



เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา

■ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา
และพลศึกษา



ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑
ตามมาตรฐานและตัวชี้วัดหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๖)

โรงเรียนบ้านห้วยบง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต ๒
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



หลักสูตรสถานศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

โรงเรียนบ้านห้วยบง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาประจวบคีรีขันธ์ เขต 2

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ



ประกาศโรงเรียนบ้านห้วยบง

เรื่อง ให้ใช้หลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง พุทธศักราช ๒๕๖๖
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

.....

ตามที่โรงเรียนบ้านห้วยบง ได้ประกาศใช้หลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง พุทธศักราช ๒๕๖๖ โดยเริ่มใช้หลักสูตรดังกล่าวกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ – ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ จากปีการศึกษา ๒๕๖๕ โรงเรียนได้มีการปรับปรุงหลักสูตรเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง จากจำนวนตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ทั้งสิ้น ๒,๐๕๖ ตัวชี้วัด จำแนกเป็นตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัดและตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่นคล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลง ของสังคมโลก สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงกำหนดแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน

ดังนั้น โรงเรียนบ้านห้วยบง ได้ดำเนินการจัดทำหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง พุทธศักราช ๒๕๖๖ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๕) ให้สอดคล้องตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษา ขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน สอดคล้องกับหนังสือ สพฐ. ที่ ศธ ๐๔๑๐๔/ว๑๕๔๓ ลงวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ทั้งนี้หลักสูตรโรงเรียนได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน เมื่อวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ จึงประกาศให้ใช้หลักสูตรโรงเรียนตั้งแต่วันที่นี้เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๒๗ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

ลงชื่อ

(นายวินิจ อ่อนตามผล)

ประธานคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน

ลงชื่อ

(นายนพดล จันทร์เทพ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยบง

คำนำ

มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทางที่กำหนดไว้ในเอกสารนี้ ช่วยทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในทุกระดับเห็นผลคาดหวังที่ต้องการในการพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนที่ชัดเจนตลอดแนว ซึ่งจะสามารถช่วยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในระดับท้องถิ่นและสถานศึกษาร่วมกันพัฒนาหลักสูตรได้อย่างมั่นใจ ทำให้การจัดทำหลักสูตรในระดับสถานศึกษามีคุณภาพและมีความเป็นเอกภาพยิ่งขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้เกิดความชัดเจนเรื่องการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ และช่วยแก้ปัญหาการเทียบโอนระหว่างสถานศึกษา ดังนั้นในการพัฒนาหลักสูตร ในทุกระดับตั้งแต่ระดับชาติจนกระทั่งถึงสถานศึกษาจะต้องสะท้อนคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ และตัวชี้วัดที่กำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน รวมทั้งเป็นกรอบทิศทางในการจัดการศึกษาทุกรูปแบบ และครอบคลุมผู้เรียนทุกกลุ่มเป้าหมายในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

หลักสูตรสถานศึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา พุทธศักราช ๒๕๖๖ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เล่มนี้ มีรายละเอียดของหลักสูตร คือ สรรณสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ วิสัยทัศน์ ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา เรียนรู้อะไรใน สุขศึกษาและพลศึกษา คุณภาพผู้เรียน มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ คำอธิบายรายวิชา โครงสร้างรายวิชา การวัดและการประเมินผล และอภิธานศัพท์

หลักสูตรสถานศึกษามีรายละเอียดและเนื้อหาสาระสำคัญเพียงพอที่สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ให้บรรลุเป้าหมายตามมาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทางกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

คณะผู้จัดทำ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๒ - ๔
หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน ๒๕๕๑	๕
วิสัยทัศน์	๕
ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา	๕
เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา	๕
คุณภาพผู้เรียน	๕ - ๖
โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนบ้านห้วยบง	๗ - ๑๙
มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด	๒๐ - ๔๒
มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง	๔๓ - ๖๒
โครงสร้างการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ ระดับประถมศึกษา	๖๓
คำอธิบายรายวิชา ระดับประถมศึกษา	๖๔ - ๗๐
โครงสร้างการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	๗๑
คำอธิบายรายวิชา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	๗๒ - ๘๖
โครงสร้างรายวิชา	๘๗ - ๑๒๘
การวัดและประเมินผลการเรียนรู้	๑๒๙ - ๑๓๗
สื่อการเรียนการสอน	๑๓๘
อภิธานศัพท์	๑๓๙ - ๑๔๖

ภาคผนวก

- คำสั่งโรงเรียนบ้านห้วยบง ที่ ๒๙/๒๕๖๖ เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการ
บริหารหลักสูตรและงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๖๖

สมรรถนะผู้เรียนและคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ในการพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ดังนี้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษาถ่ายทอดความคิด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่าง ๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนพัฒนาผู้เรียนเต็มตามศักยภาพและเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม

๒. ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสมการจัดการจัดการกิจกรรมการเรียนการสอนเน้นการพัฒนาทักษะการคิดทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้โดยใช้รูปแบบการสอนที่หลากหลาย เช่นการสอนโดยการใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem Base Learning)

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เผชิญได้อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหาและมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อมด้วยการเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริงตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น ฝึกให้ผู้เรียนเรียนรู้ทักษะชีวิตด้วยการปฏิบัติจริงในศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียง

๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เป็นความสามารถในการเลือก และใช้เทคโนโลยีด้านต่าง ๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคม ในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ถูกต้อง เหมาะสม และมีคุณธรรม โรงเรียนได้จัดให้มีคอมพิวเตอร์เพียงพอกับจำนวนนักเรียนและได้ฝึกทักษะการใช้คอมพิวเตอร์อย่างทั่วถึง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขในฐานะ เป็นพลเมืองไทยและพลโลก ดังนี้

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์

รักษาดิ ศาสน์ กษัตริย์ หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงการเป็นพลเมืองดีของชาติ
 ดำรงไว้ซึ่งความเป็น ชาติไทย ศรัทธา ยึดมั่นในศาสนา และเคารพเทิดทูนสถาบันพระมหากษัตริย์
 ผู้ที่รักษาดิ ศาสน์ กษัตริย์ คือ ผู้ที่มีลักษณะซึ่งแสดงออกถึงการเป็นพลเมืองดีของชาติ มีความ
 สามัคคีปรองดอง ภูมิใจ เชิดชูความเป็นชาติไทย ปฏิบัติตนตามหลักศาสนาที่ตนนับถือและแสดง
 ความจงรักภักดีต่อสถาบันพระมหากษัตริย์

ตัวชี้วัด

- ๑.๑ เป็นพลเมืองดีของชาติ
- ๑.๒ ดำรงไว้ซึ่งความเป็นชาติไทย
- ๑.๓ ศรัทธา ยึดมั่นและปฏิบัติตนตามหลักศาสนา
- ๑.๔ เคารพเทิดทูนสถาบันพระมหากษัตริย์

๒. ซื่อสัตย์สุจริต

ซื่อสัตย์สุจริต หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงการยึดมั่นในความถูกต้องประพฤติ ตรง
 ตามความเป็นจริงต่อตนเองและผู้อื่นทั้งทางกาย วาจา ใจ

ผู้ที่มีความซื่อสัตย์สุจริต คือ ผู้ที่ประพฤติตรงตามความเป็นจริงทั้งทางกาย วาจา ใจ และ
 ยึดหลักความจริง ความถูกต้องในการดำเนินชีวิต มีความละเอียดและเกรงกลัวต่อการกระทำผิด

ตัวชี้วัด

- ๒.๑ ประพฤติตรงตามความเป็นจริงต่อตนเองทั้งกาย วาจา ใจ
- ๒.๒ ประพฤติตรงตามเป็นจริงต่อผู้อื่นทั้งทางกายวาจา ใจ

๓. มีวินัย

มีวินัย หมายถึงคุณลักษณะที่แสดงออกถึงการยึดมั่นในข้อตกลง กฎเกณฑ์ และระเบียบ
 ข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียน และสังคม

ผู้ที่มีวินัย คือ ผู้ที่ปฏิบัติตนตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบ ข้อบังคับ ของครอบครัว
 โรงเรียน และสังคมเป็นปกติวินัย ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น

ตัวชี้วัด

- ๓.๑ ปฏิบัติตามข้อตกลง กฎเกณฑ์ ระเบียบข้อบังคับของครอบครัว โรงเรียนและสังคม

๔. ใฝ่เรียนรู้

ใฝ่เรียนรู้ หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงความตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียน
 แสวงหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน

ผู้ที่ใฝ่เรียนรู้ คือ ผู้ที่มีลักษณะซึ่งแสดงออกถึงความตั้งใจ เพียรพยายาม ในการเรียนและ
 เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ แสวงหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนอย่า
 สม่าเสมอ ด้วยการเลือกใช้สื่ออย่างเหมาะสม บันทึกความรู้ วิเคราะห์ สรุปเป็น องค์ความรู้
 แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถ่ายทอด เผยแพร่ และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

ตัวชี้วัด

- ๔.๑ ตั้งใจ เพียรพยายามในการเรียนและเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้
- ๔.๒ แสวงหาความรู้จากแหล่งเรียนรู้ ต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนด้วยการ
 เลือกใช้สื่ออย่าง

เหมาะสม สรุปเป็นองค์ความรู้ และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

๕. อยู่อย่างพอเพียง

อยู่อย่างพอเพียง หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงการดำเนินชีวิต อย่างพอประมาณ มีเหตุผล รอบคอบ มีคุณธรรม มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และปรับตัวเพื่ออยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ผู้ที่อยู่อย่างพอเพียง คือ ผู้ที่ดำเนินชีวิตอย่างประมาณตน มีเหตุผล รอบคอบ ระมัดระวัง อยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความรับผิดชอบ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เห็นคุณค่าของทรัพยากรต่าง ๆ มีการวางแผนป้องกันความเสี่ยงและพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง

ตัวชี้วัด

๕.๑ ดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณ มีเหตุผล รอบคอบ มีคุณธรรม

๕.๒ มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ปรับตัวเพื่ออยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

๖. มุ่งมั่นในการทำงาน

มุ่งมั่นในการทำงาน หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงความตั้งใจและรับผิดชอบในการ ทำหน้าที่การทำงาน ด้วยความเพียรพยายาม อดทน เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย

ผู้ที่มีมุ่งมั่นในการทำงาน คือ ผู้ที่มีลักษณะซึ่งแสดงออกถึงความตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ด้วยความเพียรพยายาม ทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วง ตามเป้าหมายที่กำหนดด้วยความรับผิดชอบ และมีความภาคภูมิใจในผลงาน

ตัวชี้วัด

๖.๑ ตั้งใจและรับผิดชอบในหน้าที่การงาน

๖.๒ ทำงานด้วย ความเพียรพยายาม และอดทนเพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย

๗. รักความเป็นไทย

รักความเป็นไทย หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าร่วม อนุรักษ์ สืบทอดภูมิปัญญาไทย ขนบธรรมเนียมประเพณี ศิลปะและวัฒนธรรม ใช้ภาษาไทยในการ สื่อสารได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

ผู้ที่รักความเป็นไทย คือ ผู้ที่มีความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่า ชื่นชม มีส่วนร่วม ในการอนุรักษ์ สืบทอด เผยแพร่ภูมิปัญญาไทย ขนบธรรมเนียมประเพณี ศิลปะและวัฒนธรรมไทย มีความกตัญญู กตเวทีย ใช้ภาษาไทยในการสื่อสารอย่างถูกต้องเหมาะสม

ตัวชี้วัด

๗.๑ ภาคภูมิใจในขนบธรรมเนียมประเพณี ศิลปะ วัฒนธรรมไทย และมีความกตัญญู กตเวทีย

๗.๒ เห็นคุณค่าและใช้ภาษาไทยในการสื่อสารได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๗.๓ อนุรักษ์ และสืบทอดภูมิปัญญาไทย

๘. จิตสาธารณะ

มีจิตสาธารณะ หมายถึง คุณลักษณะที่แสดงออกถึงการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือ สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่น ชุมชน และสังคม ด้วยความเต็มใจ กระตือรือร้น โดยไม่หวังผลตอบแทน ผู้ที่มีจิตสาธารณะ คือ ผู้ที่มีลักษณะเป็นผู้ให้และช่วยเหลือผู้อื่น แบ่งปันความสุข ส่วนตนเพื่อทำประโยชน์แก่ส่วนร่วม เข้าใจ เห็นในผู้ที่มีความเดือดร้อน อาสาช่วยเหลือสังคม

อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ด้วยร่างกาย สติปัญญา ลงมือปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาหรือร่วมสร้างสรรค์ สิ่งที่ดีงามให้เกิดในชุมชน โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน

ตัวชี้วัด

๘.๑ ช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความเต็มใจโดยไม่หวังผลตอบแทน

๘.๒ เข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อโรงเรียน ชุมชน และสังคม

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิสัยทัศน์

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพ อนามัยของร่างกายควบคู่ไปด้วยกัน พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และสังคม ด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพ หรือ สุขภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติ คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาประกอบด้วย

- การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆของร่างกาย รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย
- ชีวิตและครอบครัว ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต
- การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่อง การเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬาทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

- การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ และการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ
- ความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

- มีความรู้ และเข้าใจในเรื่องการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- มีสุขนิสัยที่ดีในเรื่องการกิน การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย การเล่นและการออกกำลังกาย
- ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด การล่อลวงละเมิดทางเพศและรู้จักปฏิเสธในเรื่องที่ไม่เหมาะสม
- ควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ตามพัฒนาการในแต่ละช่วงอายุ มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ และเกม ได้อย่างสนุกสนาน และปลอดภัย
- มีทักษะในการเลือกบริโภคอาหาร ของเล่น ของใช้ ที่มีผลดีต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุได้
- ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ และปัญหาสุขภาพ
- ปฏิบัติตนตามกฎ ระเบียบข้อตกลง คำแนะนำ และขั้นตอนต่างๆ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจจนงานประสบความสำเร็จ
- ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่นในการเล่นเป็นกลุ่ม

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

เข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย และรู้จักดูแลอวัยวะที่สำคัญของระบบนั้น ๆ

- เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม แรงขับทางเพศของชายหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยแรกรุ่นและวัยรุ่น สามารถปรับตัวและจัดการได้อย่างเหมาะสม
- เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตและครอบครัวที่อบอุ่น และเป็นสุข
- ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ปฏิบัติสุขอนามัยทางเพศได้ถูกต้องเหมาะสม
- ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติดและการล่อลวงละเมิดทางเพศ
- มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานและการควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน
- รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เกม การละเล่นพื้นเมือง กีฬาไทย กีฬาสากลได้อย่างปลอดภัยและสนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา โดยปฏิบัติตามกฎ กติกา สิทธิ และหน้าที่ของตนเอง จนงานสำเร็จลุล่วง

- วางแผนและปฏิบัติกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ตามความเหมาะสมและความต้องการเป็นประจำ
- จัดการกับอารมณ์ ความเครียด และปัญหาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม
- มีทักษะในการแสวงหาความรู้ ข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

- เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่าง ๆ
- เข้าใจ ยอมรับ และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ความเสมอภาคทางเพศ สร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่เหมาะสม
- เลือกกินอาหารที่เหมาะสม ได้สัดส่วน ส่งผลดีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการตามวัย
- มีทักษะในการประเมินอิทธิพลของเพศ เพื่อน ครอบครัว ชุมชนและวัฒนธรรมที่มีต่อเจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพและชีวิต และสามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม
- ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง รู้จักสร้างเสริมความปลอดภัยให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน
- เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กิจกรรมกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน และปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอตามความถนัดและความสนใจ
- แสดงความตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
- สำนึกในคุณค่า ศักยภาพและความเป็นตัวของตัวเอง
- ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา หน้าที่ความรับผิดชอบ เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น ให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ด้วยความมุ่งมั่นและมีน้ำใจ นักกีฬา จนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชม และสนุกสนาน
-

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖

ระดับประถมศึกษา

ปรับโครงสร้างบริหารจัดการเวลาเรียน สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

กลุ่มสาระการเรียนรู้/ กิจกรรม	เวลาเรียน(ชั่วโมง/ปี)					
	ระดับประถมศึกษา					
	ป. ๑	ป. ๒	ป. ๓	ป. ๔	ป. ๕	ป. ๖
● รายวิชาพื้นฐาน						
ภาษาไทย	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐
คณิตศาสตร์	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐
วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐
ประวัติศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐
ศิลปะ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐
การงานอาชีพ	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
ภาษาอังกฤษ	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๘๐	๘๐	๘๐
รวมเวลาเรียน (พื้นฐาน)	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐
● รายวิชาเพิ่มเติม						
คอมพิวเตอร์	-	-	-	๔๐	๔๐	๔๐
การป้องกันการทุจริต	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
รวมเวลาเรียน (เพิ่มเติม)	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน						
กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
กิจกรรมนักเรียน						
- กิจกรรมลูกเสือ/เนตรนารี	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
- ชุมนุม	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐
กิจกรรมสาธารณประโยชน์	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐
รวมเวลาเรียน กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐
รวมเวลาเรียนทั้งหมด	๑,๐๐๐	๑,๐๐๐	๑,๐๐๐	๑,๐๔๐	๑,๐๔๐	๑,๐๔๐

หมายเหตุ - สาระเทคโนโลยี ไปไว้ในกลุ่มสาระวิทยาศาสตร์

- ภาษาอังกฤษ ป.๑-ป.๓ เป็น ๑๒๐ ชั่วโมง นำ ๘๐ ชั่วโมงเพิ่มในการบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ
- จำนวนชั่วโมงที่จัดให้นักเรียนระดับประถมศึกษา (ป.๑-ป.๓) เรียนทั้งปี เท่ากับ ๑,๐๐๐ ชั่วโมง ระดับชั้นประถมศึกษา (ป.๔-ป.๖) เท่ากับ ๑,๐๔๐ ชั่วโมง แผนการเรียนรู้/จุดเน้นการพัฒนาผู้เรียนที่ต้องการเน้นเป็นพิเศษ คือ

กลุ่มสาระการเรียนรู้ทักษะภาษาไทย คณิตศาสตร์ เพื่อพัฒนาการอ่านออก เขียนได้ ทักษะกระบวนการทางคณิตศาสตร์ คิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ที่ดี มีประโยชน์ มีความสนใจใฝ่รู้ใฝ่เรียน โดยจัดการเรียนการสอนและวัดผล ประเมินผลเป็นรายปี

สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๖ นั้น จากการประเมินผลระดับโรงเรียน ระดับท้องถิ่น และ ระดับชาติ คณะกรรมการบริหารหลักสูตร คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน มีมติร่วมกันให้จัดทำการสอนเสริม ประสพการณ์พิเศษเพื่อเพิ่มศักยภาพนักเรียน ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๖ โดยไม่นำคะแนนและระดับผลการเรียน ในรายวิชาสอนเสริมไปคิดรวมและตัดสินการเลื่อนชั้นของนักเรียน ในโครงสร้างของหลักสูตรโรงเรียน พ.ศ. ๒๕๖๖ ใน ชั่วโมง “ สอนซ่อมเสริม ”

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น : กำหนดกรอบโครงสร้างเวลาเรียนพื้นฐานสำหรับกลุ่มสาระการเรียนรู้ ๘ กลุ่ม มีเวลาเรียนรวม ๘๘๐ ชั่วโมงต่อปี (๒๒ หน่วยกิต) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ๑๒๐ ชั่วโมงต่อปี และรายวิชา/ กิจกรรมที่สถานศึกษาจัดเพิ่มเติมตามความพร้อมและจุดเน้นปีละไม่น้อยกว่า ๒๐๐ ชั่วโมงต่อปี รวมไม่น้อยกว่า ๑,๒๐๐ ชั่วโมงต่อปี

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖

ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

ปรับโครงสร้างบริหารจัดการเวลาเรียน สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

กลุ่มสาระการเรียนรู้/ กิจกรรม	เวลาเรียน(ชั่วโมง/ปี)					
	ระดับมัธยมศึกษา					
	ม. ๑	ม. ๒	ม. ๓	ม. ๔	ม. ๕	ม. ๖
● รายวิชาพื้นฐาน						
ภาษาไทย	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	-	-	-
คณิตศาสตร์	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	-	-	-
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	-	-	-
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	-	-	-
ประวัติศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๘๐	๘๐	-	-	-
ศิลปะ	๘๐	๘๐	๘๐	-	-	-
การงานอาชีพ	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
ภาษาอังกฤษ	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	-	-	-
รวมเวลาเรียน (พื้นฐาน)	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐	-	-	-
● รายวิชาเพิ่มเติม						
เพิ่มเติมคณิตศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
เพิ่มเติมวิทยาศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
วัฒนธรรมพื้นบ้าน	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
การป้องกันการทุจริต	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
คอมพิวเตอร์	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
รวมเวลาเรียน (เพิ่มเติม)	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	-	-	-
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน						
กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๔๐	๔๐	-	-	-
กิจกรรมนักเรียน						
- กิจกรรมลูกเสือ/เนตรนารี	๓๕	๓๕	๓๕	-	-	-
- ชุมนุม	๓๐	๓๐	๓๐	-	-	-
กิจกรรมสาธารณประโยชน์	๑๕	๑๕	๑๕	-	-	-
รวมเวลาเรียน กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	-	-	-
รวมเวลาเรียนทั้งหมด	๑,๒๐๐	๑,๒๐๐	๑,๒๐๐	-	-	-

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
ท๑๑๑๐๑	ภาษาไทย ๑	๕	๒๐๐
ค๑๑๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๑	๕	๒๐๐
ว๑๑๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๑	๓	๑๒๐
ส๑๑๑๐๑	สังคมศึกษา ๑	๑	๔๐
ส๑๑๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๑	๑	๔๐
พ๑๑๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๑	๑	๔๐
ศ๑๑๑๐๑	ศิลปะ ๑	๑	๔๐
ง๑๑๑๐๑	การงานอาชีพ ๑	๑	๔๐
อ๑๑๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๑	๓	๑๒๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๑)	(๔๐)
ส๑๑๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๑	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๑		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๑		๑	๔๐
๓. ชุมนุมคอมพิวเตอร์		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๕	๑,๐๐๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)
- กลุ่มสาระภาษาอังกฤษ ระดับชั้น ป. ๑-๓ ปรับลดเวลาเรียน จาก ๒๐๐ ชั่วโมง/ปี คงเหลือ ๑๒๐ ชั่วโมง/ปี แล้วนำเอา ๘๐ ชั่วโมงเพิ่มในการบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
ท๑๒๑๐๑	ภาษาไทย ๒	๕	๒๐๐
ค๑๒๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๒	๕	๒๐๐
ว๑๒๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๒	๓	๑๒๐
ส๑๒๑๐๑	สังคมศึกษา ๒	๑	๔๐
ส๑๒๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๒	๑	๔๐
พ๑๒๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๒	๑	๔๐
ศ๑๒๑๐๑	ศิลปะ ๒	๑	๔๐
ง๑๒๑๐๑	การงานอาชีพ ๒	๑	๔๐
อ๑๒๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๒	๓	๑๒๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๑)	(๔๐)
ส๑๒๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๒	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๒		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๒		๑	๔๐
๓. ชุมนุมคอมพิวเตอร์		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๕	๑,๐๐๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)
- กลุ่มสาระภาษาอังกฤษ ระดับชั้น ป. ๑-๓ ปรับลดเวลาเรียน จาก ๒๐๐ ชั่วโมง/ปี คงเหลือ ๑๒๐ ชั่วโมง/ปี แล้วนำเอา ๘๐ ชั่วโมงเพิ่มในการบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
๗๑๓๑๐๑	ภาษาไทย ๓	๕	๒๐๐
ค๑๓๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๓	๕	๒๐๐
ว๑๓๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๓	๓	๑๒๐
ส๑๓๑๐๑	สังคมศึกษา ๓	๑	๔๐
ส๑๓๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๓	๑	๔๐
พ๑๓๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๓	๑	๔๐
ศ๑๓๑๐๑	ศิลปะ ๓	๑	๔๐
ง๑๓๑๐๑	การงานอาชีพ ๓	๑	๔๐
อ๑๓๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๓	๓	๑๒๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๑)	(๔๐)
ส๑๓๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๓	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๓		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๓		๑	๔๐
๓. ชุมนุมคอมพิวเตอร์		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๕	๑,๐๐๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)
- กลุ่มสาระภาษาอังกฤษ ระดับชั้น ป. ๑-๓ ปรับลดเวลาเรียน จาก ๒๐๐ ชั่วโมง/ปี คงเหลือ ๑๒๐ ชั่วโมง/ปี แล้วนำเอา ๘๐ ชั่วโมงเพิ่มในการบูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
ท๑๔๑๐๑	ภาษาไทย ๔	๔	๑๖๐
ค๑๔๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๔	๔	๑๖๐
ว๑๔๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๔	๓	๑๒๐
ส๑๔๑๐๑	สังคมศึกษา ๔	๒	๘๐
ส๑๔๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๔	๑	๔๐
พ๑๔๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๔	๒	๘๐
ศ๑๔๑๐๑	ศิลปะ ๔	๒	๘๐
ง๑๔๑๐๑	การงานอาชีพ ๔	๑	๔๐
อ๑๔๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๔	๒	๘๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๒)	(๘๐)
ว๑๔๒๐๑	คอมพิวเตอร์ ๑	๑	๔๐
ส๑๔๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๔	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๔		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๔		๑	๔๐
๓. ชุมนุมภาษาจีน		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณะประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๖	๑,๐๔๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
ท๑๕๑๐๑	ภาษาไทย ๕	๔	๑๖๐
ค๑๕๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๕	๔	๑๖๐
ว๑๕๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๕	๓	๑๒๐
ส๑๕๑๐๑	สังคมศึกษา ๕	๒	๘๐
ส๑๕๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๕	๑	๔๐
พ๑๕๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๕	๒	๘๐
ศ๑๕๑๐๑	ศิลปะ ๕	๒	๘๐
ง๑๕๑๐๑	การงานอาชีพ ๕	๑	๔๐
อ๑๕๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๕	๒	๘๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๒)	(๘๐)
ว๑๕๒๐๑	คอมพิวเตอร์ ๒	๑	๔๐
ส๑๕๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๕	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๕		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๕		๑	๔๐
๓. ชุมนุมสัปดาห์ศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณะประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๖	๑,๐๔๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ (ฉบับปรับปรุง)

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชั่วโมง/สัปดาห์)	เวลาเรียน (ชั่วโมง/ปี)
● รายวิชาพื้นฐาน		(๒๑)	(๘๔๐)
ท๑๖๑๐๑	ภาษาไทย ๖	๔	๑๖๐
ค๑๖๑๐๑	คณิตศาสตร์ ๖	๔	๑๖๐
ว๑๖๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๖	๓	๑๒๐
ส๑๖๑๐๑	สังคมศึกษา ๖	๒	๘๐
ส๑๖๑๐๒	ประวัติศาสตร์ ๖	๑	๔๐
พ๑๖๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๖	๒	๘๐
ศ๑๖๑๐๑	ศิลปะ ๖	๒	๘๐
ง๑๖๑๐๑	การงานอาชีพ ๖	๑	๔๐
อ๑๖๑๐๑	ภาษาอังกฤษ ๖	๒	๘๐
● รายวิชาเพิ่มเติม / กิจกรรมเพิ่มเติม		(๒)	(๘๐)
ว๑๖๒๐๑	คอมพิวเตอร์ ๓	๑	๔๐
ส๑๖๒๐๑	การป้องกันการทุจริต ๖	๑	๔๐
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๓)	(๑๒๐)
● กิจกรรม “สอนซ่อมเสริม”			
๑. กิจกรรมแนะแนว ๖		๑	๔๐
๒. ลูกเสือ-ยุวกาชาด ๖		๑	๔๐
๓. ชุมนุมแอโรบิก		๓/๔	๓๐
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์		๑/๔	๑๐
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้น		๒๖	๑,๐๔๐

หมายเหตุ

- กลุ่มสาระวิทยาศาสตร์ เพิ่มสาระเทคโนโลยี ใช้มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดฯ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐)

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ (ฉบับปรับปรุง)

ภาคเรียนที่ ๑	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)		ภาคเรียนที่ ๒	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)
รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง		รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)		รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)
ท๒๑๑๐๑ ภาษาไทย ๑	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ท๒๑๑๐๒ ภาษาไทย ๒	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ค๒๑๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๑	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ค๒๑๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๒	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ว๒๑๑๐๑ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๑	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)		ว๒๑๑๐๒ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๒	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)
ส๒๑๑๐๑ สังคมศึกษา ๑	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ส๒๑๑๐๒ สังคมศึกษา ๒	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ส๒๑๑๐๓ ประวัติศาสตร์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๑๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
พ๒๑๑๐๑ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๑	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)		พ๒๑๑๐๒ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๒	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๑๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๑๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๑๑๐๓ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๑๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ง๒๑๑๐๑ การงานอาชีพ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ง๒๑๑๐๒ การงานอาชีพ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
อ๒๑๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๑	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		อ๒๑๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๒	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)		รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)
ค๒๑๒๐๑ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ค๒๑๒๐๒ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๑๒๐๑ ของเล่นเชิง วิทยาศาสตร์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๑๒๐๒ ของเล่นเชิง วิทยาศาสตร์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๑๒๐๑ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๑๒๐๒ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๑๒๐๓ การป้องกันฯ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๑๒๐๔ การป้องกันฯ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๑๒๐๓ SketchUp ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๑๒๐๔ SketchUp ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐		กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐
๑. กิจกรรมแนะแนว ๑	๑	๒๐		๑. กิจกรรมแนะแนว ๒	๑	๒๐
๒. ลูกเสือ /เนตรนารี ๑	๓/๔	๑๕		๒. ลูกเสือ /เนตรนารี ๒	๑	๒๐
๓. ชุมนุมออกแกลนซ์ ๑	๓/๔	๑๕		๓. ชุมนุมออกแกลนซ์ ๒	๓/๔	๑๕
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑/๔	๑๐		๔. กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑/๔	๕
รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐		รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ (ฉบับปรับปรุง)

ภาคเรียนที่ ๑	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)		ภาคเรียนที่ ๒	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)
รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง		รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)		รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)
ท๒๒๑๐๑ ภาษาไทย ๓	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ท๒๒๑๐๒ ภาษาไทย ๔	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ค๒๒๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๓	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ค๒๒๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๔	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ว๒๒๑๐๑ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๓	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)		ว๒๒๑๐๒ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๔	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)
ส๒๒๑๐๑ สังคมศึกษา ๓	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ส๒๒๑๐๒ สังคมศึกษา ๔	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ส๒๒๑๐๓ ประวัติศาสตร์ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๒๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
พ๒๒๑๐๑ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๓	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)		พ๒๒๑๐๒ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๔	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๒๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๒๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๒๑๐๓ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๒๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ง๒๒๑๐๑ การงานอาชีพ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ง๒๒๑๐๒ การงานอาชีพ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
อ๒๒๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๓	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		อ๒๒๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๔	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)		รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)
ค๒๒๒๐๑ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ค๒๒๒๐๒ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๒๒๐๑ โครงการ วิทยาศาสตร์ ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๒๒๐๒ โครงการ วิทยาศาสตร์ ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๒๒๐๑ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๒๒๐๒ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๒๒๐๓ การป้องกันฯ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๒๒๐๔ การป้องกันฯ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๒๒๐๓ Adobe Photoshop	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๒๒๐๔ WonderShare Filmora	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐		กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐
๑. กิจกรรมแนะแนว	๑	๒๐		๑. กิจกรรมแนะแนว	๑	๒๐
๒. ลูกเสือ /เนตรนารี	๓/๔	๑๕		๒. ลูกเสือ /เนตรนารี	๑	๒๐
๓. ชุมนุมศิลปะพื้นบ้าน ๑	๓/๔	๑๕		๓. ชุมนุมศิลปะพื้นบ้าน ๒	๓/๔	๑๕
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมฯ	๑/๔	๑๐		๔. กิจกรรมเพื่อสังคมฯ	๑/๔	๕
รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐		รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐

โครงสร้างหลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ (ฉบับปรับปรุง)

ภาคเรียนที่ ๑	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)		ภาคเรียนที่ ๒	เวลา (สัปดาห์)	เวลา (ปี)
รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง		รายวิชา/กิจกรรม	(หน่วยกิต) ชั่วโมง	(หน่วยกิต) ชั่วโมง
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)		รายวิชาพื้นฐาน	๑๑ (๒๒)	๑๑ (๔๔๐)
ท๒๓๑๐๑ ภาษาไทย ๕	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ท๒๓๑๐๒ ภาษาไทย ๖	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ค๒๓๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๕	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ค๒๓๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๖	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ว๒๓๑๐๑ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๕	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)		ว๒๓๑๐๒ วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี ๖	๒.๐ (๔)	๒.๐ (๘๐)
ส๒๓๑๐๑ สังคมศึกษา ๕	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		ส๒๓๑๐๒ สังคมศึกษา ๖	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
ส๒๓๑๐๓ ประวัติศาสตร์ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๓๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
พ๒๓๑๐๑ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๕	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)		พ๒๓๑๐๒ สุขศึกษาและ พลศึกษา ๖	๑.๐ (๒)	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๓๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๓๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๓๑๐๓ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ศ๒๓๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ง๒๓๑๐๑ การงานอาชีพ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ง๒๓๑๐๒ การงานอาชีพ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
อ๒๓๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๕	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)		อ๒๓๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๖	๑.๕ (๓)	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)		รายวิชาเพิ่มเติม	๒.๕ (๕)	๒.๕ (๑๐๐)
ค๒๓๒๐๑ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ค๒๓๒๐๒ เพิ่มเติม คณิตศาสตร์ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๓๒๐๑ โครงการวิทย์ฯ ๓	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๓๒๐๒ โครงการวิทย์ฯ ๔	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๒๒๐๑ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๒๒๐๒ วัฒนธรรม พื้นบ้าน ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ส๒๓๒๐๓ การป้องกันฯ ๕	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ส๒๓๒๐๔ การป้องกันฯ ๖	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
ว๒๓๒๐๓ Adobe Illustrator ๑	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)		ว๒๓๒๐๔ Adobe Illustrator ๒	๐.๕ (๑)	๐.๕ (๒๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐		กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๓	๖๐
๑. กิจกรรมแนะแนว	๑	๒๐		๑. กิจกรรมแนะแนว	๑	๒๐
๒. ลูกเสือ /เนตรนารี	๓/๔	๑๕		๒. ลูกเสือ /เนตรนารี	๑	๒๐
๓.ชุมนุมวัฒนธรรมพื้นบ้าน ๑	๓/๔	๑๕		๓.ชุมนุมวัฒนธรรมพื้นบ้าน ๒	๓/๔	๑๕
๔. กิจกรรมเพื่อสังคมฯ	๑/๔	๑๐		๔. กิจกรรมเพื่อสังคมฯ	๑/๔	๕
รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐		รวมเวลาทั้งสิ้น	๓๐	๖๐๐

มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกมและการเล่นกีฬาปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

มี ๕๐ ตัวชี้วัด ๓๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๗ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๑/๑ อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	พ ๑.๑ ป.๑/๒ อธิบายวิธีดูแลรักษา อวัยวะภายนอก

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๑/๑ ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน	พ ๒.๑ ป.๑/๒ บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง
พ ๒.๑ ป.๑/๓ บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๑/๑ เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	พ ๓.๑ ป.๑/๒ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วม กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตาม ธรรมชาติ
พ ๓.๒ ป.๑/๑ ออกกำลังกาย และเล่นเกม ตาม คำแนะนำอย่างสนุกสนาน	
พ ๓.๒ ป.๑/๒ ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ป.๑/๒ บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง	พ ๔.๑ ป.๑/๑ ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ แห่งชาติตามคำแนะนำ
พ ๔.๑ ป.๑/๓ ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมี อาการเจ็บป่วย	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๑/๓ แสดงคำพูด หรือท่าทางขอ ความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้าน และโรงเรียน	พ ๕.๑ ป.๑/๓ แสดงคำพูด หรือท่าทางขอ ความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้าน และโรงเรียน
พ ๕.๑ ป.๑/๒ บอกสาเหตุและการป้องกัน อันตรายที่เกิดจากการเล่น	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

มี ๒๑ ตัวชี้วัด ๑๕ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๒/๑ อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน	พ ๑.๑ ป.๒/๒ อธิบายวิธิดูแลรักษาอวัยวะภายใน
พ ๑.๑ ป.๒/๓ อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๒/๑ ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกในครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๒/๔ อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย
พ ๒.๑ ป.๒/๒ บอกความสำคัญของเพื่อน	
พ ๒.๑ ป.๒/๓ ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณใน การแข่งขัน และชื่นชมในสุนทริยภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๒/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	พ ๓.๒ ป.๒/๑ ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน
พ ๓.๑ ป.๒/๒ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรม ทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการ	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
เคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	
พ ๓.๒ ป.๒/๒ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาและ ข้อตกลง ในการเล่นเกมเป็นกลุ่ม	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ป.๒/๑ บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	พ ๔.๑ ป.๒/๕ ปฏิบัติตามคำแนะนำ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ
พ ๔.๑ ป.๒/๒ เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	
พ ๔.๑ ป.๒/๓ ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ	
พ ๔.๑ ป.๒/๔ อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น	
พ ๕.๑ ป.๒/๒ บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ .๑ ป.๒/๓ ระบุนิโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน	พ ๕.๑ ป.๒/๑ ปฏิบัติตนในการป้องกัน อุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก พ ๕.๑ ป.๒/๕ อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธี ป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ
พ ๕.๑ ป.๒/๔ ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และ ป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็น อันตราย	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

มี ๑๘ ตัวชี้วัด ๑๑ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๗ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๓/๑ อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	พ ๑.๑ ป.๓/๒ เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน
พ ๑.๑ ป.๓/๓ ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๓/๑ อธิบายความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง	พ ๒.๑ ป.๓/๒ อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
พ ๒.๑ ป.๓/๓ บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่ การถูกล่วงละเมิดทางเพศ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๓/๑ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	พ ๓.๒ ป.๓/๑ เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง
พ ๓.๑ ป.๓/๒ เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบเปิดเตล็ด	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ป.๓/๒ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
-	พ ๔.๑ ป.๓/๑ อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค
พ ๔.๑ ป.๓/๒ จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่	พ ๔.๑ ป.๓/๓ เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม
พ ๔.๑ ป.๓/๔ แสดงการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี	
-	พ ๔.๑ ป.๓/๕ สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๓/๒ แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคล และแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ	พ ๕.๑ ป.๓/๑ ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
พ ๕.๑ ป.๓/๓ แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

มี ๑๙ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๔/๑ อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย	พ ๑.๑ ป.๔/๓ อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
พ ๑.๑ ป.๔/๒ อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๔/๑ อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๔/๒ แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย
พ ๒.๑ ป.๔/๓ ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๔/๑ ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	พ ๓.๒ ป.๔/๑ ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น
พ ๓.๑ ป.๔/๒ ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๔/๓ เล่นเกมเลียนแบบและ กิจกรรม แบบพลัด	
พ ๓.๑ ป.๔/๔ เล่นกีฬาพื้นฐานอย่างน้อย ๑ ชนิด	
พ ๓.๒ ป.๔/๒ ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่น กีฬา พื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
-	พ ๔.๑ ป.๔/๔ ทดสอบและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบ สมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๔/๑ อธิบายความสำคัญของการใช้ยา และใช้ยาอย่างถูกวิธี	พ ๕.๑ ป.๓/๑ ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
พ ๔.๑ ป.๔/๓ วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	
พ ๔.๑ ป.๔/๑ อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	พ ๕.๑ ป.๔/๓ วิเคราะห์ผลเสียของ การสูบบุหรี่ และการดื่มสุราที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน
พ ๔.๑ ป.๔/๒ อธิบายสภาวะอารมณ์ความรู้สึที่มีผลต่อสุขภาพ	

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

มี ๑๙ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๕/๑ อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	พ ๑.๑ ป.๕/๒ อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๕/๒ อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัว ที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	พ ๒.๑ ป.๕/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม
พ ๒.๑ ป.๕/๓ ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง ในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๕/๑ จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหว ตามแบบที่กำหนด	พ ๓.๑ ป.๕/๕ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม อย่างละ ๑ ชนิด
พ ๓.๑ ป.๕/๒ เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือก และกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบพลัด	
พ ๓.๑ ป.๕/๓ ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล	
พ ๓.๑ ป.๕/๔ แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	
พ ๓.๑ ป.๕/๖ อธิบายหลักการ และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม	

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรีภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ป.๕/๑ ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบเล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ	พ ๓.๒ ป.๕/๒ เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือก ในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา
พ ๓.๒ ป.๕/๓ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น	
พ ๓.๒ ป.๕/๔ ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
๔.๑ ป.๕/๔ ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน	พ ๔.๑ ป.๕/๑ แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
พ ๔.๑ ป.๕/๒ ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	พ ๔.๑ ป.๕/๓ วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล
-	พ ๔.๑ ป.๕/๕ ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๕/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการ ใช้ยาสารเสพติด	พ ๕.๑ ป.๕/๓ ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงยาเสพติด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๕/๒ วิเคราะห์ผลกระทบของการ ใช้ยา และสารเสพติดที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	พ ๕.๑ ป.๕/๔ วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อ ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ
-	พ ๕.๑ ป.๕/๕ ปฏิบัติตนเพื่อป้องกัน อันตราย จากการเล่นกีฬา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

มี ๒๒ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๙ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๖/๑ อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	พ ๑.๑ ป.๖/๒ อธิบายวิธีการดูแลสุขภาพระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ป.๖/๑ อธิบายความสำคัญของการสร้าง และรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น	พ ๒.๑ ป.๖/๒ วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ป.๖/๑ แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับ ผู้อื่นในลักษณะแบบผลัด และแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบและการเคลื่อนไหวประกอบเพลง	พ ๓.๑ ป.๖/๓ เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีมอย่างละ ๑ ชนิด
พ ๓.๑ ป.๖/๒ จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการ เคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬา และ นำผลมาปรับปรุงเพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น	
พ ๓.๑ ป.๖/๔ ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูน ความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
-	พ ๓.๑ ป.๖/๕ ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ป.๖/๑ อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	พ ๓.๒ ป.๖/๖ เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา
พ ๓.๒ ป.๖/๒ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	
พ ๓.๒ ป.๖/๓ เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ	
พ ๓.๒ ป.๖/๔ ปฏิบัติตามกฎ กติกาตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	
พ ๓.๒ ป.๖/๕ จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกันและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ป.๖/๑ แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและ แก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	พ ๔.๑ ป.๖/๓ แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม
พ ๔.๑ ป.๖/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	พ ๔.๑ ป.๖/๒ วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอ

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
	แนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญ ที่พบในประเทศไทย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้
ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ป.๖/๑ วิเคราะห์ผลกระทบจากความ รุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม	พ ๕.๑ ป.๖/๒ ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ
-	พ ๕.๑ ป.๖/๓ วิเคราะห์สาเหตุของการ ติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่น หลีกเลี่ยงสารเสพติด

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

มี ๒๓ ตัวชี้วัด ๑๕ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๘ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๑/๑ อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการของวัยรุ่น	พ ๑.๑ ม.๑/๔ แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
พ ๑.๑ ม.๑/๒ อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	
พ ๑.๑ ม.๑/๓ วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโต ทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ม.๑/๑ อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ พัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พ ๒.๑ ม.๑/๒ แสดงทักษะการปฏิเสธ เพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๑/๑ เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	พ ๓.๑ ม.๑/๒ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด
พ ๓.๑ ป.๖/๔ ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูน ความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
-	พ ๓.๑ ม.๑/๓ ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ม.๑/๑ อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	พ ๓.๒ ม.๑/๕ ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน
พ ๓.๒ ม.๑/๒ ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬา ตามความถนัด ความสนใจ อย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น	
พ ๓.๒ ม.๑/๓ ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	
พ ๓.๒ ม.๑/๔ วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	
พ ๓.๒ ม.๑/๖ วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๑/๑ เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	พ ๔.๑ ม.๑/๓ ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ส่วนรวม
พ ๔.๑ ม.๑/๒ วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	
พ ๔.๑ ม.๑/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพ ทางกายตามผลการทดสอบ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
-	พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
พ ๕.๑ ม.๑/๒ อธิบายลักษณะอาการของผู้ติด สารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	พ ๕.๑ ม.๑/๔ แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ
พ ๕.๑ ม.๑/๓ อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

มี ๒๕ ตัวชี้วัด ๑๘ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๗ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๒/๑ อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	พ ๑.๑ ม.๒/๒ ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ม.๒/๑ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	พ ๒.๑ ม.๒/๓ อธิบายวิธีป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์ โดยไม่พึงประสงค์
พ ๒.๑ ม.๒/๒ วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	
พ ๒.๑ ม.๒/๔ อธิบายความสำคัญของความเสมอภาค ทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสม	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๒/๑ นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะ กลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	พ ๓.๑ ม.๒/๒ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม อย่างละ ๑ ชนิด
พ ๓.๑ ม.๒/๓ เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ม.๒/๑ อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	
พ ๓.๒ ม.๒/๒ เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	
พ ๓.๒ ม.๒/๓ มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	
พ ๓.๒ ม.๒/๔ วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	
พ ๓.๒ ม.๒/๕ นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุบเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	
-	พ ๓.๑ ม.๒/๔ ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๒/๒ วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	พ ๔.๑ ม.๒/๑ เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล
พ ๔.๑ ม.๒/๓ วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	
พ ๔.๑ ม.๒/๔ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	พ ๔.๑ ม.๒/๖ เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
พ ๔.๑ ม.๒/๕ อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของ มีปัญหาสุขภาพจิต	
พ ๔.๑ ม.๒/๗ พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ม.๒/๑ ระบุวิธีการ ปักจี้ และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	พ ๕.๑ ม.๒/๓ ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย
พ ๕.๑ ม.๒/๒ อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

มี ๒๔ ตัวชี้วัด ๑๕ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๙ ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๓/๑ เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต	พ ๑.๑ ม.๓/๓ วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น
พ ๑.๑ ม.๓/๒ วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๒.๑ ม.๓/๑ อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัวและวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	พ ๒.๑ ม.๓/๒ วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์
-	พ ๒.๑ ม.๓/๓ วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๓/๒ นำหลักการ ความรู้ และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ	พ ๓.๑ ม.๓/๑ เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลอย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม
พ ๓.๒ ม.๓/๑ มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๒ ม.๓/๒ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ	
พ ๓.๒ ม.๓/๓ ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม	
พ ๓.๒ ม.๓/๔ จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	
พ ๓.๒ ม.๓/๕ เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	
-	พ ๓.๑ ม.๓/๓ ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๓/๑ กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ	พ ๔.๑ ม.๓/๒ เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย
พ ๔.๑ ม.๓/๓ รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทาง แก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	
พ ๔.๑ ม.๓/๔ วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	พ ๔.๑ ม.๓/๕ ทดสอบสมรรถภาพ ทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทางและปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๕.๑ ม.๓/๑ วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	พ ๕.๑ ม.๓/๒ หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา
พ ๕.๑ ม.๓/๓ วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรม สุขภาพและความรุนแรง ๕.๑ ม.๒/๑ ระบุวิธีการ ปัจจัย และแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด	
พ ๕.๑ ม.๓/๔ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	
-	พ ๕.๑ ม.๓/๕ แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	• ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ฝ่ามือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
	๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	• การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - ตา หู คอ จมูก ปาก ลิ้น ฟัน ฝ่ามือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
ป. ๒	๑. อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน	• ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ)
	๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	• การดูแลรักษาอวัยวะภายใน - การระมัดระวังการกระทบ - การออกกำลังกาย - การกินอาหาร
	๓. อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	• ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย
ป.๓	๑.อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	• ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง
	๒.เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	• เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต ของเด็กไทย
	๓. ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	• ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน
ป. ๔	๑.อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย	• การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจ ตามวัย (ในช่วงอายุ ๙ – ๑๒ ปี)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๒. อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ	• ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ
	๓. อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	• วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
ป. ๕	๑. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ
	๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ
ป.๖	๑. อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ
	๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ
ม.๑	๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการของวัยรุ่น	• ความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการของวัยรุ่น
	๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ
	๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	• การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
	๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	• แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
ม. ๒	1. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	• การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น
	2. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	• ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วง ของชีวิต	• การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ
	๒.วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	•อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	๓.วิเคราะห์สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	•สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น - โทรทัศน์ - วิทยู - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๑	๑.ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน	• สมาชิกในครอบครัว • ความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว
	๒. บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง	• สิ่งที่ชื่นชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง)
	๓.บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง	• ลักษณะความแตกต่างของเพศชาย เพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย
ป. ๒	๑. ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว	• บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว - ตนเอง พ่อ แม่ พี่น้อง ญาติ
	๒. บอกความสำคัญของเพื่อน	• ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พุดคุย ปรึกษา เล่น ฯลฯ)
	๓. ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ	• พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - ความเป็นสุภาพบุรุษ - ความเป็นสุภาพสตรี
	๔.อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิง หรือเพศชาย	• ความภาคภูมิใจในเพศหญิง หรือเพศชาย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๓	๑. อธิบายความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง	• ความสำคัญของครอบครัว - ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม - การศึกษา
	๒. อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
	๓. บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ	• พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) • วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ)
ป. ๔	๑. อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว	• คุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว
	๒. แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย	• พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย
	๓. ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	• วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ
ป. ๕	๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม	• การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง • การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย
	๒. อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	• ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ)
	๓. ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว
ป. ๖	๑. อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น	• ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น • ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็นและความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๒.วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์การติดเชื้อเอดส์และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
ม. ๑	๑.อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	- การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศการยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเปี่ยมเบนทางเพศ
	๒.แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
ม. ๒	๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัว วัฒนธรรม เพื่อน สื่อ
	๒.วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
	๓.อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เอดส์และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	๔.อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสม	- ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม - ปัญหาทางเพศ - แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ
ม.๓	๑.อธิบายอนามัยแม่และเด็กการวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม	- องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว
	๒.วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์	- ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์
	๓.วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางป้องกันแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	- สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว - แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน - แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียง ซ้าย ขวา เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า แขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กลิ้งตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จัป โยน เตะ เคาะ
	๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วม ๓. กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	• กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป. ๒	๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก - แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด - และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี
	๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ
ป. ๓	๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	• การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยียด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว - การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอย-หลัง กระโจน - และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบโดยมีการบังคับทิศทาง เช่น ตีด ขว้าง โยน และรับ • วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่าง ๆ อย่างมีทิศทาง
	๒. เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	• กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป. ๔	๑. ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดด-เหยียดตัว - แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง - ควมบ้า และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น บอล เชือก

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๒. ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ	• กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ
	๓. เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด	• เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด
	๔. เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย ๑ ชนิด	• กีฬาพื้นฐาน เช่น แฮร์บอล แอนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย
ป. ๕	๑. จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบผสมผสานและควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด	• การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานและการปฏิบัติกิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบตามแบบที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขึ้นพื้นฐาน เป็นต้น
	๒. เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด	• เล่นเกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัดที่มีการตีเหย้า รับ – ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง
	๓. ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรงการใช้แรงและความสมดุล	• การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรงการใช้แรงและความสมดุล
	๔. แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	• ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	๕. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	• การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อว่ง วิ่งชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑาประเภทลู่ แบดมินตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล
	๖. อธิบายหลักการและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม	• หลักการและกิจกรรมนันทนาการ
ป. ๖	๑. แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง	• การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขึ้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่าง่าย ๆ
	๒. จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรงการใช้แรงและความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุงเพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น	• การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่น เกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	• การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลาน เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง
	๔. ใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนเองและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	• การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา
	๕. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมแล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้ เรื่องอื่น ๆ	• การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้
ม. ๑	๑. เพิ่มพูนความสามารถของตนเองตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	• หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
	๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด	• การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส ว่ายน้ำ
	๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	• การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น
ม. ๒	๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	• การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
	๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	• การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล ว่ายน้ำ เทควันโด
	๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	• ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
	๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	• การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ ๑ ชนิดโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	• เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตะกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล
	๒. นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ	• การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
	๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	• การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา

ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ

มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน

และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน	• การออกกำลังกาย และการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
	๒. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ	• กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเบ็ดเตล็ด
ป.๒	๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน	• การออกกำลังกาย และเล่นเกมเบ็ดเตล็ด • ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นเกม
ป.๒	๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม	• กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม
ป. ๓	๑. เลือกออกกำลังกายการเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง	• แนวทางการเลือกออกกำลังกายการเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อยและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล
	๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	• การออกกำลังกาย เกม และการเล่นพื้นเมือง • กฎ กติกา และข้อตกลงในการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นพื้นเมือง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๔	๑. ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น	• การออกกำลังกายเล่นเกมตามความชอบของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับผู้อื่น • การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองในการออกกำลังกาย เล่นเกมและเล่นกีฬาตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น • คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกมและเล่นกีฬา ที่มีต่อสุขภาพ
	๒. ปฏิบัติตามกฎหมายกติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น	• การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น
ป. ๕	๑. ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ	• หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย • การออกกำลังกายและการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง
	๒. เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา	• การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ • การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา
	๓. ปฏิบัติตามกฎหมายกติกา การเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น	• กฎ กติกาในการเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น • วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น
	๔. ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่น เกม และกีฬาไทย กีฬาสากล	• สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่นเกมและกีฬา • ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นเกมและกีฬา
ป. ๖	๑. อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	• ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ
	๒. เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	• การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน • การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ
	๓. เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ	• การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ • การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๔. ปฏิบัติตามกฎหมายกติกาตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	• กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น
	๕. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	• กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา
	๖. เล่นเกมและกีฬา ด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา	• การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา
ม. ๑	๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัดความสนใจอย่างเต็มความสามารถพร้อมทั้งมีการประชันการเล่นของตนเองและผู้อื่น	• ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี • การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน • การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม • การประชันการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	• กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น
	๓. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	• รูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก
	๔. ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	• การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	๕. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	• การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา
	๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	• การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา
ม. ๒	๑. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	• สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นวิถีชีวิต • การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๒. เลือกเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตาม ความถนัดและความสนใจพร้อมทั้งวิเคราะห์ ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง
	๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกี ฬาที่เลือกและนำไปใช้ ในการ เล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	- รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปรเป็น วิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความ มุ่งมั่น	- การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ - การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่น และแข่งขันกีฬา
ม. ๓	๑. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมี น้ำใจนักกีฬา	มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา
	๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนา คุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม - การนำเสนอประสบการณ์ แนวคิดจากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒ นาคุณภาพชีวิต
ม.๓	๓. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกแ ล่นำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพ ชีวิต ของตนในสังคม	- กฎหมายกติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกาข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชี วิตของตนในสังคม
	๔. จำแนกวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือก วิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ ของการเล่น	วิธีการประยุกต์ใช้วิธีการรุกและการป้องกันในกา รเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น
	๕. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิด จากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ
การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑.ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ	• การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ
	๒.บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง	• ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน - มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวหนัง) - ฟกช้ำ ฯลฯ
	๑.ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	• วิธีปฏิบัติตนเมื่อมีอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง
ป. ๒	๑. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	• ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส - มีความสุข - มีความปลอดภัย
	๒. เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	• อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์
	๓.ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ	• ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ
ป.๒	๔.อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น	• อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ • อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ
	๕.ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	• วิธีปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยและบาดเจ็บ
ป. ๓	๑.อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค	• การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค
	๒. จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่	• อาหารหลัก ๕ หมู่
	๓. เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม	• การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ)
	๔.แสดงการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี	• การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคลุมบริเวณขอบเหงือกและคอฟัน)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๕.สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	- การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ
ป. ๔	๑.อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	- ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ - การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ
	๒. อธิบายสภาวะอารมณ์ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ	- สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย - ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ
	๓.วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
	๔.ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ป. ๕	๑.แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	ความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
	๒.ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	- แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ - การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริมสุขภาพ
	๓.วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล	การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหารเครื่องสำอางผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพในช่องปาก ฯลฯ)
	๔.ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน	- การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์ - ฯลฯ
	๕.ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพ	การทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	• การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ป. ๖	๑. แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	• ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ การป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
	๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	• โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน • ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค • การป้องกันการระบาดของโรค
	๓. แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม	• พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม
	๔. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	• วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ม. ๑	๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	• หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย
	๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	• ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน
	๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	• เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย • วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	๔. การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	• วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ
ม. ๒	๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	• การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ
	๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	• ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ
	๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีต่อสุขภาพ	• ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีต่อสุขภาพ
	๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๕.อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาด้านสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	๖.เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
	๗.พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้ไปในไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	• เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย • การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
ม. ๓	๑.กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่างๆโดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	• การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ • วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ - โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ
	๒.เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	• โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย - โรคติดต่อ เช่น - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก - ฯลฯ - โรคไม่ติดต่อ เช่น - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง - ฯลฯ
	๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพในชุมชน	• ปัญหาด้านสุขภาพในชุมชน • แนวทางแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพในชุมชน
	๔.วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกายการพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	• การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	• การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ
การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๑	๑. ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน	• สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน • การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน
	๒. บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	• อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น
	๓. แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้าน และโรงเรียน	• การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ
ป. ๒	๑. ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก	• อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก
	๒. บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ	• ยาสามัญประจำบ้าน - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ
	๓. ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน	• สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - โทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน
	๔. ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย	• สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน
	๕. อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ	• อัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ
ป. ๓	๑. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
	๒. แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ	• การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ
	๓. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	• การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๔	๑.อธิบายความสำคัญของการใช้ยา และใช้อย่างถูกวิธี	• ความสำคัญของการใช้ยา • หลักการใช้ยา
	๒.แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อยและการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา	• วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แมลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา
	๓. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุราที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน	• ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน
ป. ๕	๑.วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด	• ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ
	๒. วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติด ที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	• ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
	๓.ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด	• การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา • การหลีกเลี่ยงสารเสพติด
	๔.วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	• อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรม สุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	๕.ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	• การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา
ป. ๖	๑.วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม	• ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม
	๒. ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	• การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ
	๓.วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	• สาเหตุของการติดสารเสพติด • ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด
ม. ๑	๑.แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	• การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
		- เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระตุกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ
	๒.อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	• ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด • อาการของผู้ติดสารเสพติด • การป้องกันการติดสารเสพติด
	๓.อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	•ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
	๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	• ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ
ม. ๒	๑.ระบุวิธีการปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พันพผู้ติดสารเสพติด	• วิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พันพผู้ติดสารเสพติด
	๒.อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	• การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ
	๓.ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	• ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย
ม. ๓	๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพ และแนวทางป้องกัน	• ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ • แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ
	๒.หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	• ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง • วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	๓.วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	•อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิป์วิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	๔.วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	•ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๕.แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	• วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ

โครงสร้างกลุ่มสาระการเรียนรู้
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับประถมศึกษา

รายวิชาพื้นฐาน

รหัสวิชา	รายวิชา	จำนวนชั่วโมง
พด๑๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๑	๔๐
พด๒๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๒	๔๐
พด๓๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๓	๔๐
พด๔๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๔	๘๐
พด๕๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๕	๘๐
พด๖๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๖	๘๐

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๑๑๐๑ สุขศึกษา ๑
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

รู้เข้าใจธรรมชาติการเจริญเติบโต การพัฒนาการของมนุษย์ อธิบายหน้าที่ของอวัยวะภายนอกดูแลรักษา เห็นคุณค่าความรักความผูกพัน ชื่นชอบภูมิปัญญาในตนเอง ทั้งสมาชิกในครอบครัว รู้เข้าใจความแตกต่างระหว่างเพศหญิง-ชาย มีทักษะในการดำเนินชีวิต การเคลื่อนไหวทางกายสอดคล้องกับอุปกรณ์ประกอบกิจกรรม การเล่นเกมกีฬา มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจ จิตวิญญาณ เสริมสร้างสุขภาพสมรรถภาพ มีความสามารถปฏิบัติตามสุขบัญญัติ ปฏิบัติตนตามคำแนะนำ การเจ็บป่วยของตนเอง หลีกเลี่ยงพฤติกรรมปัจจัยเสี่ยง ต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด ความรุนแรง การพูด ท่าทางขอความช่วยเหลือ การเกิดเหตุร้าย ที่จะเกิดขึ้น ทั้งที่บ้านที่โรงเรียน

มีความสามารถในการป้องกันดูแล รักษา การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาต่างๆ ของตนเอง และครอบครัว มีความนิยมที่ดี มีคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสำนึก ต่อการดำเนินชีวิตตามธรรมชาติสอดคล้องกับชีวิตประจำวัน

รู้เข้าใจเห็นคุณค่าของการเล่นเกมกิจกรรมกีฬาที่บ้าน นันทนาการ การท่องเที่ยว อาหารที่บ้าน ปฏิบัติตนเกี่ยวกับการเจ็บป่วยโรคในหมู่บ้านนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๑/๑ ,พ ๒.๑ ป.๑/๑ ,พ ๒.๑ ป.๑/๓ พ ๓.๑ ป.๑/๑ ,พ ๓.๒ ป.๑/๑ ,พ ๓.๒ ป.๑/๒ พ ๔.๑ ป.๑/๒ ,พ ๔.๑ ป.๑/๓ ,พ ๕.๑ ป.๑/๓ พ ๕.๑ ป.๑/๒ ,	พ ๑.๑ ป.๑/๒ ,พ ๒.๑ ป.๑/๒ ,พ ๓.๑ ป.๑/๒ พ ๔.๑ ป.๑/๑ ,พ ๕.๑ ป.๑/๓
รวม ๕๐ ตัวชี้วัด ๓๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๗ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๒๑๐๑ สุขศึกษา ๒
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

รู้เข้าใจธรรมชาติการเจริญเติบโต เห็นคุณค่าของตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา มีทักษะในการดำเนินชีวิต การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมกีฬาไทยสากล มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณการสร้างสุขภาพ สมรรถภาพ การป้องกันโรค หลีกเลียงสารเสพติด การใช้จ่าย การเกิดอุบัติเหตุ ความรุนแรง มีความปลอดภัยในชีวิต ดูแลรักษาอวัยวะภายใน รู้หน้าที่บทบาทของตนเอง สมาชิกในครอบครัว เพื่อน เข้าใจความแตกต่างเพศหญิงเพศชาย มีความภูมิใจในเพศตนทั้งหญิงชาย การเล่นเกม กีฬา การเคลื่อนไหวร่างกายอาศัยอุปกรณ์ได้ด้วยตนเอง กลุ่มอย่างสนุกสนาน ตามกฎ กติกา มีวินัยในการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ การมีสุขภาพดี การดูแลการเกิดอุบัติเหตุ การเจ็บป่วย บาดเจ็บ การใช้จ่าย เลี่ยงสารเสพติด ความรุนแรง ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์ พฤติกรรมเสี่ยงได้อย่างปลอดภัย

รู้เข้าใจหน้าที่ การดูแล เสริมคุณค่าตนเอง สังคม ครอบครัว เพื่อน การมีพฤติกรรมก่อให้เกิดความมีสุขภาพกาย การอยู่ร่วมกัน การเสริมสร้างสุขภาพดี การดูแล เกิดการเจ็บป่วย อุบัติเหตุเบื้องต้น มีค่านิยมมีคุณธรรม ในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับธรรมชาติ ช่วยให้มีความปลอดภัยในชีวิต

รู้เข้าใจเห็นคุณค่าของการเล่นเกมกิจกรรมกีฬาพื้นบ้าน นันทนาการ มีกฎระเบียบกติกา มีความรู้ความเข้าใจการท่องเที่ยว อาหารพื้นบ้าน ปฏิบัติตนเกี่ยวกับการเจ็บป่วยโรคในหมู่บ้านรู้จักซื้อและอาการของโรคนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๒/๑, พ ๑.๑ ป.๒/๓, พ ๒.๑ ป.๒/๑	พ ๑.๑ ป.๒/๒, พ ๒.๑ ป.๒/๔, พ ๓.๒ ป.๒/๑
พ ๒.๑ ป.๒/๒, พ ๒.๑ ป.๒/๓, พ ๓.๑ ป.๒/๑	พ ๔.๑ ป.๒/๕, พ ๕.๑ ป.๒/๑, พ ๕.๑ ป.๒/๕
พ ๓.๑ ป.๒/๒, พ ๓.๒ ป.๒/๒ พ ๔.๑ ป.๒/๑	
พ ๔.๑ ป.๒/๒, พ ๔.๑ ป.๒/๓, พ ๔.๑ ป.๒/๔	
พ ๕.๑ ป.๒/๒, พ ๑.๑ ป.๒/๓, พ ๕.๑ ป.๒/๔	
รวม ๒๑ ตัวชี้วัด ๑๕ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๓๑๐๑ สุขศึกษาฯ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

เข้าใจลักษณะการเจริญเติบโต ความแตกต่าง สัมพันธ์ ภาพในครอบครัว กลุ่มเพื่อน สร้างสัมพันธภาพ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมนำไปสู่ การล่องละเมิดทางเพศ มีการควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย ทำอยู่กับที่ และรอบทิศทาง การใช้อุปกรณ์ในการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬา ปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย มีความถนัด รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง รู้เข้าใจการละเล่นกีฬาพื้นเมือง อธิบายการป้องกันการแพร่กระจายของโรค การเลือกอาหารตามสัดส่วนรู้วิธีป้องกันโรค เข้าใจวิธีการแปรงฟันได้อย่างถูกต้อง มีความปลอดภัยในชีวิต ทั้งการขอความช่วยเหลือจากบุคคล เมื่อเกิดเหตุร้าย อุบัติเหตุ ทั้งการใช้จ่าย เว้นสารเสพติด ลดความรุนแรง ทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน

ปฏิบัติตนในการรู้เข้าใจอธิบาย การเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ ความแตกต่างทั้งร่างกาย อารมณ์ให้เหมาะสมกับวัย การตัดสินใจ แก้ปัญหาต่างๆ จากใกล้ตัว บ้าน โรงเรียน มีเจตคติที่ดี มีคุณธรรม จิตสำนึก ความรับผิดชอบต่อตนเอง และผู้อื่น

รู้เข้าใจวิธีการกิจกรรมการเล่นกีฬาพื้นบ้าน นันทนาการ การท่องเที่ยว อาหารพื้นบ้าน รู้วิธีรักษาการเจ็บป่วยของโรคในตำบล ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบ กติกาของการเล่นเกมนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๓/๑ ,พ ๑.๑ ป.๓/๓ ,พ ๒.๑ ป.๓/๑ พ ๒.๑ ป.๓/๓ ,พ ๓.๑ ป.๓/๑ ,พ ๓.๑ ป.๓/๒ พ ๓.๒ ป.๓/๒ ,พ ๔.๑ ป.๓/๒ ,พ ๔.๑ ป.๓/๔ พ ๕.๑ ป.๓/๒ ,พ ๕.๑ ป.๓/๓	พ ๑.๑ ป.๓/๒ ,พ ๒.๑ ป.๓/๒ ,พ ๓.๒ ป.๓/๑ พ ๔.๑ ป.๓/๑ ,พ ๔.๑ ป.๓/๓ ,พ ๔.๑ ป.๓/๕ พ ๕.๑ ป.๓/๑
รวม ๑๘ ตัวชี้วัด ๑๑ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๗ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๔๑๐๑ สุขศึกษาฯ๔
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

รู้เข้าใจหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ เห็นความสำคัญของการทำงานของอวัยวะ สามารถป้องกันดูแลอวัยวะการเจริญเติบโต การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และสติปัญญา รู้วิธีการแก้ไขปัญหาและการป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้น เข้าในบทบาทหน้าที่ของตนเองต่อครอบครัว เห็นคุณค่าและความสำคัญของเพศชาย เพศหญิง สามารถควบคุมตนเองและขณะปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การกีฬา เล่นเกม มีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬากับชุมชน ปฏิบัติตามกฎหมายกติกา รู้และเข้าใจการมีสุขภาพที่ดี การป้องกันโรค การเลือกบริโภคอาหาร อารมณ์และความเครียด รู้จักการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รู้และเข้าใจในเรื่องการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ การป้องกันหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากอุบัติเหตุ สิ่งเสพติด การปฐมพยาบาล จัดหมวดหมู่อวัยวะของร่างกายปฏิบัติกิจกรรมการเล่น เกม กีฬาพื้นบ้าน ฝึกทดสอบกิจกรรมยืดหยุ่นพื้นฐาน หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติภัย

รู้ปฏิบัติตนในการเล่นกีฬาพื้นบ้านในระดับอำเภอ การทำอาหารพื้นบ้าน รู้วิธีการรักษาและปฏิบัติตน การเจ็บป่วยตามคำแนะนำ เลือกแหล่งบริการสุขภาพที่เหมาะสม มีความรู้ในการบริโภคอาหาร เลือกซื้อ เลือกบริโภคประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๔/๑ ,พ ๑.๑ ป.๔/๒ ,พ ๒.๑ ป.๔/๑ พ ๒.๑ ป.๔/๓ ,พ ๓.๑ ป.๔/๑ ,พ ๓.๑ ป.๔/๒ พ ๓.๑ ป.๔/๓ ,พ ๓.๑ ป.๔/๔ ,พ ๓.๒ ป.๔/๒ พ ๕.๑ ป.๔/๑ ,พ ๔.๑ ป.๔/๓ ,พ ๔.๑ ป.๔/๑ พ ๔.๑ ป.๔/๒	พ ๑.๑ ป.๔/๓ ,พ ๒.๑ ป.๔/๒ ,พ ๓.๒ ป.๔/๑ พ ๔.๑ ป.๔/๔ ,พ ๕.๑ ป.๓/๑ ,พ ๕.๑ ป.๔/๓
รวม ๑๙ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๕๑๐๑ สุขศึกษา๕
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

รู้เข้าใจในการทำงานของอวัยวะต่างๆ สุขอนามัยทางเพศ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา รู้และเข้าใจเห็นคุณค่าของชีวิตครอบครัว มีทักษะในการดำเนินชีวิต หลักการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกมกีฬาไทยและกีฬาสากล รู้และเข้าใจกลวิธีการดูแลสุขภาพและการป้องกัน การส่งเสริมสุขภาพของตน การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพและความปลอดภัยจากปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพต่างๆ ศึกษาค้นคว้าการทำงานของระบบอวัยวะสุขภาพทางเพศ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา หลักของการเคลื่อนไหว การกีฬา การมีสุขภาพดี การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ การปฏิบัติควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหว การเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย การเล่นเกม ออกกำลังกาย การเคารพกฎ กติกา ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา การอภิปรายและการรายงานผลการปฏิบัติกิจกรรมวัดประเมินผล โดยการสังเกตพฤติกรรมทดสอบความรู้ ทดสอบการเล่นกีฬา

เข้าใจกฎ กติกา กีฬาพื้นบ้านในระดับจังหวัดเห็นประโยชน์ของการเล่นเกม รู้อนุรักษ์การทำอาหารพื้นบ้านป้องกันการเจ็บป่วย เลือกแหล่งบริการสุขภาพ เลือกกิจกรรมทัศนศึกษาการพักผ่อน เข้าใจเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติตนให้มีความรู้ความเข้าใจนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๕/๑ ,พ ๒.๑ ป.๕/๒ พ ๒.๑ ,ป.๕/๓ พ ๓.๑ ป.๕/๑ ,พ ๓.๑ ป.๕/๒ ,พ ๓.๑ ป.๕/๓ พ ๓.๑ ป.๕/๔ ,พ ๓.๑ ป.๕/๖ ,พ ๓.๒ ป.๕/๑ พ ๓.๒ ป.๕/๓ ,พ ๓.๒ ป.๕/๔ ,พ ๔.๑ ป.๕/๔ พ ๔.๑ ป.๕/๒ ,พ ๕.๑ ป.๕/๑ ,พ ๕.๑ ป.๕/๒	พ ๑.๑ ป.๕/๒ ,พ ๒.๑ ป.๕/๑ ,พ ๓.๑ ป.๕/๕ พ ๓.๒ ป.๕/๒ ,พ ๔.๑ ป.๕/๑ ,พ ๔.๑ ป.๕/๓ พ ๔.๑ ป.๕/๕ ,พ ๕.๑ ป.๕/๓ ,พ ๕.๑ ป.๕/๔ พ ๕.๑ ป.๕/๕
รวม ๑๙ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ ๑๖๑๐๑ สุขศึกษา๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

รู้เข้าใจในการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย สุขอนามัยทางเพศ การพัฒนาการ ของวัยแรกเริ่ม การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา และจิตวิญญาณในวัยแรกเริ่ม ชีวิตครอบครัว หลักการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย เกมกีฬาไทย กีฬาสากล กลวิธีการรุก การป้องกัน และเสริมสร้างสุขภาพที่ดี สมรรถภาพ การป้องกันการเกิดโรค การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อเกิดอุบัติเหตุ ศึกษาคุณค่าการทำงานของระบบอวัยวะ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติปัญญา จิตวิญญาณในวัยแรกเริ่มหลักของการเคลื่อนไหว ความเป็นสุขภาพดี ปฏิบัติการเคลื่อนไหว ความเป็นสุขภาพดี การปฏิบัติการเคลื่อนไหวอยู่กับที่ เคลื่อนที่ การบังคับสิ่งของ การเข้าร่วมเล่นกิจกรรมทางกาย เกมกีฬา การเคารพกฎกติกา ทำยืดหยุ่นพื้นฐาน ปฏิบัติท่าทดสอบสมรรถภาพทางกาย อภิปรายรายงานผล การฝึกปฏิบัติกิจกรรมสังเกตพฤติกรรมและความสนใจในการฝึก ปฏิบัติกิจกรรม ทดสอบความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับระบบการทำงานของอวัยวะ การพัฒนาการของวัยรุ่น การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมวัยรุ่น ชีวิตครอบครัว สังเกตการเคลื่อนไหวการออกกำลังกายการเล่นกีฬา

เข้าใจการเล่นเกมกีฬาพื้นฐาน กฎกติการะดับจังหวัด รู้ประโยชน์ของการเล่น ปฏิบัติตนในการอนุรักษ์อาหารพื้นบ้าน วิธีการทำ ปฏิบัติตนป้องกันการเจ็บป่วย การรักษา การแนะนำ การป้องกันโรค เลือกแหล่งบริการสุขภาพในท้องถิ่นได้อย่างเหมาะสม เลือกปฏิบัติกิจกรรมในการบริโภคอาหาร สามารถนำความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ป.๖/๑ ,พ ๒.๑ ป.๖/๑ ,พ ๓.๑ ป.๖/๑ พ ๓.๑ ป.๖/๒ ,พ ๓.๑ ป.๖/๔ ,พ ๓.๒ ป.๖/๑ พ ๓.๒ ป.๖/๒ ,พ ๓.๒ ป.๖/๓ ,พ ๓.๒ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๕ ,พ ๔.๑ ป.๖/๑ ,พ ๔.๑ ป.๖/๔ พ ๕.๑ ป.๖/๑	พ ๑.๑ ป.๖/๒ ,พ ๒.๑ ป.๖/๒ ,พ ๓.๑ ป.๖/๓ พ ๓.๑ ป.๖/๕ ,พ ๓.๒ ป.๖/๖ ,พ ๔.๑ ป.๖/๓ พ ๔.๑ ป.๖/๒ ,พ ๕.๑ ป.๖/๒ ,พ ๕.๑ ป.๖/๓
รวม ๒๒ ตัวชี้วัด ๑๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๙ ตัวชี้วัดปลายทาง	

โครงสร้างกลุ่มสาระการเรียนรู้
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

รายวิชาพื้นฐาน

รายวิชาสุขศึกษา

รหัสวิชา	รายวิชา	จำนวนชั่วโมง	หน่วยกิต
พ๒๑๑๐๑	สุขศึกษา ๑	๒๐	๐.๕
พ๒๑๑๐๓	สุขศึกษา ๒	๒๐	๐.๕
พ๒๒๑๐๑	สุขศึกษา ๓	๒๐	๐.๕
พ๒๒๑๐๓	สุขศึกษา ๔	๒๐	๐.๕
พ๒๓๑๐๑	สุขศึกษา ๕	๒๐	๐.๕
พ๒๓๑๐๓	สุขศึกษา ๖	๒๐	๐.๕

รายวิชาพลศึกษา

รหัสวิชา	รายวิชา	จำนวนชั่วโมง	หน่วยกิต
พ๒๑๑๐๒	กรีฑา	๒๐	๐.๕
พ๒๑๑๐๔	กระบี่กระบอง	๒๐	๐.๕
พ๒๒๑๐๒	ตะกร้อ	๒๐	๐.๕
พ๒๒๑๐๔	วอลเลย์บอล	๒๐	๐.๕
พ๒๓๑๐๒	เปตอง	๒๐	๐.๕
พ๒๓๑๐๔	ฟุตบอล	๒๐	๐.๕

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๑๑๐๑ สุขศึกษา ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่นวิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ภาวะการณ์เจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐานวิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสมแสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำไปสู่การนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ , ม.๑/๓ พ ๒.๑ ม.๑/๑	พ ๑.๑ ม.๑/๔ พ ๒.๑ ม.๑/๒
รวม ๖ ตัวชี้วัด ๔ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๑๑๐๒ สุขศึกษา ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาวิเคราะห์และอธิบายเกี่ยวกับการเลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัยวิเคราะห์ที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบทำการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยและบอกความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ และวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่าง ๆ

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำเสนอประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ , ม.๑/๔	พ ๔.๑ ม.๑/๓
พ ๕.๑ ม.๑/๒ , ม.๑/๓	พ ๕.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๔
รวม ๘ ตัวชี้วัด ๕ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๒๑๐๑ สุขศึกษา ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาวัยรุ่นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศปัญหากระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เอดส์และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัวได้อย่างเหมาะสมโดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๒/๑	พ ๑.๑ ม.๒/๒
พ ๒.๑ ม.๒/๑ , ม.๒/๒ , ม.๒/๔	พ ๒.๑ ม.๒/๓
รวม ๖ ตัวชี้วัด ๔ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๒๑๐๒ สุขศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล ผลกระทบการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพและสุขภาพจิต อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

ระบุวิธีการปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติดวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๒/๒, ม.๒/๓, ม.๒/๔, ม.๒/๕, ม.๒/๗ พ ๕.๑ ม.๒/๑, ม.๒/๒	พ ๔.๑ ม.๒/๑, ม.๒/๖ พ ๕.๑ ม.๒/๓
รวม ๑๐ ตัวชี้วัด ๗ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๓๑๐๑ สุขศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑ เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์สังคมและสติปัญญาแต่ละช่วงชีวิตอิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของวัยรุ่น

อนามัยแม่และเด็กวางแผนครอบครัวและวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสมปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ สาเหตุและเสนอแนวทางป้องกันแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำเสนอการนำไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๑.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๒	พ ๑.๑ ม.๓/๓
พ ๒.๑ ม.๓/๑	พ ๒.๑ ม.๓/๒, ม.๓/๓
รวม ๖ ตัวชี้วัด ๓ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๓๑๐๒ สุขศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒ เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่นต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการเสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทยรวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพในชุมชนวางแผนและจัดการในเวลาการออกกำลังกายการพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล

ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกันหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกต้อง

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือสืบค้นข้อมูลวิเคราะห์และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเองเพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำไปประสพการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๔.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๓ , ม.๓/๔	พ ๔. ม.๓/๒ , ม.๓/๕
พ ๕.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๓ , ม.๓/๔	พ ๕.๑ ม.๓/๒ , ม.๓/๕
รวม ๑๐ ตัวชี้วัด ๖ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๑๑๐๒ กรีฑา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑ เวลา ๒๐ ชั่วโมง จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการเพิ่มพูนการมีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองในสังคมจำแนกวิธีการรุกรการป้องกันและการใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่นเสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นวิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬามีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ ของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกายการเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๑/๑ พ ๓.๒ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ , ม.๑/๓ , ม.๑/๔ , ม.๑/๖	พ ๓.๑ ม.๑/๒ , ม.๑/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๕
รวม ๙ ตัวชี้วัด ๖ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๑๑๐๔ กระบี่กระบอง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เลือกออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจอย่างเต็มสามารถ และเล่นกีฬาเป็นประจำเพื่อวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี เข้าใจจำแนกและปฏิบัติตามกฎกติกาในการเล่นและแข่งขันกีฬาเพื่อความปลอดภัยตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

ประยุกต์ใช้กลไกวิธีการรุกรการป้องกันความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม มุ่งมั่นในการเล่นและการแข่งขันกีฬาประเภทบุคคล และ/หรือทีมประเภททีมด้วยความมีน้ำใจนักกีฬามีทักษะในการตัดสินใจและปฏิบัติหน้าที่ตามที่กลุ่มมอบหมายในการเล่นกีฬาเป็นทีม แสดงความสำคัญของการปฏิบัติหน้าที่ตามความรับผิดชอบอย่างสร้างสรรค์ ในสถานการณ์กีฬาต่าง ๆ อย่างสนุกสนาน

วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ ของการเล่นกีฬารักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๑/๑ พ ๓.๒ ม.๑/๑,ม.๑/๒ , ม.๑/๓, ม.๑/๔ , ม.๑/๖	พ ๓.๑ ม.๑/๒, ม.๑/๓ พ ๓.๒ ม.๑/๕
รวม ๙ ตัวชี้วัด ๖ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๒๑๐๒ ตะกร้อ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการนำผลการปฏิบัติสอนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะ การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมอย่างละ ๑ ชนิด เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ร่วมกิจกรรมนันทนาการ ๑ กิจกรรม และนำหลักความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างเป็นระบบ

วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ ของการเล่นกีฬารักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๒/๑, ม.๒/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๑ , ม.๒/๒ ,ม.๒/๓ , ม.๒/๔ , ม. ๒/๕	พ ๓.๑ ม.๒/๒ ,ม.๒/๔
รวม ๙ ตัวชี้วัด ๗ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๒๑๐๔ วอลเลย์บอล

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการอธิบายสาเหตุเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม แลสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำวันเป็นวิถีชีวิต เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่นกีฬาที่เลือก วางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น

วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๒/๑ , ม.๒/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๑ , ม.๒/๒ , ม.๒/๓ , ม.๒/๔ ,ม. ๒/๕	พ ๓.๑ ม.๒/๒ , ม.๒/๔
รวม ๙ ตัวชี้วัด ๗ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๓๑๐๒ เปตอง

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการเพิ่มพูนการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลอย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกายการเล่น เกมและการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างละ ๑ กิจกรรม และนำความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น

วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรีย์ภาพของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๑, ม.๓/๒, ม.๓/๓, ม.๓/๔, ม.๓/๕	พ ๓.๑ ม.๓/๑, ม.๓/๓
รวม ๘ ตัวชี้วัด ๖ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

คำอธิบายรายวิชา

พ๒๓๑๐๔ ฟุตบอล

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการเพิ่มพูนการมีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองในสังคม จำแนก กลวิธีการรุก การป้องกันและการใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสม กับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่น

วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรีย์ภาพ ของการเล่นกีฬารักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

มาตรฐานและตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง
พ ๓.๑ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๑ , ม.๓/๒ ,ม.๓/๓ ,ม.๓/๔ , ม.๓/๕	พ ๓.๑ ม.๓/๑ ,ม.๓/๓
รวม ๘ ตัวชี้วัด ๖ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ ตัวชี้วัดปลายทาง	

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ เวลา

๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
	ภาคเรียนที่ ๑					
๑	ร่างกายของเรา	พ ๑.๑ป.๑/ ๑	พ ๑.๑ป.๑/๒	อวัยวะภายนอกทุกส่วนต่างมีหน้าที่สำคัญและเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ดังนั้นเราควรดูแลรักษาอวัยวะภายนอกให้ทำงานได้ตามปกติ มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย	๓	๕
๒	ฟันของเรา	พ ๑.๑ ป. ๑/๑	พ ๑.๑ป.๑/๒	อวัยวะในช่องปากเป็นอวัยวะภายนอกที่มีความสำคัญต่อการพูดและการรับประทานอาหาร ดังนั้นเราจึงควรดูแลรักษาความสะอาดอย่างถูกวิธี	๒	๕
๓	ครอบครัวของเรา	พ ๒.๑ ป. ๑/๑	-	การแสดงความรักและความผูกพันต่อกันของสมาชิกในครอบครัว ส่งผลให้สมาชิกทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข	๒	-
๔	เข้าใจตนเอง	-	พ ๒.๑ป.๑/๒	ทุกคนมีสิ่งที่ชื่นชอบและภาคภูมิใจในตนเอง หามยอมรับและเข้าใจในตนเองจะทำให้ชีวิตเรามีความสุข	๒	๕
๕	อันตรายจากการเล่น	พ ๕.๑ป.๑/ ๒	-	การเรียนรู้เกี่ยวกับสาเหตุและวิธีป้องกันอันตรายจากการเล่นทำให้เรารู้จักเล่นอย่างระมัดระวัง	๒	-
๖	การเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่	พ ๓.๑ ป. ๑/๑	ส ๕.๒ ป.๑/๑ ส ๕.๒ ป.๑/๓	การปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหว	๒	-

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				ร่างกายขณะอยู่กับที่ เป็นการฝึก ปฏิบัติการควบคุมร่างกายเพื่อสร้าง เสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และมีประสิทธิภาพในการควบคุม ร่างกายได้ดี		
๗	การเคลื่อนไหว ร่างกายแบบเคลื่อน ที่	พ ๓.๑ป.๑/ ๑	-	การปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหว ร่างกายแบบเคลื่อนที่ เป็นการฝึก ปฏิบัติการควบคุมร่างกายเพื่อสร้าง เสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และมีประสิทธิภาพในการควบคุม ร่างกายได้ดี	๒	๒๐
๘	การเคลื่อนไหวร่าง กายประกอบอุปกรณ์	พ ๓.๑ ป. ๑/๑	-	การปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหว ร่างกายประกอบอุปกรณ์ เป็นการ ฝึกปฏิบัติ ที่ทำให้เกิดความ คล่องแคล่ว และมีทักษะ ความสัมพันธ์ของระบบประสาทกับ กล้ามเนื้อ สามารถควบคุมร่างกาย ได้ดี	๔	-
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๕๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๙	ฉันเป็นใคร	พ ๒.๑ ป.๑/๓	-	การยอมรับและเข้าใจลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง ทางด้านร่างกาย อารมณ์ และลักษณะนิสัย จะช่วยให้ประพฤติปฏิบัติตน อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข	๒	-
๑๐	สุขภาพของเรา	-	พ ๔.๑ ป.๑/๑	การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติเป็นประจำ ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง	๓	๑๐
๑๑	อาการเจ็บป่วยที่ควรรู้	พ ๔.๑ ป.๑/๒ พ ๔.๑ ป.๑/๓	-	การบอกอาการเจ็บป่วยของตนเองได้ถูกต้อง และปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย มีผลต่อการดูแลสุขภาพของตนเองในเบื้องต้น	๒	-
๑๒	ชีวิตที่ปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๑/๑	พ ๕.๑ ป.๑/๓	อุบัติเหตุเป็นอันตรายที่เกิดขึ้นได้ทั้งในบ้านและในโรงเรียน จึงควรศึกษาสาเหตุ วิธีป้องกัน และวิธีการ ขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดอุบัติเหตุ	๓	๕
๑๓	การเล่นบทบาทสมมติ	-	พ ๓.๑ ป.๑/๒	การเล่นบทบาทสมมติเป็นกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ ซึ่งจะต้องปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นแบบเต็มตัว	๒	๕
๑๔	การเล่นเกมหรรษา	พ ๓.๒ ป.๑/๑ พ ๓.๒ ป.๑/๒	พ ๓.๑ ป.๑/๒	การออกกำลังกายในการเล่นแบบเต็มตัวตามคำแนะนำต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง ตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น	๓	๕
๑๕	กิจกรรมพาเพลิน	พ ๓.๒ ป.๑/๑ พ ๓.๒ ป.๑/๒	พ ๓.๑ ป.๑/๒	การละเล่นพื้นเมืองเป็นกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	๕	๑๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				ชาติ ในการเล่นจะต้องปฏิบัติตาม คำแนะนำ กฎ กติกา และข้อตกลง		
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒ เวลา ๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	อวัยวะภายใน	พ ๑.๑ป.๒/๑	พ ๑.๑ป.๒/๒	อวัยวะภายในมีความสำคัญต่อระบบการทำงานของร่างกาย ดังนั้นเราจึงควรดูแลรักษาอวัยวะภายในอย่างถูกวิธี เพื่อให้อวัยวะทำงานได้อย่างเป็นปกติ และมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย	๒	๑๐
๒	ธรรมชาติของมนุษย์	พ ๑.๑ ป.๒/๓	-	การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ดังนั้นในขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ควรดูแลร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรง และรู้จักดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข	๑	-
๓	ครอบครัวอบอุ่น	พ ๒.๑ป.๒/๑	-	ครอบครัวจะเกิดความอบอุ่น หากสมาชิกในครอบครัวเข้าใจบทบาทหน้าที่ และปฏิบัติตามหน้าที่ของตนอย่างเหมาะสม	๑	-
๔	หนึ่งมิตรชิดใกล้	พ ๒.๑ป.๒/๒	-	เพื่อนเป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อเรา การให้ความสำคัญและปฏิบัติตามต่อเพื่อนที่ดีจะทำให้อยู่ร่วมกับเพื่อนอย่างมีความสุข	๑	-
๕	เข้าใจตนเอง	พ ๒.๑ป.๒/๓	พ ๒.๑ป.๒/๔	เพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกัน ดังนั้นแต่ละเพศจึงควรปฏิบัติตามให้เหมาะสมกับเพศ และมีความภูมิใจในเพศของตนเอง	๑	๑๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๖	สุขภาพของเรา	พ ๔.๑ป.๒/๑	-	การมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ร่าเริงแจ่มใส และมีความปลอดภัยในชีวิต จะส่งผลให้เราเป็นคนที่มีสุขภาพดี	๑	-
๗	อาหารดีมีประโยชน์	พ ๔.๑ป.๒/๒	-	อาหารมีความสำคัญต่อร่างกาย การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์จะส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงและสมบูรณ์	๒	-
๘	เตรียมความพร้อม	พ ๓.๑ป.๒/๑	พ ๓.๒ป.๒/๑	การอบอุ่นร่างกายเป็นการเตรียมความพร้อมของร่างกายก่อนออกกำลังกาย เพื่อให้ร่างกายเกิดความพร้อมและมีความปลอดภัย	๒	๕
๙	ขยับร่างกาย	พ ๓.๑ป.๒/๑	พ ๓.๒ ป.๒/๑	การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ เป็นทักษะพื้นฐานในการเคลื่อนไหวแบบต่างๆ ช่วยสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง และมีประสิทธิภาพในการควบคุมร่างกายได้ดี	๓	๕
๑๐	เคลื่อนที่ร่างกาย	พ ๓.๑ ป.๒/๑	พ ๓.๒ ป.๒/๑	การเคลื่อนไหวร่างกายแบบเคลื่อนที่ เป็นทักษะพื้นฐานของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอื่นๆ ช่วยในการสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงและมีประสิทธิภาพในการควบคุมร่างกายได้ดี	๕	๕
ภาคเรียนที่ ๒						
๑๑	ของใช้และของเล่น	พ ๔.๑ ป.๒/๓	-	ของใช้และของเล่นภายในบ้าน บางชนิดอาจทำให้เกิดอันตราย และส่งผลเสียต่อสุขภาพได้ ผู้ใช้	๑	๕

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				จึงควรเลือกใช้และเพิ่มความ ระมัดระวังในการเล่นเพื่อให้เกิด ความปลอดภัยมากที่สุด		
๑๒	การบาดเจ็บและ ปะเจ็บบ่อย	พ.๕.๑ป.๒/๔	พ.๕.๑ป.๒/๕	เมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ ต่างๆ เกิดขึ้น ควรปฏิบัติตนอย่าง ถูกวิธี จะช่วยลดความรุนแรงของ อาการป่วยของโรคและการ บาดเจ็บได้	๒	๕
๑๓	อุบัติเหตุและการ ป้องกัน	-	พ.๕.๑ป.๒/๑	อุบัติเหตุทางน้ำและทางบกเกิด จากสาเหตุหลายอย่าง จึงต้องมี วิธีการป้องกันอย่างถูกต้อง	๒	๓
๑๔	สัญลักษณ์และ ป้ายเตือน	พ.๕.๑ป.๒/๔	-	สัญลักษณ์และป้ายเตือน มีไว้สำหรับแจ้งให้ทราบถึงอันตราย และวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม ทุกคนพึงปฏิบัติให้ถูกต้องเพื่อคว ามปลอดภัยในชีวิต	๑	๒
๑๕	อัคคีภัย	-	พ.๕.๑ป.๒/๕	อัคคีภัยเป็นภัยที่เกิดจากไฟ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ สูญเสียชีวิตและทรัพย์สิน ดังนั้น จึงควรศึกษาวิธีการป้องกันและ การหนีไฟที่ถูกต้อง	๑	๓
๑๖	ยาน้ำรู้	พ.๕.๑ป.๒/๒		ยาที่ใช้ในชีวิตประจำวันมีหลายป ระเภท ซึ่งมีทั้งคุณและโทษ ดังนั้นเราจึงต้องรู้จักใช้ยาอย่างถู กวิธีและลักษณะอาการของโรค จะช่วยให้เกิดความปลอดภัยและ รักษาโรคได้	๑	-
๑๗	ภัยร้ายทำลายชี วิต	พ.๕.๑ป.๒/๓	-	สารเสพติดและสารเคมีบางชนิดเ ป็นอันตรายต่อร่างกาย จึงควรหลีกเลี่ยงสารเสพติดและรู้ จักวิธีใช้สารเคมีให้ถูกต้อง	๑	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑๘	สนุกกับอุปกรณ์	พ.๓.๑ป.๒/๑	พ.๓.๒ป.๒/๑	การเคลื่อนไหวร่างกายแบบใช้อุปกรณ์ประกอบต้องอาศัยการทำงานที่สัมพันธ์กันของอวัยวะในร่างกาย	๔	๕
๑๙	เกมแสนสนุก	พ.๓.๑ป.๒/๒ พ.๓.๒ป.๒/๒	พ.๓.๒ป.๒/๑	การเล่นเกมที่เปิดเตล็ดเป็นการออกกำลังกายเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและความสามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งการเล่นเกมนต้องปฏิบัติตามกฎกติกา และข้อตกลงในการเล่น	๖	๑๐
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๓ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ เวลา ๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	การเจริญเติบโตตามวัย	พ๑.๑ป.๓/๑	พ๑.๑ป.๓/๒	การเจริญเติบโตของร่างกายแต่ละคนมีความแตกต่างกันซึ่งสามารถเปรียบเทียบน้ำหนัก และ ส่วนสูงของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน เพื่อจะได้ปรับปรุงตนเองให้มีความเจริญเติบโตอย่างสมวัย	๓	๑
๒	ปัจจัยการเจริญเติบโต	พ๑.๑ป.๓/๓		อาหาร การออกกำลังกาย และการพักผ่อน เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย	๑	๒
๓	ครอบครัวและเพื่อนของฉัน	พ๒.๑ป.๓/๑	พ๒.๑ป.๓/๒	ความแตกต่างกันของแต่ละครอบครัวย่อมมีผลต่อการดำเนินชีวิตของสมาชิกในครอบครัว การสร้างสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวและเพื่อน ทำให้เข้าใจตนเองและผู้อื่น และสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข	๒	๓
๔	การล่วงละเมิดทางเพศ	พ๒.๑ป.๓/๓	-	การถูกล่วงละเมิดทางเพศเป็นความ รุนแรงทางเพศที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ หากมีพฤติกรรม การป้องกันที่ถูกต้องและเหมาะสม	๒	๔
๕	โรคควรรู้	-	พ๔.๑ป.๓/๑	การติดต่อและการแพร่กระจายของโรค สามารถป้องกันได้หากปฏิบัติด้วยวิธีที่ถูกต้องและเหมาะสม	๒	๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๖	กิจกรรมเคลื่อนไหว	พ๓.๑ป.๓/๑	-	การปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง เป็นการฝึกปฏิบัติการควบคุมร่างกาย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงและมีประสิทธิภาพในการควบคุมร่างกาย ได้ดี	๔	-
๗	เกมเบ็ดเตล็ด	พ๓.๑ป.๓/๒ พ๓.๒ป.๓/๒	-	การเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมนเบ็ดเตล็ด เป็นการฝึกปฏิบัติการควบคุมร่างกาย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงซึ่งต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น	๕	๑๕
ภาคเรียนที่ ๒						
๘	อาหารกับสุขภาพ	พ๔.๑ป.๓/๒	พ๔.๑ป.๓/๓	ในแต่ละวันควรรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ให้มีความหลากหลายและมีสัดส่วนปริมาณของอาหารที่เหมาะสม จะทำให้เรามีสุขภาพที่ดีและเติบโตได้สมวัย	๒	๕
๙	การดูแลฟันของเรา	พ๔.๑ป.๓/๔	-	ฟันเป็นอวัยวะที่ใช้บดเคี้ยวอาหาร การแปรงฟันที่ถูวิธีจะช่วยทำให้ฟันแข็งแรงและมีสุขภาพช่องปากที่ดี	๒	-
๑๐	ความปลอดภัยจากอุบัติเหตุ	พ๕.๑ป.๓/๒	พ๕.๑ป.๓/๑	การปฏิบัติตามหลักการจะช่วยให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง รวมทั้งสามารถขอความช่วยเหลือ	๒	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				จากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อ เกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ		
๑๑	การบาดเจ็บและการปฐมพยาบาล	พ๕.๑ป.๓/๓	-	การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อช่วย เหลือผู้ได้รับบาดเจ็บจากการเล่น จะต้องทำอย่างถูกวิธี สะอาด และปลอดภัยจากเชื้อโรค	๓	-
๑๒	การละเล่นพื้นเมือง	พ๓.๒ป.๓/๒	พ๓.๒ป.๓/ ๑	การละเล่นพื้นเมืองจะต้องปฏิบัติ ตน ตามกฎ กติกา และข้อตกลง ของการเล่น เพื่อสร้างเสริม สุขภาพร่างกายให้แข็งแรง	๕	๕
๑๓	สมรรถภาพทางกาย	-	พ๔.๑ป.๓/ ๕	การสร้างเสริมสมรรถภาพทาง กายทำได้โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ	๕	๑๕
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๔ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ เวลา ๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	การเจริญเติบโต และพัฒนาการของ เรา	พ ๑.๑ป.๔/๑	-	การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ของร่างกายและจิตใจตามวัย จะ ช่วยให้สามารถปรับตัวเข้ากับการ เปลี่ยนแปลง ของร่างกายและ จิตใจที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม	๓	๑
๒	กล้ามเนื้อและ กระดูก	พ ๑.๑ ป.๔/๒	พ ๑.๑ป.๔/๓	กล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ มีความ สำคัญในการช่วยพยุง ร่างกายให้คงรูปและเคลื่อนไหว ได้ และส่งผลต่อสุขภาพ การ เจริญเติบโตและพัฒนาการ เรา จึงควรดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อให้ถูกวิธีเพื่อให้สามารถ ทำงานได้ อย่างมีประสิทธิภาพ	๕	๒
๓	คนดีที่ทุกคนรัก	พ ๒.๑ ป.๔/๑	-	การปฏิบัติตนเป็นเพื่อนและสมาชิก ในครอบครัวที่ดีจะทำให้เป็นที่รั กของทุกคนและอยู่ร่วมกันอย่างมี ความสุข	๓	๓
๔	พฤติกรรมทางเพศ	พ ๒.๑ป.๔/๓	พ ๒.๑ป.๔/๒	วัฒนธรรมไทยเน้นให้ชายและ หญิงปฏิบัติตนต่อกันอย่าง เหมาะสม และรู้จักวิธีการปฏิเสธ การกระทำที่เป็นอันตรายทางเพศ	๕	๗
๕	สิ่งแวดล้อมรอบตัว	พ ๔.๑ป.๔/๑	-	สิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับ สุขภาพ การจัดการสิ่งแวดล้อมที่ ถูกสุขลักษณะจะทำให้มีสุขภาพที่ ดี	๓	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๖	เคลื่อนไหวให้ สัมพันธ์	พ ๓.๑ป.๔/๑	-	การปฏิบัติกิจกรรมเคลื่อนไหว ร่างกายในลักษณะผสมผสานทั้ง แบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้ อุปกรณ์ประกอบ เป็นทักษะ พื้นฐานสำคัญที่ทำให้ร่างกาย แข็งแรง ส่งผลให้เกิด ประสิทธิภาพ ในการทำงาน	๒	-
๗	จังหวะเพลีนใจ	พ ๓.๑ป.๔/๒	-	การปฏิบัติกิจกรรมกายบริหาร ประกอบ จังหวะเพลง จะต้อง ปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักการ เคลื่อนไหว และตรงตามจังหวะ เพลง	๓	-
๘	เกมหรรษา	พ ๓.๑ป.๔/๓	พ ๓.๒ป.๔/๑	การเล่นเกมนิรนแบบและ กิจกรรมแบบพลัดจะต้องปฏิบัติ อย่างถูกวิธี และสามารถวิเคราะห์ ผลพัฒนาการของตนเองในการ ออกกำลังกายและเล่นเกมตาม ตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม	๑๐	๑๐
๙	แฮนด์บอล	พ ๓.๑ป.๔/๔ พ ๓.๒ป.๔/๒	พ ๓.๒ป.๔/๑	การเล่นแฮนด์บอล ผู้เล่นต้อง ฝึกฝนและมีทักษะต่างๆ ในการ เล่น เข้าใจและปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่น และรู้จักวิเคราะห์ ผลพัฒนาการของตนเองในการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬา แฮนด์บอลตามตัวอย่างและแบบ ปฏิบัติของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม	๕	๑๐
ภาคเรียนที่ ๒						
๑๐	อารมณ์กับสุขภาพ	พ ๔.๑ ป.๔/๒	-	สภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก ที่เกิดขึ้นจะส่งผลต่อสุขภาพ จึง ควรเสริม สภาวะทางอารมณ์ด้าน	๒	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				บวก เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายและ สุขภาพจิตที่ดี		
๑๑	อาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ	พ ๔.๑ป.๔/๓	-	ข้อมูลบนฉลากอาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ สามารถนำมา วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตัดสินใจเลือก บริโภค เพื่อการมีสุขภาพที่ดี	๕	-
๑๒	การใช้ยา	พ ๕.๑ป.๔/๑	-	การใช้ยาอย่างถูกวิธีจะทำให้ สามารถป้องกันโรค บรรเทา อาการเจ็บป่วย และรักษาโรคได้	๔	-
๑๓	การปฐมพยาบาล	-	พ ๕.๑ป.๔/๒	การปฐมพยาบาลผู้เจ็บป่วยหรือ ผู้บาดเจ็บเมื่อได้รับอันตรายจาก การใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์ กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการ เล่นกีฬาอย่างถูกวิธี เป็นการดูแล รักษาผู้เจ็บป่วยเบื้องต้น เพื่อลด อันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ เจ็บป่วยก่อนนำส่งสถานพยาบาล	๗	๘
๑๔	โทษของบุหรี่และ สุรา	-	พ ๕.๑ป.๔/๓	การสูบบุหรี่และการดื่มสุรามี ผลเสีย ต่อสุขภาพ เราจึงควรรู้จัก วิธีการป้องกันที่ถูกต้อง	๓	๗
๑๕	แชร์บอล	พ ๓.๑ ป.๔/๔ พ ๓.๒ ป.๔/๒	พ ๓.๒ ป.๔/๑	การเล่นแชร์บอล ผู้เล่นต้องฝึกฝน และมีทักษะในการเล่น เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่น และรู้จักวิเคราะห์ผลพัฒนาการ ของตนเองในการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาแชร์บอล ตาม ตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม	๑๐	๑๐
๑๖	ห่วงข้ามตาข่าย	พ ๓.๑ป.๔/๔ พ ๓.๒ป.๔/๑ พ ๓.๒ป.๔/๒	-	การเล่นห่วงข้ามตาข่าย เป็นการ เล่นกีฬาพื้นฐานที่ผู้เล่นต้องมี ทักษะใน การเล่น ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่น มีน้ำใจนักกีฬา	๕	-

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				และสามารถวิเคราะห์ผล พัฒนาการของตนเองในการเล่น กีฬาห่วงข้ามตาข่ายตามตัวอย่าง และแบบปฏิบัติของผู้อื่นได้อย่าง เหมาะสม		
๑๗	สมรรถภาพทางกาย	-	พ ๔.๑ป.๔/๔	การทดสอบและปรับปรุงสมรรถ ภาพทางกายตามผลการทดสอบ จะทำให้สุขภาพแข็งแรง	๕	๑๐
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๔๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๔๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๕ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เวลา ๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	ระบบในร่างกาย	พ ๑.๑ป.๕/๑	พ ๑.๑ป.๕/๒	ระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกาย จึงควรดูแลอย่างถูกต้อง เพื่อให้การเจริญเติบโตและพัฒนาการเป็นไปตามวัย	๓	๕
๒	เพศศึกษา	-	พ ๒.๑ป.๕/๑	การเจริญเติบโตทางร่างกายทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางเพศ จึงต้องดูแลตนเอง และวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย	๓	๕
๓	ครอบครัวและเพื่อน	พ ๒.๑ป.๕/๒ พ ๒.๑ป.๕/๓	-	ครอบครัวตามวัฒนธรรมไทย เป็นครอบครัวที่อบอุ่น การมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะช่วยแก้ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	๖	-
๔	สุขบัญญัติแห่งชาติ	-	พ ๔.๑ ป.๕/๑	การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติจะส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์	๕	๕
๕	ข่าวสารสุขภาพ	พ ๔.๑ ป.๕/๒		ข้อมูลสุขภาพมีประโยชน์ต่อการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพ จึงต้องสืบค้นจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้	๒	-
๖	เคลื่อนไหวร่างกายและยืดหยุ่นขึ้น	พ ๓.๑ ป.๕/๑ พ ๓.๑ ป.๕/๓	-	การเคลื่อนไหวร่างกายและยืดหยุ่นขึ้นพื้นฐาน เป็นการฝึก	๗	-

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
	พื้นฐาน			ทักษะและควบคุมการเคลื่อนไหวในการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล		
๗	กายบริหาร	พ ๓.๑ ป.๕/๑ พ ๓.๑ ป.๕/๔	-	การเคลื่อนไหวร่างกายให้เข้ากับจังหวะจะทำให้ผู้ฝึกเกิดความแข็งแรงและเกิดความเพลิดเพลิน	๒	-
๘	กีฬา	พ ๓.๑ ป.๕/๔ พ ๓.๒ ป.๕/๓ พ ๓.๒ ป.๕/๔	พ ๓.๑ ป.๕/๕ พ ๓.๒ ป.๕/๒ พ ๕.๑ ป.๕/๕	กีฬา เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย และมีกฎ กติกาในการเล่น ผู้เล่นจึงต้องฝึกให้เกิดทักษะและปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นตามชนิดกีฬาให้ถูกต้อง และมีน้ำใจนักกีฬา	๑๑	๒๐
ภาคเรียนที่ ๒						
๙	สื่อโฆษณา อาหารและผลิตภัณฑ์ สุขภาพ	-	พ ๔.๑ป.๕/๓	การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ ควรมีหลักในการพิจารณาเลือกซื้อที่ถูกต้อง และมีเหตุผลในการตัดสินใจ จึงจะส่งผลดีต่อร่างกาย	๕	๒
๑๐	โรคความรู้	พ ๔.๑ป.๕/๔	-	อาการเจ็บป่วยที่เกิดจากโรค ส่งผลต่อชีวิตประจำวัน ดังนั้นเราจึงควรรู้วิธีป้องกันตนเองจากโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน จะช่วยลดความรุนแรงของโรค และการแพร่ระบาดของโรคได้	๕	-
๑๑	สารเสพติด	พ ๕.๑ป.๕/๑ พ ๕.๑ป.๕/๒	พ ๕.๑ป.๕/๓	สารเสพติดเป็นสารอันตรายที่มีหลายประเภท และส่งผลกระทบต่อผู้เสพทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ดังนั้นจึงต้องรู้วิธีการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด	๕	๕
๑๒	ข้อควรระวังเกี่ยวกับยา	พ ๕.๑ป.๕/๒	พ ๕.๑ป.๕/๓	การใช้ยารักษาโรคอาจทำให้เกิดอันตรายต่อผู้ใช้ได้ ดังนั้นจึงต้อง	๓	๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				ใช้อย่างถูกต้องวิธีเพื่อความ ปลอดภัย		
๑๓	สื่อกับตัวเรา	-	พ ๕.๑ป.๕/๔	สื่อต่างๆ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของเรา ดังนั้น เราจึงควรเลือกใช้สื่ออย่าง เหมาะสม	๒	๓
๑๕	เกมและกิจกรรม ทางกาย	พ ๓.๑ ป.๕/๒ พ ๓.๑ ป.๕/๔ พ ๓.๒ ป.๕/๑ พ ๓.๒ ป.๕/๓ พ ๓.๒ ป.๕/๔	-	การเล่นเกมและกิจกรรมทาง กายช่วยส่งเสริมทักษะการ เคลื่อนไหว ทักษะการคิด และ ยังทำให้เกิดความสนุกสนาน ดังนั้นการปฏิบัติกิจกรรม ดังกล่าวจะต้องปฏิบัติตามกฎ กติกาของการเล่น เพื่อความ ปลอดภัย	๗	-
๑๖	กิจกรรมนันทนาการ	พ ๓.๑ ป.๕/๖	-	กิจกรรมนันทนาการเป็น กิจกรรมที่ทำในเวลาว่างและทำ ให้เกิดความสนุกสนาน เพลิดเพลิน เป็นการใช้เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์	๗	-
๑๗	สมรรถภาพทางกาย		พ ๔.๑ ป.๕/๕	สมรรถภาพทางกายที่ดีย่อมมีผล ต่อการทำงานที่ดี การทดสอบ สมรรถภาพทางกายจะทำให้เรา สามารถปรับปรุงสมรรถภาพ ทางกาย เพื่อประสิทธิภาพใน การทำงานที่ดีขึ้นด้วย	๖	๒๐
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๑๖๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

เวลา ๔๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	ระบบอวัยวะในร่างกาย	พ ๑.๑ ป.๖/๑	พ ๑.๑ป.๖/ ๒	ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบสืบพันธุ์ มีความสำคัญ และมีผลต่อสุขภาพ การ เจริญเติบโตและพัฒนาการของ ร่างกาย ดังนั้นเราจึงควรดูแล รักษาระบบหายใจ ระบบไหลเวียน โลหิต และระบบสืบพันธุ์ ให้ ทำงานได้ตามปกติ	๖	๕
๒	สัมพันธภาพกับผู้อื่น	พ ๒.๑ป.๖/๑	-	การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับ สมาชิก ในครอบครัวและเพื่อน จะ ทำให้เข้าใจตนเองและผู้อื่น อีกทั้ง ยังสามารถ อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ อย่างมีความสุข	๓	-
๓	พฤติกรรมเสี่ยง ทางเพศ	-	พ ๒.๑ป.๖/ ๒	การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ล้วนแต่มีสาเหตุเกิดจากพฤติกรรม เสี่ยง เราจึงควรศึกษาทำความเข้าใจ เพื่อจะได้ป้องกันตนเองจาก พฤติกรรมดังกล่าว	๖	๕
๔	สิ่งแวดล้อมรอบตัว	พ ๔.๑ป.๖/๑	พ ๔.๑ ป. ๖/๓	ความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตน เองและส่วนรวม สามารถทำได้โดยการเสนอแนะ แนวทางและแสดงพฤติกรรมในการป ้องกันและแก้ไข ปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อ สุขภาพ	๔	๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๕	การเคลื่อนไหวร่างกาย	พ ๓.๑ ป.๖/๒ พ ๓.๒ ป.๖/๑	-	การออกกำลังกายที่ถูกต้องตามหลักการ สามารถนำหลักการเคลื่อนไหวร่างกายโดยการใช้แรง การรับแรงและความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายมาปรับปรุง เพื่อเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	๒	-
๖	การบริหารประกอบเพลง	พ ๓.๑ ป.๖/๑	-	การบริหารประกอบเพลงเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายร่วมกับผู้อื่นแบบ ผสมผสาน ทั้งแบบอยู่กับที่ และเคลื่อนที่ โดยใช้จังหวะเพลงประกอบ	๒	-
๗	วอลเลย์บอล	พ ๓.๑ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๓ พ ๓.๒ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๕	พ ๓.๑ป.๖/๓ พ ๓.๒ ป.๖/๖	การเล่นวอลเลย์บอลเป็นการเล่นกีฬาสากลประเภททีมที่มีอุปกรณ์ประกอบ ซึ่งผู้เล่นจะต้องใช้ทักษะวางแผนและ เพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและ การเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบและถูกวิธี นำกลวิธีการรุกและการรับมาใช้ และในขณะที่เล่นต้องปฏิบัติตามกฎ กติกา โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่นและ มีน้ำใจนักกีฬา	๘	๑๐
๘	ตะกร้อ	พ ๓.๑ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๓ พ ๓.๒ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๕	พ ๓.๑ ป.๖/๓ พ ๓.๒ ป.๖/๖	ตะกร้อเป็นกีฬาไทยที่ผู้เล่นต้องมีทักษะในการเล่น รู้จักนำกลวิธีการรุกและการรับมาใช้ และในขณะที่เล่นควรปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่น มีน้ำใจนักกีฬา และคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	๘	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๙	โรคติดต่อ	-	พ ๔.๑ ป. ๖/๒ พ ๔.๑ ป. ๖/๓	การแสดงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนร่วมสามารถทำได้ โดยการวิเคราะห์ผลกระทบ และเสนอแนวทางป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	๑๐	๕
๑๐	ภัยธรรมชาติ	พ ๕.๑ ป.๖/๑	พ ๕.๑ ป. ๖/๒	ความรุนแรงของภัยธรรมชาติมีผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้นจึงควรศึกษาวิธีการปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	๕	๕
๑๑	สารเสพติด	-	พ ๕.๑ป.๖/ ๓	สารเสพติดเป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เราจึงหลีกเลี่ยง และชักชวน ให้ผู้อื่นห่างไกลจากสารเสพติด	๔	๕
๑๒	ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน	พ ๓.๑ ป.๖/๑ พ ๓.๑ ป.๖/๒		การยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายแบบผลัดในลักษณะผสมผสานที่ต้องใช้ความแข็งแรง ความอ่อนตัว และความสมดุล ซึ่งผู้ปฏิบัติ ควรศึกษาหลักการฝึกยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานให้เข้าใจ เพื่อจะได้นำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย แล้วนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนเองและผู้อื่น	๔	-
๑๓	ผลัดกันเล่นให้สนุก	พ ๓.๑ ป.๖/๑ พ ๓.๒ ป.๓/๒	-	กิจกรรมแบบผลัดและเกมนำไปสู่กีฬาเป็นการใช้ทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ซึ่งผู้เล่นต้องใช้ทักษะการวางแผนและสามารถ	๔	-

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				เพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายได้ อย่างถูกวิธีและเป็นระบบ		
๑๔	กรีฑา	พ ๓.๑ ป.๖/๔ พ ๓.๒ ป.๖/๓ พ ๓.๒ ป.๖/๔	พ ๓.๑ ป. ๖/๓ พ ๓.๒ ป. ๖/๖	ในการเล่นกรีฑา ผู้เล่นจะต้อง ปฏิบัติตามกฎ กติกาในการแข่งขัน อย่างเคร่งครัด โดยคำนึงถึงความ ปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น มี น้ำใจนักกีฬา รู้จักประเมินทักษะ การเล่นของตนเองเป็นประจำ และใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุง เพิ่มพูนความสามารถของตนเอง และผู้อื่น ในการเล่น	๖	๑๐
๑๕	สมรรถภาพทางกาย	-	พ ๔.๑ ป. ๖/๔	การสร้างเสริมและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายอย่างต่อเนื่อง จะทำให้สุขภาพแข็งแรง	๖	๑๐
สอบปลายภาค					๑	๑๕
รวมภาคเรียนที่ ๑					๔๐	๕๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๔๐	๕๐
รวมตลอดปีการศึกษา					๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๑ รายวิชาสุขศึกษา ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	มนุษย์พัฒนา	พ ๑.๑ ม.๑/๑ พ ๑.๑ ม.๑/๒ พ ๑.๑ ม.๑/๓	พ๑.๑ ม.๑/๔	-ความสำคัญของระบบประสาท และระบบ ต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ของวัยรุ่น - วิธึดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงาน ตามปกติ - ภาวะการเจริญเติบโตตาม เกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่ เกี่ยวข้อง - แนวทางในการพัฒนาตนเองให้ เจริญเติบโตสมวัย	๙	๔๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๒	ชีวิตที่มีความสุข	พ ๒.๑ ม.๑/๑	พ ๒.๑ ม.๑/๒	- การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการทาง เพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกาย จิตใจ อารมณ์และ พัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและปรับตัวต่อการ เปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และพัฒนาการ ทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ - ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการ ถูกล่วงละเมิดทางเพศ	๙	๔๐
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ รายวิชาสุขศึกษา ๒
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่

๒

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน

๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	หลักโภชนาการ	พ ๔.๑ ม.๑/๑ พ ๔.๑ ม.๑/๒	พ ๔.๑ ม.๑/๓	- หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย - ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน - วิธีควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ ในเกณฑ์มาตรฐาน	๙	๔๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๒	อยู่ดีมีสุข	พ ๕.๑ ม.๑/๒ พ ๕.๑ ม.๑/๓	พ ๕.๑ ม.๑/๑ พ ๕.๑ ม.๑/๔	- วิธีการปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย - ลักษณะของผู้ติดเชื้อ - อาการของผู้ติดเชื้อ - การป้องกันการติดเชื้อ - ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ - ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ	๙	๔๐
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๒๑๐๑ รายวิชาสุขศึกษา ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	การเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์	พ๑.๑ ม.๒/๑	พ๑.๑ ม.๒/๒	- การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญาในวัยรุ่น - ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการ เจริญเติบโตและพัฒนาการ ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	๙	๔๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๒/๑ พ ๒.๑ ม.๒/๒ พ ๒.๑ ม.๒/๔	พ๒.๑ ม.๒/๓	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติใน เรื่องเพศ - ครอบครัว -วัฒนธรรม - เพื่อน -สื่อ - ปัญหาและผลกระทบที่เกิด จากการมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียน - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคเอดส์ การตั้งครรภ์โดยไม่ พึงประสงค์ - ความสำคัญความเสมอภาค ทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม	๙	๔๐
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๒๑๐๓ รายวิชาสุขศึกษา ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๒

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	อิทธิพลของเทคโนโลยี ที่มีผลต่อสุขภาพและ พฤติกรรมสุขภาพ	พ ๔.๑ ม.๒/๒ พ ๔.๑ ม.๒/๓	พ ๔.๑ ม.๒/๑	-การเทคโนโลยีที่มีต่อ สุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ที่มีผลต่อสุขภาพ	๔	๒๕
๒	สุขภาพกายและ สุขภาพจิต	พ ๔.๑ ม.๒/๔ พ ๔.๑ ม.๒/๕ พ ๔.๑ ม.๒/๗	พ ๔.๑ ม.๒/๖	- ความหมายและความสำคัญของ สุขภาพกายและสุขภาพจิต สาเหตุ ของปัญหาสุขภาพจิต ลักษณะ อาการเบื้องต้นของผู้มี ปัญหา สุขภาพจิต ความหมายของอารมณ์ และ ความเครียด สาเหตุที่ทำให้ เกิดความเครียด การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	๕	๒๕
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๓	การหลีกเลี่ยงพฤติกรรม เสี่ยงและ สถานการณ์เสี่ยง	พ ๕.๑ ม.๒/๑ พ ๕.๑ ม.๒/๒	พ ๕.๑ ม.๒/๓	- การป้องกัน การหลีกเลี่ยง การใช้สารเสพติด ช่วยเหลือ พันพู่ และมีทักษะการใช้ชีวิต	๙	๓๐
สอบปลายภาค					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑ รายวิชาสุขศึกษา ๕
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	การเจริญเติบโตและ พัฒนาการของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๓/๑ พ ๑.๑ ม.๓/๒	พ ๑.๑ ม.๓/๓	- การเปลี่ยนแปลง ด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - ความคาดหวังของสังคมที่มี ต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น - สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อ การเจริญเติบโต	๙	๓๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๓/๑	พ ๒.๑ ม.๓/๒ พ ๒.๑ ม.๓/๓	- การวางแผนครอบครัว อนามัยเจริญพันธุ์ - ปัจจัยที่ส่งผลการต่อการ ตั้งครรรภ์ - ความขัดแย้งในครอบครัว และแนวทางป้องกัน	๙	๕๐
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ รายวิชาสุขศึกษา ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๒

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	สุขภาพชุมชน	พ ๔.๑ ม.๓/๓	-	- ปัญหาสุขภาพในชุมชน - แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพ ในชุมชน	๔	
๒	หยุดความรุนแรงกัน ดีกว่า	พ ๕.๑ ม.๓/๑	พ ๕.๑ ม.๓/๒	- วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และ พฤติกรรมเสี่ยง - หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง และชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยง การใช้ความรุนแรงในการ แก้ปัญหา	๕	๔๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๓	สื่อกับสุขภาพ	พ ๕.๑ ม.๓/๓	-	- วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อ พฤติกรรมสุขภาพและความ รุนแรง	๓	-
๔	แอลกอฮอล์กับ สุขภาพ	พ ๕.๑ ม.๓/๔	-	- วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของ การดื่มเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการ เกิดอุบัติเหตุ	๓	-
๕	กู้ชีวิต	-	พ ๕.๑ ม.๓/๕	- แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ อย่างถูกวิธี	๓	๔๐
สอบปลายภาค					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๒ วิชาพลศึกษา กีฬากีฬา – กรีฑา ลาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑ จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ กรีฑาลู่-กรีฑาลาน	พ ๓.๑ ม.๑/๑ พ ๓.๒ ม.๑/๑	-	- หลักการเพิ่มพูนความสามารถ ในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะการเล่นกีฬา - ความสำคัญของการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่ มีสุขภาพดี - การออกกำลังกาย	๑	-
๒	- สถานที่อุปกรณ์กรีฑา -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์กา ร สร้างสมรรถภาพทาง กาย	พ ๓.๑ ม.๑/๑	-	- หลักการเพิ่มพูนความสามารถ ในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	๒	-
๓	-การวิ่งระยะสั้น -การวิ่งระยะกลาง -การวิ่งระยะไกล	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๔	๑๐
๔	- การถือไม้คฑาออกวิ่ง -วิ่งพลัด	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๒	๑๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๕	ท่อน้ำหนัก	พ ๓.๑ ม.๑/๒	-	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๑	๕

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐาน ตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๖	ขว้างจักร	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๑	๑๐
๗	พุ่งแหลน	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๑	๑๐
๘	กระโดดไกล	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	• การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๑	๑๐
๙	การสอบทักษะ	พ ๓.๒ ม.๑/๓ พ ๓.๒ ม.๑/๖	พ ๓.๑ ม.๑/๒ พ ๓.๑ ม.๑/๓	• การเล่นกีฬาไทย และกีฬา สากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภท ลู่และลาน • การนำความรู้และหลักการของ กิจกรรมนั้นมาใช้ในการไปใช้ เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น • กฎ กติกา การเล่นเกมและ การแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น • การยอมรับความสามารถและ ความแตกต่างระหว่างบุคคลใน การเล่นกีฬา	๕	๓๐
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๔ วิชาพลศึกษา กีฬากระป๋องบอง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๒ จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ กีฬากระป๋องบอง	พ ๓.๑ ม.๑/๑ พ ๓.๒ ม.๑/๑	-	- หลักการเพิ่มพูน ความสามารถในการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและ ทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การ พัฒนาทักษะการเล่นกีฬา - ความสำคัญของการออก กำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็น วิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี - การออกกำลังกาย	๑	-
๒	อุปกรณ์กระป๋อง กระบอง -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์กา รสร้างสมรรถภาพทา งกาย	พ ๓.๑ ม.๑/๑	-	- หลักการเพิ่มพูน ความสามารถในการ เคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่ การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	๑	-
๓	การถวายเป็นบังคม	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๒	๑๐
๔	การรำไม้รำ ๑-๑๒	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๕	๑๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๕	การตีไม้หลัก ๑-๖	-	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก	๒	๑๐
๖	การพลิกแพลงท่าไม้ รำ ,ไม้ตี	พ ๓.๒ ม.๑/๒	พ ๓.๑ ม.๑/๒	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬา สากลที่เลือก	๓	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล - ทั้งประเภทบุคคลและทีม - การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น		
๗	การสอบทักษะ	พ ๓.๒ ม.๑/๓ พ ๓.๑ ม.๑/๔ พ ๓.๑ ม.๑/๖	พ ๓.๑ ม.๑/๒ พ ๓.๑ ม.๑/๓ พ ๓.๑ ม.๑/๕	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก - การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนั้นมาใช้ในการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น - กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น - รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก - การเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม - การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา	๔	๔๐
สอบปลายภาค					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๒๑๐๒ วิชาพลศึกษา กีฬาสเกตบอร์ด กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑ จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์
 อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๑						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ กีฬาตะกร้อ	พ ๓.๑ ม.๒/๑ พ ๓.๒ ม.๒/๑	-	- การนำผลการปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะ การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมใน บริบทของตนเองในการเล่น กีฬา - การเล่นกีฬาไทย และกีฬา สากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม - การประเมินการเล่นกีฬา ของตนเองและผู้อื่น	๑	-
๒	-อุปกรณ์ตะกร้อ -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์ การสร้างสมรรถภาพ ทางกาย	พ ๓.๑ ม.๒/๑	-	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่ เลือก	๑	-
๓	ทักษะพื้นฐานการเล่น ลูกด้วยข้างเท้าด้านใน	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการ เคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่น กีฬาและกิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน	๑	๘
๔	ทักษะพื้นฐานการเล่น ลูกด้วยหลังเท้า	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เลือก	๒	๘

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน		
๕	ทักษะพื้นฐานการเล่นลูกด้วยศีรษะ	-	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๘
๖	ทักษะพื้นฐานการเล่นลูกด้วยเข่า	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๘
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๗	ทักษะพื้นฐานการตั้งลูกเตะกร็ว	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๘
๘	ทักษะพื้นฐานการเสิร์ฟเตะกร็ว	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๘
๙	การเล่นทีมและกติกากีฬาการแข่งขัน	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๔	- ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการ	๒	๑๕

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				เล่นกีฬาและกิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน - การนำประสบการณ์จาก การร่วมกิจกรรมนั้นมา ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน		
๑๐	การสอบทักษะ	พ ๓.๑ ม.๒/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๒ พ ๓.๑ ม.๒/๓ พ ๓.๑ ม.๒/๔ พ ๓.๑ ม.๒/๕	พ ๓.๑ ม.๒/๒ พ ๓.๑ ม.๒/๔	- วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง - รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬา - การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน - การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนั้นมาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา - การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ	๔	๑๗

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา - การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม		
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๒๑๐๔ วิชาพลศึกษา กีฬาวอลเลย์บอล

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๒

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ กีฬาวอลเลย์บอล	พ ๓.๑ ม.๒/๑ พ ๓.๒ ม.๒/๑	-	- การนำผลการปฏิบัติตน เกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะ การเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมใน บริบทของตนเองในการเล่น กีฬา - การเล่นกีฬาไทย และกีฬา สากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม - การประเมินการเล่นกีฬาของ ตนเองและผู้อื่น	๑	-
๒	-อุปกรณ์วอลเลย์บอล -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์ การสร้างสมรรถภาพ ทางกาย	พ ๓.๑ ม.๒/๑	-	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่ เลือก	๑	-
๓	ทักษะพื้นฐานการเล่น ลูกมือล่าง	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่ เลือกประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการ เล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิต ประจำวัน	๒	๑๐
๔	ทักษะพื้นฐานการเล่น ลูกเตะชู	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เลือก	๓	๑๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน		
๕	ทักษะพื้นฐานการเสิร์ฟลูกวอลเลย์บอล	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๑๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๖	ทักษะพื้นฐานการกระโดดตบ	พ ๓.๑ ม.๓/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๑๐
๗	ทักษะพื้นฐานการสกัดกั้น	พ ๓.๑ ม.๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	๒	๑๐
๘	การเล่นทีม	พ ๓.๑ ม.๒/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๒ พ ๓.๒ ม.๒/๓ พ ๓.๒ ม.๒/๔ พ ๓.๒ ม.๒/๕	พ ๓.๑ ม.๒/๒ พ ๓.๑ ม.๒/๔	- วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง - รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬา	๕	๓๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน - การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนั้นมาปรับใช้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน - การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา - การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ - การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา		
สอบปลายภาค					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๒ วิชาพลศึกษา (กีฬาเปตอง)

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๑

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเปตอง	พ ๓.๒ ม.๓/๑	พ ๓.๑ ม.๓/๑	- เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก - มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	๑	๑๐
๒	-สถานที่อุปกรณ์เปตอง -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์ การสร้างสมรรถภาพทางกาย	-	พ ๓.๑ ม.๓/๑	- เทคนิคและวิธีการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก	๑	๑๐
๓	ทักษะในการเล่นเปตอง	พ ๓.๑ ม.๓/๒	พ ๓.๑ ม.๓/๓	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง - การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น	๓	๑๐
๔	การโยนลูกเปตองในระยะใกล้และไกล และการจับลูกเปตองในรูปแบบต่าง ๆ ได้	-	พ ๓.๑ ม.๓/๒ พ ๓.๑ ม.๓/๓	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	๒	๑๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
				- การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น		
๕	การโยนลูกเปตองตามจุดที่ต้องการและโยนลูกกระทบได้	พ ๓.๑ ม.๓/๒	พ ๓.๑ ม.๓/๓	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง - การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น	๒	๑๐
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๖	กฎและกติกากการแข่งขัน	พ ๓.๒ ม.๓/๓ พ ๓.๒ ม.๓/๔	-	- วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น - กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์ การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม	๒	-
๗	ทักษะการเล่นทีม	พ ๓.๑ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๑ พ ๓.๒ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๓ พ ๓.๒ ม.๓/๔ พ ๓.๒ ม.๓/๕	พ ๓.๑ ม.๓/๑ พ ๓.๑ ม.๓/๓	- มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา - การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม - การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาไป	๗	๓๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				ประยุกต์ใช้ในการพัฒนา คุณภาพชีวิต - กฎ กติกาและข้อตกลงใน การเล่นกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์ การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้ พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนใน สังคม - วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการ รุกและการป้องกันในการเล่น กีฬาได้ตามสถานการณ์ของ การเล่น - การพัฒนาสุขภาพตนเองที่ เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ		
สอบภาคเรียนที่ ๑					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๑					๒๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๔ วิชาพลศึกษา (กีฬาเปิดอง)

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

เวลา ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียนที่ ๒

จำนวน ๑ ชั่วโมง/สัปดาห์

อัตราส่วนคะแนน ๘๐:๒๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
ภาคเรียนที่ ๒						
๑	ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ กีฬาฟุตบอล	-	พ ๓.๑ ม.๓/๑ พ ๓.๒ ม.๓/๑	• เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬา ไทยและกีฬาสากลที่เลือก • มารยาทในการเล่นและการดู กีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	๑	๕
๒	สถานที่อุปกรณ์กีฬา ฟุตบอล -วิธีการดูแล การรักษาอุปกรณ์ การสร้างสมรรถภาพ ทางกาย	-	พ ๓.๑ ม.๓/๑	• เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก	๑	๕
๓	การสร้างความคุ้นเคยกับอุปกรณ์	-	พ ๓.๑ ม.๓/๓	• การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ ผู้อื่น	๑	๑๐
๔	การหยุดหรือบังคับลูกฟุตบอล	พ ๓.๑ ม.๓/๒	พ ๓.๑ ม.๓/๓	• การนำหลักการ ความรู้ ทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทาง กาย การเล่นเกม การเล่นกีฬา ไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพ อย่างต่อเนื่อง • การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ ผู้อื่น	๒	๑๐
๕	การรับ-ส่งลูกฟุตบอล	พ ๓.๑ ม.๓/๒	พ ๓.๑ พ ๓.๑ พ ๓.๑ ม.๓/๓	• การนำหลักการ ความรู้ ทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทาง กาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไป ใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพ อย่างต่อเนื่อง • การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ ผู้อื่น	๔	๑๐

หน่วย ที่	ชื่อหน่วย การเรียนรู้	มาตรฐานตัวชี้วัด		สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
สอบกลางภาค					๑	๑๐
๖	กฎและกติกาการแข่งขัน	พ ๓.๒ ม.๓/๓ พ ๓.๒ ม.๓/๔	-	• วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น • กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น • การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม	๓	-
๗	ทักษะการเล่นทีม	พ ๓.๑ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๑ พ ๓.๒ ม.๓/๒ พ ๓.๒ ม.๓/๓ ม.๓/๔ ม.๓/๕	พ ๓.๑ ม.๓/๑ พ ๓.๑ ม.๓/๓	• มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา • การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต • กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น • การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม • วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น • การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ	๖	๔๐
สอบปลายภาค					๑	๑๐
รวมภาคเรียนที่ ๒					๒๐	๑๐๐

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐานสองประการ คือ การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนและเพื่อตัดสินผลการเรียน ในการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ของผู้เรียน ให้ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้เรียนจะต้องได้รับการพัฒนาและประเมินตามตัวชี้วัดเพื่อให้บรรลุตาม มาตรฐานการเรียนรู้ สะท้อนสมรรถนะสำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนซึ่งเป็นเป้าหมาย หลักในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในทุกระดับไม่ว่าจะเป็นระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับ เขตพื้นที่การศึกษา และระดับชาติ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ เป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพ ผู้เรียนโดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงพัฒนาการ ความก้าวหน้า และความสำเร็จ ทางการเรียนรู้ของผู้เรียน ตลอดจนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิด การพัฒนาและ เรียนรู้อย่างเต็มตามศักยภาพ

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น ๔ ระดับ ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ระดับ สถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษา และระดับชาติ มีรายละเอียด ดังนี้

๑. การประเมินระดับชั้นเรียน เป็นการวัดและประเมินผลที่อยู่ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ ผู้สอนดำเนินการเป็นปกติและสม่ำเสมอ ในการจัดการเรียนการสอน ใช้เทคนิคการประเมินอย่าง หลากหลาย เช่น การซักถาม การสังเกต การตรวจการบ้าน การประเมินโครงงาน การประเมินชิ้นงาน/ ภาระงาน แฟ้มสะสมงาน การใช้แบบทดสอบ ฯลฯ โดยผู้สอนเป็นผู้ประเมินเองหรือเปิดโอกาสให้ผู้เรียน ประเมินตนเอง เพื่อนประเมินเพื่อน ผู้ปกครองร่วมประเมิน ในกรณีที่ไมผ่านตัวชี้วัดให้มีการสอนซ่อม เสริม

การประเมินระดับชั้นเรียนเป็นการตรวจสอบว่า ผู้เรียนมีพัฒนาการความก้าวหน้าในการ เรียนรู้ อันเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนหรือไม่ และมากน้อยเพียงใด มีสิ่งที่จะต้อง ได้รับการพัฒนาปรับปรุงและส่งเสริมในด้านใด นอกจากนี้ยังเป็นข้อมูลให้ผู้สอนใช้ปรับปรุงการเรียน การสอนของตนด้วย ทั้งนี้โดยสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

๒. การประเมินระดับสถานศึกษา เป็นการประเมินที่สถานศึกษาดำเนินการเพื่อตัดสินผล การเรียนของผู้เรียนเป็นรายปี/รายภาค ผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะ อันพึง ประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน นอกจากนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการศึกษา ของ สถานศึกษา ว่าส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนตามเป้าหมายหรือไม่ ผู้เรียนมีจุดพัฒนาในด้านใด รวมทั้ง สามารถนำผลการเรียนของผู้เรียนในสถานศึกษาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ระดับชาติ ผลการประเมินระดับ สถานศึกษาจะเป็นข้อมูลและสารสนเทศเพื่อการปรับปรุงนโยบาย หลักสูตร โครงการ หรือวิธีการจัดการ เรียนการสอน ตลอดจนเพื่อการจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา ตามแนวทางการ ประกันคุณภาพการศึกษาและการรายงานผลการจัดการศึกษาต่อคณะกรรมการสถานศึกษา สำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้ปกครองและชุมชน

๓. การประเมินระดับเขตพื้นที่การศึกษา เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับเขตพื้นที่ การศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของเขตพื้นที่การศึกษา ตามภาระความรับผิดชอบ สามารถดำเนินการ โดยประเมินคุณภาพผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนด้วยข้อสอบมาตรฐานที่จัดทำและดำเนินการโดยเขตพื้นที่ การศึกษา หรือด้วยความร่วมมือกับหน่วยงานต้นสังกัด ในการดำเนินการจัดสอบ นอกจากนี้ยังได้จาก การตรวจสอบทบทวนข้อมูลจากการประเมินระดับสถานศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษา

๔. การประเมินระดับชาติ เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับชาติตามมาตรฐานการเรียนรู้ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน สถานศึกษาต้องจัดให้ผู้เรียนทุกคนที่เรียน ในชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ เข้ารับการประเมิน ผลจากการประเมินใช้เป็นข้อมูลในการเทียบเคียงคุณภาพการศึกษาในระดับต่างๆ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนยกระดับคุณภาพการจัดการศึกษา ตลอดจนเป็นข้อมูลสนับสนุนการตัดสินใจในระดับนโยบายของประเทศ

ข้อมูลการประเมินในระดับต่างๆ ข้างต้น เป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาในการตรวจสอบทบทวนพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ถือเป็นภาระความรับผิดชอบของสถานศึกษาที่จะต้องจัดระบบดูแลช่วยเหลือปรับปรุงแก้ไข ส่งเสริมสนับสนุนเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพบนพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคลที่จำแนกตามสภาพปัญหาและความต้องการ ได้แก่ กลุ่มผู้เรียนทั่วไป กลุ่มผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มผู้เรียนที่มีปัญหาด้านวินัยและพฤติกรรม กลุ่มผู้เรียนที่ปฏิเสธโรงเรียน กลุ่มผู้เรียนที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคม กลุ่มพิการทางร่างกายและสติปัญญา เป็นต้น ข้อมูลจากการประเมินจึงเป็นหัวใจของสถานศึกษาในการดำเนินการช่วยเหลือผู้เรียนได้ทันทั่วถึง ปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาและประสบความสำเร็จในการเรียน

สถานศึกษาในฐานะผู้รับผิดชอบจัดการศึกษา จะต้องจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผลการเรียนของสถานศึกษาให้สอดคล้องและเป็นไปตามหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติที่เป็นข้อกำหนดของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายถือปฏิบัติร่วมกัน

เกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียน

การตัดสินผลการเรียน

ในการตัดสินผลการเรียนของกลุ่มสาระการเรียนรู้ การอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนนั้น ผู้สอนต้องคำนึงถึงการพัฒนาผู้เรียนแต่ละคนเป็นหลัก และต้องเก็บข้อมูลของนักเรียนทุกด้านอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องในแต่ละภาคเรียน มีเกณฑ์ดังนี้

(๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด

(๒) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัด และผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

ของจำนวนตัวชี้วัด

(๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

(๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

เกณฑ์การวัดและประเมินผลตามกลุ่มสาระการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้ /รายวิชา	คะแนน ระหว่างภาค	คะแนน ปลายภาค	หมายเหตุ
ภาษาไทย	๗๐	๓๐	
คณิตศาสตร์	๗๐	๓๐	

วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี	๗๐	๓๐	
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	๗๐	๓๐	
ประวัติศาสตร์	๗๐	๓๐	
สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒๐	
ศิลปะ	๘๐	๒๐	
การงานอาชีพ	๘๐	๒๐	
ภาษาอังกฤษ	๗๐	๓๐	
รายวิชาเพิ่มเติม			
เพิ่มเติมคณิตศาสตร์	๘๐	๒๐	
เพิ่มเติมวิทยาศาสตร์	๘๐	๒๐	
วัฒนธรรมพื้นบ้าน	๘๐	๒๐	
การป้องกันการทุจริต	๘๐	๒๐	
คอมพิวเตอร์	๘๐	๒๐	

การให้ระดับผลการเรียน

๑. การตัดสินผลการเรียนรายวิชาของกลุ่มสาระการเรียนรู้ ให้ใช้ระบบตัวเลข แสดงระดับการเรียนในแต่ละกลุ่มสาระ ดังนี้

ระดับผลการเรียน	ความหมาย	ช่วงคะแนนร้อยละ
๔	ผลการเรียนดีเยี่ยม	๘๐-๑๐๐
๓.๕	ผลการเรียนดีมาก	๗๕-๗๙
๓	ผลการเรียนดี	๗๐-๗๔
๒.๕	ผลการเรียนค่อนข้างดี	๖๕-๖๙
๒	ผลการเรียนน่าพอใจ	๖๐-๖๔
๑.๕	ผลการเรียนพอใช้	๕๕-๕๙
๑	ผลการเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	๕๐-๕๔
๐	ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์	๐-๔๙

๒. การประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน เป็นผ่านและไม่ผ่าน ถ้ากรณีที่ผ่าน กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็นดีเยี่ยม ดี และผ่าน

ดีเยี่ยม หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพดีเลิศอยู่เสมอ

ดี หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ

ผ่าน หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ แต่ยังมีข้อบกพร่องบางประการ

ไม่ผ่าน หมายถึง ไม่มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน

หรือถ้ามีผลงาน ผลงานนั้นยังมีข้อบกพร่องที่ต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไขหลายประการ

๓. การประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ รวมทุกคุณลักษณะเพื่อการเลื่อนชั้น และจบการศึกษา เป็นผ่านและไม่ผ่าน ในการผ่าน กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็นดีเยี่ยม ดี และผ่าน และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

ดีเยี่ยม หมายถึง ผู้เรียนปฏิบัติตามคุณลักษณะจนเป็นนิสัย และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์สุขของตนเองและสังคม โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับดีเยี่ยม จำนวน ๕-๘ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี

ดี หมายถึง ผู้เรียนมีคุณลักษณะในการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เพื่อให้เป็นการยอมรับของสังคมโดยพิจารณาจาก

๑) ได้ผลการประเมินระดับดีเยี่ยมจำนวน ๑-๔ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี หรือ

๒) ได้ผลการประเมินระดับดีเยี่ยมจำนวน ๔ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับผ่านหรือ

๓) ได้ผลการประเมินระดับดี จำนวน ๕-๘ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับผ่าน

ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนด โดยพิจารณาจาก

๑) ได้ผลการประเมินระดับผ่าน จำนวน ๕-๘ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับผ่าน หรือ

๒) ได้ผลการประเมินระดับดี จำนวน ๔ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับผ่าน

ไม่ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติได้ไม่ครบตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนดโดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับไม่ผ่านตั้งแต่ ๑ คุณลักษณะ

๔. การประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จะต้องพิจารณาทั้งเวลาการเข้าร่วมกิจกรรมการปฏิบัติกิจกรรมและผลงานของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่โรงเรียนกำหนดและให้ผลการประเมินเป็นผ่าน และไม่ผ่านให้ใช้ตัวอักษรแสดงผลการประเมิน ดังนี้

“ผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานเป็นที่ประจักษ์

“มผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

ในกรณีที่ผู้เรียนได้ “มผ” ครูผู้ดูแลกิจกรรมต้องจัดซ่อมเสริมให้ผู้เรียนทำกิจกรรมในส่วนที่ผู้เรียนไม่ได้เข้าร่วมหรือไม่ได้ทำจนครบถ้วน แล้วจึงเปลี่ยนผลการเรียนจาก “มผ” เป็น “ผ” ได้ ทั้งนี้ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยห้อยอยู่ในดุลยพินิจของผู้บริหารสถานศึกษาหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

การเลื่อนชั้น

เมื่อสิ้นปีการศึกษา ผู้เรียนจะได้รับการเลื่อนชั้น เมื่อมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

(๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด

(๒) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัด และผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของจำนวนตัวชี้วัด

(๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา ไม่น้อยกว่าระดับ “ ๑ ” จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์ตามที่สถานศึกษากำหนด

(๔) นักเรียนต้องได้รับการประเมิน และมีผลการประเมิน การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ในระดับ “ ผ่าน ” ขึ้นไป มีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับ “ ผ่าน ” ขึ้นไป และมีผลการประเมินกิจกรรมพัฒนานักเรียน ในระดับ “ ผ่าน ”

ทั้งนี้ ถ้าผู้เรียนมีข้อบกพร่องเพียงเล็กน้อย และพิจารณาเห็นว่าสามารถพัฒนาและสอนซ่อมเสริมได้ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะผ่อนผันให้เลื่อนชั้นได้

อนึ่ง ในกรณีที่ผู้เรียนมีหลักฐานการเรียนรู้ที่แสดงว่ามีความสามารถดีเลิศ สถานศึกษาอาจให้โอกาสผู้เรียนเลื่อนชั้นกลางปีการศึกษา โดยสถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการประกอบด้วยฝ่ายวิชาการของสถานศึกษาและผู้แทนของเขตพื้นที่การศึกษาหรือต้นสังกัดประเมินผู้เรียนและตรวจสอบคุณสมบัติให้ครบถ้วนตามเงื่อนไขทั้ง ๓ ประการต่อไปนี้

๑. มีผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมาและมีผลการเรียนระหว่างปีที่กำลังศึกษาอยู่ในเกณฑ์เยี่ยม

๒. มีวุฒิภาวะเหมาะสมที่จะเรียนในชั้นที่สูงขึ้น

๓. ผ่านการประเมินผลความรู้ความสามารถทุกรายวิชาของชั้นปีที่เรียนปัจจุบัน และความรู้ความสามารถทุกรายวิชาในภาคเรียนแรกของชั้นปีที่เลื่อนชั้น

การอนุมัติให้เลื่อนชั้นกลางปีการศึกษาไปเรียนชั้นสูงขึ้นได้ ๑ ระดับชั้นนี้ ต้องได้รับการยินยอมจากผู้เรียนและผู้ปกครองและต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นก่อนเปิดภาคเรียนที่ ๒ ของปีการศึกษานั้น สำหรับในกรณีที่พบว่าผู้เรียนกลุ่มพิเศษประเภทต่างๆ มีปัญหาในการเรียนรู้ให้สถานศึกษาดำเนินงานร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเฉพาะความพิการหาแนวทางการแก้ไขและพัฒนา

การสอนซ่อมเสริม

การสอนซ่อมเสริม เป็นการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง กรณีที่ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ กระบวนการ หรือคุณลักษณะไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด จะต้องจัดสอนซ่อมเสริมเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนเต็มตามศักยภาพ การสอนซ่อมเสริมเป็นการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องกรณีที่ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ กระบวนการ หรือเจตคติ/คุณลักษณะไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด สถานศึกษาต้องจัดสอนซ่อมเสริมเป็นกรณีพิเศษนอกเหนือไปจากการสอนตามปกติเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนสามารถบรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่กำหนดไว้เป็นการให้โอกาสแก่ผู้เรียนได้เรียนรู้และพัฒนา โดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลายและตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล

การเปลี่ยนผลการเรียน

การเปลี่ยนผลการเรียน “ ๐ ”

สถานศึกษาจัดให้มีการสอนซ่อมเสริมในมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่ผู้เรียนสอบไม่ผ่านก่อน

แล้วจึงสอบแก้ตัวได้ไม่เกิน ๒ ครั้ง ถ้าผู้เรียนไม่ดำเนินการสอบแก้ตัวตามระยะเวลาที่สถานศึกษา กำหนดให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะพิจารณาขยายเวลาออกไปอีก ๑ ภาคเรียน สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น

ถ้าสอบแก้ตัว ๒ ครั้งแล้ว ยังได้ระดับผลการเรียน “๐” อีก ให้สถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการเกี่ยวกับการเปลี่ยนผลการเรียนของผู้เรียนโดยปฏิบัติดังนี้

๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐานให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น

๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติมให้เรียนซ้ำหรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ทั้งนี้ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา ในกรณีที่เปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ให้หมายเหตุในระเบียนแสดงผลการเรียนว่าเรียนแทนรายวิชาใด

การเปลี่ยนผลการเรียน “ร”

การเปลี่ยนผลการเรียน “ร” ให้ดำเนินการดังนี้ ให้ผู้เรียนดำเนินการแก้ไข “ร” ตามสาเหตุ เมื่อผู้เรียนแก้ไขปัญหาเสร็จแล้วให้ได้ระดับผลการเรียนตามปกติ (ตั้งแต่ ๐-๔) ถ้าผู้เรียนไม่ดำเนินการแก้ไข “ร” กรณีที่ส่งงานไม่ครบแต่มีผลการประเมินระหว่างภาคเรียนและปลายภาคให้ผู้สอนนำข้อมูลที่มีอยู่ตัดสินผลการเรียนยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะขยายเวลาการแก้ “ร” ออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียนสำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น เมื่อพ้นกำหนดนี้แล้วให้เรียนซ้ำ หากผลการเรียนเป็น “๐” ให้ดำเนินการแก้ไขตามหลักเกณฑ์

การเปลี่ยนผลการเรียน “มส”

การเปลี่ยนผลการเรียน “มส” มี ๒ กรณี ดังนี้

๑) กรณีผู้เรียนได้ผลการเรียน “มส” เพราะมีเวลาเรียนไม่ถึงร้อยละ ๘๐

แต่มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ของเวลาเรียนในรายวิชานั้น ให้จัดให้เรียนเพิ่มเติมโดยใช้ชั่วโมงสอนซ่อมเสริมหรือใช้เวลาว่าง หรือใช้วันหยุดหรือมอบหมายงานให้ทำจนมีเวลาเรียนครบตามที่กำหนดไว้สำหรับรายวิชานั้นแล้วจึงให้วัดผลปลายภาคเป็นกรณีพิเศษ

ผลการแก้ “มส” ให้ได้ระดับผลการเรียนไม่เกิน “๑” การแก้

“มส” กรณีนี้ให้กระทำให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น ถ้าผู้เรียน ไม่มาดำเนินการแก้ “มส” ตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ให้เรียนซ้ำ ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะขยายเวลาการแก้ “มส” ออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียน แต่เมื่อพ้นกำหนดนี้แล้ว ให้ปฏิบัติดังนี้

(๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐานให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น

(๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติมให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา ให้เรียนซ้ำหรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่

๒) กรณีผู้เรียนได้ผลการเรียน “มส” เพราะมีเวลาเรียนน้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดให้สถานศึกษาดำเนินการดังนี้

(๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐานให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น

(๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติมให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา ให้เรียนซ้ำหรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ในกรณีที่เปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ให้หมายเหตุในระเบียนแสดงผลการเรียนว่าเรียนแทนรายวิชาใด

การเรียนซ้ำรายวิชา ผู้เรียนที่ได้รับการสอนซ่อมเสริมและสอบแก้ตัว ๒ ครั้งแล้วไม่ผ่าน

เกณฑ์การประเมินให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น ทั้งนี้ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาในการจัดให้เรียนซ้ำในช่วงใดช่วงหนึ่งที่สถานศึกษาเห็นว่าเหมาะสม เช่น พักกลางวัน วันหยุด ชั่วโมงว่างหลังเลิกเรียน ภาคฤดูร้อน เป็นต้น

ในกรณีภาคเรียนที่ ๒ หากผู้เรียนยังมีผลการเรียน “อ” “ร” “มส” ให้ดำเนินการให้เสร็จสิ้นก่อนเปิดเรียนปีการศึกษาถัดไป สถานศึกษาอาจเปิดการเรียนการสอนในภาคฤดูร้อนเพื่อแก้ไขผลการเรียนของผู้เรียนได้

การเปลี่ยนผล “มผ”

กรณีที่ผู้เรียนได้ผล “มผ” สถานศึกษาต้องจัดซ่อมเสริมให้ผู้เรียนทำกิจกรรมในส่วนที่ผู้เรียนไม่ได้เข้าร่วมหรือไม่ได้ทำจนครบถ้วน แล้วจึงเปลี่ยนผลจาก “มผ” เป็น “ผ” ได้ ทั้งนี้ดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในภาคเรียนนั้นๆ ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะพิจารณาขยายเวลาออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียน สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น

การเรียนซ้ำชั้น

ผู้เรียนที่ไม่ผ่านรายวิชาจำนวนมากและมีแนวโน้มว่าจะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้นสถานศึกษา ต้องตั้งคณะกรรมการพิจารณาให้เรียนซ้ำชั้นได้ ทั้งนี้ให้คำนึงถึงวุฒิภาวะและความรู้ความสามารถของผู้เรียนเป็นสำคัญ

ผู้เรียนที่ไม่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้น สถานศึกษาควรให้เรียนซ้ำชั้น ทั้งนี้สถานศึกษาอาจใช้ดุลยพินิจให้เลื่อนชั้นได้ หากพิจารณาว่าผู้เรียนมีคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่ง ดังต่อไปนี้

๑) มีเวลาเรียนไม่ถึงร้อยละ ๘๐ อันเนื่องจากสาเหตุจำเป็นหรือเหตุสุดวิสัย แต่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้นในข้ออื่นๆ ครบถ้วน

๒) ผู้เรียนมีผลการประเมินผ่านมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดไม่ถึงเกณฑ์ตามที่สถานศึกษากำหนดในแต่ละรายวิชา แต่เห็นว่าสามารถสอนซ่อมเสริมได้ในปีการศึกษานั้น และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้นในข้ออื่นๆ ครบถ้วน

๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินรายวิชาในกลุ่มสาระภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม และภาษาอังกฤษ อยู่ในระดับผ่าน

ก่อนที่จะให้ผู้เรียนเรียนซ้ำชั้น สถานศึกษาต้องแจ้งให้ผู้ปกครองและผู้เรียนทราบเหตุผลของการเรียนซ้ำชั้น

เอกสารหลักฐานการศึกษา

เอกสารหลักฐานการศึกษา เป็นเอกสารสำคัญที่บันทึกผลการเรียน ข้อมูลและสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของผู้เรียนในด้านต่างๆ แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท ดังนี้

๑. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนด

๑.๑ **ระเบียบแสดงผลการเรียน** เป็นเอกสารแสดงผลการเรียนและรับรองผลการเรียนของผู้เรียนตามรายวิชา ผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน ผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของสถานศึกษา และผลการประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน สถานศึกษาต้องบันทึกข้อมูลและออกเอกสารนี้ให้ผู้เรียนเป็นรายบุคคล เมื่อผู้เรียนจบการศึกษาระดับประถมศึกษา

๑.๒ **แบบรายงานผู้สำเร็จการศึกษา** เป็นเอกสารอนุมัติการจบหลักสูตรโดยบันทึกรายชื่อและข้อมูลของผู้จบการศึกษาระดับประถมศึกษา

๒. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่สถานศึกษากำหนด

เป็นเอกสารที่สถานศึกษาจัดทำขึ้นเพื่อบันทึกพัฒนาการ ผลการเรียนรู้ และข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับผู้เรียน เช่น แบบรายงานประจำตัวนักเรียน แบบบันทึกผลการเรียนประจำรายวิชา ระเบียบสะสม ใบรับรองผลการเรียน และ เอกสารอื่นๆ ตามวัตถุประสงค์ของการนำเอกสารไปใช้

การเทียบโอนผลการเรียน

สถานศึกษาสามารถเทียบโอนผลการเรียนของผู้เรียนในกรณีต่างๆได้แก่ การย้ายสถานศึกษา การเปลี่ยนรูปแบบการศึกษา การย้ายหลักสูตร การออกกลางคันและขอกลับเข้ารับการศึกษาต่อ การศึกษาจากต่างประเทศและขอเข้าศึกษาต่อในประเทศ นอกจากนี้ ยังสามารถเทียบโอนความรู้ ทักษะ ประสบการณ์จากแหล่งการเรียนรู้อื่นๆ เช่น สถานประกอบการ สถาบันศาสนา สถาบันการฝึกอบรม อาชีพ การจัดการศึกษาโดยครอบครัว

การเทียบโอนผลการเรียนควรดำเนินการในช่วงก่อนเปิดภาคเรียนแรก หรือต้นภาคเรียนแรก ที่สถานศึกษารับผู้ขอเทียบโอนเป็นผู้เรียน ทั้งนี้ ผู้เรียนที่ได้รับการเทียบโอนผลการเรียนต้องศึกษาต่อเนื่องในสถานศึกษาที่รับเทียบโอนอย่างน้อย ๑ ภาคเรียน โดยสถานศึกษาที่รับผู้เรียนจากการเทียบโอนควรกำหนดรายวิชา/จำนวนหน่วยกิต ที่จะรับเทียบโอนตามความเหมาะสม

การพิจารณาการเทียบโอน สามารถดำเนินการได้ ดังนี้

๑. พิจารณาจากหลักฐานการศึกษา และเอกสารอื่นๆ ที่ให้ข้อมูลแสดงความรู้ ความสามารถของผู้เรียน

๒. พิจารณาจากความรู้ ความสามารถของผู้เรียนโดยการทดสอบด้วยวิธีการต่างๆ ทั้งภาคความรู้และภาคปฏิบัติ

๓. พิจารณาจากความสามารถและการปฏิบัติในสภาพจริง

การเทียบโอนผลการเรียนให้เป็นไปตาม ประกาศ หรือ แนวปฏิบัติ ของกระทรวงศึกษาธิการ

เกณฑ์การจบการศึกษา

หลักสูตรโรงเรียนบ้านห้วยบงพุทธศักราช ๒๕๖๖ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดเกณฑ์สำหรับการจบการศึกษา ดังนี้

เกณฑ์การจบระดับประถมศึกษา

(๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐาน จำนวน ๕,๐๔๐ ชั่วโมงและรายวิชาเพิ่มเติม/กิจกรรมเพิ่มเติม จำนวน ๓๖๐ ชั่วโมง

(๒) ผู้เรียนต้องมีผลการประเมินรายวิชาพื้นฐานระดับ ๑ ขึ้นไปทุกรายวิชา

(๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับ “ผ่าน” ขึ้นไป

(๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับ ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับ “ผ่าน” ขึ้นไป

(๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมิน “ผ่าน” ทุกกิจกรรม

เกณฑ์การจบระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

(๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐาน จำนวน ๖๖ ชั่วโมงและรายวิชาเพิ่มเติมไม่น้อยกว่า จำนวน ๑๑ หน่วยกิต

(๒) ผู้เรียนต้องมีผลการประเมินรายวิชาพื้นฐานระดับ ๑ ขึ้นไปทุกรายวิชา

(๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับ

“ผ่าน”

ขึ้นไป

(๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับ ผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับ “ผ่าน” ขึ้นไป

(๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมิน “ผ่าน” ทุกกิจกรรม

การบริหารจัดการหลักสูตร

ในระบบการศึกษาที่มีการกระจายอำนาจให้ท้องถิ่นและสถานศึกษามีบทบาทในการพัฒนาหลักสูตรนั้น หน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในแต่ละระดับ ตั้งแต่ระดับชาติ ระดับท้องถิ่น จนถึงระดับสถานศึกษา มีบทบาทหน้าที่ และความรับผิดชอบในการพัฒนา สนับสนุน ส่งเสริม การใช้และพัฒนาหลักสูตรให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้การดำเนินการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาและการจัดการเรียนการสอนของสถานศึกษามีประสิทธิภาพสูงสุด อันจะส่งผลให้การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนบรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้ที่กำหนดไว้ในระดับชาติคุณภาพของของผู้เรียนที่สำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์

ระดับท้องถิ่น ได้แก่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา หน่วยงานต้นสังกัดอื่น ๆ เป็นหน่วยงานที่มีบทบาทในการขับเคลื่อนคุณภาพการจัดการศึกษา เป็นตัวกลางที่จะเชื่อมโยงหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานที่กำหนดในระดับชาติให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของท้องถิ่น เพื่อนำไปสู่การจัดทำหลักสูตรของสถานศึกษา ส่งเสริมการใช้และพัฒนาหลักสูตรในระดับสถานศึกษา ให้ประสบความสำเร็จ โดยมีการปฏิบัติงาน คือ กำหนดเป้าหมายและจุดเน้นการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ในระดับท้องถิ่นโดยพิจารณาให้สอดคล้องกับสิ่งที่มีความต้องการในระดับชาติ พัฒนาสาระ การเรียนรู้ท้องถิ่น ประเมินคุณภาพการศึกษาในระดับท้องถิ่น รวมทั้งเพิ่มพูนคุณภาพการใช้หลักสูตรด้วยการวิจัยและพัฒนา การพัฒนาบุคลากร สนับสนุน ส่งเสริม ติดตามผล ประเมินผล วิเคราะห์ และรายงานผลคุณภาพของผู้เรียน

สถานศึกษามีหน้าที่สำคัญในการพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษา การวางแผนและดำเนินการใช้หลักสูตร การเพิ่มพูนคุณภาพการใช้หลักสูตรด้วยการวิจัยและพัฒนา การปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตร จัดทำระเบียบการวัดและประเมินผล ในการพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษาต้องพิจารณาให้สอดคล้อง กับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน และรายละเอียดที่เขตพื้นที่การศึกษา หรือหน่วยงาน สังกัดอื่นๆ ในระดับท้องถิ่นได้จัดทำเพิ่มเติม รวมทั้ง สถานศึกษาสามารถเพิ่มเติมในส่วนที่เกี่ยวกับสภาพปัญหาในชุมชนและสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และความต้องการของผู้เรียน โดยทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษา

สื่อการเรียนการสอน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ได้จัดทำสื่อและจัดให้มีแหล่งเรียนรู้ตามหลักการและนโยบายของการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้

สื่อการเรียนรู้เป็นเครื่องมือส่งเสริมสนับสนุนการจัดการกระบวนการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเข้าถึงความรู้ทักษะกระบวนการและคุณลักษณะตามมาตรฐานของหลักสูตรได้อย่างมีประสิทธิภาพสื่อการเรียนรู้มีหลากหลายประเภททั้งสื่อธรรมชาติสื่อสิ่งพิมพ์สื่อเทคโนโลยีและเครือข่ายการเรียนรู้ต่างๆ ที่มีในท้องถิ่นการเลือกใช้สื่อควรเลือกให้มีความเหมาะสมกับระดับพัฒนาการ และสื่อการเรียนรู้ที่หลากหลายของผู้เรียน

การจัดหาสื่อการเรียนรู้ผู้เรียนและผู้สอนสามารถจัดทำและพัฒนาขึ้นเอง หรือปรับปรุงเลือกใช้อย่างมีคุณภาพ จากสื่อต่างๆ ที่มีอยู่รอบตัวเพื่อน มาใช้ประกอบในการจัดการเรียนรู้ที่สามารถส่งเสริมและสื่อสารให้ผู้เรียนเกิด การเรียนรู้โดยสถานศึกษาควรจัดให้มีอย่างพอเพียง เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียน เกิดการเรียนรู้อย่างแท้จริง สถานศึกษา เขตพื้นที่การศึกษา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและผู้มีหน้าที่จัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน ควรดำเนินการ ดังนี้

๑. จัดให้มีแหล่งการเรียนรู้ศูนย์สื่อการเรียนรู้ระบบสารสนเทศการเรียนรู้และเครือข่ายการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพทั้งในสถานศึกษาและในชุมชน เพื่อการศึกษาค้นคว้าและการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์การเรียนรู้ระหว่างสถานศึกษา ท้องถิ่น ชุมชน สังคมโลก
๒. จัดทำและจัดหาสื่อการเรียนรู้สำหรับการศึกษาค้นคว้าของผู้เรียน เสริมความรู้ให้ผู้สอน รวมทั้ง จัดหาสิ่งที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้เป็นสื่อการเรียนรู้
๓. เลือกและใช้สื่อการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ มีความเหมาะสม มีความหลากหลาย สอดคล้องกับวิธีการเรียนรู้ธรรมชาติของสาระการเรียนรู้และความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน
๔. ประเมินคุณภาพของสื่อการเรียนรู้ที่เลือกใช้อย่างเป็นระบบ
๕. ศึกษาค้นคว้า วิจัย

เพื่อพัฒนาสื่อการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน

๖. จัดให้มีการ ก กับ ติดตาม

ประเมินคุณภาพและประสิทธิภาพเกี่ยวกับสื่อและการใช้สื่อการเรียนรู้เป็นระยะๆ และสม่ำเสมอในการจัดทำ การเลือกใช้และการประเมินคุณภาพสื่อการเรียนรู้ที่ใช้ในสถานศึกษาควรคำนึงถึงหลักการสำคัญของสื่อการเรียนรู้เช่น ความสอดคล้องกับหลักสูตร วัตถุประสงค์การเรียนรู้การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้การจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียน เนื้อหา มีความถูกต้องและทันสมัย ไม่กระทบความมั่นคง ของชาติไม่ขัดต่อศีลธรรม มีการใช้ภาษาที่ถูกต้อง รูปแบบการนำเสนอที่เข้าใจง่าย และน่าสนใจ

อภิธานศัพท์

กลไกของร่างกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหว (Body Mechanism)

กระบวนการตามธรรมชาติในการเคลื่อนไหวส่วนต่างของร่างกายตามลักษณะโครงสร้างหน้าที่และการทำงานร่วมกันของข้อต่อกล้ามเนื้อกระดูกและระบบประสาทที่เกี่ยวข้องภายใต้ข้อบ่งชี้เงื่อนไขหลักการและปัจจัยด้านชีวกลศาสตร์ที่มีผลต่อการเคลื่อนไหว เช่น ความมั่นคง (Stability) ระบบคาน (Leverage) การเคลื่อน (Motion) และแรง (Force)

การเคลื่อนไหวเฉพาะอย่าง (Specialized Movement)

การผสมผสานกันระหว่างทักษะย่อยของทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานต่าง ๆ การออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาต่าง ๆ ซึ่งมีความจำเป็นสำหรับกิจกรรมทางกายเช่นการขว้างลูกซอฟต์บอล ต้องอาศัยการผสมผสานของทักษะการสไลด์(การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่)การขว้าง(การเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์)(การเคลื่อนไหวแบบไม่เคลื่อนที่)ทักษะที่ทำบางอย่างยังมีความซับซ้อนและต้องใช้อุปกรณ์ผสมผสานของทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลาย ๆ ทักษะรวมกัน

การเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวัน (Daily Movement)

รูปแบบหรือทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ที่บุคคลทั่วไปใช้ในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการประกอบกิจวัตรประจำวัน การทำงาน การเดินทางหรือกิจกรรมอื่น ๆ เช่น การยืน ก้ม นั่ง เดิน วิ่ง โยนรถเมล์ ยกของหนัก ปีนป่าย กระโดดลงจากที่สูง ฯลฯ

การเคลื่อนไหวพื้นฐาน (Fundamental Movements)

ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นทักษะที่มีการพัฒนาในช่วงวัยเด็ก และจะเป็นพื้นฐานสำหรับการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ เมื่อเจริญวัยสูงขึ้น ตลอดจนเป็นพื้นฐานของการมีความสามารถในการเคลื่อนไหว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย และการประกอบกิจกรรมนันทนาการ การเคลื่อนไหวพื้นฐาน สามารถแบ่งออกได้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (Locomotor Movement) หมายถึง ทักษะการเคลื่อนไหว ที่ใช้ในการเคลื่อนร่างกายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด สลับเท้า การกระโจน การสไลด์ และการวิ่งควมบ้า ฯลฯ หรือการเคลื่อนที่ในแนวดิ่ง เช่นการกระโดดทักษะการเคลื่อนไหวเหล่านี้เป็นพื้นฐานของการทำงานประสานสัมพันธ์ทางกลไกแบบไม่ซับซ้อน และเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่

๒. การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ (Nonlocomotor Movement) หมายถึง ทักษะการเคลื่อนไหวที่ปฏิบัติโดยร่างกายไม่มีการเคลื่อนที่ของร่างกาย ตัวอย่างเช่น การก้ม การเหยียด การพลิกและดัน การบิดตัว การโยกตัว การไกวตัว และการทรงตัว เป็นต้น

๓. การเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์ (Manipulative Movement)เป็นทักษะการเคลื่อนไหวที่มีการบังคับหรือควบคุมวัตถุซึ่งส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับการใช้มือ และเท้า แต่ส่วนอื่น ๆ ของร่างกายก็สามารถใช้ได้ เช่น การขว้าง การตี การเตะ การรับ เป็นต้น

การจัดการกับอารมณ์และความเครียด (Emotion and Stress Management)

วิธีควบคุมอารมณ์ความเครียดและความคับข้องใจ ที่ไม่เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น แล้วลงมือปฏิบัติอย่างเหมาะสม เช่น ทำสมาธิ เล่นกีฬา การร่วมกิจกรรม นันทนาการการคลายกล้ามเนื้อ (muscle relaxation)

การช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation = CPR)

การช่วยชีวิตเบื้องต้นก่อนส่งต่อให้แพทย์ในกรณีผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นโดยการนวดหัวใจและผายปอดไปพร้อม ๆ กัน

การดูแลเบื้องต้น (First Care)

การให้การดูแลสุขภาพผู้ป่วยในระยะพักฟื้นและ / หรือการปฐมพยาบาล

การพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development)

การพัฒนาที่เป็นองค์รวมของความเป็นมนุษย์ตามแนวทางของพระธรรมปิฎก (ประยุทธิ์ ปยุตโต) เป็นการการพัฒนาที่เป็นบูรณาการ คือ ทำให้เกิดเป็นองค์รวมหมายความว่า องค์ประกอบทั้งหลายที่เกี่ยวข้อง จะต้องประสานกันครบทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ และมีคุณภาพสอดคล้องกับกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

การละเล่นพื้นเมือง (Folk Plays)

กิจกรรมเล่นดั้งเดิมของคนในชุมชนแต่ละท้องถิ่น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตหรือวิถีชีวิต เพื่อเป็นการผ่อนคลายอารมณ์ ความเครียด และสร้างเสริมให้มีกำลังกายแข็งแรง สติปัญญาดีจิตใจเบิกบานสนุกสนาน อันก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันและเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม เช่น กิจกรรมการเล่นของชุมชนท้องถิ่น วิ่งเปี้ยว ชักเย่อ ชี้นำส่งเมือง ตีจับ มอญซ่อนผ้า รีๆข้าวสาร วิ่งกระสอบ สะบ้า กระบี่กระบอง มวยไทย ตะกร้อวง ตะกร้อลอดบ่วง

กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic Activities)

การแสดงออกของร่างกาย โดยการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เข้ากับอัตราความช้า – เร็วของตัวโน้ต

กิจกรรมนันทนาการ (Recreation Activities)

กิจกรรมที่บุคคลได้เลือกทำหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจในเวลาว่าง และผลที่ได้รับเป็นความพึงพอใจ ไม่เป็นภัยต่อสังคม

กิจกรรมรับน้ำหนักตนเอง (Weight Bearing Activities)

กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีการเคลื่อนไหวบนพื้น เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดดเชือก ยิมนาสติก การเต้นรำหรือการเต้นแอโรบิก โดยกล้ามเนื้อส่วนที่รับน้ำหนักต้องออกแรงกระทำกับน้ำหนักของตนเองในขณะปฏิบัติกิจกรรม

กีฬาไทย (Thai Sports)

กีฬาที่มีพื้นฐานเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของท้องถิ่นและสังคมไทย เช่น กระบี่กระบอง มวยไทย ตะกร้อ

กีฬาสากล (International Sports)

กีฬาที่เป็นที่ยอมรับจากมวลสมาชิกขององค์กรกีฬาระดับนานาชาติให้เป็นชนิดกีฬาที่บรรจุอยู่ในเกมการแข่งขัน เช่น ฟุตบอล วอลเลย์บอล เทนนิส แบดมินตัน

เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness Reference)

ค่ามาตรฐานที่ได้กำหนดขึ้น (จากการศึกษาวิจัยและกระบวนการสถิติ) เพื่อเป็นดัชนีสำหรับประเมินเปรียบเทียบกับบุคคลที่ได้รับคะแนน หรือค่าตัวเลข (เวลา จำนวน ครั้ง น้ำหนัก ฯลฯ) จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการทดสอบนั้น มีสมรรถภาพทางกายตามองค์ประกอบดังกล่าวอยู่ในระดับคุณภาพใด โดยทั่วไปแล้วนิยมจัดทำเกณฑ์ใน ๒ ลักษณะ คือ

๑. เกณฑ์ปกติ (Norm Reference) เป็นเกณฑ์ที่ทำจากการศึกษากลุ่มประชากรที่จำแนกตามกลุ่มเพศและวัย เป็นหลัก ส่วนใหญ่แล้วจะจัดทำในลักษณะของเปอร์เซ็นต์ไทล์

๒. เกณฑ์มาตรฐาน (Criterion Reference)

เป็นระดับคะแนนหรือค่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ล่วงหน้าสำหรับแต่ละรายการทดสอบเพื่อเป็นเกณฑ์การตัดสินว่าบุคคลที่รับการทดสอบมีสมรรถภาพหรือความสามารถผ่านตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้หรือไม่ มิได้เป็นการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ๆ

ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว (Movement Concepts)

ความสัมพันธ์ระหว่างขนาดจังหวะเวลาพื้นที่และทิศทางในการเคลื่อนไหวร่างกายความเข้าใจถึงความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงและความพอเหมาะพอดีระหว่างขนาดของแรงที่ใช้ในการเคลื่อนไหวร่างกายหรือวัตถุด้วยห้วงเวลาจังหวะและทิศทางที่เหมาะสมภายใต้ข้อจำกัดของพื้นที่ที่มีอยู่และสามารถแปรความเข้าใจดังกล่าวทั้งหมดไปสู่การปฏิบัติการเคลื่อนไหวในการเล่นหรือแข่งขันกีฬา

ความเสี่ยงต่อสุขภาพ (Health Risk)

การประพฤติปฏิบัติที่อาจนำไปสู่การเกิดอันตรายต่อชีวิตและสุขภาพของตนเองและผู้อื่น เช่น การขับรถเร็ว การกินอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ความสับสนทางเพศ การมีน้ำหนักตัวเกิน การขาดการออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การใช้ยาและสารเสพติด

ค่านิยมทางสังคม (Health Value)

คุณสมบัติของสิ่งใดก็ตาม ซึ่งทำให้สิ่งนั้นเป็นประโยชน์น่าสนใจ สิ่งที่คุณคล้อยตามในการตัดสินใจและกำหนดการกระทำของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ

คุณภาพชีวิต (Quality of Life)

ความรู้หรือเข้าใจของปัจเจกบุคคลที่มีต่อสถานภาพชีวิตของตนเองภายใต้บริบทของระบบวัฒนธรรมและค่านิยมที่เขาใช้ชีวิตอยู่ และมีความเชื่อมโยงกับจุดมุ่งหมาย ความคาดหวัง มาตรฐาน รวมทั้งความกังวลสนใจที่เขาเผชิญต่อสิ่งต่าง ๆ คุณภาพชีวิตเป็นมโนคติที่มีขอบเขตกว้างขวาง ครอบคลุมเรื่องต่าง ๆ ที่สลับซับซ้อน ได้แก่ สุขภาพทางกาย สภาวะทางจิต ระดับความเป็นตัวของตัวเอง ความสัมพันธ์ต่าง ๆ ทางสังคม ความเชื่อส่วนบุคคล และสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

จิตวิญญาณในการแข่งขัน (Competitive Spiritual)

ความมุ่งมั่น การทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ ความรู้ ความสามารถในการแข่งขัน และร่วมมืออย่างสันติเต็มความสามารถ เพื่อให้ได้มาซึ่งผลที่ตนเองต้องการ

ทักษะชีวิต (Life Skills)

เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) และเป็นความสามารถทางสติปัญญา ที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึกและกระทำซ้ำ ๆ ให้เกิดความคล่องแคล่ว เคยชิน จนเป็นลักษณะนิสัย ประกอบด้วยทักษะต่าง ๆ ดังนี้ คือ การรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและเห็นคุณค่าของตนเอง การรู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณและคิดสร้างสรรค์ การรู้จักคิดตัดสินใจและแก้ปัญหา การรู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลความรู้ การสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การปรับตัวท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง การตั้งเป้าหมาย การวางแผนและดำเนินการตามแผน ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบต่อสังคมและซาบซึ้งในสิ่งที่ดีงามรอบตัว

ธงโภชนาการ (Nutrition Flag)

เป็นเครื่องมือที่ช่วยอธิบายและทำความเข้าใจโภชนบัญญัติ ๙ ประการ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ โดยกำหนดเป็นภาพ “ธงปลายแหลม” แสดงกลุ่มอาหารและสัดส่วนการกินอาหารในแต่ละกลุ่ม มากน้อยตามพื้นที่ สังเกตได้ชัดเจนว่า ฐานใหญ่ด้านบนเน้นให้กินมากและปลายธงข้างล่างบอกให้ กิน น้อย ๆ เท่าที่จำเป็นโดยมีฐานมาจากข้อปฏิบัติการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย หรือ โภชนบัญญัติ ๙ ประการ คือ

๑. กินอาหารครบ ๕ หมู่ แต่ละหมู่ให้หลากหลายและหมั่นดูแลน้ำหนักตัว
๒. กินข้าวเป็นอาหารหลักสลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ
๓. กินพืชผักให้มากและกินผลไม้เป็นประจำ
๔. กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ
๕. ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย
๖. กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร
๗. หลีกเลี่ยงการกินอาหารรสหวานจัด และเค็มจัด
๘. กินอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน
๙. งดหรือลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

น้ำใจนักกีฬา (Spirit)

เป็นคุณธรรมประจำใจของการเล่นร่วมกันอยู่ร่วมกันและมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุขและมีประสิทธิภาพ พฤติกรรมที่แสดงถึงความมีน้ำใจนักกีฬา เช่น การมีวินัย เคารพกฎกติกา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย

บริการสุขภาพ (Health Service)

บริการทางการแพทย์และสาธารณสุขทั้งของรัฐและเอกชน

ประชาสังคม (Civil Society)

เครือข่าย กลุ่ม ชมรม สมาคม มูลนิธิ สถาบัน องค์กร หรือชุมชนที่มีกิจกรรม การเคลื่อนไหวทางสังคม เพื่อประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม

ผลิตภัณฑ์สุขภาพ (Health Products)

ยา เครื่องสำอาง อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุงรสอาหาร อาหารเสริม วิตามิน

พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ (Sex Abuse)

การประพฤติปฏิบัติใด ๆ ที่ไม่เป็นไปตามธรรมชาติทางเพศตนเอง เช่น มีจิตใจรักชอบในเพศเดียวกัน การแต่งตัวหรือแสดงกิริยาเป็นเพศตรงข้าม

พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behaviour)

การปฏิบัติหรือกิจกรรมใด ๆ ในด้านการป้องกัน การสร้างเสริม การรักษาและการฟื้นฟูสุขภาพ อันมีผลต่อสภาวะทางสุขภาพของบุคคล

พฤติกรรมเสี่ยง (Risk Behaviour)

รูปแบบจำเพาะของพฤติกรรม ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่า มีความสัมพันธ์กับการเพิ่มโอกาสที่จะป่วยจากโรคบางชนิดหรือการเสื่อมสุขภาพมากขึ้น

พลังปัญญา (Empowerment)

กระบวนการสร้างเสริมศักยภาพแก่บุคคลและชุมชนให้เป็นผู้สนใจใฝ่รู้ และมีอำนาจ ในการคิด การตัดสินใจ การแก้ปัญหาด้วยตนเองได้เป็นส่วนใหญ่ นอกจากนี้บุคคลและชุมชนยังสามารถควบคุมสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพ

ภาวะทุพโภชนาการ (Malnutrition)

การขาดสารอาหารที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็ก ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพ

ภาวะผู้นำ (Leadership)

การมีคุณลักษณะในการเป็นหัวหน้าสามารถชักชวนและชี้นำสมาชิกในกลุ่มร่วมมือกันปฏิบัติงานให้สำเร็จลงไปด้วยดี

ภูมิปัญญาไทย (Thai Wisdom)

สติปัญญาองค์ความรู้และค่านิยมที่นำมาใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ ความรู้แขนงต่าง ๆ ของบรรพชนไทยนับแต่อดีต สอดคล้องกับวิถีชีวิตปัญญาไทยจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม

ลักษณะของภูมิปัญญาไทย มีองค์ประกอบต่อไปนี้

๑. คติ ความเชื่อ ความคิด

หลักการที่เป็นพื้นฐานขององค์ความรู้ที่เกิดจากสั่งสมถ่ายทอดกันมา

๒. ศิลปะ วัฒนธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณี

๓. การประกอบอาชีพในแต่ละท้องถิ่นที่ได้รับการพัฒนาให้เหมาะสมกับสมัย

๔. แนวคิด หลักปฏิบัติ และเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่นำมาใช้ในชุมชน

ซึ่งเป็นอิทธิพลของความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ตัวอย่างภูมิปัญญาไทยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เช่น การแพทย์แผนไทย สมุนไพร อาหารไทย ยาไทย ฯลฯ

แรงขับทางเพศ (Sex Drive)

แรงขับที่เกิดจากสัญชาตญาณทางเพศ

ล่วงละเมิดทางเพศ (Sexual Abuse)

การใช้คำพูด การจับ จูบ ลูบ คลำ และ / หรือร่วมเพศ โดยไม่ได้รับการยินยอมจากฝ่ายตรงข้าม โดยเฉพาะกับผู้เยาว์

สติ (Conscious)

ความรู้สึกตัวอยู่เสมอในการรับรู้สิ่งต่าง ๆ การให้หลักการและเหตุผลในการป้องกันยับยั้งชั่งใจ และควบคุมตนเองเพื่อไม่ให้คิดผิดทาง ไม่หลงลืม ไม่เครียด ไม่ผิดพลาด ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกต้องดีงาม

สมรรถภาพกลไก (Motor Fitness) หรือสมรรถภาพเชิงทักษะปฏิบัติ (Skill - Related Physical Fitness)

ความสามารถของร่างกายที่ช่วยให้บุคคลสามารถประกอบกิจกรรมทางกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเล่นกีฬาได้ดี มีองค์ประกอบ ๖ ด้าน ดังนี้

๑. ความคล่อง (Agility) หมายถึง

ความสามารถในการเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนที่ได้อย่างรวดเร็วและสามารถควบคุมได้

๒. การทรงตัว (Balance) หมายถึง

ความสามารถในการรักษาคูลของร่างกายเอาไว้ได้ทั้งในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนที่

๓. การประสานสัมพันธ์ (Co - ordination) หมายถึง

ความสามารถในการเคลื่อนไหวได้อย่างราบรื่น กลมกลื่น และมีประสิทธิภาพ

ซึ่งเป็นการทำงานประสานสอดคล้องกันระหว่างตา-มือ-เท้า

๔. พลังกล้ามเนื้อ (Power) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อส่วนหนึ่งส่วนใดหรือหลาย

ๆ ส่วนของร่างกายในการหดตัวเพื่อทำงานด้วยความเร็วสูง

แรงหรืองานที่ได้เป็นผลรวมของความแข็งแรงและความเร็วที่ใช้ในช่วงระยะเวลานั้น ๆ เช่น

การยืนอยู่กับที่ กระโดด การทุ่มน้ำหนัก เป็นต้น

๕. เวลาปฏิกิริยาตอบสนอง (Reaction time) หมายถึง

ระยะเวลาที่ร่างกายใช้ในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ เช่น แสง เสียง สัมผัส

๖. ความเร็ว (Speed) หมายถึง

ความสามารถในการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกหนึ่งได้อย่างรวดเร็ว

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness)

ความสามารถของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล บุคคลที่มีสมรรถภาพทางกายดีนั้นจะสามารถประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างกระฉับกระเฉง โดยไม่เหนื่อยล้าจนเกินไปและยังมีพลังงานสำรองมากพอ

สำหรับกิจกรรมนันทนาการหรือการออกกำลังกาย

ในปัจจุบันนักวิชาชีพด้านสุขศึกษาและพลศึกษาได้เห็นพ้องต้องกันว่า

สมรรถภาพทางกายสามารถจัดกลุ่มได้เป็นสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (Health - Related Physical Fitness) และหรือสมรรถภาพกลไก (Motor Fitness) สมรรถภาพเชิงทักษะปฏิบัติ (Skill - Related Physical Fitness)

สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (Health – Related Physical Fitness)

ความสามารถของระบบต่าง ๆ ในร่างกายประกอบด้วย ความสามารถเชิงสรีรวิทยาด้านต่าง ๆ ที่ช่วยป้องกันบุคคลจากโรคที่มีสาเหตุจากภาวะการขาดการออกกำลังกาย นับเป็นปัจจุบันหรือตัวบ่งชี้สำคัญของการมีสุขภาพดี ความสามารถหรือสมรรถนะเหล่านี้สามารถปรับปรุงพัฒนาและคงสภาพได้ โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพมีองค์ประกอบดังนี้

๑. องค์ประกอบของร่างกาย (Body Composition)

ตามปกติแล้วในร่างกายมนุษย์ประกอบด้วย กล้ามเนื้อ กระดูก ไขมัน และส่วนอื่น ๆ แต่ในส่วนของสมรรถภาพทางกายนั้น หมายถึง สัดส่วนปริมาณไขมันในร่างกายกับมวลร่างกายที่ปราศจากไขมัน โดยการวัดออกมาเป็นเปอร์เซ็นต์ไขมัน (% fat) ด้วยเครื่อง

๒. ความทนทานของระบบไหลเวียนโลหิต (Cardiorespiratory Endurance) หมายถึง สมรรถนะเชิงปฏิบัติของระบบไหลเวียนโลหิต (หัวใจ หลอดเลือด) และระบบหายใจในการลำเลียงออกซิเจนไปยังเซลล์กล้ามเนื้อ ทำให้ง่ายสามารถยืนหยัดที่จะทำงานหรือออกกำลังกายที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่เป็นระยะเวลายาวนานได้

๓. ความอ่อนตัวหรือความยืดหยุ่น (Flexibility) หมายถึง พิสัยของการเคลื่อนไหวสูงสุดเท่าที่จะทำได้ของข้อต่อหรือกลุ่มข้อต่อ

๔. ความทนทานหรือความอดทนของกล้ามเนื้อ (Muscular Endurance) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อมัดใดมัดหนึ่งหรือกลุ่มกล้ามเนื้อ ในการหดตัวซ้ำ ๆ เพื่อต้านแรงหรือความสามารถในการคงสภาพการหดตัวครั้งเดียวได้เป็นระยะเวลายาวนาน

๕. ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscular Strength) หมายถึง ปริมาณสูงสุดของแรง ที่กล้ามเนื้อมัดใดมัดหนึ่งหรือกลุ่มกล้ามเนื้อสามารถออกแรงต้านทานได้ ในช่วงการหดตัว ๑ ครั้ง

สุขบัญญัติแห่งชาติ (National Health Disciplines)

ข้อกำหนดที่เด็กและเยาวชน ตลอดจนประชาชนทั่วไปพึงปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นสุขนิสัย เพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งกำหนดไว้ ๑๐ ประการ ดังนี้

๑. ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด
๒. รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
๓. ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่าย
๔. กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด
๕. งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
๖. สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
๗. ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท
๘. ออกกำลังกายสม่ำเสมอและตรวจสุขภาพประจำปี
๙. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
๑๐. มีสำนึกต่อส่วนรวม ร่วมสร้างสรรค์สังคม

สุขภาพ (Health)

สุขภาพะ (Well – Being หรือ Wellness)

ที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุลทั้งมิติทางจิตวิญญาณ (มโนธรรม) ทางสังคม ทางกาย และทางจิต ซึ่งมีได้หมายถึงเฉพาะความไม่พิการและความไม่มีโรคเท่านั้น

สุนทรียภาพของการเคลื่อนไหว (Movement Aesthetic)

ศิลปะและความงดงามของท่วงท่าในการเคลื่อนไหวร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ

ซึ่งเป็นผลมาจากความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวและการฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ สามารถแสดงออกมาเป็นความกลมกลืนและต่อเนื่อง

แอโรบิก (Aerobic)

กระบวนการสร้างพลังงานแบบต้องใช้อากาศ ซึ่งในที่นี้ หมายถึง ออกซิเจน (Aerobic - energy delivery) ในการสร้างพลังงานของกล้ามเนื้อ เพื่อทำงานหรือเคลื่อนไหว นั้น กล้ามเนื้อจะมีวิธีการ ๓ แบบที่จะได้พลังงานมา

แบบที่ ๑ เป็นการใช้พลังงานที่มีสำรองอยู่ในกล้ามเนื้อซึ่งจะใช้ได้ในเวลาไม่เกิน ๓ วินาที

แบบที่ ๒ การสังเคราะห์พลังงานโดยไม่ใช้ออกซิเจน (Anaerobic energy delivery)

ซึ่งใช้ได้ไม่เกิน ๑๐ วินาที

แบบที่ ๓ การสังเคราะห์สารพลังงาน โดยใช้ออกซิเจน ซึ่งจะใช้พลังงานได้ระยะเวลานาน



คำสั่งโรงเรียนบ้านห้วยบง

ที่ ๒๙/๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน

เพื่อให้การบริหารหลักสูตรและงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานโรงเรียนบ้านห้วยบง เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ หมวด ๔ มาตรา ๒๗ ที่กำหนดให้สถานศึกษาขั้นพื้นฐานมีหน้าที่จัดทำสาระของหลักสูตรเพื่อความเป็นไทย ความเป็นพลเมืองที่ดีของชาติ การดำรงชีวิต และการประกอบอาชีพ ตลอดจนเพื่อการศึกษาต่อ ในส่วนที่เกี่ยวกับสภาพของปัญหาในชุมชน และสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณลักษณะอันพึงประสงค์เพื่อเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศชาติ และสอดคล้องกับระเบียบกระทรวงศึกษาธิการ ว่าด้วยคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๔๔

อาศัยอำนาจตามมาตรา ๓๗ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ.๒๕๔๖ และที่แก้ไขเพิ่มเติม จึงแต่งตั้งคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนบ้านห้วยบง ปีการศึกษา ๒๕๖๖ ดังนี้

๑. นายนพดล จันทร์เทพ	ผู้อำนวยการโรงเรียน	ประธานกรรมการ
๒. นางสาวจรรยา ก้าวงษ์	หัวหน้าระดับปฐมวัย	กรรมการ
๓. นางพรนภา พรสุวรรณ	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย	กรรมการ
๔. นางสาวอรุณศรี อ้ายมาศน้อย	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์	กรรมการ
๕. นางสาวปาริฉัตร พลน้อย	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์	กรรมการ
๖. นายสุกิจ ราชอุปนันท์	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมฯ	กรรมการ
๗. นายบุญนำ ตุ่นเพื่อย	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	กรรมการ
๘. นางสาวประกายวรรณ ไสยวรรณ	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	กรรมการ
๙. นายบุญนำ ตุ่นเพื่อย	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ	กรรมการ
๑๐. นางสาวขวัญใจ ใจอินตา	หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ	กรรมการ
๑๑. นางพรนภา พรสุวรรณ	หัวหน้ากิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	กรรมการ
๑๒. นางสาวขวัญใจ ใจอินตา	หัวหน้าฝ่ายบริหารวิชาการ	กรรมการและ
เลขานุการ		
๑๓. นายสุเมธ วุฒิชัยปัญญา	ผู้ช่วยฝ่ายบริหารวิชาการ	กรรมการ
ผู้ช่วยเลขานุการ		

คณะกรรมการดำเนินการ มีหน้าที่และดำเนินการจัดการตามขั้นตอนที่กำหนด ดังนี้

๑. วางแผนการดำเนินงานวิชาการ กำหนดสาระรายละเอียดของหลักสูตรระดับสถานศึกษาและ

แนวทางการจัดสัดส่วนสาระการเรียนรู้ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนของสถานศึกษา ให้สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และสภาพเศรษฐกิจ สังคม ศิลปะวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น

๒. จัดทำคู่มือการบริหารหลักสูตร และงานวิชาการของสถานศึกษา นิเทศ กำกับ ติดตาม ให้คำปรึกษา เกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร การจัดกระบวนการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลและการแนะแนวให้สอดคล้องและเป็นไปตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน

๓. ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร การจัดกระบวนการเรียนรู้ การวัดและประเมินผลและการแนะแนวให้เป็นไปตามจุดหมายและแนวทางการดำเนินการของหลักสูตร

๔. ประสานความร่วมมือจากบุคคล หน่วยงาน องค์กรต่างๆ และชุมชน เพื่อให้การใช้หลักสูตรเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพ

๕. ประชาสัมพันธ์หลักสูตรและการใช้หลักสูตรแก่นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชนและผู้เกี่ยวข้องและนำข้อมูลป้อนกลับจากฝ่ายต่างๆ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรของสถานศึกษา

๖. ส่งเสริมสนับสนุนการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร และกระบวนการเรียนรู้

๗. ติดตามผลการเรียนของนักเรียนเป็นรายบุคคล ระดับชั้น และช่วงชั้น ระดับวิชา กลุ่มวิชา ในแต่ละปีการศึกษา เพื่อปรับปรุงแก้ไข และพัฒนาการดำเนินงานด้านต่างๆ ของสถานศึกษา

๘. ตรวจสอบทบทวน ประเมินมาตรฐานการปฏิบัติงานของครูและการบริหารหลักสูตรระดับสถานศึกษาในรอบปีที่ผ่านมาแล้วใช้ผลการประเมิน เพื่อวางแผนพัฒนาการปฏิบัติงานของครูและการบริหารหลักสูตรปีการศึกษาต่อไป

๙. รายงานผลการปฏิบัติงานและผลการบริหารหลักสูตรของสถานศึกษา โดยเน้นผลการพัฒนาคุณภาพนักเรียนต่อคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน คณะกรรมการบริหารหลักสูตรระดับเหนือสถานศึกษา สาธารณชน และผู้เกี่ยวข้อง

๑๐. ให้ดำเนินการประชุมคณะกรรมการอย่างน้อยภาคเรียนละ ๒ ครั้ง

ทั้งนี้ให้ผู้ได้รับการแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพ และบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ตั้งแต่วันที่นี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๕ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

(ลงชื่อ)



(นายพนพล จันท์เทพ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยบง



คณะผู้จัดทำหลักสูตรสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนบ้านห้วยบง พุทธศักราช ๒๕๖๖
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

คณะที่ปรึกษา

- | | |
|-------------------------|------------------------------------|
| ๑. นายนพตล จันทรเทพ | ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยบง |
| ๒. นายสุกิจ ราชอุปนันท์ | ครูชำนาญการพิเศษโรงเรียนบ้านห้วยบง |
| ๓. นางสาวขวัญใจ ใจอินตา | หัวหน้างานบริหารวิชาการ |

คณะผู้รับผิดชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

- | | |
|------------------------|-------------------------------|
| ๑. นายบุญนำ ตุ่นเพื่อย | ครูชำนาญการโรงเรียนบ้านห้วยบง |
|------------------------|-------------------------------|



โรงเรียนบ้านห้วยบง

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต ๒

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ