool down)
- 5.2 ร่วมกันอภิปรายสรุปการรับ-ส่งลูกฟุตบอลด้วยหลังเท้า
- 5.3 นัดหมายเนื้อหาที่จะเรียนในครั้งต่อไป
- 5.4 ทำความสะอาดร่างกาย และสำรวจเครื่องแต่งกายให้เรียบร้อยเพื่อไปเรียนวิชาต่อไป

## 11. สื่อการเรียนรู้/แหล่งการเรียนรู้

### สื่อการเรียนรู้

- ลูกฟุตบอล
- นกหวีด

## 12. การวัดและประเมินผล

1. สามารถอธิบายขั้นตอนการปฏิบัติทักษะได้
  2. สามารถปฏิบัติทักษะได้อย่างถูกต้อง
  3. มีวินัย มีความตั้งใจ
- ใฝ่เรียนรู้ และมุ่งมั่นในการทำงาน

## บันทึกหลังการสอน

### 1. ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

.....

.....

.....

### 2. ปัญหา / อุปสรรค

.....

.....

.....

### 3. แนวทางแก้ไข

.....

.....

.....

ลงชื่อ

ผู้สอน / ผู้บันทึก

( นายภวัต กันยาประสิทธิ์ )

ตำแหน่ง นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู