



โครงการสอน

รายวิชา เปตอง รหัสวิชา พ ๓๐๒๐๔

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๖๕

ครูประจำวิชา

นายภวัต กันยาประสิทธิ์

นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพรู

โรงเรียนเมืองราชวิทยาคม

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต เพชรบูรณ์

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การปฐมนิเทศ

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถบอกข้อตกลงในการเรียนในชั้นเรียนและทักษะเบื้องต้นได้(เป็นภาษามือได้)
- นักเรียนสามารถเลือกใช้และเก็บรักษาอุปกรณ์การเล่นเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง
- นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในการเรียน เรื่อง กีฬาเบื้องต้น (ความรู้พื้นฐาน)

สาระสำคัญ

การทำความเข้าใจกับนักเรียนในการเรียนวิชาพลศึกษา๒ กีฬาเบื้องต้น เกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติ โดยให้นักเรียนได้รู้ข้อตกลงและขั้นตอนการปฏิบัติกิจกรรมให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนบรรลุผลตามที่คาดหวัง และช่วยให้กิจกรรมการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. การปฐมนิเทศ

-ชี้แจงเนื้อหาการเรียนกีฬาเปตอง

-ข้อตกลงในการเรียน

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องประวัติความเป็นมาและความสำคัญของกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชี้นำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูชี้ค้อน

ครู



นักเรียน



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนและแนะนำวิชาที่จะสอน

๒. ขันอธิบายสาริต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว่ขา ปิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันตั้งข้อตกลงในชั้นเรียน เลือกสถานที่ในการเรียนการสอนมีการแนะนำอุปกรณ์ในการเล่นเบื้องต้น



ลูกเปตอง



ลูกแก่น



ตะล็บเมตรวัดระยะ

๔. ชั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนถึงข้อตกลงในชั้นเรียนและทบทวนอุปกรณ์ เพื่อทดสอบ ความรู้ ความเข้าใจของนักเรียนเมื่อสอนจบ

๕. ชั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาเปตองและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ รวมถึงเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน จากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับกีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
- ลานโรงอาหารในโรงเรียน
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถบอกข้อตกลงในการเรียนในชั้นเรียนและทักษะที่ต้องเบี่ยงต้นได้(เป็นภาษามือได้)	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในการเรียน เรื่อง เปตอง (ความรู้พื้นฐาน)	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถเลือกใช้และเก็บรักษาอุปกรณ์การเล่นเปตองได้อย่างถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถอธิบายความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตองได้
๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเรียนกีฬาเปตองได้

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองเป็นอีกหนึ่งชนิดกีฬาที่เรารู้จักกันดี และนิยมเล่นกันแพร่หลายทั่วทุกภาคของประเทศไทย เนื่องจากกีฬาเปตองได้แพร่หลายเข้าสู่ระบบการศึกษาของไทย จากการถูกเลือกให้เป็นกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษา ตลอดจนหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งของรัฐและเอกชนได้พิจารณาเห็นว่ากิจกรรมเปตองเป็นกิจกรรมกีฬาและนันทนาการ ที่ส่งเสริมความสามัคคีและลดความเครียดจากภารกิจ หน้าที่การงานได้เป็นอย่างดี จึงทำให้กีฬาชนิดนี้ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ประวัติกีฬาเปตอง

-ความเป็นมาของกีฬาเปตองต่างประเทศ

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องประวัติความเป็นมาและความสำคัญของกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชี้นำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูชี้คี่ชื่อ

ครู



นักเรียน



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตอง

๒. ขั้อธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว้ขา ปิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนดูวิดีโอที่เกี่ยวกับกีฬาเบตองว่ามีต้นกำเนิดมาจากไหนใครเป็นคนคิดค้นดูประวัติความเป็นมาการเล่น

๔. ชั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการดูวิดีโอที่นักเรียนเห็นอะไรบ้างใครเป็นคนคิดค้นกีฬาเบตองเพื่อทดสอบ ความรู้ ความเข้าใจของนักเรียนเมื่อสอนจบ

๕. ชั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกีฬาเบตองและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ รวมถึงเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน จากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับกีฬาเบตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเบตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
- ลานโรงอาหารในโรงเรียน
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตองได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเรียนกีฬาเปตองได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถอธิบายความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาและมารยาทในการเล่นกีฬาเปตองได้

๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน

๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเรียนกีฬาเปตองได้

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองเป็นอีกหนึ่งชนิดกีฬาที่เรารู้จักกันดี และนิยมเล่นกันแพร่หลายทั่วทุกภาคของประเทศไทย เนื่องจากกีฬาเปตองได้แพร่หลายเข้าสู่ระบบการศึกษาของไทย จากการถูกเลือกให้เป็นกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษา ตลอดจนหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งของรัฐและเอกชนได้พิจารณาเห็นว่ากิจกรรมเปตองเป็นกิจกรรมกีฬาและนันทนาการ ที่ส่งเสริมความสามัคคีและลดความเครียดจากภารกิจ หน้าที่การงานได้เป็นอย่างดี จึงทำให้กีฬาชนิดนี้ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

ความสามารถในการสื่อสาร

ความสามารถในการคิด

ความสามารถในการแก้ปัญหา

ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ประวัติกีฬาเปตอง

- ความเป็นมาของกีฬาเปตองต่างประเทศ
- ความเป็นมาของกีฬาเปตองในประเทศไทย
- มารยาทในการเล่นกีฬาเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์
๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เพื่อแม่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

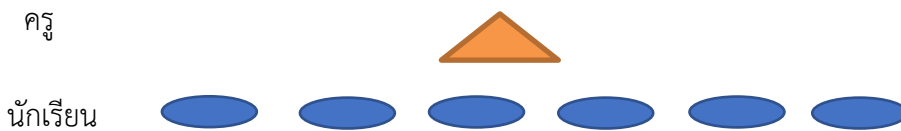
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน / ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องประวัติความเป็นมาและความสำคัญของกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตอง

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

- ๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยัดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา ปิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนดูวีดิทัศน์เกี่ยวกับกีฬาเปตองว่ามีต้นกำเนิดมาจากไหนใครเป็นคนคิดค้นดูประวัติความเป็นมาการเล่น

๓.๒ ครูอธิบายมารยาทในการเล่นและประโยชน์จากการเล่นกีฬาเปตอง

๔. ชั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการดูวีดิทัศน์นักเรียนเห็นอะไรบ้างใครเป็นคนคิดค้นกีฬาเปตองเพื่อทดสอบ ความรู้ ความเข้าใจของนักเรียนเมื่อสอนจบ

๕. ชั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปประวัติความเป็นมาของกีฬาเปตองและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ รวมถึงเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน จากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับกีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

-ลานโรงอาหารในโรงเรียน

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาและมารยาทในการเล่นกีฬาเปตองได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการเรียนกีฬาเปตองได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง อุปกรณ์การเล่นกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถจำแนกอุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาเปตองได้

สาระสำคัญ

ผู้เล่นหรือนักกีฬาเปตองควรทราบเกี่ยวกับสนามและอุปกรณ์การเล่นกีฬาเปตองที่จำเป็นในการเล่น นับตั้งแต่สนาม ลูกเปตอง ลูกเป้า เทปวัดระยะ ป้ายบอกคะแนน ผ้าเช็ดลูกเปตอง และเครื่องแต่งกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งลูกเปตอง เพราะถือว่าเป็นเครื่องมือหรือหัวใจที่สำคัญของผู้เล่นหรือนักกีฬาเปตองทุกคน

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. อุปกรณ์ในกีฬาเปตอง

- ลูกเปตอง ลูกเป้า ตะลั่นเมตร สนาม

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

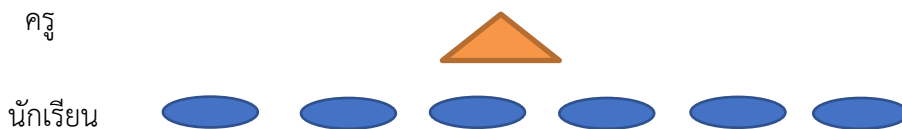
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนดูภาพอุปกรณ์ในกีฬาเปตองอธิบายประกอบของจริง



ลูกเปตอง



ลูกเป้า



ตะลัดบเมตรวัดระยะ

๓.๒ ครูอธิบายและให้นักเรียนได้สัมผัสอุปกรณ์จริง

๔. ชั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับการอุปกรณ์กีฬาเปตองมีอะไรบ้างเพื่อทดสอบ ความรู้ ความเข้าใจของนักเรียนเมื่อสอนจบ

๕. ชั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

-ลานโรงอาหารในโรงเรียน

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถจำแนกอุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการดูแลรักษาอุปกรณ์กีฬาเบื้องต้นได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการเล่นเปตองเบื้องต้น

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตองเบื้องต้นได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะในการเล่นกีฬาเปตองได้

สาระสำคัญ

นักเรียนที่เล่นเปตองฝึกหัดใหม่ มักจะประสบปัญหาเกี่ยวกับการบังคับลูกเปตองอย่างมาก สาเหตุอาจ มาจากการฝึกที่ผิด หรือการไปจำวิธีการผู้อื่นแล้วนำมาฝึกอย่างผิด โดยขาดการแนะนำ หรือจากการฝึกที่ฝืน ธรรมชาติของตนเอง การฝึกการบังคับลูก ไม่ว่าจะเป็ลูกเข้าหรือลูกตี ลูกหมุนซ้าย หมุนขวา หรือลูกสกรู (ลูก หมุนกลับหลัง) ปลายนิ้วมือและข้อมือมีส่วนสำคัญเป็นอย่างมากในการบังคับลูก

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การยื่น การจับ ลูกเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

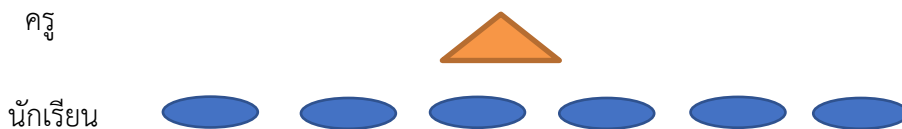
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน / ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะเบื้องต้นในกีฬาเปตอง

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

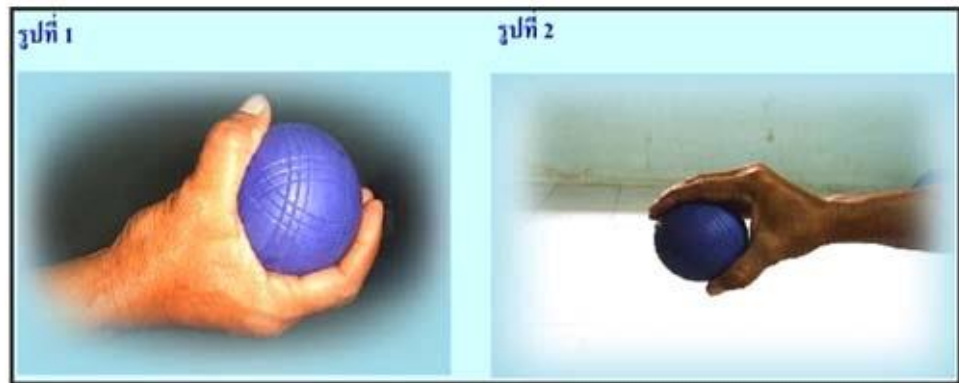
- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

- ๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว่ขา บิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูสาธิตการจับลูกเปตอง

- ๑. หายมือวางลูกบูลกลงไปในอุ้งมือในท่าที่สบาย (รูปที่๑)
- ๒. หรือคว่ำมือจับลูก (รูปที่๒)



๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง

ทักษะและวิธีการเล่นเปตอง

พื้นฐานการเล่นเปตอง

พื้นฐานการเล่นเปตองมีองค์ประกอบดังนี้

1. การถือลูก
2. การโยน
3. การยืน

1. การถือลูก

การจับถือลูกเปตอง นับเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างหนึ่ง เนื่องจากลูกเปตองทำด้วยโลหะที่มีสภาพเย็น อีกทั้งลูกเปตองมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 7-8 เซนติเมตรและมีน้ำหนัก 650-800 กรัม ดังนั้นการถือลูกเปตองไม่ถูกวิธีอาจทำให้การเล่นผิดพลาดได้



วิธีปฏิบัติ

1. ผู้ตบตีมือขวา ให้แบ่มือหงายและนิ้วกางออก
2. ใช้นิ้วชี้หยิบลูกเปตองวางบนอุ้งมือขวา
3. ใช้นิ้วมือกำเหมือนการขมุนิ้วมือ โดยให้นิ้วมือเรียงห่างกันพอสมควร ไม่ชิดกันจนเกินไป นิ้วหัวแม่มือถือลูกเปตองไว้ให้กระชับในอุ้งมือ

การยืน

3. การยืน

การยืน ณ จุดวงกลม (ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 30-50 เซนติเมตร) เริ่มเล่นที่เขียนขึ้นสำหรับการยืนโยนลูกเปตอง

การยืนนี้กติกากำหนดให้ปฏิบัติดังนี้

1. ห้ามยกเท้าใดเท้าหนึ่งขึ้นพื้นดินระหว่างการโยนลูกเปตอง
2. ห้ามยกนอกวงกลมยกเว้นลูกเปตองจะตกถึงพื้นดิน
3. ห้ามล้มพิศหรือเหยียบเส้นวงกลม

สรุปได้ว่า การยืนคือยืนในวงกลมที่กำหนดให้โยนลูกเปตองนั้น โดยเท้าทั้งสองอยู่บนพื้นดิน ยกเท้าหนึ่งเท้าใดขึ้นพื้นได้ (ยืนเขย่งเท้าได้) ถือว่าเป็นกติกานอกหากเป็นการโยนลูกเปตองได้ หากยกขาขวาไปข้างหนึ่ง ออกนอกวงกลมหรือเหยียบเส้นหรือยกเท้าอื่นเป็นการพาดพิงกติกาก็เป็นลูกเสีย



วิธีปฏิบัติ

1. ยืนแบมือขวาขึ้น ให้เท้าชิดตรงตามเส้นเท้าหน้ายกเข่าขึ้นเท้าทั้งสองข้าง
2. ยืนแบมือหน้าเท้าตาม ให้วงเท้าข้างเดียวกับแขนที่ถือลูกเปตองอยู่เท้าหน้า เท้าข้างหนึ่งสอดเข่าเป็นเท้าตาม (เข่าสอดเข่าข้าง) ปลายเท้าชิดแนวเดียวกับเส้นเท้าหน้า นิ้วเท้าวางภายในวงเท้าหน้า



1. ท่าเริ่มต้น
- 2-3. การเคลื่อนที่ของแขนระหว่างยกเข่า-เหยียดแขน
4. จังหวะปล่อยลูก

๔. นำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับทักษะในกีฬาเปตองมีอะไรบ้าง เพื่อทดสอบความรู้ความเข้าใจของนักเรียน

๔.๒ ครูให้นักเรียนแสดงการจับลูกเปตองและการยืนโยนว่าถูกต้องไหม

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
-ลานโรงอาหารในโรงเรียน
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะในการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และการเข้าวางได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการวางได้

สาระสำคัญ

การโยนลูกเปตองสัมผัสกับพื้นสนามเป็นลักษณะเส้นตรงราบไปกับพื้นแล้วไปสัมผัส หรือกระทบลูกเปตองที่ได้กำหนดไว้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การเล่นที่ การเล่นลูกวางเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เพื่อแม่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

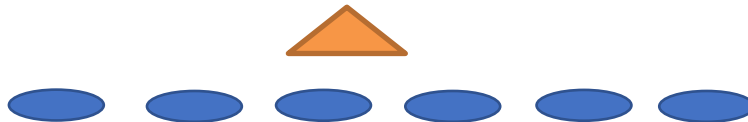
การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชี้นำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูชี้คชื่อ

ครู

นักเรียน



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะการเคลื่อนที่ และการเล่นลูกว้าง

๒. ชั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

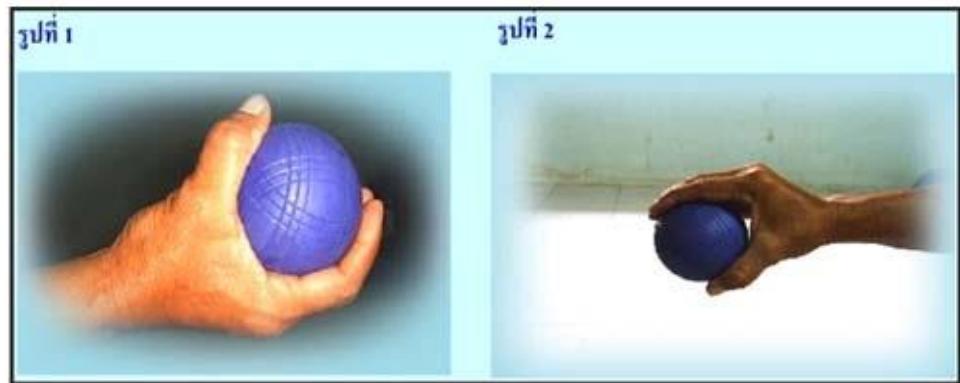
- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

- ๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว่ขา บิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูสาธิตการจับลูกเปตอง

- ๑. หายมือวางลูกบูลกลงไปในอุ้งมือในท่าที่สบาย (รูปที่๑)
- ๒. หรือคว่ำมือจับลูก (รูปที่๒)



๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง

ทักษะและวิธีการเล่นเปตอง

พื้นฐานการเล่นเปตอง

พื้นฐานการเล่นเปตองมีองค์ประกอบดังนี้

1. การถือลูก
2. การโยน
3. การยืน




1. การถือลูก

การจับถือลูกเปตอง นับเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างหนึ่ง เนื่องจากลูกเปตองทำด้วยโลหะที่มีสภาพเย็น อีกทั้งลูกเปตองมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 7-8 เซนติเมตรและมีน้ำหนัก 650-800 กรัม ดังนั้นการถือลูกเปตองไม่ถูกวิธีอาจทำให้การเล่นผิดพลาดได้

วิธีปฏิบัติ

1. ผู้ตบตีมือขวา ให้แบ่มือหงายและนิ้วกางออก
2. ใช้นิ้วชี้ซ้ายหยิบลูกเปตองวางบนอุ้งมือขวา
3. ใช้นิ้วมือกำเหมือนการขมุนิ้วมือ โดยให้นิ้วมือเรียงห่างกันพอสมควร ไม่ชิดกันจนเกินไป นิ้วหัวแม่มือถือลูกเปตองไว้ให้กระชับในอุ้งมือ

การยืน

3. การยืน

การยืน ณ จุดวงกลม (ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 30-50 เซนติเมตร) เริ่มเล่นที่เขียนขึ้นสำหรับการยืนโยนลูกเปตอง

การยืนนี้กติกการเล่นกำหนดให้ปฏิบัติดังนี้

1. ห้ามยกเท้าใดเท้าหนึ่งขึ้นสัมผัสหรือแตะการโยนลูกเปตอง
2. ห้ามยกเข่าหรือเข่ายกมือที่ลูกเปตองจะตกถึงพื้นดิน
3. ห้ามสัมผัสหรือเหยียบเส้นวงกลม

สรุปได้ว่า การยืนคือยืนในวงกลมที่กำหนดให้โยนลูกเปตองนั้น โดยเท้าทั้งสองอยู่บนพื้นดิน ยกเท้าหนึ่งเท้าใดขึ้นสัมผัส (ยืนเหยียดเท้าได้) ถือว่าเป็นกติกาลูกเปตองเป็นการกีฬาใช้เท้าเดียวก็ได้ หากยกเข่าขาใดขาหนึ่งออกนอกวงกลมหรือเหยียบเส้นหรือยกเท้าถือเป็นการพาดพิงผิดกติกาและเป็นลูกเสีย



วิธีปฏิบัติ

1. ยืนแบมือขวาขึ้น ให้เท้าชิดตรงมาเส้นผ่าศูนย์กลางบนเท้าทั้งสองข้าง
2. ยืนแบมือซ้ายเท้าตาม ให้วางเท้าข้างเดียวกับแขนที่ถือลูกเปตองอยู่เท้าหน้า เท้าข้างหนึ่งตั้งชิดเป็นเท้าตาม (เข่าชิดกันเท้าขึ้น) ปลายเท้าชิดแนวเดียวกับเส้นเท้าหน้า นิ้วเท้าวางภายในฝ่าเท้าหน้า





1. ท่าเริ่มต้น
- 2-3. การเคลื่อนมือของแขนระยะแรกก่อนแขน-เหยียดแขน
4. จังหวะปล่อยลูก

๔. นำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับทักษะในกีฬาเปตองมีอะไรบ้าง เพื่อทดสอบความรู้ความเข้าใจของนักเรียน

๔.๒ ครูให้นักเรียนแสดงการจับลูกเปตองและการยืนโยนว่าถูกต้องไหม

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
-ลานโรงอาหารในโรงเรียน
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะในการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และการเข้าวางได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการวางได้

สาระสำคัญ

การโยนลูกเปตองสัมผัสกับพื้นสนามเป็นลักษณะเส้นตรงราบไปกับพื้นแล้วไปสัมผัส หรือกระทบลูกเปตองที่ได้กำหนดไว้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การเล่นที่ การเล่นลูกวางเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

☐ ค่านิยม ๑๒ ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน / ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชี้นำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูชี้คี่ชื่อ

ครู



นักเรียน



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะการเคลื่อนที่ และการเล่นลูกกวาง

๒. ชี้อธิบายสาริต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

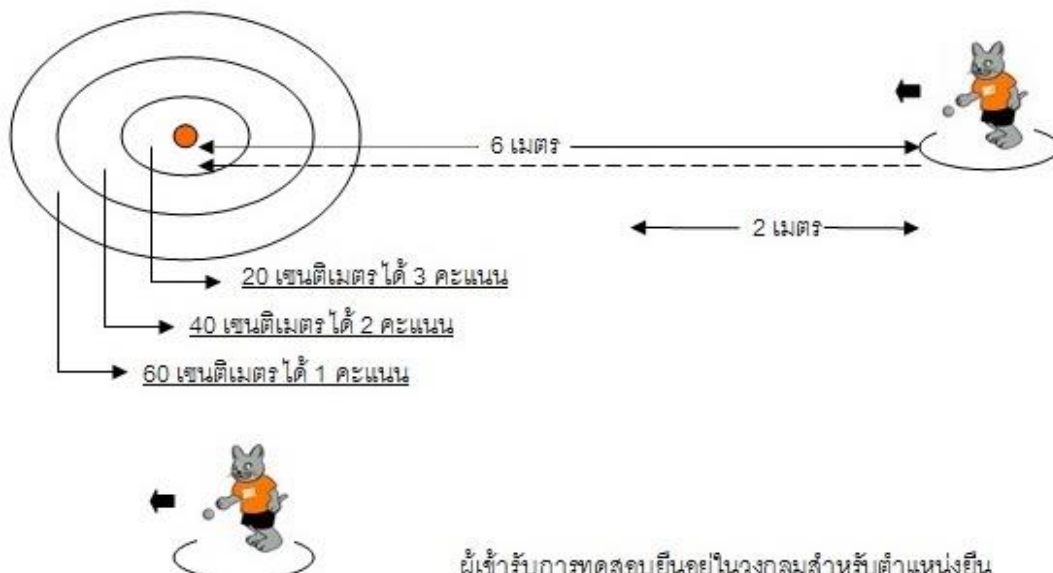
๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว่ขา บิดลำตัว

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูสาธิตการจับลูกเปตอง

๑.ลักษณะการยืนเข้าหรือการตีลูกยืนเท้าคู่หรือแบบมีเท้าหน้าก็ได้แล้วแต่ความถนัด ของแต่ละบุคคล แต่ถ้านัดโยนลูก , ตีลูก ด้วยมือขวา ควรยืนเท้าขวานำเล็กน้อย เพื่อให้การทรงตัวมีฐานที่มั่นคง

๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง



๔. นำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนแสดงทักษะการวางตามแบบทดสอบ

๔.๒ ครูให้นักเรียนทดสอบการวางและบันทึกสถิติของตนเอง เพื่อจะได้ปรับปรุงและทำการฝึกฝนในครั้งต่อไป

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
- ลานโรงอาหารในโรงเรียน
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และการเข้าวงได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการวงได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการตีเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการตีได้

สาระสำคัญ

การตีลูก เป็นส่วนสำคัญของการเล่นเปตองอีกประการหนึ่ง เมื่อไม่สามารถเข้าลูกให้ชนะคู่ต่อสู้ได้ ต้องอาศัยการตีลูกเพื่อให้ลูกของคู่ต่อสู้ออกจากจุดที่ตั้งอยู่ ผู้เล่นที่ฝึกหัดใหม่มักเผชิญต่อความยากลำบากในการตีและบังคับลูก

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การเคลื่อนที่ ทักษะการตีลูกเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

☐ ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

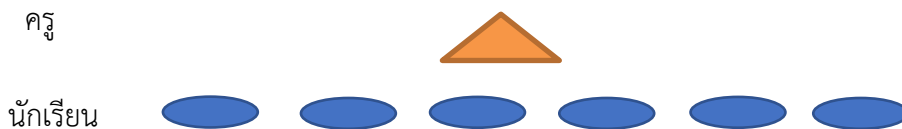
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน / ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะการเคลื่อนที่ และการเล่นลูกว้าง

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการตีลูกเปตอง

๑.การตีลูกถึงตัว (ตีเจาะ) การตีลูกนี้เหมาะกับสภาพสนามทุกรูปแบบ และเป็นลูกที่นักกีฬาเปตองทั่วไปใช้กันมากที่สุด เนื่องจากการฝึกตีลูกนี้หากตีได้อย่างแม่นยำ ลูกที่ต่ำไปถูกลูกคู่ต่อสู้ เป็นจังหวะเดียวกับลูกตกถูกพื้นพอดี ลูกที่ตีมีโอกาสมองแทนที่ได้ด้วย การฝึกตีลูกนี้นักกีฬาไม่ต้องพะวงว่าจะมีลูกขวางหน้า

ยืนในท่าที่ถนัดที่สุด แต่เท้าทั้งสองข้างต้องไม่เหยียบเส้น และอยู่ในวงกลม

๑.ตั้งลูกตามต้องการเพื่อฝึกตี

๒.เริ่มฝึกตีจากระยะใกล้ ๆ ก่อน จาก ๓ เมตร ๔ เมตร ๕ เมตร ต่อไปเรื่อย ๆ จนถึงระยะ ๑๒ เมตร แล้วจดสถิติไว้ทุกวัน ๆ เพื่อนำมาแก้ไขข้อบกพร่อง

๓.ฝึกการประสานงานของแรงที่ใช้ในการตีลูกให้สัมพันธ์กันระหว่างการตีตวัดข้อ มือ นิ้วมือ และขาทั้งสองข้าง ระบบการหายใจก็มีส่วนสำคัญ เกี่ยวกับกับการตีลูกมาก ควรจะได้มีการฝึกให้ประสานงานให้ดี

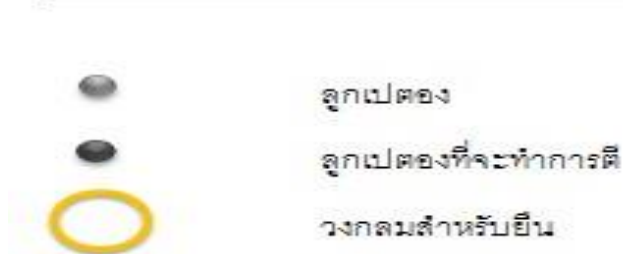
๔.ก่อนตีลูกจะต้องมีสมาธิ และความเชื่อมั่นในตัวเอง

๕.ฝึกอย่างสม่ำเสมอและจริงจัง

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ

๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง



ภาพที่ 5.29 การฝึกตีลูกกลาง



ลูกเปตอง |
 ลูกเปตองที่จะทำการตี
 วงกลมสำหรับยืน

ภาพที่ 5.30 การฝึกตีลูกซ่าย-ขวา

๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนออกมาสาธิตทักษะการตีลูกเปตอง

๔.๒ ครูให้นักเรียนแสดงการโยนลูกเปตอง

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

- ลานโรงอาหารในโรงเรียน

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการตีเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการตีได้

สาระสำคัญ

การตีลูก เป็นส่วนสำคัญของการเล่นเปตองอีกประการหนึ่ง เมื่อไม่สามารถเข้าลูกให้ชนะคู่ต่อสู้ได้ ต้องอาศัยการตีลูกเพื่อให้ลูกของคู่ต่อสู้ออกจากจุดที่ตั้งอยู่ ผู้เล่นที่ฝึกหัดใหม่มักเผชิญต่อความยากลำบากในการตีและบังคับลูก

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การเคลื่อนที่ ทักษะการตีลูกเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน / ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ

ครู



นักเรียน



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะการเคลื่อนที่ และการเล่นลูกว้าง

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการตีลูกเปตอง

๑.การตีลูกถึงตัว (ตีเจาะ) การตีลูกนี้เหมาะกับสภาพสนามทุกรูปแบบ และเป็นลูกที่นักกีฬาเปตองทั่วไปใช้กันมากที่สุด เนื่องจากการฝึกตีลูกนี้หากตีได้อย่างแม่นยำ ลูกที่ต่ำไปถูกลูกคู่ต่อสู้ เป็นจังหวะเดียวกับลูกตกถูกพื้นพอดี ลูกที่ดีมีโอกาสอยู่แทนที่ได้ด้วย การฝึกตีลูกนี้นักกีฬาไม่ต้องพะวงว่าจะมีลูกขวางหน้า ยืนในท่าที่ถนัดที่สุด แต่เท้าทั้งสองข้างต้องไม่เหยียบเส้น และอยู่ในวงกลม

๑.ตั้งลูกตามต้องการเพื่อฝึกตี

๒.เริ่มฝึกตีลูกสูง คือโยนให้ลูกเปตองไปโดนกับลูกที่เราจะตี

๓.ฝึกการประสานงานของแรงที่ใช้ในการตีลูกให้สัมพันธ์กันระหว่างการตีดัดข้อ มือ นิ้วมือ และขาทั้งสองข้าง ระบบการหายใจก็มีส่วนสำคัญ เกี่ยวกับกับการตีลูกมาก ควรจะได้มีการฝึกให้ประสานงานให้ดี

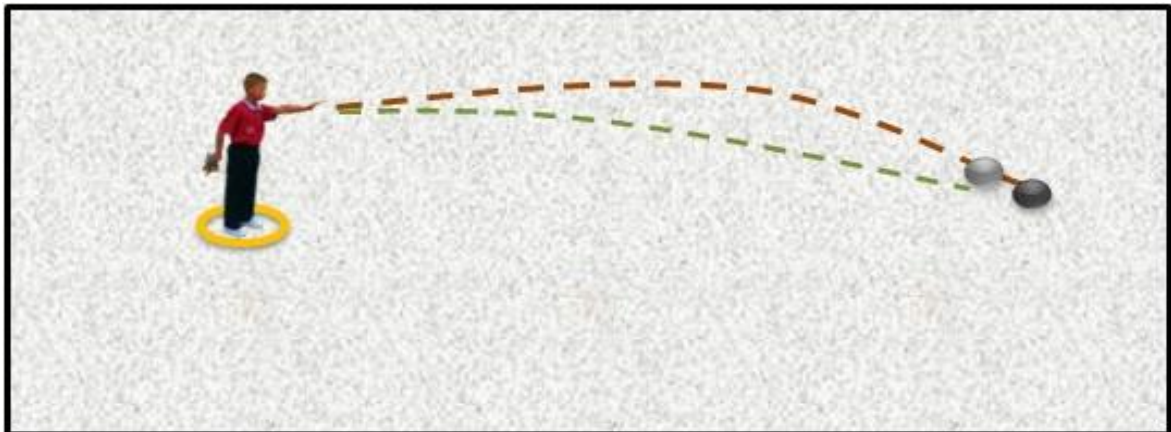
๔.ก่อนตีลูกจะต้องมีสมาธิ และความเชื่อมั่นในตัวเอง

๕.ฝึกอย่างสม่ำเสมอและจริงจัง

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

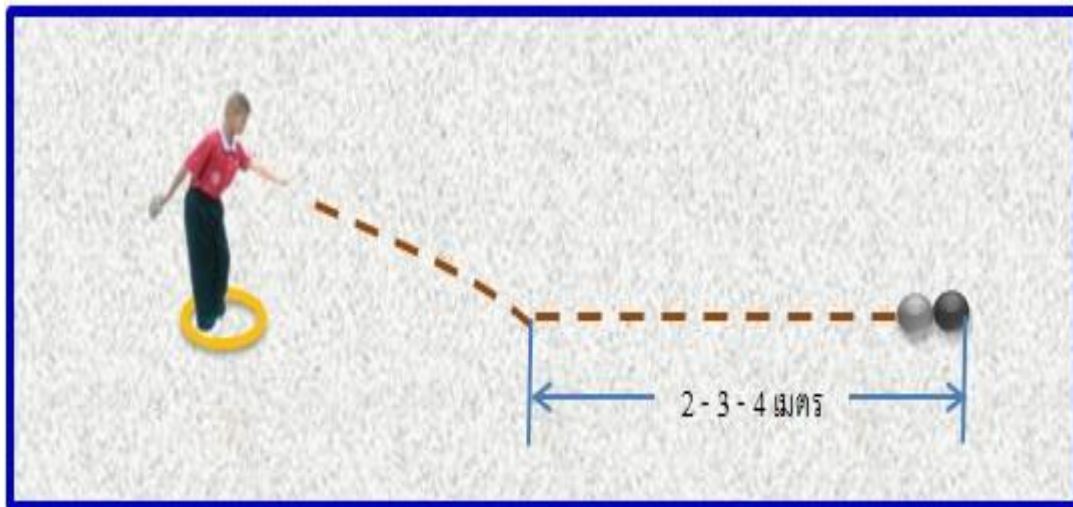
๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ

๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง



— — แนวลูกการตีแบบใช้ข้อมือ

— — แนวลูกการตีแบบใช้ช่วงแขน



๔. ช้่นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนออกมาสาธิตทักษะการตีลูกเปตอง

๔.๒ ครูให้นักเรียนแสดงการโยนลูกเปตอง

๕. ช้่นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

-ลานโรงอาหารในโรงเรียน

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง ทักษะการตีเปตอง (ต่อ)

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้
๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และการตีได้

สาระสำคัญ

การตีลูก เป็นส่วนสำคัญของการเล่นเปตองอีกประการหนึ่ง เมื่อไม่สามารถเข้าลูกให้ชนะคู่ต่อสู้ได้ ต้องอาศัยการตีลูกเพื่อให้ลูกของคู่ต่อสู้ออกจากจุดที่ตั้งอยู่ ผู้เล่นที่ฝึกหัดใหม่มักเผชิญต่อความยากลำบากในการตีและบังคับลูก

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นเปตอง

-การเคลื่อนที่ ทักษะการตีลูกเปตอง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑. มีวินัย

๒. ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑. การคิดวิเคราะห์

๒. การปฏิบัติ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑. มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เพื่อแม่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑. เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒. เป็นนักแก้ปัญหา
๓. เป็นนักสร้างสรรค์
๔. เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕. รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖. เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗. เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘. ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙. เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐. มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

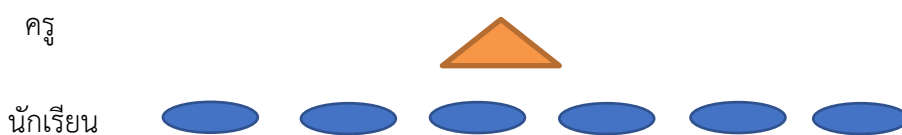
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชี้นำ (๕ นาที)

- ๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



- ๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียนเรื่องทักษะการเคลื่อนที่ และการเล่นลูกว้าง

๒. ชี้อธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ทำดิ่งปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ทำเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ทำนั่งไขว่ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการตีลูกเปตอง

๑.การตีลูกถึงตัว (ตีเจาะ) การตีลูกนี้เหมาะกับสภาพสนามทุกรูปแบบ และเป็นลูกที่นักกีฬาเปตองทั่วไปใช้กันมากที่สุด เนื่องจากการฝึกตีลูกนี้หากตีได้อย่างแม่นยำ ลูกที่ต่ำไปถูกลูกคู่ต่อสู้ เป็นจังหวะเดียวกับลูกตกถูกพื้นพอดี ลูกที่ดีมีโอกาสอยู่แทนที่ได้ด้วย การฝึกตีลูกนี้นักกีฬาไม่ต้องพะวงว่าจะมีลูกขวางหน้า

ยืนในท่าที่ถนัดที่สุด แต่เท้าทั้งสองข้างต้องไม่เหยียบเส้น และอยู่ในวงกลม

๑.ตั้งลูกตามต้องการเพื่อฝึกตี

๒.เริ่มฝึกตีลูกสูง คือโยนให้ลูกเปตองไปโดนกับลูกที่เราจะตี

๓.ฝึกการประสานงานของแรงที่ใช้ในการตีลูกให้สัมพันธ์กันระหว่างการตีตวัดข้อ มือ นิ้วมือ และขาทั้งสองข้าง ระบบการหายใจก็มีส่วนสำคัญ เกี่ยวกับกับการตีลูกมาก ควรจะได้มีการฝึกให้ประสานงานให้ดี

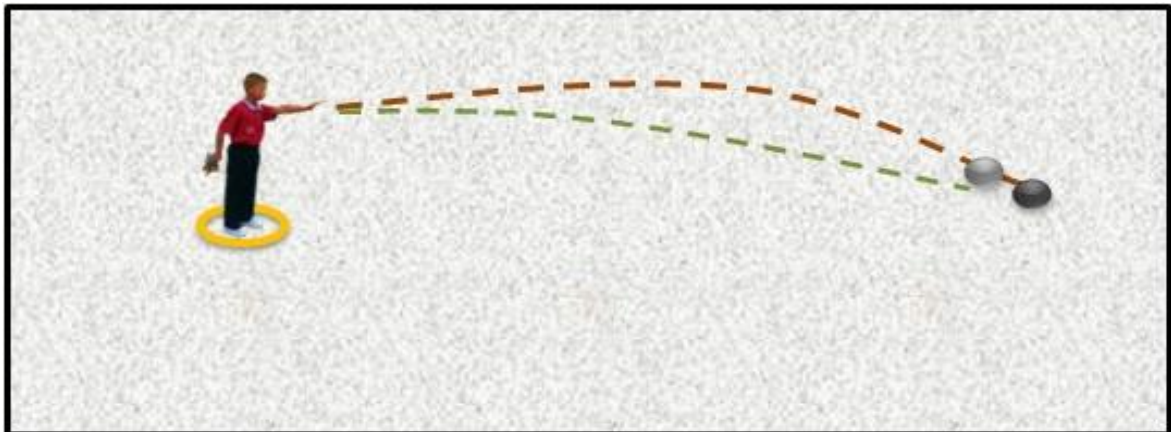
๔.ก่อนตีลูกจะต้องมีสมาธิ และความเชื่อมั่นในตัวเอง

๕.ฝึกอย่างสม่ำเสมอและจริงจัง

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

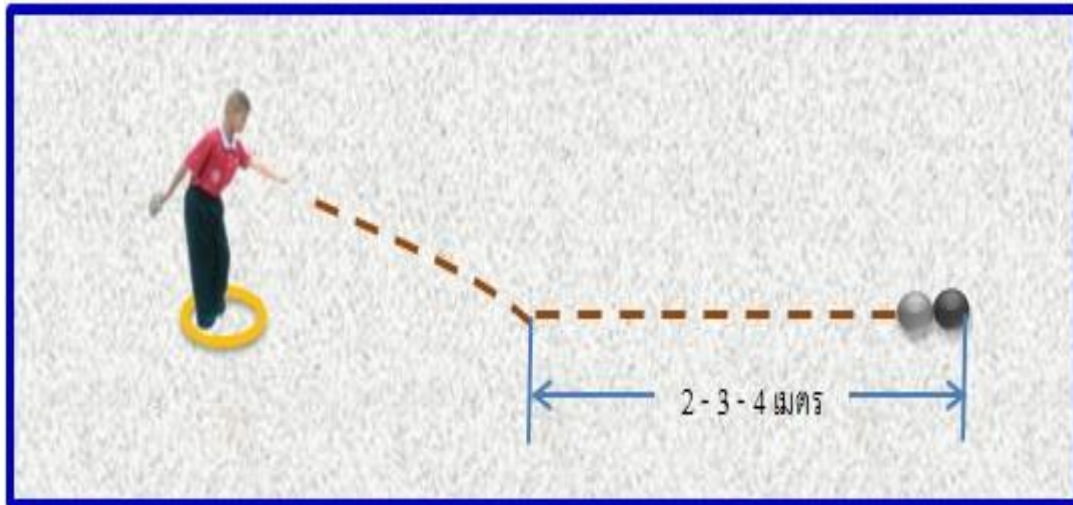
๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ

๓.๒ ครูอธิบายประกอบการใช้อุปกรณ์จริง



— — แนวลูกการตีแบบใช้ข้อมือ

— — แนวลูกการตีแบบใช้ช่วงแขน



๔. ช้่นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนออกมาสาธิตทักษะการตีลูกเปตอง

๔.๒ ครูให้นักเรียนแสดงการโยนลูกเปตอง

๕. ช้่นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

-ลานโรงอาหารในโรงเรียน

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเคลื่อนที่และทักษะการตีลูกเปตองได้	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้าย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นเปตองเป็ยทีมได้ อธิบาย ความสำคัญของการเล่นกีฬาได้	มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ	

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพุดน้อยและเด็กพุดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

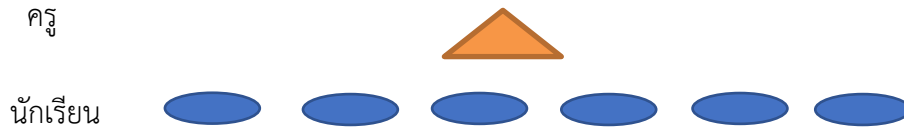
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาริต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย

๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง

๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน

๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ

๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน

๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว

๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

- ๔.๑ ครูให้นักเรียนเล่นเกมแข่งกันตีลูกเป้า โดยระยะ ๕ เมตร .ใครตีโดนเป้าจะได้รับรางวัลกับคุณครู
- ๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

- ๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน
- ๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขันกีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมมติเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้าย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นเปตองเป็นทีมได้ อธิบาย ความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพุดน้อยและเด็กพุดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

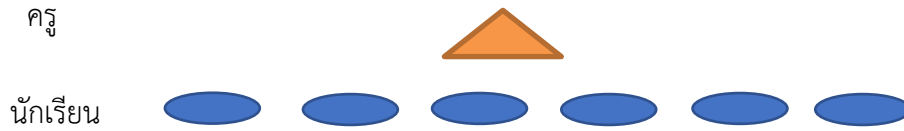
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. หนังสือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์ในการเล่นกีฬาเปตอง

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเล่นเกมแข่งกันตีลูกเป้า โดยระยะ ๕ เมตร .ใครตีโดนเป้าจะได้รับรางวัลกับคุณครู

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

- สนามเปตอง

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขันกีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้วย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นเปตองเป็ยทีมได้ อธิบาย ความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพุดน้อยและเด็กพุดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

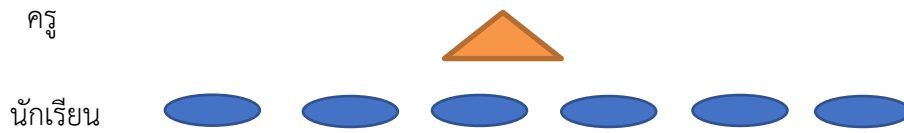
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย

๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง

๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน

๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ

๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน

๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว

๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเล่นเกมแข่งกันตีลูกเป้า โดยระยะ ๖ เมตร เพิ่มความยากขึ้น.ใครตีโดนเป้าจะได้รับรางวัลกับคุณครู

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

- ๑.ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
- ๒.หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
- ๓.อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขันกีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมารถเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้วย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นเปตองเป็ยทีมได้ อธิบาย ความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เื้ออแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสังคม
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

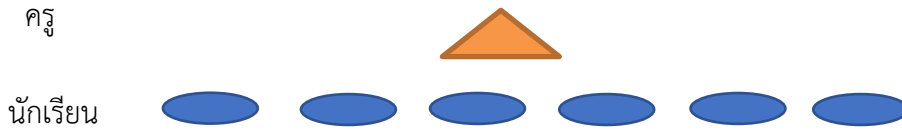
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย

๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง

๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน

๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ

๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน

๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว

๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว

๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา

๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว

๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

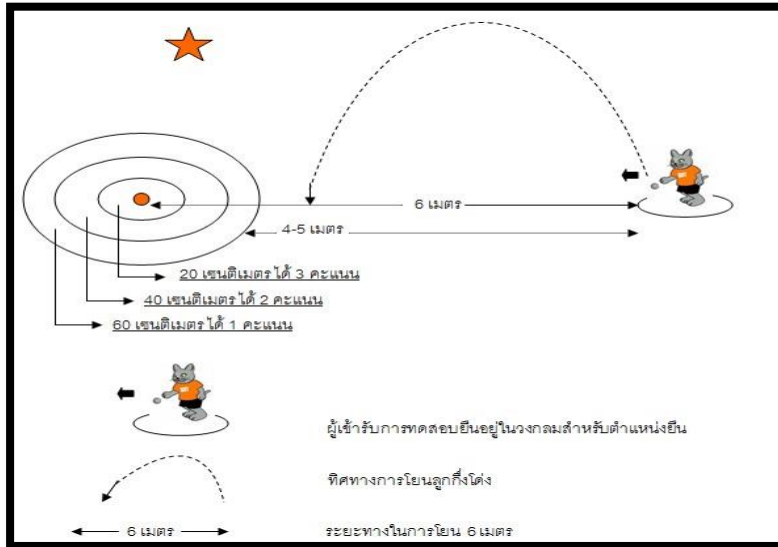
๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วในทำการฝึกทักษะการเข้าวาง โดยจะให้ลูกเปตอง ๑ คนต่อ ๓ ลูก ให้โยนให้ใกล้ลูกเป้าหมายมากที่สุด

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่น กีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดีมาก	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดี	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการ เรียน	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดีมาก	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดี	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีพฤติกรรมใน การเรียนการ สอนอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขัน กีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดี	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับปาน กลาง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้าย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิษฐานความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพุดน้อยและเด็กพุดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

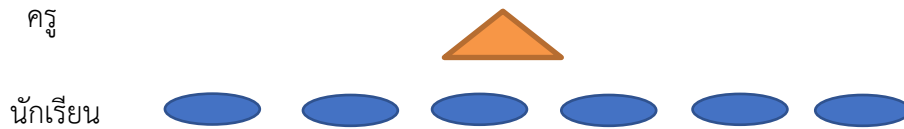
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ชั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ชั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว่ขา บิดลำตัว

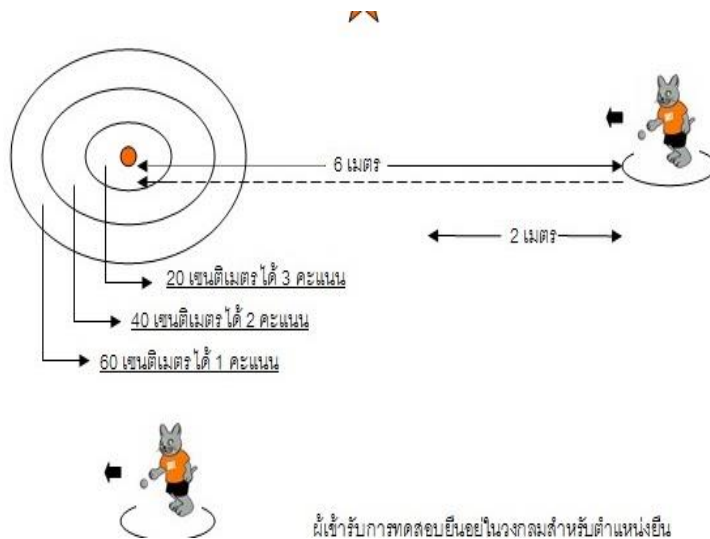
๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ชั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วในทำการฝึกทักษะการเข้าวาง โดยจะให้ลูกเปตอง ๑ คนต่อ ๓ ลูก ให้โยนให้ใกล้ลูกเป้าหมายมากที่สุด

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขันกีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้าย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิบายความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

ค่านิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพุดน้อยและเด็กพุดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

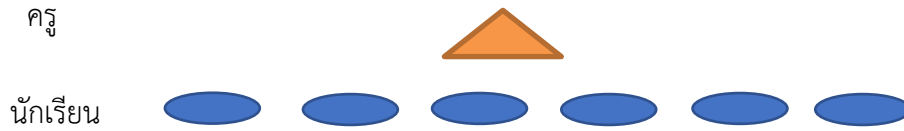
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว่ขา บิดลำตัว

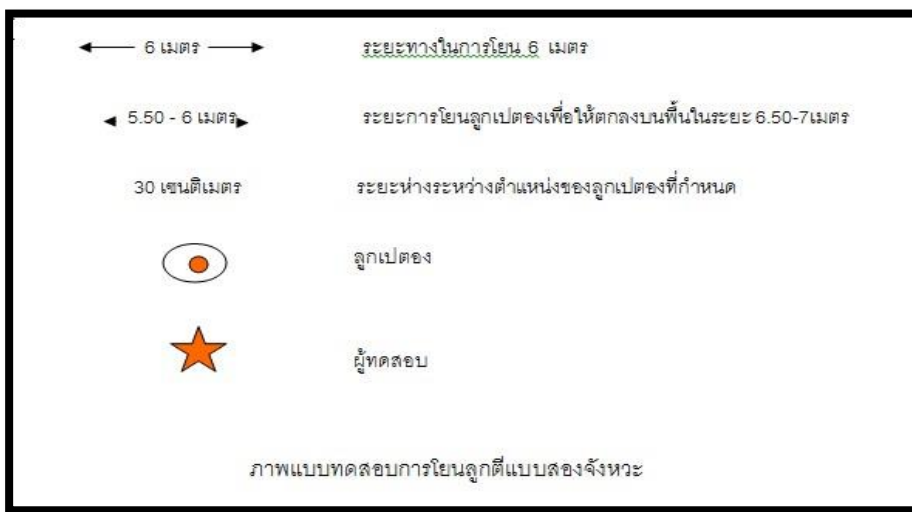
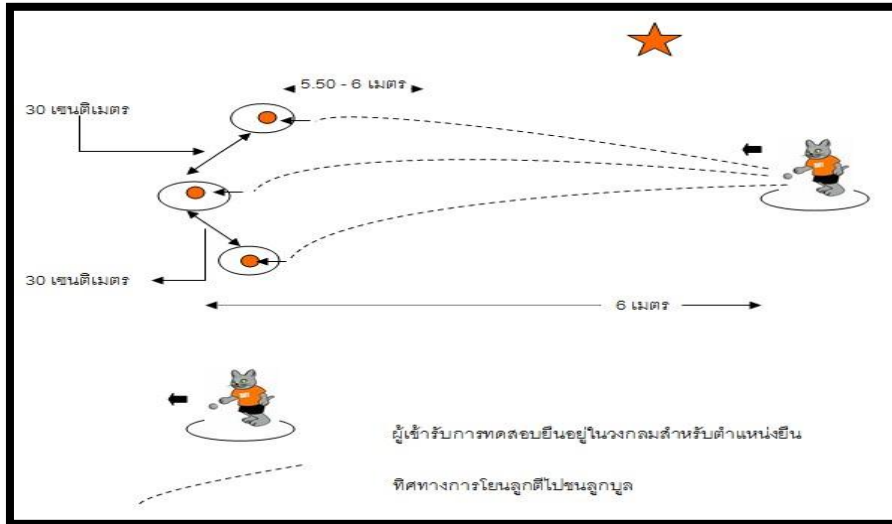
๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วในทำการฝึกทักษะการเข้าวาง โดยจะให้ลูกเปตอง ๑ คนต่อ ๓ ลูก ให้โยนให้ใกล้ลูกเป้าหมายมากที่สุด

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่น กีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดีมาก	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดี	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการ เรียน	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดีมาก	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดี	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีพฤติกรรมใน การเรียนการ สอนอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขัน กีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดี	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับปาน กลาง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๗

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง (ต่อ)

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้วย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิบายความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

□ คำนิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

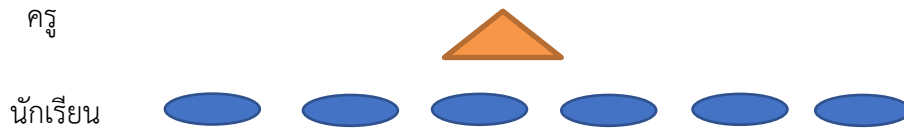
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๕ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

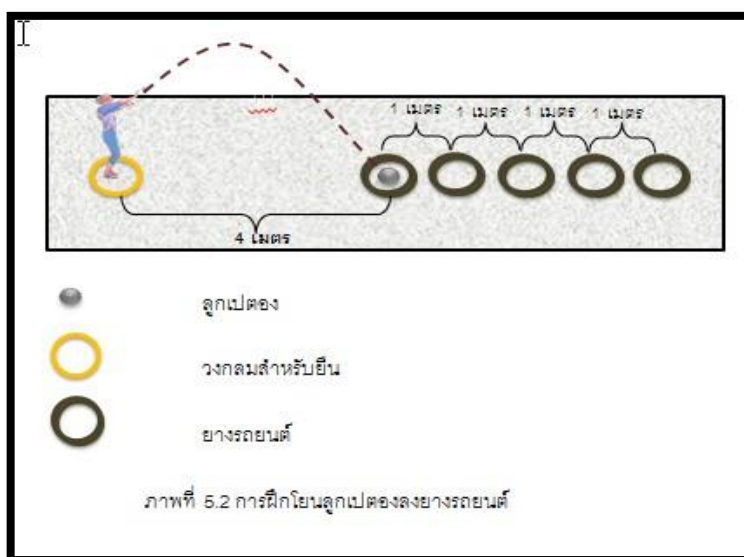
- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วฝึกปฏิบัติจริงตามแบบฝึกการตีเบื้องต้นเป็นรายบุคคล



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวสองแถวเท่าๆกันคณะคนที่เก่งอยู่กับคนที่อ่อน แบ่งเป็นสองฝ่าย

๔.๒ ครูให้นักเรียนทั้งสองฝ่ายแข่งกันโยนลูกเปตองให้เข้าในยางรถยนต์ให้มากที่สุดโดยกำหนดไว้

๑๐ ลูก ที่มีได้ที่ได้ ๑๐ ก่อนที่จะเป็นฝ่ายชนะ

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกมคือได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

- สนามเปตอง

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการโยนลูกป๋ตองได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง (ต่อ)

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมารถเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้วย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิบายความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

□ คำนิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

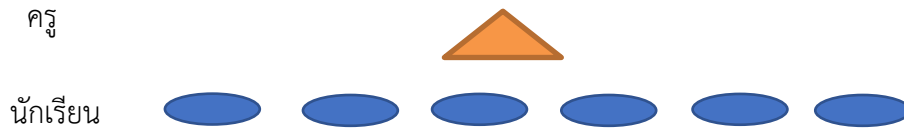
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๕ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

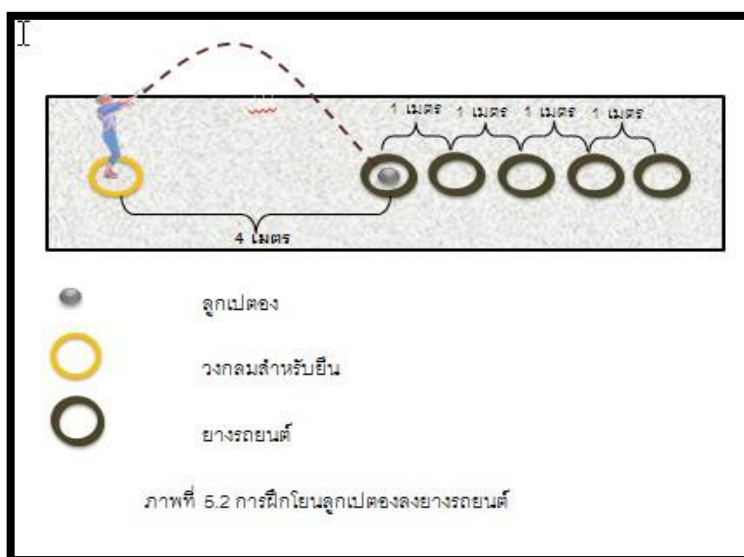
- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน

๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วฝึกปฏิบัติจริงตามแบบฝึกการตีเบื้องต้นเป็นรายบุคคล



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวสองแถวเท่าๆกันคณะคนที่เก่งอยู่กับคนที่อ่อน แบ่งเป็นสองฝ่าย

๔.๒ ครูให้นักเรียนทั้งสองฝ่ายแข่งกันโยนลูกเปตองให้เข้าในยางรถยนต์ให้มากที่สุดโดยกำหนดไว้

๑๐ ลูก ทีมใดที่ได้ ๑๐ ก่อนก่อนจะเป็นฝ่ายชนะ

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกมคือได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง

๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง

๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

ในสถานที่

- สนามเปตอง

นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดีมาก	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับดี	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับปานกลาง	มีปฏิริยาการสนทนาถามตอบอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดีมาก	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับดี	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับปานกลาง	มีพฤติกรรมในการเรียนการสอนอยู่ในระดับควรปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการโยนลูกป๋องได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับดี	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับปานกลาง	ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องอยู่ในระดับควรปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๙

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้วย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิษฐานความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

□ คำนิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

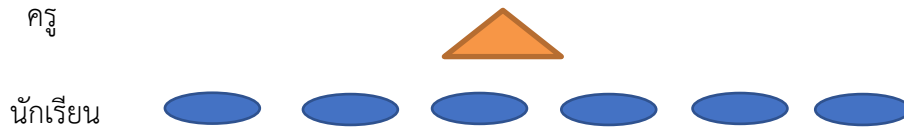
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

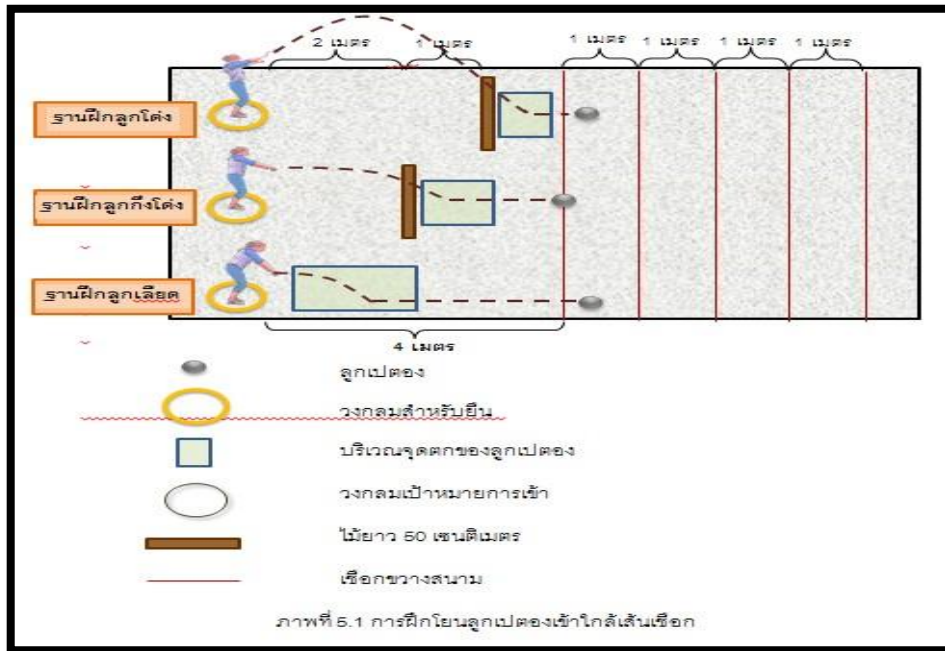
๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วในทำการฝึกทักษะการเข้าวาง โดยจะให้ลูกเปตอง ๑ คนต่อ ๓ ลูก ให้โยนให้ใกล้ลูกเป่ามากที่สุด

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่น กีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดีมาก	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดี	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการ เรียน	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดีมาก	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดี	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีพฤติกรรมใน การเรียนการ สอนอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขัน กีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดี	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับปาน กลาง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒๐

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ วิชา พลศึกษา ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

เรื่อง การแข่งขันกีฬาเปตอง(ต่อ)

เวลา ๕๐ นาที

มาตรฐานการเรียนรู้

พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของนักกีฬา

ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะ พื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา

พ ๓.๒ ม.๑/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก

จุดประสงค์การเรียนรู้

- นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่นกีฬาเปตองได้
- นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการเรียน
- นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองได้ถูกต้อง

สาระสำคัญ

กีฬาเปตองมีทั้งเดี่ยว คู่ทีม ผู้เล่นจะต้องเข้าใจถึงจิตใจของผู้ร่วมทีมเป็นอย่างดี มีการปรึกษาหารือกัน ยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน แสดงให้เห็นถึงการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี สมานเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งไม่ ว่าเป็นการเล่นประการใดๆ

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการสื่อสาร | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการคิด |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input type="checkbox"/> ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

สาระการเรียนรู้

ความรู้ (K)

๑. ทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

-การเล่นเป็นคู่ การเล่นเป็นทีม กติกา

คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)

๑.มีวินัย

๒.ใฝ่เรียนรู้

ทักษะ/กระบวนการ/กระบวนการคิด (P)

๑.การคิดวิเคราะห์

๒.การปฏิบัติ

สาระการเรียนรู้สู่การบูรณาการ

๗.๑ การเรียนรู้สู่ ASEAN

๗.๒ ทักษะการทำงานและอาชีพ

ทักษะในการพึ่งพาตนเองและทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทักษะในการทำงาน มุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จและภูมิใจในผลงานของตนเอง

มีความรู้เกี่ยวกับอาชีพที่ตนเองสนใจและมีความรู้สึกที่ดีต่ออาชีพอิสระ

๗.๓ การบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอประมาณ	ความมีเหตุมีผล	การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว
การใช้สมุด ดินสอ สี กระดาษ ด้าย ความพอดี	รู้จักการเรียนรู้และคิดอย่างมี เหตุผล	สามารถเรียนรู้ด้วยความสุขเข้าใจ ผู้อื่น อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
เงื่อนไขความรู้		เงื่อนไขคุณธรรม
สามารถปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาเปตองเป็นทีมได้ อธิบายความสำคัญของการเล่นกีฬาได้		มีความพยายาม อดทน มุ่งมั่นทำงาน ใฝ่เรียนรู้ มีความรับผิดชอบ

□ คำนิยม ๑๒ประการ

๑.	มีความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒.	ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓.	กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔.	ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม
๕.	รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖.	มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗.	เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘.	มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙.	มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐.	รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑.	มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำ หรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒.	คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

□ ลักษณะอันพึงประสงค์ ของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑

๑.	เป็นนักคิดวิเคราะห์
๒.	เป็นนักแก้ปัญหา
๓.	เป็นนักสร้างสรรค์
๔.	เป็นนักประสานความร่วมมือ
๕.	รู้จักใช้ข้อมูลและข่าวสาร
๖.	เป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
๗.	เป็นนักสื่อสาร ครูพูดน้อยและเด็กพูดมาก
๘.	ตระหนัก รับผิดชอบต่อสถานะของโลก
๙.	เป็นพลเมืองทรงคุณค่า
๑๐.	มีพื้นฐานความรู้เศรษฐกิจและการคลัง

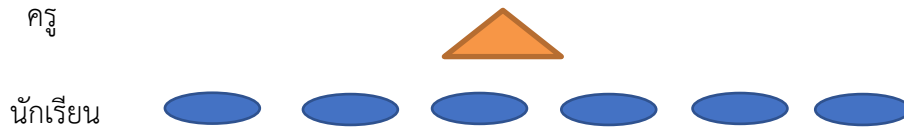
ชิ้นงานหรือภาระงาน (หลักฐาน /ร่องรอยแสดงความรู้)

๑. ใบความรู้เรื่องกีฬาเปตอง
๒. รูปภาพหลังการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

๑. ขั้นนำ (๕ นาที)

๑.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน ๑ แถว ครูเช็คชื่อ



๑.๒ ครูแจ้งวัตถุประสงค์ในการเรียน

๒. ขั้นอธิบายสาธิต (๑๐ นาที)

๒.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก ๒ แถว เท่าๆกัน และขยายแถว ๒ ช่วงแขน ครูอธิบายวิธีการยืดเหยียดกล้ามเนื้อท่าต่างๆจำนวน ๑๐ ท่า และให้นักเรียนปฏิบัติตาม ดังนี้

- ๒.๑.๑ ท่าเอียงคอ ก้ม และเงย
- ๒.๑.๒ ท่ากางแขนพับไปข้างหลัง
- ๒.๑.๓ ท่าแบะไหล่ หมุนแขนเข้าข้างใน
- ๒.๑.๔ ท่าพับแขนเหนือศีรษะ
- ๒.๑.๕ ท่าเหยียดแขน
- ๒.๑.๖ ท่าดึงศอก เอนตัว
- ๒.๑.๗ ท่าบิดลำตัว
- ๒.๑.๘ ท่าดึงปลายเท้าแยกขา
- ๒.๑.๙ ท่าเหยียดขา ก้มตัว
- ๒.๑.๑๐ ท่านั่งไขว้ขา บิดลำตัว

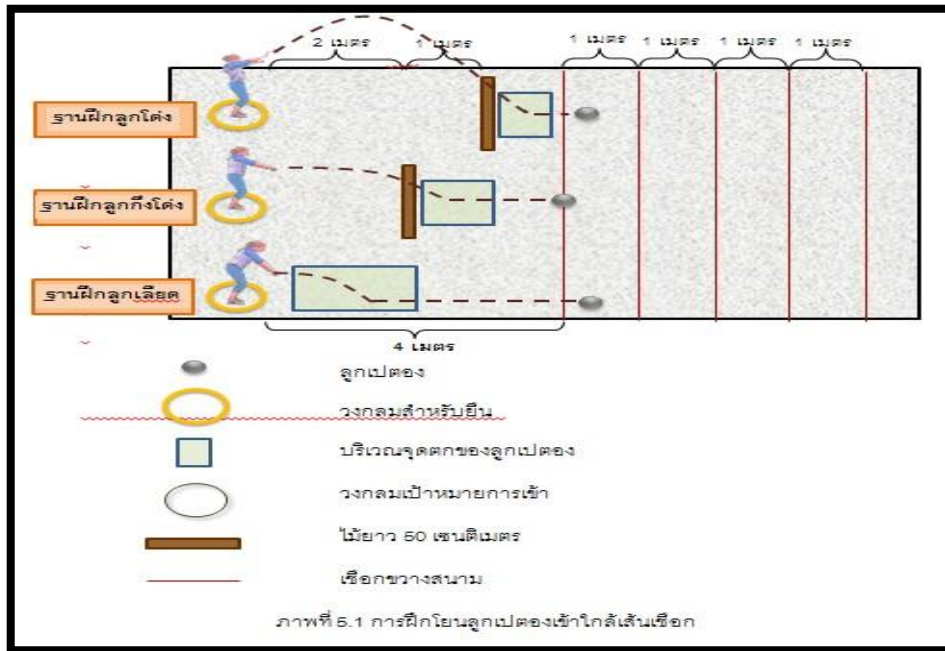
๒.๒ ครูอธิบายทักษะการเล่นกีฬาเปตอง

๒.๒.๑ ครูอธิบายการเล่นกีฬาเปตองพร้อมกติกาการเล่นให้กับนักเรียนมารยาทของนักกีฬาเล่นผู้ชม

๓. ขั้นฝึกปฏิบัติ (๒๐ นาที)

๓.๑ ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติจริง ตามแบบฝึกของกีฬาเปตอง

๓.๒ ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเพื่อทำการแข่งขันเสมือนจริง



๔. ขั้นนำไปใช้ (๑๐ นาที)

๔.๑ ครูให้นักเรียนเข้าแถวแล้วในทำการฝึกทักษะการเข้าวาง โดยจะให้ลูกเปตอง ๑ คนต่อ ๓ ลูก ให้โยนให้ใกล้ลูกเป่ามากที่สุด

๔.๒ ครูสรุปประโยชน์ของเกม คือเพื่อให้นักเรียนได้ฝึกสมาธิและฝึกความแม่นยำ

๕. ขั้นสรุป (๕ นาที)

๕.๑ ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามในหัวข้อที่สงสัย และชมเชยนักเรียนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเรียน

๕.๒ ครูให้นักเรียนเข้าแถวจากนั้นสำรวจความสะอาดความพร้อมการแต่งกายของนักเรียนก่อนไปเรียนในวิชาต่อไป

สื่อการสอน

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับอุปกรณ์กีฬาเปตอง
๒. หนังสือคู่มือการสอนกีฬาเปตอง
๓. อุปกรณ์กีฬาเปตอง

แหล่งเรียนรู้

- ในสถานที่
 - สนามเปตอง
- นอกสถานศึกษา

การวัดและประเมินผล

วิธีการวัดผลและการประเมินผล

- การสังเกต

เครื่องมือที่ใช้ในการวัดผลและการประเมินผล

- แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมนักเรียน

เกณฑ์การวัดผลและการประเมินผล

จุดประสงค์	ระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	๔	๓	๒	๑
ด้านความรู้ (K) ๑. นักเรียนสามารถอธิบายรูปแบบการเล่น กีฬาเบื้องต้นได้	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดีมาก	มีปฏิริยาการ สนทนาถาม ตอบอยู่ใน ระดับดี	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีปฏิริยา การสนทนา ถามตอบอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A) ๒. นักเรียนมีความตั้งใจและมีวินัยในการ เรียน	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดีมาก	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับดี	มีพฤติกรรม ในการเรียน การสอนอยู่ใน ระดับปาน กลาง	มีพฤติกรรมใน การเรียนการ สอนอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
ด้านทักษะกระบวนการ (P) ๓. นักเรียนสามารถปฏิบัติทักษะการแข่งขัน กีฬาเบื้องต้นได้ถูกต้อง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดีมาก	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับดี	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับปาน กลาง	ปฏิบัติได้อย่าง ถูกต้องอยู่ใน ระดับควร ปรับปรุง
คะแนนรวม/คะแนนเต็ม	๑๒ คะแนน			

เกณฑ์การตัดสินคะแนนรวมของการวัดผลและการประเมินผล(การสังเกต)

- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๑๐-๑๒ คะแนน ระดับคุณภาพ ดีมาก
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๗-๙ คะแนน ระดับคุณภาพ ดี
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวม ๔-๖ คะแนน ระดับคุณภาพ พอใช้
- นักเรียนที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ๔ คะแนน ระดับคุณภาพ ปรับปรุง

นักเรียนที่ได้คะแนน ๗ คะแนนขึ้นไป หรือระดับคุณภาพดีขึ้นไป ถือว่า ผ่านเกณฑ์