



หลักสูตรสถานศึกษา

EDUCATIONAL INSTITUTION CURRICULUM

(ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช 2567)

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กลุ่มสาระการเรียนรู้

สุขศึกษาและ
พลศึกษา

2024



โรงเรียนวัดท่าไทร(ดัดตานุเคราะห์)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



ประกาศโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

เรื่อง ให้ใช้หลักสูตรโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) (ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗)
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

.....
วันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และ เกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ได้จำแนกเป็น ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด ตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้ จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และผู้เรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑

ดังนั้น เพื่อให้การจัดการศึกษาของสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสอดคล้องกับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคมและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ และเพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัด และประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเอง ที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก โรงเรียนจึงได้ดำเนินการปรับปรุงเอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา (กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา) ให้สอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

ทั้งนี้ เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา(ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๗) ได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เมื่อคราวประชุมครั้งที่ ๓/๒๕๖๗ เมื่อวันที่ ๑๐ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๗ จึงประกาศให้ใช้หลักสูตรสถานศึกษาตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๑๑ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๗

(นายชัยยุทธ โกละกะ)

(นางวณิชชา เตียววณิชย์)

ประธานคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

คำนำ

เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช ๒๕๖๗) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัด ปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและ ประเมินผลการเรียนรู้ ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ลงวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ จึงปรับปรุง ขึ้นเพื่อให้โรงเรียนได้นำไปใช้เป็นกรอบและทิศทางในการจัดการเรียนการสอน การวัดและประเมินผลของครูเกิด ความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อพัฒนา ผู้เรียนให้มีคุณภาพด้านความรู้คู่คุณธรรม และทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนในรู้ศตวรรษที่ ๒๑ ในการจัดทำ เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาครั้งนี้ โรงเรียนได้ศึกษาสภาพปัญหา บริบท ของการจัดการศึกษาที่ผ่านมา และดำเนินการแต่งตั้งคณะทำงาน วางแผนการปรับปรุงหลักสูตร สถานศึกษา รายการกลุ่มสาระการเรียนรู้ ระดับชั้น ประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ และระดับมัธยมศึกษา ๑-๓ ตาม หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

โรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) ขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนร่วมและส่วนเกี่ยวข้องที่ช่วยในการ จัดทำ เอกสารดังกล่าวให้มีความสมบูรณ์และเหมาะสมสำหรับการจัดการเรียนการสอนในแต่ละระดับชั้น สามารถพัฒนา ผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดที่กำหนด

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

สารบัญ

หน้า

ความนำ.....	๑
ทำไมต้องเรียนการงานอาชีพ.....	๓
เรียนรู้อะไรในการงานอาชีพ.....	๓
สาระและมาตรฐานการเรียนรู้.....	๓
คุณภาพผู้เรียน.....	๔
จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓.....	๔
จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖	๔
จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓.....	๔
โครงสร้างเวลาเรียนและโครงสร้างรายวิชา.....	๖
คำอธิบายรายวิชา.....	๔๓
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑.....	๕๕
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒.....	๕๖
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓.....	๕๗
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔.....	๕๘
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕.....	๖๐
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖.....	๖๒
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑.....	๖๔
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒.....	๖๖
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓.....	๖๘
การวัดและประเมินผลการเรียน.....	๗๑
คณะผู้จัดทำ.....	๗๓

ความนำ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่าง ทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการ วัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน และในวันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ได้ประชุมสื่อสารสร้างความเข้าใจ ผ่าน OBEC Channel เพื่อให้ผู้บริหาร สถานศึกษา ครูผู้สอน ศึกษานิเทศก์ ผู้เกี่ยวข้องและผู้สนใจได้รับทราบพร้อมกัน

ทั้งนี้กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานซึ่งเป็นหลักสูตรแกนกลางของประเทศ เมื่อวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ เริ่มใช้ในโรงเรียนต้นแบบการใช้หลักสูตรและโรงเรียนที่มีความพร้อมในปีการศึกษา ๒๕๕๒ และเริ่มใช้ในโรงเรียนทั่วไปในปีการศึกษา ๒๕๕๓ ซึ่งสำนักงาน คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานโดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษาได้ลงพื้นที่ติดตามผลการใช้ หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ และจากการประชุมร่วมกับหน่วยงานภายนอกที่จัดการศึกษา พบว่า จำนวน ตัวชี้วัดมีจำนวนมาก ช้าซ้อน ทำให้ครูผู้สอนต้องใช้เวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และการวัดและ ประเมินผลที่มากจึงจะบรรลุคุณภาพตามที่กำหนด คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และคณะอนุกรรมการ ด้านคุณภาพและเทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ ในคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้กำหนดเป้าหมายหลัก เพื่อยกระดับคุณภาพการศึกษา เพื่อส่งเสริมการนำหลักสูตรที่ใช้อยู่ไปสู่การปฏิบัติในชั้นเรียนอย่างยืดหยุ่นและ คล่องตัว โดยกำหนดตัวชี้วัดระหว่างทางเป็นตัวชี้วัด ระหว่างการจัดการเรียนรู้ตัวชี้วัดปลายทางเป็นตัวชี้วัด ผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน จากจำนวนตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ ถึงมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ทั้งสิ้น ๒,๐๕๖ ตัวชี้วัด จำแนกเป็นตัวชี้วัด ระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด และตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และ ผู้เรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตร แกนกลางฯ ๒๕๕๑

นอกจากนี้การศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับทิศทางการอบยยุทธศาสตร์ แผนแม่บท และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาประเทศ พบว่าประเด็นสำคัญเพื่อแปลงไปสู่การปฏิบัติให้เกิดผลสัมฤทธิ์ได้อย่างแท้จริง คือการเตรียมพร้อมด้านกำลังคนและการเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัย มุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพ ทุนมนุษย์ของประเทศโดยพัฒนาคนให้เหมาะสมตามช่วงวัยเพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ การพัฒนาทักษะที่ สอดคล้องกับความต้องการในตลาดแรงงานและทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ ๒๑ ของคนในแต่ ละช่วงวัยตามความเหมาะสม การเตรียมความพร้อมของกำลังคนด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่จะ เปลี่ยนแปลงในอนาคตตลอดจนการยกระดับคุณภาพการศึกษาสู่ความเป็นเลิศ

ดังนั้นการปรับปรุงหลักสูตรครั้งนี้ยังคงหลักการและโครงสร้างเดิมของหลักสูตรแกนกลางการศึกษา ขั้นพื้นฐานพุทธศักราช ๒๕๕๑ ประกอบด้วย ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ได้แก่ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สุขศึกษาและพลศึกษา ศิลปะ การงานอาชีพ และเทคโนโลยีและภาษาต่างประเทศ มุ่งเน้นการปรับปรุงเนื้อหาให้มีความทันสมัยทันต่อการเปลี่ยนแปลงและ ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ใน ศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ เตรียมผู้เรียนให้มีความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ตามแผนงานวิชาการ ทักษะอาชีพ และคุณธรรม จริยธรรม พร้อมทั้งจะประกอบอาชีพเมื่อจบการศึกษาหรือสามารถศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น สามารถแข่งขันและอยู่ร่วมกับประชาคมโลกได้

กรอบในการปรับปรุงคือเพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความ ยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลง ๒ ของสังคมโลก สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงกำหนดแนวทางการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ดังนี้

๑. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตัวชี้วัดระหว่างทาง และตัวชี้วัดปลายทางที่สถานศึกษานำไปใช้ในการกำหนดโครงสร้างรายวิชา การออกแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนา ให้บรรลุคุณภาพตามตัวชี้วัดที่กำหนด สถานศึกษาสามารถดำเนินการได้ดังนี้

๑.๑ ตัวชี้วัดระหว่างทาง เป็นตัวชี้วัดที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และเน้นการประเมินในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เป็นการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment) ผ่าน มโนทัศน์ของการประเมินเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ (Assessment for learning) และ การประเมินขณะ เรียนรู้ (Assessment as learning) ด้วยวิธีการประเมินที่หลากหลายโดยเน้นการวัดและ ประเมินผลแบบไม่ เป็นทางการ (Informal Assessment) เช่น การสังเกตพฤติกรรม การสอบปากเปล่า การพูดคุย การใช้คำถาม การเขียนสะท้อน การเรียนรู้ การประเมินตนเอง เพื่อนประเมินเพื่อน เป็นต้น การวัดและประเมินผลแบบไม่ เป็นทางการ (Informal Assessment) เป็นการได้มาซึ่งข้อมูลผลการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นรายบุคคล จาก แหล่งข้อมูลหลากหลายที่ผู้สอน เก็บรวบรวมตลอดเวลา วิเคราะห์ข้อมูล ศึกษา ความพร้อมและพัฒนาการของ ผู้เรียน ปรับการเรียนการสอนให้เหมาะสม และแก้ไขปัญหาการเรียนรู้ของผู้เรียน ลักษณะของข้อมูลที่ได้ นอกเหนือจากตัวเลขหรือข้อมูลเชิงปริมาณ แล้ว อาจเป็นข้อมูลบรรยาย ลักษณะพฤติกรรมที่ผู้สอนเฝ้าสังเกต หรือผลการเรียนรู้ในลักษณะคำอธิบายระดับ พัฒนาการ จุดแข็ง จุดอ่อน หรือปัญหาของผู้เรียนที่พบจากการ สังเกต สัมภาษณ์ หรือวิธีการอื่น ๆ ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ ในการพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็น รายบุคคล ช่วยให้ผู้สอนเข้าใจพฤติกรรมของผู้เรียนได้เป็นอย่างดีและเป็นวิธีการที่ยืดหยุ่นตามสถานการณ์ และบริบทของครูผู้สอน

๑.๒ ตัวชี้วัดปลายทาง เป็นตัวชี้วัดที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยเน้นที่การประเมินผล ลัพท์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment) ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เน้นการวัดและ ประเมินผลแบบเป็นทางการ (formal Assessment) เช่น การประเมินการปฏิบัติ การประเมิน แฟ้มสะสมงาน การ ประเมินด้วยแบบทดสอบ การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน เป็นต้น การเก็บข้อมูลดังกล่าว ใช้ในการวัดและ ประเมินที่ได้ผลเป็นคะแนนและนำไปใช้ในการเปรียบเทียบ เช่น เปรียบเทียบระหว่างก่อนเรียน และหลังเรียน เพื่อดู พัฒนาการหรือใช้เพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์ เมื่อสิ้นสุดการสอนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ หรือรายวิชา วิธีการและ เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลผลการเรียนรู้แบบเป็นทางการ (formal Assessment) เป็นตัวแทน ของระดับ ความสามารถของผู้เรียน เป็นข้อมูลที่ต้องได้มาจากวิธีการวัดที่เหมาะสมกับลักษณะ ข้อมูล เครื่องมือ วัดและ ประเมินผลมีความเที่ยงตรง (Validity) และมีความเชื่อมั่น (Reliability) มีความโปร่งใส สามารถ ตรวจสอบและ เชื่อถือได้(Acceptable)

๒. เกณฑ์การตัดสินผลการเรียน

๒.๑ ระดับประถมศึกษา

- ๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียน
 - ๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
 - ๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา
 - ๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- ในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

๒.๒ ระดับมัธยมศึกษา

- ๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้นๆ
 - ๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
 - ๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา
 - ๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- ในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน



กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพหรือสภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิตซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติ คุณธรรม และค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษา เป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่ผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและการพัฒนาการที่สมวัย

ชีวิตและครอบครัว ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต

การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคลและประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและการป้องกันโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ

ความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐานการเรียนรู้

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

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 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย 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 การใช้ยาเสพติด และความรุนแรง

คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

❖ เข้าใจวิธีการทำงานเพื่อช่วยเหลือตนเอง ครอบครัว และส่วนรวม ใช้วัสดุ อุปกรณ์และ เครื่องมือ ถูกต้องตรงกับลักษณะงาน มีทักษะกระบวนการทำงาน มีลักษณะนิสัยการทำงาน ที่กระตือรือร้น ตรงเวลา ประหยัด ปลอดภัย สะอาด รอบคอบ และมีจิตสำนึกในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

❖ เข้าใจประโยชน์ของสิ่งของเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน มีความคิดในการแก้ปัญหาหรือ สนองความต้องการอย่างมีความคิดสร้างสรรค์

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

❖ เข้าใจการทำงานและปรับปรุงการทำงานแต่ละขั้นตอน มีทักษะการจัดการ ทักษะการทำงาน ร่วมกัน ทำงานอย่างเป็นระบบและมีความคิดสร้างสรรค์ มีลักษณะนิสัยการทำงานที่ขยัน อดทน รับผิดชอบ ซื่อสัตย์ มีมารยาท และมีจิตสำนึกในการใช้น้ำ ไฟฟ้าอย่างประหยัดและคุ้มค่า

❖ รู้และเข้าใจเกี่ยวกับอาชีพ รวมทั้งมีความรู้ ความสามารถและคุณธรรมที่สัมพันธ์กับอาชีพ

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

❖ เข้าใจกระบวนการทำงานที่มีประสิทธิภาพ ใช้กระบวนการกลุ่มในการทำงาน มีทักษะการแสวงหา ความรู้ทักษะกระบวนการแก้ปัญหาและทักษะการจัดการ มีลักษณะนิสัยการทำงานที่เสียสละ มีคุณธรรม ตัดสินใจ อย่างมีเหตุผลและถูกต้องและมีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมอย่างประหยัด และ คุ้มค่า

❖ เข้าใจแนวทางการเลือกอาชีพ การมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพและเห็นความสำคัญของการประกอบอาชีพ วิธีการหางานทำ คุณสมบัติที่จำเป็นสำหรับการมีงานทำ วิเคราะห์แนวทางเข้าสู่อาชีพ มีทักษะพื้นฐานที่

จำเป็น สำหรับการประกอบอาชีพและประสบการณ์ต่ออาชีพที่สนใจและประเมินทางเลือกในการประกอบอาชีพที่
สอดคล้องกับความรู้ความถนัดและความสนใจ



ส่วนที่ ๒

โครงสร้างเวลาเรียนและโครงสร้างรายวิชา

๐
๕



โครงสร้างเวลาเรียน

กำหนดภายหลังจากประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เมื่อ วันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ ได้มีคำสั่ง ประกาศและหนังสือราชการ เกี่ยวกับ โครงสร้างเวลาเรียนอยู่หลายฉบับ ซึ่งบางฉบับยังมีผลบังคับใช้ และบางฉบับยกเลิกไปแล้ว รายละเอียดในภาคผนวก โดยสรุปดังนี้

กลุ่มสาระการเรียนรู้/กิจกรรม	เวลาเรียน								
	ระดับประถมศึกษา						ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น		
	ป.๑	ป.๒	ป.๓	ป.๔	ป.๕	ป.๖	ม.๑	ม.๒	ม.๓
- กลุ่มสาระการเรียนรู้									
ภาษาไทย	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)
คณิตศาสตร์	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๑๖๐ (๔ นก.)	๑๖๐ (๔ นก.)	๑๖๐ (๔ นก.)
สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๘๐	๘๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐ (๓นก.)	๑๒๐ (๓นก.)	๑๒๐ (๓นก.)
- หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม									
- ศาสนาศิลปธรรม จริยธรรม									
- เศรษฐศาสตร์									
- ภูมิศาสตร์									
ประวัติศาสตร์	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐ (๑นก.)	๔๐ (๑นก.)	๔๐ (๑นก.)
สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐ (๒นก.)	๘๐ (๒นก.)	๘๐ (๒นก.)
ศิลปะ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐ (๒นก.)	๘๐ (๒นก.)	๘๐ (๒นก.)
การงานอาชีพ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๔๐ (๑นก.)	๔๐ (๑นก.)	๔๐ (๑นก.)
ภาษาต่างประเทศ	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	๘๐	๘๐	๘๐	๑๒๐ (๓นก.)	๑๒๐ (๓นก.)	๑๒๐ (๓นก.)
รวมเวลาเรียน (พื้นฐาน)	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐	๘๘๐ (๒๒นก.)	๘๘๐ (๒๒นก.)	๘๘๐ (๒๒นก.)
- กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน									
- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐
- ชุมนุม	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐
รวมเวลากิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๒๔๐	๒๔๐	๒๔๐
-รายวิชาเพิ่มเติม	๘๐ ชั่วโมง						๒๔๐ ชั่วโมง		
รวมเวลาทั้งหมด	๑,๐๘๐ ไม่น้อยกว่า ๑,๐๐๐ ชั่วโมง/ปี						๑,๒๔๐ ไม่น้อยกว่า ๑,๒๐๐ ชั่วโมง/ปี		

โครงสร้างหลักสูตรชั้นปี

เป็นโครงสร้างที่แสดงรายละเอียดเวลาเรียนของรายวิชาพื้นฐาน รายวิชา/กิจกรรมเพิ่มเติม และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจำแนกแต่ละชั้นปี

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๑๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๑๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๑๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๑๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๑๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๑๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๑๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๑๑๐๑	การงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๑๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๑๒๐	๔
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
อ ๑๑๒๐๑	ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร	๔๐	๑
ส ๑๑๒๐๑	ด้านทุจริต ๑	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๒๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๒๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๒๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๒๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๒๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๒๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๒๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๒๑๐๑	การงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๒๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๑๒๐	๔
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
อ ๑๒๒๐๒	ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร	๔๐	๑
ส ๑๒๒๐๒	ด้านทุจริต ๒	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๓๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๓๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๓๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๓๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๓๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๓๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๓๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๓๑๐๑	การงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๓๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๑๒๐	๓
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
อ ๑๓๒๐๓	ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร	๔๐	๑
ส ๑๓๒๐๓	ด้านทุจริต ๓	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๔๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๔๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๔๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๔๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๑๒๐	๓
ส ๑๔๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๔๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๔๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๔๑๐๑	การงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๔๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
ส ๑๔๒๐๑	พัฒนาคุณธรรม	๔๐	๑
ส ๑๔๒๐๔	ด้านทุจริต ๔	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๕๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๕๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๕๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๕๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๑๒๐	๓
ส ๑๕๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๕๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๕๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๕๑๐๑	การงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๕๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
ส ๑๕๒๐๑	พัฒนาคุณธรรม	๔๐	๑
ส ๑๕๒๐๕	ด้านทุจริต ๕	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๘๐)	๒๒
ท ๑๖๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๖๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๖๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๖๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๑๒๐	๓
ส ๑๖๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๖๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๖๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๖๑๐๑	การงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๖๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		(๘๐)	๒
ส ๑๖๒๐๑	พัฒนาคุณธรรม	๔๐	๑
ส ๑๖๒๐๖	ด้านทุจริต ๖	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	๓
	- กิจกรรมแนะแนว	๔๐	๑
	- กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๓๐	๑
	- ชุมนุม	๔๐	๑
	- กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม ลูกเสือ
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๐๘๐	๒๗

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑			
ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)	รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)	รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)
ท๒๑๑๐๑ ภาษาไทย ๑	๑.๕ (๖๐)	ท๒๑๑๐๒ ภาษาไทย ๒	๑.๕ (๖๐)
ค๒๑๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๑	๑.๕ (๖๐)	ค๒๑๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๒	๑.๕ (๖๐)
ว๒๑๑๐๑ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๑	๒.๐ (๘๐)	ว๒๑๑๐๒ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๒	๒.๐ (๘๐)
ส๒๑๑๐๑ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ๑	๑.๕ (๖๐)	ส๒๑๑๐๓ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ๒	๑.๕ (๖๐)
ส๒๑๑๐๒ ประวัติศาสตร์ ๑	๐.๕ (๒๐)	ส๒๑๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๒	๐.๕ (๒๐)
พ๒๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๑	๑.๐ (๔๐)	พ๒๑๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๒	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๑๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๑	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๑๑๐๓ ทักษะศิลป์ ๒	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๑๑๐๒ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๑	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๑๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๒	๐.๕ (๒๐)
ง๒๑๑๐๑ การงานอาชีพ ๑	๐.๕ (๒๐)	ง๒๑๑๐๒ การงานอาชีพ ๒	๐.๕ (๒๐)
อ๒๑๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๑	๑.๕ (๖๐)	อ๒๑๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๒	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)	รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)
ท ๒๑๒๐๑ วรรณกรรมท้องถิ่นศึกษา ๑	๑.๐ (๔๐)	ท ๒๑๒๐๒ วรรณกรรมท้องถิ่นศึกษา ๒	๑.๐ (๔๐)
ส ๒๑๒๐๑ ด้านพุทธศึกษา ๑	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๑๒๐๒ ด้านพุทธศึกษา ๒	๐.๕ (๒๐)
ส ๒๑๒๐๑ พัฒนาคุณธรรม ๑	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๑๒๐๒ พัฒนาคุณธรรม ๒	๐.๕ (๒๐)
ง ๒๑๒๐๑ โครงการงานอาชีพ ๑	๑.๐ (๔๐)	ง ๒๑๒๐๒ โครงการงานอาชีพ ๒	๑.๐ (๔๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐
กิจกรรมแนะแนว	๒๐	กิจกรรมแนะแนว	๒๐
ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕	ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕
กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕	กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕
กิจกรรมชุมนุม	๒๐	กิจกรรมชุมนุม	๒๐
รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๑	๖๒๐	รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๒	๖๒๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒			
ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)	รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)	รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)
ท๒๒๑๐๑ ภาษาไทย ๓	๑.๕ (๖๐)	ท๒๒๑๐๒ ภาษาไทย ๔	๑.๕ (๖๐)
ค๒๒๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๓	๑.๕ (๖๐)	ค๒๒๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๔	๑.๕ (๖๐)
ว๒๒๑๐๑ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๓	๒.๐ (๘๐)	ว๒๒๑๐๒ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๔	๒.๐ (๘๐)
ส๒๒๑๐๑ สังคมศึกษาฯและวัฒนธรรม ๓	๑.๕ (๖๐)	ส๒๒๑๐๓ สังคมศึกษาฯและวัฒนธรรม ๔	๑.๕ (๖๐)
ส๒๒๑๐๒ ประวัติศาสตร์ ๓	๐.๕ (๒๐)	ส๒๒๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๔	๐.๕ (๒๐)
พ๒๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๓	๑.๐ (๔๐)	พ๒๒๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๔	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๒๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๓	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๒๑๐๓ ทักษะศิลป์ ๔	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๒๑๐๒ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๓	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๒๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๔	๐.๕ (๒๐)
ง๒๒๑๐๑ การงานอาชีพ ๓	๐.๕ (๒๐)	ง๒๒๑๐๒ การงานอาชีพ ๔	๐.๕ (๒๐)
อ๒๒๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๓	๑.๕ (๖๐)	อ๒๒๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๔	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)	รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)
ส ๒๒๒๐๑ ด้านทุจริตศึกษา ๓	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๒๒๐๒ ด้านทุจริตศึกษา ๔	๐.๕ (๒๐)
ส ๒๒๒๐๓ พัฒนาคุณธรรม ๓	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๒๒๐๔ พัฒนาคุณธรรม ๔	๐.๕ (๒๐)
ง ๒๒๒๘๓ การออกแบบผลิตภัณฑ์ ๑	๑.๐ (๔๐)	ง ๒๒๒๘๔ การออกแบบผลิตภัณฑ์ ๒	๑.๐ (๔๐)
ง ๒๒๒๑๒ โครงงานอาชีพ ๓	๑.๐ (๔๐)	ง ๒๒๒๑๓ โครงงานอาชีพ ๔	๑.๐ (๔๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐
กิจกรรมแนะแนว	๒๐	กิจกรรมแนะแนว	๒๐
ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕	ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕
กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕	กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕
กิจกรรมชุมนุม	๒๐	กิจกรรมชุมนุม	๒๐
รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๑	๖๒๐	รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๒	๖๒๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓			
ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)	รายวิชา/กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)	รายวิชาพื้นฐาน	๑๑(๔๔๐)
ท๒๓๑๐๑ ภาษาไทย ๕	๑.๕ (๖๐)	ท๒๓๑๐๒ ภาษาไทย ๖	๑.๕ (๖๐)
ค๒๓๑๐๑ คณิตศาสตร์ ๕	๑.๕ (๖๐)	ค๒๓๑๐๒ คณิตศาสตร์ ๖	๑.๕ (๖๐)
ว๒๓๑๐๑ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๕	๒.๐ (๘๐)	ว๒๓๑๐๒ วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ๖	๒.๐ (๘๐)
ส๒๓๑๐๑ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ๕	๑.๕ (๖๐)	ส๒๓๑๐๓ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ๖	๑.๕ (๖๐)
ส๒๓๑๐๒ ประวัติศาสตร์ ๕	๐.๕ (๒๐)	ส๒๓๑๐๔ ประวัติศาสตร์ ๖	๐.๕ (๒๐)
พ๒๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๕	๑.๐ (๔๐)	พ ๒๓๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๖	๑.๐ (๔๐)
ศ๒๓๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๕	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๓๑๐๓ ทักษะศิลป์ ๖	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๓๑๐๒ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๕	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๓๑๐๔ ดนตรี-นาฏศิลป์ ๖	๐.๕ (๒๐)
ง๒๓๑๐๑ การงานอาชีพ ๕	๐.๕ (๒๐)	ง๒๓๑๐๒ การงานอาชีพ ๖	๐.๕ (๒๐)
อ๒๓๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๕	๑.๕ (๖๐)	อ๒๓๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๖	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)	รายวิชาเพิ่มเติม	๓.๐ (๑๒๐)
ส ๒๓๒๐๑ ด้านพุทธศึกษา ๕	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๓๒๐๒ ด้านพุทธศึกษา ๖	๐.๕ (๒๐)
ส ๒๓๒๑๕ พัฒนาคุณธรรม ๕	๐.๕ (๒๐)	ส ๒๓๒๑๖ พัฒนาคุณธรรม ๖	๐.๕ (๒๐)
ง ๒๓๒๘๗ อาชีพบนโลกออนไลน์ ๑	๑.๐ (๔๐)	ง ๒๓๒๘๘ อาชีพบนโลกออนไลน์ ๒	๑.๐ (๔๐)
ศ ๒๓๒๐๑ สร้างสรรค์งานโมเดลไทยสากล	๑.๐ (๔๐)	ศ ๒๓๒๐๒ การออกแบบเครื่องแต่งกาย	๑.๐ (๔๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๖๐
กิจกรรมแนะแนว	๒๐	กิจกรรมแนะแนว	๒๐
ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕	ลูกเสือ-เนตรนารี	๑๕
กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕	กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๕
กิจกรรมชุมนุม	๒๐	กิจกรรมชุมนุม	๒๐
รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๑	๖๒๐	รวมเวลาเรียนภาคเรียนที่ ๒	๖๒๐

โครงสร้างเวลาเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

ระดับการศึกษา	ระดับชั้น	โครงสร้างเวลาเรียน (ชั่วโมง)
ระดับชั้นประถมศึกษา	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑	๔๐
	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒	๔๐
	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓	๔๐
	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔	๘๐
	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕	๘๐
	ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖	๘๐
ระดับชั้นมัธยมศึกษา	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑	๘๐
	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒	๘๐
	ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓	๘๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๑๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๑/๑ , ป.๑/๒	๕	๑๓
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๑/๑ , ป.๑/๒	๖	๑๒
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๑/๑ , ป.๑/๒	๘	๑๕
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๑/๑ , ป.๑/๒	๙	๑๕
เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๑/๑ , ป.๑/๒ , ป.๑/๓	๕	๑๓
ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๑/๑ , ป.๑/๒ , ป.๑/๓	๕	๑๒
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๑/๑	พ ๑.๑ ป.๑/๒	๑.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะ ภายนอก ๒.อธิบายวิธี ดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	๕	๑๓
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๑/๑ ป.๑/๓	พ ๒.๑ ป.๑/๒	๑.ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรัก ความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน ๒.บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจใน ตนเอง ๓.บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศ ชาย และเพศหญิง	๖	๑๒
๓	กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๑/๑	พ ๓.๑ ป.๑/๒	๑.เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนไหวและใช้อุปกรณ์ประกอบ ๒.เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรม ทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	๘	๑๕
๔	กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๑/๑		๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน	๙	๑๕

		ป.๑/๒		๒. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลง ในการเล่นเเกมตามคำแนะนำ		
๕	เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๑/๒ ป.๑/๓	พ ๔.๑ ป.๑/๑	๑.ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ-แห่งชาติ ตามคำแนะนำ ๒.บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง ๓.ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมีอาการ เจ็บป่วย	๕	๑๓
๖	ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๑/๑ ป.๑/๒	พ ๕.๑ ป.๑/๓	๑.ระบุสิ่งทำให้เกิดอันตราย ที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน ๒.บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่ เกิดจากการเล่น ๓.แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความ ช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้าย ที่บ้าน และโรงเรียน	๕	๑๒
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๒๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓	๕	๑๒
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓ , ป.๒/๔	๖	๑๓
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒	๘	๑๕
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๒/๑ , ป.๒/๒	๙	๑๕
เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓ , ป.๒/๔ , ป.๒/๕	๖	๑๕
ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓	๔	๑๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๒/๑ ป.๒/๓	พ ๑.๑ ป.๒/๒	๑.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของ อวัยวะภายใน ๒.อธิบายวิถีดูแลรักษาอวัยวะภายใน ๓.อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	๕	๑๒
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๒/๑ ป.๒/๒ ป.๒/๓	พ ๒.๑ ป.๒/๔	๑.ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว ๒.บอกความสำคัญของเพื่อน ๓.ระบุพฤติกรรม ที่เหมาะสมกับ เพศ ๔.อธิบายความภาคภูมิใจ ใน ความเป็นเพศหญิง หรือเพศชาย	๖	๑๓
๓	กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๒/๑		๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้	๘	๑๕

		ป.๒/๒		อุปกรณ์ประกอบ ๒.เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วม กิจกรรมทางกายที่วิธีเล่น อาศัยการ เคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ		
๔	กีฬาพาสูก	พ ๓.๒ ป.๒/๒	พ ๓.๒ ป.๒/๑	๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงใน การเล่นเป็นกลุ่ม	๙	๑๕
๕	เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๒/๑ ป.๒/๒ ป.๒/๓ ป.๒/๔ พ ๕.๑ ป.๒/๒	พ ๔.๑ ป.๒/๕	๑. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี ๒. เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ ๓. ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสีย ต่อสุขภาพ ๔. อธิบายอาการและวิธีป้องกันการ เจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น ๕. ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการ เจ็บป่วยและบาดเจ็บ ๒. บอกชื่อยาสามัญประจำบ้านและ ใช้ยาตามคำแนะนำ	๖	๑๕
๖	ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๒/๓ ป.๒/๔	พ ๕.๑ ป.๒/๑ ป.๒/๕	๑. ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่ อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก ๓. ระบุโทษของสารเสพติด สาร อันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน ๔. ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือน ของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย ๕. อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธี ป้องกันอัคคีภัยและแสดงการ หนีไฟ	๔	๑๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๓๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๓/๑ , ป.๓/๒ , ป.๓/๓	๕	๑๒
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๓/๑ , ป.๓/๒ , ป.๓/๓ ,	๖	๑๓
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๓/๑ , ป.๓/๒	๘	๑๕
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๓/๑ , ป.๓/๒	๙	๑๕
เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๓/๑ , ป.๓/๒ , ป.๓/๓ , ป.๓/๔ , ป.๓/๕	๖	๑๕
ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓	๔	๑๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๓/๑ ป.๓/๓	พ ๑.๑ ป.๓/๒	๑.อธิบายลักษณะและการเจริญ เติบโตของร่างกายมนุษย์ ๒.เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของ ตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ๓.ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการ เจริญเติบโต	๕	๑๒
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๓/๑ ป.๓/๓	พ ๒.๑ ป.๓/๒	๑.อธิบายความสำคัญ และความ แตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง ๒.อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพใน ครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ๓.บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ	๖	๑๓
๓	กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๓/๑		๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้ อุปกรณ์ประกอบ อย่างมีทิศทาง	๘	๑๕

				๒.เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นแบบโต้ตอบ		
๔	กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๓/๒	พ ๓.๒ ป.๓/๑	๑. เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง ๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	๙	๑๕
๕	เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๓/๒ ป.๓/๔	พ ๔.๑ ป.๓/๑ ป.๓/๓ ป.๓/๕	๑.อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจาย ของโรค ๒.จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่ ๓.เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสม ๔. แสดงวิธีการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี ๕.สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	๖	๑๕
๖	ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๓/๒ ป.๓/๓	พ ๕.๑ ป.๓/๑	๑.ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง ๒.แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ ๓.แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	๔	๑๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๔๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔
เวลา ๘๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓	๑๐	๑๓
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓	๑๑	๑๒
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓, ป.๔/๔	๑๘	๑๕
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๔/๑ , ป.๔/๒	๑๙	๑๕
เป็นสุขไร้โรค	พ ๔.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓ , ป.๔/๔	๑๐	๑๕
ชีวิตปลอดภัย	พ ๕.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓	๑๐	๑๐
รวม		๘๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๔๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ร่างกายของฉัน	พ ๑.๑ ป.๔/๑ ป.๔/๒	พ ๑.๑ ป.๔/๓	๑.อธิบายการเจริญเติบโต และพัฒนาการของร่างกายและ จิตใจตามวัย ๒.อธิบายความสำคัญ ของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ ๓.อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ให้ทำงานอย่างมี ประสิทธิภาพ	๑๐	๑๒
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๔/๑ ป.๔/๓	พ ๒.๑ ป.๔/๒	๑.อธิบายคุณลักษณะของความเป็น เพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว ๒.แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับ เพศของตนตามวัฒนธรรมไทย ๓.ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธ การ กระทำที่เป็นอันตรายและ ไม่	๑๑	๑๓

				เหมาะสมในเรื่องเพศ		
๓	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๑ ป.๔/๑ ป.๔/๒ ป.๔/๓ ป.๔/๔		๑.ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ๒.ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ ๓.เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบพลัด ๔.เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย ๑ ชนิด	๑๘	๑๕
๔	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๒ ป.๔/๒	พ ๓.๒ ป.๔/๑	๑. ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมี ความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น ๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น	๑๙	๑๕
๕	สุขภาพดีมีสุข		พ ๔.๑ ป.๔/๔	๔. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	๑๐	๑๓
๖	ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ป.๔/๑ พ ๕.๑ ป.๔/๑ ป.๔/๒ ป.๔/๓	พ ๕.๑ ป.๔/๒	๑. อธิบายความสำคัญของการใช้ยาและใช้อย่างถูกวิธี ๒. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แผลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ๓. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่และการดื่มสุรา ที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน ๑.อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ ๒.อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ ๓. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	๑๐	๑๒
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๘๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๕๑๐๑
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕
เวลา ๘๐ ชั่วโมง / ปี
สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ร่างกายของฉันทัน	พ ๑.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒	๑๐	๑๒
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓	๑๑	๑๓
กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓ , ป.๕/๔ , ป.๕/๕ , ป.๕/๖	๑๘	๑๕
กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๒ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓ , ป.๕/๔	๑๙	๑๕
สุขภาพดีมีสุข	พ ๔.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓ , ป.๕/๔ , ป.๕/๕	๑๐	๑๓
ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓ , ป.๕/๔ , ป.๕/๕	๑๐	๑๒
รวม		๘๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๕๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ร่างกายของฉันทัน	พ ๑.๑ ป.๕/๑	พ ๑.๑ ป.๕/๒	๑.อธิบายความสำคัญของระบบย่อย อาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อ สุขภาพ การเจริญเติบโตและ พัฒนาการ ๒.อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	๑๐	๑๒
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๕/๒ ป.๕/๓	พ ๒.๑ ป.๕/๑	๑.อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม ๒.อธิบายความสำคัญของการมี ครอบครัว ที่อบอุ่นตามวัฒนธรรม ไทย ๓.ระบุพฤติกรรม ที่พึงประสงค์	๑๑	๑๓

				และไม่พึงประสงค์ ในการแก้ไข ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและ กลุ่มเพื่อน		
๓	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๑ ป.๕/๑ ป.๕/๒ ป.๕/๓ ป.๕/๔ ป.๕/๖	พ ๓.๑ ป.๕/๕	๑.จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบ ผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่ กำหนด ๒.เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและ กิจกรรมการเคลื่อนไหว แบบลัด ๓.ควบคุมการเคลื่อนไหว ในเรื่อง การรับแรง การใช้แรงและความ สมดุล ๔.แสดงทักษะกลไก ในการปฏิบัติ กิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา ๕.เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม ได้อย่างละ ๑ ชนิด ๖.อธิบายหลักการ และเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม	๑๘	๑๕
๔	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๒ ป.๕/๑ ป.๕/๓ ป.๕/๔	พ ๓.๒ ป.๕/๒	๑. ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ ๒. เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือก ในวิธีปฏิบัติของตนเอง อย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา ๓. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่ เล่น ๔. ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับใน ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการ เล่นเกมกีฬาไทยและกีฬาสากล	๑๙	๑๕
๕	สุขภาพดีมีสุข	พ ๔.๑ ป.๕/๔ ป.๕/๒	พ ๔.๑ ป.๕/๑ ป.๕/๓ ป.๕/๕	๑. แสดงพฤติกรรม ที่เห็น ความสำคัญของการปฏิบัติตนตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ ๒. ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้าง เสริมสุขภาพ ๓. วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการ ตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และ ผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล ๔. ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบ บ่อยในชีวิตประจำวัน ๕. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทาง	๑๐	๑๓

				กำหนดผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย		
๖	ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ป.๕/๑ ป.๕/๒	พ ๕.๑ ป.๕/๓ ป.๕/๔ ป.๕/๕	๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการ ใช้สารเสพติด ๒. วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา ๓. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการ ใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด ๔. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อ พฤติกรรมสุขภาพ ๕. ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตราย จากการเล่นกีฬา	๑๐	๑๒
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๘๐	๑๐๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๑๖๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
ตัวเรา	พ ๑.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒	๑๐	๑๓
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒	๑๑	๑๒
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๓ , ป.๖/๔	๑๘	๑๕
กีฬาพาสุนัข	พ ๓.๒ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๓ , ป.๖/๔	๑๙	๑๕
สุขภาพดีมีสุข	พ ๔.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๓ , ป.๖/๔ , ป.๖/๕	๑๐	๑๓
ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๓	๑๐	๑๒
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

พ๑๖๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	ร่างกายของฉัน	พ ๑.๑ ป.๖/๑	พ ๑.๑ ป.๖/๒	๑.อธิบายความสำคัญของระบบ สืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและ ระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ๒.อธิบายวิธีการดูแลระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบ หายใจให้ทำงานตามปกติ	๑๐	๑๒
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ป.๖/๒	พ ๒.๑ ป.๖/๑	๑.อธิบายความสำคัญของการสร้าง และรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ๒.วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจ นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อ เอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	๑๑	๑๓
๓	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๑ ป.๖/๑	พ ๓.๑ ป.๖/๓	๑.แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่น ในลักษณะ แบบฝึกและแบบ ผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่	๑๘	๑๕

		ป.๒/๒ ป.๖/๔	ป.๖/๕	เคลื่อนไหว และใช้อุปกรณ์ประกอบ และ การเคลื่อนไหวประกอบเพลง ๒. จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการ รับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการ เคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติ ของตนและผู้อื่น ๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล และประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด ๔. ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูน ความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่น กีฬา ๕. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ		
๔	กีฬาเพื่อสุขภาพ	พ ๓.๒ ป.๖/๑ ป.๖/๓ ป.๖/๓ ป.๖/๔ ป.๖/๕	พ ๓.๒ ป.๖/๖	๑. อธิบายประโยชน์และหลักการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพ ทางกายและ การ สร้างเสริมบุคลิกภาพ ๒. เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออก กำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็น ระบบ ๓. เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและ สามารถประเมินทักษะการเล่นของ ตนเป็นประจำ ๕. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา ตามชนิด กีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความ ปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น ๕. จำแนกวิธีการรุก การป้องกันและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา ๖. เล่นเกมและกีฬาด้วยความ สามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา	๑๙	๑๕
๕	สุขภาพดีมีสุข	พ ๔.๑ ป.๖/๑ ป.๖/๔	พ ๔.๑ ป.๖/๒ ป.๖/๓	๑. แสดงพฤติกรรม ในการป้องกัน และแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผล ต่อสุขภาพ ๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจาก การระบาดของโรคและเสนอแนว ทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่ พบในประเทศไทย ๓. แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึง ความรับผิดชอบต่อสุขภาพของ	๑๐	๑๓

				ส่วนรวม ๔. สร้างเสริมและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ อย่างต่อเนื่อง		
๖	ความปลอดภัยใน ชีวิต	พ ๕.๑ ป.๖/๑	พ ๕.๑ ป.๖/๒ ป.๖/๓	๑. วิเคราะห์ผลกระทบจากความ รุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อ ร่างกาย จิตใจ และสังคม ๒. ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความ ปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ ๓. วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสาร เสพติด	๑๐	๑๒
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๘๐	๑๐๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๑๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ ม.๑/๓ , ม.๑/๔	๙	๒๐
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒	๑๐	๒๐
การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒, ม.๑/๓	๑๙	๔๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เทอม ๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการ เรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ ของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๑/๑ ม.๑/๒ ม.๑/๓	พ ๑.๑ ม.๑/๔	๑. อธิบายความสำคัญของระบบ ประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อ สุขภาพ การเจริญเติบโต และ พัฒนาการของวัยรุ่น ๒. อธิบายวิถีดูแลระบบประสาท และ ระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทาง ร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนา ตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	๙	๒๐
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๑/๑	พ ๒.๑ ม.๑/๒	๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการ เปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม ๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกัน ตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	๑๐	๒๐
๓	การเคลื่อนไหว	พ ๓.๑	พ ๓.๑	๑. เพิ่มพูนความสามารถของตน	๑๙	๔๐

	การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล	ม.๑/๑	ม.๑/๒ ม.๑/๓	ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนา ทักษะการเล่นกีฬา ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคล และทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิด กีฬาอย่างละ ๑ ชนิด ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไป เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น		
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๑๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมส์ กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๒ ม.๑/๑ , ม.๑/๒, ม.๑/๓ , ม.๑/๔, ม.๑/๕ , ม.๑/๖	๑๙	๔๐
การสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพ และการป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒, ม.๑/๓ , ม.๑/๔	๙	๒๐
ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒, ม.๑/๓ , ม.๑/๔	๑๐	๒๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เทอม ๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่น เกมส์ กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๒ ม.๑/๑ ม.๑/๒ ม.๑/๓ ม.๑/๔ ม.๑/๖	พ ๓.๒ ม.๑/๕	๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี ๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น ๓. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น ๔. วางแผนการรุกและ การป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ ๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน ๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	๑๙	๔๐

๒	การสร้างเสริม สุขภาพ สมรรถภาพ และ การป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๑/๑ ม.๑/๒ ม.๑/๔	พ ๔.๑ ม.๑/๓	๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย ๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากภาวะ โภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ ในเกณฑ์มาตรฐาน ๔. สร้างเสริมและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายตามผลการ ทดสอบ	๙	๒๐
๓	ความปลอดภัยใน ชีวิต	พ ๕.๑ ม.๑/๒ ม.๑/๓	พ ๕.๑ ม.๑/๑ ม.๑/๔	๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและ เคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ๒. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติด สารเสพติดและการป้องกันการติด สารเสพติด ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้ สารเสพติดกับการเกิดโรคและ อุบัติเหตุ ๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิก สารเสพติด โดยใช้ ทักษะต่าง ๆ	๑๐	๒๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๒๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๒/๑ , ม.๒/๒	๑๐	๒๐
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๒/๑ ,ม.๒/๒, ม.๒/๓ , ม.๒/๔	๙	๒๐
การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การ เล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๑ ม.๒/๑ ,ม.๒/๒ ม.๒/๓ , ม.๒/๔	๑๙	๔๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ ของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๒/๑	พ ๑.๑ ม.๒/๒	๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น ๒. ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการ เจริญเติบโต และการพัฒนาการด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญาในวัยรุ่น	๑๐	๒๐
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ม ๒/๑ ม ๒/๓ ม ๒/๒	พ ๒.๑ ม.๒/๓	๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจต คติในเรื่องเพศ ๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบ ที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัย เรียน ๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทาง เพศสัมพันธ์ เอดส์ และการ	๙	๒๐

				ตั้งครรภโดยไม่พึงประสงค์ ๔. อธิบายความสำคัญของความ เสมอภาค ทางเพศ และวางตัวได้ อย่างเหมาะสม		
๓	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมส์ กีฬาไทย กีฬา สากล	พ ๓.๑ ม ๒/๑ ม ๒/๓	พ ๓.๑ ม.๒/๒	๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับ ทักษะกลไกและทักษะการ เคลื่อนไหว ในการเล่นกีฬาจาก แหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุป เป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของ ตนเอง ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้ง ประเภทบุคคลและทีมได้ อย่าง ละ ๑ ชนิด ๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของ รูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อ การเล่นกีฬาและกิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน ๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่าง น้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และ หลักการที่ได้ ไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	๑๙	๔๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๒๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๒ ม.๒/๑, ม.๒/๒ ม.๒/๓, ม.๒/๔,ม.๒/๕	๑๙	๔๐
การสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพ และการป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๒/๑, ม.๒/๒ ม.๒/๓, ม.๒/๔,ม.๒/๕, ม.๒/๖,ม.๒/๗	๙	๒๐
ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ม.๒/๑, ม.๒/๒ ม.๒/๓	๑๐	๒๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นกีฬาไทย กีฬา สากล	พ ๓.๒ ม.๒/๑ ม.๒/๒ ม.๒/๓ ม.๔/๔ ม.๒/๕	พ ๓.๑ ม.๒/๔	๑. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลง ทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็น วิถีชีวิต ๒. เลือกเข้าร่วมออกกำลังกายเล่น กีฬาตามความถนัด ความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่าง ระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางใน การพัฒนาตนเอง ๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก ๔. วางแผนการรุกและการป้องกันใน การเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ใน การเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม ๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามา สรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง	๑๙	๔๐

				ด้วยความมุ่งมั่น		
๒	การสร้างเสริม สุขภาพ สมรรถภาพ และ การป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๒/๒ ม.๒/๓ ม.๒/๔ ม.๒/๕ ม.๒/๗	พ ๔.๑ ม.๒/๑ ม.๒/๖	๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่าง มีเหตุผล ๒. วิเคราะห์ผลของการใช้ เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ ๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้า ทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะ สมดุระหว่างสุขภาพกายและ สุขภาพจิต ๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้น ของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตน เพื่อ จัดการกับอารมณ์และความเครียด ๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกาย ตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	๙	๒๐
๓	ความปลอดภัยใน ชีวิต	พ ๕.๑ ม.๒/๑ ม.๒/๒	พ ๕.๑ ม.๒/๓	๑. ระบุวิธีการ บังคับและแหล่ง ที่ ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด ๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรม เสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง ๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงสถานการณ์ คับขันที่ อาจนำไปสู่อันตราย	๑๐	๒๐
		คะแนนระหว่างปี			๑	๘๐
		คะแนนปลายปี			๑	๒๐
		รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน			๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๒ ม.๓/๓	๑๐	๒๐
ชีวิตและครอบครัว	พ ๒.๑ ม.๓/๑,ม.๓/๒ ม.๓/๓	๙	๒๐
การเคลื่อนไหวการออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๒ ม.๓/๓	๑๙	๔๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๑
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ ของมนุษย์	พ ๑.๑ ม.๓/๑ ม.๓/๒	พ ๑.๑ ม.๓/๓	๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลง ทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาแต่ละช่วง ของชีวิต ๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความ คาดหวังของสังคม ต่อ การ เปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ๓. วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มี อิทธิพล ต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของ วัยรุ่น	๑๐	๒๐
๒	ชีวิตและ ครอบครัว	พ ๒.๑ ม ๓/๑	พ ๒.๑ ม.๓/๒ ม.๓/๓	๑. อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการ ปฏิบัติตนที่เหมาะสม ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ ๓. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอ แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้ง	๙	๒๐

				ในครอบครัว		
๓	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่น เกมส์ กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๑ ม ๓/๒	พ ๓.๑ ม. ๓/๑	๑. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ได้อย่างละ ๑ ชนิดโดยใช้เทคนิคที่ เหมาะสมกับตนเองและทีม ๒. นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกมส์ และการเล่นกีฬาไป ใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่าง น้อย ๑ กิจกรรม และนำหลัก ความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ ให้กับผู้อื่น	๑๙	๔๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐



โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
รหัสวิชา พ๒๓๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง / ปี

สุขศึกษาและพลศึกษา

ชื่อหน่วยการเรียนรู้	รหัสตัวชี้วัด	จำนวน (ชั่วโมง)	น้ำหนักคะแนน
การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬาสากล	พ ๓.๒ ม.๓/๑ , ม.๓/๒ ม.๓/๓, ม. ๓/๔ ม.๓/๕	๑๙	๔๐
การสร้างเสริมสุขภาพสมรรถภาพ และการป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๒ ม.๓/๓, ม.๓/๔ ม.๓/๕	๙	๒๐
ความปลอดภัยในชีวิต	พ๕.๑ ม.๓/๑, ม.๓/๒ ม.๓/๓ , ม.๓/๔ ม.๓/๕	๑๐	๒๐
รวม		๔๐	๘๐

โครงสร้างรายวิชา

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เทอม ๒
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ลำดับ ที่	ชื่อ หน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย กีฬา สากล	พ ๓.๒ ม.๓/๑ ม.๓/๒ ม.๓/๓ ม.๓/๔ ม.๓/๕	พ ๓.๑ ม.๓/๓	๑. มีมารยาทในการเล่น และดู กีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา ๒.ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่าง สม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการ จากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนด้วยความภาคภูมิใจ ๓. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และ ข้อตกลง ในการเล่นตามชนิดกีฬาที่ เลือกและนำแนวคิด ที่ได้ไปพัฒนา คุณภาพชีวิต ของตน ใน สังคม ๔. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและ ตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไป ใช้ได้ตามสถานการณ์ ของการเล่น	๑๙	๔๐

				๕. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ		
๒	การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และ การป้องกันโรค	พ ๔.๑ ม.๓/๑ ม.๓/๓ ม.๓/๔	พ ๔.๑ ม.๓/๒ ม.๓/๕	๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึง ความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ ๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย ๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญาสุขภาพในชุมชน ๔. วางแผนและจัดเวลา ในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพ ทางกาย ๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	๙	๒๐
๓	ความปลอดภัยในชีวิต	พ ๕.๑ ม.๓/๑ ม.๓/๓ ม.๓/๔	พ ๕.๑ ม.๓/๒	๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน ๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ ๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	๑๐	๒๐
	คะแนนระหว่างปี				๑	๘๐
	คะแนนปลายปี				๑	๒๐
	รวมเวลาเรียนทั้งปี/คะแนน				๔๐	๑๐๐



ส่วนที่ ๓
คำอธิบายรายวิชา/ตัวชี้วัด
และสาระการเรียนรู้แกนกลาง

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๑
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ศึกษาลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก วิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอกสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน สิ่งที่ชอบและภาคภูมิใจในตนเอง ลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิงเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่เคลื่อนไหว และใช้อุปกรณ์ประกอบ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติออกกำลังกายและเล่นเกมตามคำแนะนำอย่างสนุกสนาน ปฏิบัติตนตามกฎหมาย ข้อตกลงในการเล่นเกมนตามคำแนะนำ ปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ ตามคำแนะนำอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง ปฏิบัติตนตามคำแนะนำ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยสิ่งทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียนและการป้องกัน สาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่นแสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน มีทักษะในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับที่แบบเคลื่อนไหวที่แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ การเล่นเกมเบ็ดเตล็ดตามกฎหมาย ข้อตกลงในการเล่นเกมนตามคำแนะนำ

โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๑/๑

พ ๒.๑ ป.๑/๑, ป.๑/๓

พ ๓.๑ ป.๑/๑, ป.๑/๒

พ ๓.๒ ป.๑/๑

พ ๔.๑ ป.๑/๒, ป.๑/๓

พ ๕.๑ ป.๑/๑, ป.๑/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๕ ตัวชี้วัด

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

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๒
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ศึกษาลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน วิิธีดูแลรักษาอวัยวะภายในธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ บทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกในครอบครัว ความสำคัญของเพื่อน พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนไหวและใช้อุปกรณ์ประกอบ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ ออกกำลังกายและเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน ปฏิบัติตามกฎกติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม ลักษณะของการมีสุขภาพดี เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ อาการและวิธีป้องกัน การเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น ปฏิบัติตามคำแนะนำ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำและทางบก บอกชื่อยาสามัญประจำบ้านและใช้ยาตามคำแนะนำ โทษของสารเสพติดสารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย สาเหตุอันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัยและการหนีไฟ มีทักษะในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับที่ แบบเคลื่อนไหว แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ การเล่นเกมเบ็ดเตล็ดตามกฎกติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ

โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๒๑ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๒/๑ , ป.๓/๓

พ ๒.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓

พ ๓.๑ ป.๒/๒

พ ๓.๒ ป.๒/๑ , ป.๒/๒

พ ๔.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๒ , ป.๒/๓ , ป.๒/๔

พ ๕.๑ ป.๒/๒ , ป.๒/๓ , ป.๒/๔

ตัวชี้วัดปลายทาง ๖ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๒/๒,

พ ๒.๑ ป.๒/๔

พ ๓.๑ ป.๒/๑

พ ๔.๑ ป.๒/๕

พ ๕.๑ ป.๒/๑ , ป.๒/๕

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๓
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัว ที่มีต่อตนเอง วิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน วิธีหลีกเลี่ยง พฤติกรรมที่นำไปสู่ การล่วงละเมิดทางเพศ ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด เลือกกออกกำลังกายการเล่น พื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัด ของตนเอง ปฏิบัติตามกฎหมายและข้อตกลง การออกกำลังกาย การเล่นเกม การเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่ เลือกินอาหาร ที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม แสดงการแปรผันให้สะอาดอย่างถูกวิธี สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทางวิธีการช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆเมื่อเกิดเหตุร้ายหรือเกิดอุบัติเหตุ แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น มีทักษะในการปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับที่ แบบเคลื่อนที่ แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ การเล่นเกมเบ็ดเตล็ดตามกฎหมาย ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ

โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๘ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๑ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๓/๑, ป.๓/๓

พ ๒.๑ ป.๓/๑, ป.๓/๓

พ ๓.๑ ป.๓/๑, ป.๓/๒

พ ๓.๒ ป.๓/๒

พ ๔.๑ ป.๓/๒, ป.๓/๔,

พ ๕.๑ ป.๓/๒, ป.๓/๓

ตัวชี้วัดปลายทาง ๗ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๓/๒

พ ๒.๑ ป.๓/๒

พ ๓.๒ ป.๓/๑

พ ๔.๑ ป.๓/๑, ป.๓/๓ , ป.๓/๕

พ ๕.๑ ป.๓/๑,

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๔๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๔
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย ความสำคัญของกล้ามเนื้อกระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ วิธีดูแลกล้ามเนื้อกระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ คุณลักษณะของความเป็นมาของเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนเอง ตามวัฒนธรรมไทย ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ ควบคุมตนเอง เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะการผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด เล่นกีฬาพื้นฐานอย่างน้อย ๑ ชนิด ออกกำลังกาย เล่นเกมและกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถ ในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตาม ตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น ปฏิบัติตามกฎกติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ สภาวะอารมณ์ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการบริโภค ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผล การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ความสำคัญของการใช้ยาและใช้ยาอย่างถูกวิธี แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่และการดื่มสุราที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๙ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๓ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒

พ ๒.๑ ป.๔/๑ , , ป.๔/๓

พ ๓.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓ , ป.๔/๔

พ ๓.๒ ป.๔/๒

พ ๔.๑ ป.๔/๑ , ป.๔/๒ , ป.๔/๓

พ ๕.๑ ป.๔/๑

ตัวชี้วัดปลายทาง ๖ ตัวชี้วัด

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.๔/๒ , ป.๔/๓

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๕๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๕
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ วิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ การเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม ความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด เล่นเกมที่นำไปสู่กีฬาที่เลือกและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรงการใช้แรงและความสมดุล แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด อธิบายหลักการและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบเล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและการตัดสินใจ เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลายและมีน้ำใจนักกีฬา ปฏิบัติตามกฎหมายกติกา การเล่นเกมกีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา และกีฬาไทย กีฬาสากล แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยาและสารเสพติดที่มีผลต่อร่างกายจิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๕/๑

พ ๒.๑ ป.๕/๒ , ป.๕/๓

พ ๓.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒ , ป.๕/๓ , ป.๕/๔ , ป.๕/๖

พ ๓.๒ ป.๕/๑ , , ป.๕/๓ , ป.๕/๔

พ ๔.๑ ป.๕/๒ , ป.๕/๔

พ ๕.๑ ป.๕/๑ , ป.๕/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

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, ป.๕/๓, ป.๕/๕

พ ๕.๑ ป.๕/๓, ป.๕/๔, ป.๕/๕



คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๑๖๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสมพันธภาพกับผู้อื่น วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครภ์ก่อนวัยอันควร แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบพลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุลในการเคลื่อนไหว ร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬาและนำมาปรับปรุงเพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น เล่นกีฬาไทยกีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนเองและผู้อื่นในการเล่นกีฬา ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมแล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นหลักฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสมรรถภาพทางกาย และการสร้างเสริมบุคลิกภาพ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผนและสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ ปฏิบัติตามกฎกติกาตามชนิดกีฬาที่เล่นโดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและนำเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรักชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกายจิตใจและสังคม ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

โดยใช้ทักษะกระบวนการปฏิบัติ ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกาย กระบวนการคิด การสืบค้นข้อมูล การแก้ปัญหาและการอภิปราย

เพื่อให้เกิดความรู้ ความคิด ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ มีความสามารถตัดสินใจและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจริยธรรม คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๒๒ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๓ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๖/๑

พ ๒.๑ ป.๖/๑

พ ๓.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๔

พ ๓.๒ ป.๖/๑ , ป.๖/๒ , ป.๖/๓ , ป.๖/๔ , ป.๖/๕ ,

พ ๔.๑ ป.๖/๑ , ป.๖/๔

พ ๕.๑ ป.๖/๑

ตัวชี้วัดปลายทาง ๙ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ป.๖/๒

พ ๒.๑ ป.๖/๒

พ ๓.๑ ป.๖/๓, ป.๖/๕

พ ๓.๒ ป.๖/๖

พ ๔.๑ ป.๖/๒, ป.๖/๓

พ ๕.๑ ป.๖/๒ , ป.๖/๓



รายวิชาพื้นฐานกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

รายวิชาพื้นฐาน

สุขศึกษา / พลศึกษา

พ๒๑๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๑	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต
พ๒๑๑๐๒	สุขศึกษาและพลศึกษา ๒	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต
พ๒๒๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๓	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต
พ๒๒๑๐๒	สุขศึกษาและพลศึกษา ๔	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต
พ๒๓๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา ๕	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต
พ๒๓๑๐๒	สุขศึกษาและพลศึกษา ๖	จำนวน	๔๐	ชั่วโมง	๑.๐	หน่วยกิต



คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๑
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น วิธีการดูแลรักษาระบบประสาทและต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ภาวะการณ์เจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน วิธีปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ อธิบายสาเหตุเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำวันเป็นวิถีชีวิต เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายเล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่นกีฬา วางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุบเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น ยอมรับความต่างแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมสุนทรีย์ภาพของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย เพื่อให้มีสุขภาพกายที่แข็งแรง

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปราย เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสาร สิ่งที่เรียนรู้และนำไปประสพการณ์ไป ปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๕ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ , ม.๑/๓

พ ๒.๑ ม.๑/๑

พ ๓.๑ ม.๑/๑

ตัวชี้วัดปลายทาง ๔ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๑/๔

พ ๒.๑ ม.๑/๒

พ ๓.๑ ม.๑/๒ , ม.๑/๓

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๑๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๒
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์และอธิบายเกี่ยวกับการเลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย วิเคราะห์ที่เกิดจากภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ ทำการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย และบอกความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ และวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ เลือกออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจอย่างเต็มสามารถ และเล่นกีฬาเป็นประจำเพื่อวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี เข้าใจจำแนก และปฏิบัติตามกฎ กติกา ในการเล่นและแข่งขันกีฬาเพื่อความปลอดภัยตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่นประยุกต์ใช้กลไลวิธีการรุก การป้องกัน ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีมมุ่งมั่นในการเล่นและการแข่งขันกีฬาประเภทบุคคล และ/หรือทีม ประเภททีมด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา มีทักษะในการตัดสินใจและปฏิบัติหน้าที่ตามที่กลุ่มมอบหมายในการเล่นกีฬาเป็นทีม แสดง ความสำคัญของการปฏิบัติหน้าที่ตามความรับผิดชอบอย่างสร้างสรรค์ในสถานการณ์กีฬาต่าง ๆ อย่างสนุกสนาน วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ ของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปราย เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสาร สิ่งที่เรียนรู้และนำไปประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๔ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ ๓.๒ ม.๑/๑ ,ม.๑/๒ ,ม.๑/๓ ,ม.๑/๔ , ม.๑/๖

พ ๔.๑ ม.๑/๑ , ม.๑/๒ , , ม.๑/๔

พ ๕.๑ ม.๑/๒ , ม.๑/๓

ตัวชี้วัดปลายทาง ๔ ตัวชี้วัด

พ ๓.๒ ม.๑/๕

พ ๔.๑ ม.๑/๓

พ ๕.๑ ม.๑/๑, ม.๑/๔

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๓
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาวัยรุ่น ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ ปัญหากระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น วิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์ โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศและวางตัว ได้อย่างเหมาะสม เลือกออกกำลังกายและเล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจอย่างเต็มสามารถ และเล่นกีฬาเป็นประจำเพื่อวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี เข้าใจจำแนก และปฏิบัติตามกฎ กติกา และสามารถเป็นผู้ตัดสิน ในการเล่นและแข่งขันกีฬาเพื่อความปลอดภัยตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่นประยุกต์ใช้กลไกวิธีการ รุก การป้องกัน ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีมมุ่งมั่นในการเล่นและการแข่งขัน กีฬาประเภทบุคคล และ/หรือทีม ประเภททีมด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา มีทักษะในการตัดสินใจและปฏิบัติหน้าที่ ตามที่กลุ่มมอบหมายในการเล่นกีฬาเป็นทีม แสดง ความสำคัญของการปฏิบัติหน้าที่ตามความรับผิดชอบอย่าง สร้างสรรค์ในสถานการณ์กีฬาต่าง ๆ อย่างสนุกสนาน วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่าง ระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม สุนทรีย์ภาพ ของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปราย เพื่อให้เกิดความรู้ความ เข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสาร สิ่งที่เรียนรู้และนำประสบการณ์ไปปรับใช้ให้ เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๐ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๗ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๒/๑

พ ๒.๑ ม.๒/๑ , ม.๒/๒, ม .๒/๔

พ ๓.๑ ม.๒/๑ , ,ม.๒/๓ ,ม.๒/๔

ตัวชี้วัดปลายทาง ๓ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๒/๒

พ ๒.๑ ม.๒/๓

พ ๓.๑ ม.๒/๒

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๒๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๔
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล ผลกระทบการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพและสุขภาพจิต อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด ระบุวิธีการปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการเพิ่มพูนการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลอย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม นำหลักการความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกายการเล่นเกมและการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างละ ๑ กิจกรรม และนำความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปราย เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสาร สิ่งที่เรียนรู้และนำประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๒ ตัวชี้วัด

พ ๓.๒ ม.๒/๑ ,ม.๒/๒ ,ม.๒/๓ ,ม.๒/๔ ,ม.๒/๕

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 ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๔ ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๒/๔

พ ๔.๑ ม.๒/๑ , ม.๒/๖

พ ๕.๑ ม.๒/๓

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา ๕
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาแต่ละช่วงชีวิต อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น อนามัยแม่และเด็ก วางแผนครอบครัวและวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ สาเหตุและเสนอแนวทางป้องกันแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการอธิบายสาเหตุเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำวันเป็นวิถีชีวิต เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายเล่นกีฬาคตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง มีวินัย ปฏิบัติตาม กฎ กติกา และข้อตกลง ในการเล่นกีฬาที่เลือกวางแผนการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลอย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม นำหลักการ ความรู้และทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกายการเล่นเกมและการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระยะ ร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างละ ๑ กิจกรรม และนำความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเอง กับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรียภาพ ของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปรายเพื่อให้ เกิดความรู้ความเข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และนำไปประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๔ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๒

พ ๒.๑ ม.๓/๑

พ ๓.๑ ,ม.๓/๒ ,ม.๓/๓

พ ๓.๒ ,ม.๓/๑

ตัวชี้วัดปลายทาง ๔ ตัวชี้วัด

พ ๑.๑ ม.๓/๓

พ ๒.๑ ม.๓/๒ , ม.๓/๓

พ ๓.๑ ม.๓/๑

คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

พ๒๓๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา ๖
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑.๐ หน่วยกิต

ศึกษา วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับการกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยรุ่นต่าง ๆ โดยคำนึงถึง ความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย ของคนไทย รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญห สุขภาพในชุมชนวางแผนและจัดการในเวลาการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวน เพื่อให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ แสดงวิธีการช่วยฟื้นฟูกำลังกายอย่างถูกต้อง ศึกษาความรู้เกี่ยวกับการเพิ่มพูนการมีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬารักษาร่างกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลง ในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองในสังคม จำแนก กลวิธีการรุก การป้องกันและการใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือก และตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสม กับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่น วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น แสดงความมีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมสุนทรีย์ภาพ ของการเล่นกีฬา รักการออกกำลังกาย การเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

โดยใช้กระบวนการการเรียนรู้แบบร่วมมือ สืบค้นข้อมูล วิเคราะห์ และอภิปรายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ สำนึกในคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้และ นำประสบการณ์ไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิต

รหัสตัวชี้วัด รวมทั้งสิ้น ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ ๓.๒ ม.๓/๒ ,ม.๓/๓ ,ม.๓/๔ ,ม.๓/๕

พ ๔.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๓ , ม.๓/๔,

พ ๕.๑ ม.๓/๑ , ม.๓/๓ , ม.๓/๔

ตัวชี้วัดปลายทาง ๕ ตัวชี้วัด

พ ๓.๑ ม.๓/๓

พ ๔.๑ ม.๓/๒ , ม.๓/๕

พ ๕.๑ ม.๓/๒ , ม.๓/๕

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก ตัวชี้วัดปลายทาง 2.อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน 2.บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง ตัวชี้วัดปลายทาง 3.บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง	- สมาชิกในครอบครัว ความรัก ความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว - สิ่งที่ชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง) - ลักษณะความแตกต่างของเพศชาย เพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ ตัวชี้วัดปลายทาง 2. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	- ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียง - กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. ออกกำลังกาย และเล่นตามคำแนะนำอย่างสนุกสนาน ตัวชี้วัดปลายทาง 2. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา ข้อตกลง ในการเล่นตามคำแนะนำ	- กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
 มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย 2. บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิด	- ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน	

	ขึ้นกับตนเอง ตัวชี้วัดปลายทาง 3.ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติ-แห่งชาติตามคำแนะนำ	- มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวหนัง) - ฟกช้ำ ฯลฯ - การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ	
--	---	---	--

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.1	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ระบุสิ่งทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน 2.แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้าย ที่บ้านและโรงเรียน ตัวชี้วัดปลายทาง 3.บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	- สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน - การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน - การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลืออันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่นเหลือ	

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน 2.อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ตัวชี้วัดปลายทาง 3.อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	-ลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ) - ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว 2.บอกความสำคัญของเพื่อน ตัวชี้วัดปลายทาง 3.ระบุพฤติกรรม ที่เหมาะสมกับเพศ 4.อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิง หรือเพศชาย	-บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว ตนเอง ,พ่อ แม่,พี่น้อง และญาติ - ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พุดคุย ปรีกษา เล่น ฯลฯ) - พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ ความเป็นสุภาพบุรุษและความเป็นสุภาพสตรี - ความภาคภูมิใจในเพศหญิงหรือเพศชาย	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ตัวชี้วัดปลายทาง 2.เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	- ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน ตัวชี้วัดปลายทาง 2.ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม	- กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี 2. เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ 3. ระบุของใช้ และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ ตัวชี้วัดปลายทาง 4. อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น 5. ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	- ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส - มีความสุข - มีความปลอดภัย - อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ - ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ - อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ - อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ - วิธีปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.2	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. บอกชื่อยาสามัญประจำบ้านและใช้ยาตามคำแนะนำ 2. ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน	อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก	

	3.ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย ตัวชี้วัดปลายทาง 4.อธิบายสาเหตุ อันตรายวิธีป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ 5.ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำและทางบก	-สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - โทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว -สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือนอัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ	
--	---	---	--



ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ 2.เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ตัวชี้วัดปลายทาง 3.ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสำคัญ และความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง 2.บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ ตัวชี้วัดปลายทาง 3.อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	- ความสำคัญของครอบครัว ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม - การศึกษา - วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิด - วิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ อย่างมีทิศทาง ตัวชี้วัดปลายทาง 2.เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบ บังคับทิศทางในการเล่น เกม เบ็ดเตล็ด	- การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยืด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอย-หลัง กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบโดยมีการ บังคับทิศทาง เช่น ดัด ขว้าง โยนและรับ - วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ อย่างมีทิศทาง	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่นจุดด้อยและข้อจำกัดของตนเอง ตัวชี้วัดปลายทาง 2.ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	-กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด -กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. จำแนกอาหารหลัก 5 หมู่ 2. อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค 3. แสดงวิธีการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี 4. เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ 5 หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสม ตัวชี้วัดปลายทาง 5. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	- อาหารหลัก ๕ หมู่ - การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค - การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคลุมบริเวณขอบเหงือกและคอฟัน) - การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ) - การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.3	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ ตัวชี้วัดปลายทาง 2.แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	- วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง - การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ - การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บห้ามเลือด ฯลฯ)	



ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย 2.อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโตและพัฒนาการ ตัวชี้วัดปลายทาง 3.อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	- การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจ ตามวัย (ในช่วงอายุ ๙ – ๑๒ ปี) - ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพการเจริญเติบโตและพัฒนาการ -วิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายคุณลักษณะของความ เป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว 2.แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย ตัวชี้วัดปลายทาง 3.ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	- คุณลักษณะของความ เป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว - พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย -วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ๒.ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด ๔.เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย 1 ชนิด	- การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดด-เหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควบม้า และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น บอล เชือก - กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ - เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด - กีฬาพื้นฐาน เช่น แร้งบอล แอนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น ตัวชี้วัดปลายทาง 2.ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น	- กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น เกมเบ็ดเตล็ด - การออกกำลังกาย และการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ 2.อธิบายสภาวะอารมณ์ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ 3. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค ตัวชี้วัดปลายทาง 4. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	- ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ - การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกต้องลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ -วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.4	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. อธิบายความสำคัญของการใช้ยาและใช้ยาอย่างถูกวิธี 2. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แผลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ตัวชี้วัดปลายทาง 3. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่และการดื่มสุราที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน	- ความสำคัญของการใช้ยาและหลักการใช้ยา วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แผลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา - การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ - ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน	

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ ตัวชี้วัดปลายทาง 2.อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	- ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ - วิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย 2.ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ตัวชี้วัดปลายทาง 3.อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม	-ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ) -พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว -การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง -การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.จัดรูปแบบการเคลื่อนไหว แบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด 2.เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือก และกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบพลัด 3.ควบคุมการเคลื่อนไหว ในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุล ตัวชี้วัดปลายทาง 4.แสดงทักษะกลไก ในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา 5.เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ 1 ชนิด	- การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหว ร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติกิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบตามแบบที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นต้น - เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบพลัดที่มีการตี เชี่ย รับ – ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง - การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล - ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ 2. ปฏิบัติตนตามสิทธิของ	- การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา - กฎ กติกาในการเล่นกีฬา	

	ตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่น และยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่น เกมกีฬาไทยและกีฬาสากล ตัวชี้วัดปลายทาง 3. ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่น เกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ตาม ชนิดกีฬาที่เล่น 4. เล่นกีฬา ที่ตนเองชอบอย่าง สม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือก ใน วิธีปฏิบัติของตนเองอย่าง หลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา	ไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่ เล่น - สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่น เกมและกีฬา	
--	---	---	--

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. แสดงพฤติกรรม ที่เห็นความสำคัญของการ ปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติ แห่งชาติ 2. ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อ ใช้สร้างเสริมสุขภาพ 3. วิเคราะห์สื่อโฆษณาใน การตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมี เหตุผล 4. ปฏิบัติตนในการป้องกัน โรคที่พบบ่อยใน ชีวิตประจำวัน ตัวชี้วัดปลายทาง 5. ทดสอบและปรับปรุง สมรรถภาพทางกายตามผลการ ทดสอบสมรรถภาพทางกาย	- ความสำคัญของการปฏิบัติตน ตามสุขบัญญัติแห่งชาติ - แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูล ข่าวสารทางสุขภาพ - การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและ ผลิตภัณฑ์สุขภาพ(อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแล สุขภาพในช่องปาก ฯลฯ) - การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การปรับปรุงสมรรถภาพทาง กายตามผลการทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.5	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด 2. วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา 3. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด ตัวชี้วัดปลายทาง 4. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ 5. ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ - ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา - การหลีกเลี่ยงสารเสพติด - อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ) - การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	

ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ ตัวชี้วัดปลายทาง 2.อธิบายวิธีการดูแลระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	- ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ - วิธีการดูแลระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1.อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ตัวชี้วัดปลายทาง 2.วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	- ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น - พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. แสดงทักษะการเคลื่อนไหว ร่วมกับผู้อื่นในลักษณะ แบบผลัด และแบบผสมผสานได้ตามลำดับ ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง 2. จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหว ร่างกายในการเล่น เล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น 3. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐาน การศึกษาหาความรู้เรื่องอื่นๆ ตัวชี้วัดปลายทาง 4. ใช้ทักษะกลไกเพื่อปรับปรุง เพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา ๕. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม ได้อย่างละ 1 ชนิด	- การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหาร ประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้น พื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่าง่าย ๆ - การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นเกมและกีฬา - การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลาน เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง - การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติ กิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา - การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐาน การศึกษาหาความรู้	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสมรรถภาพ ทางกายและ การสร้างเสริมบุคลิกภาพ 2. เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผนและสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ 3. เล่นกีฬา ที่ตนเองชื่นชอบ และสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ 4. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น ตัวชี้วัดปลายทาง 5. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกันและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา 6. เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีความสุข มีน้ำใจนักกีฬา	- ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ - การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน - การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ - การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ - การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน - กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น - กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา - การสร้างความสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นและกีฬา	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสีndrome ที่มีผลต่อสุขภาพ 2. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย 3. แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม ตัวชี้วัดปลายทาง 4. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	- ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ - ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ - การป้องกันและแก้ไขปัญหาสีndrome ที่มีผลต่อสุขภาพ - พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม - การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ป.6	ตัวชี้วัดระหว่างทาง 1. วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม 2. ระบุวิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ	ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม - การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ - สาเหตุของการติดสารเสพติด---	

	ตัวชี้ปลายทาง 3. วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติดและชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	- ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	
--	--	---	--



ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น ๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ๓. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน ตัวชี้วัดปลายทาง ๔. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	• ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น • วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ • การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง • แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม ๒. แสดงทักษะการปฏิเสธ เพื่อป้องกัน	• การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ • การยอมรับ และ การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง	

	ตนเองจากการถูกล่วงละเมิด ทางเพศ	ทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ -การเปี่ยงเบนทางเพศ	
--	---------------------------------	--	--

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด ๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	- หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา - การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑา ประเภตุลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วอลเลย์บอล - การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี ๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น ๓. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น ๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ ๕. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น ตัวชี้วัดปลายทาง ๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	• ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี • การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน • การเล่นกีฬาไทย และ กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม • การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น • กฎ กติกา การเล่นเกม และการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น • รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก • การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม • การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจาก ๒. การภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ๔. การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ ตัวชี้วัดปลายทาง ๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	• หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย • ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน • เกณฑ์ มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย • วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ใน เกณฑ์ มาตรฐาน • วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพ ทางกายตาม ผลการทดสอบ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด ๓. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ ตัวชี้วัดปลายทาง ๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	- การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย -เป็นลม -บาดแผล -ไฟไหม้ -กระดูกหัก -น้ำร้อนลวก ฯลฯ - ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด - อาการของผู้ติดสารเสพติด - การป้องกันการติดสารเสพติด - ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ - ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด -ทักษะการคิดวิเคราะห์ -ทักษะการสื่อสาร -ทักษะการตัดสินใจ -ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ	

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	- การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น - ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ ๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม ตัวชี้วัดปลายทาง ๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ - ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน - โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ๔ - โรคเอดส์ - การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ - ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม - ปัญหาทางเพศ - แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง ๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ ๑ ชนิด ๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	- การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา - การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล วอลเลย์บอล เทควันโด - ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน - การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต ๒. เลือกเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เล่นกีฬาตาม ความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก ๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม ๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	• สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอจนเป็นวิถีชีวิต • การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ • การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม • การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา • วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง • รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม • ประโยชน์ของการเล่นและการทำงานเป็นทีม • หลักการให้ความร่วมมือในการเล่นการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม • การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง	

		-การเลือกวิธีเล่น -การแก้ไขข้อบกพร่อง -การเพิ่มทักษะ • การสร้างแรงจูงใจและ การสร้างความมุ่งมั่นในการ เล่นและแข่งขันกีฬา	
--	--	--	--

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ ๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต ๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ตัวชี้วัดปลายทาง ๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล ๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด ๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	• การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ • ผลกระทบของเทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ • ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ • ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต • ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต • วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด • เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย • การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. ระบุวิธีการ ปัจจัย และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดยาเสพติด ๒. อธิบายวิธีการ หลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยง และสถานการณ์เสี่ยง ตัวชี้วัดปลายทาง ๓. ใช้ทักษะชีวิตในการ ป้องกันตนเองและ หลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	• วิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดยาเสพติด • การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง -การมั่วสุม -การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปใน แหล่งอบายมุข -การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน - ฯลฯ • ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และ หลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	

ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

สาระที่ ๑ การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๑.๑ : เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วง ของชีวิต ๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น ตัวชี้วัดปลายทาง ๓. วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	- การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย -วัยทารก -วัยก่อนเรียน -วัยเรียน -วัยรุ่น -วัยผู้ใหญ่ -วัยสูงอายุ - อิทธิพลและความคาดหวังของสังคม ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น - สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น -โทรทัศน์ -วิทยุ -สื่อสิ่งพิมพ์ -อินเทอร์เน็ต	

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ ๓. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกันแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	- องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ -อนามัยแม่และเด็ก -การวางแผนครอบครัว - ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ -แอลกอฮอล์ -สารเสพติด -บุหรี่ -สภาพแวดล้อม -การติดเชื้อ -โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์ - สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว - แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล
 มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒ .นำหลักการ ความรู้ และทักษะ ในการ เคลื่อนไหว กิจกรรมทาง กาย การเล่นเกม และ การเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่าง ต่อเนื่อง เป็นระบบ ตัวชี้วัดปลายทาง ๑ .เล่นกีฬาไทยและ กีฬาสากลได้อย่างละ ๑ ชนิดโดยใช้เทคนิค ที่เหมาะสมกับตนเองและ ทีม ๓ .ร่วมกิจกรรม นันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลัก ความรู้วิธีการไปขยายผล การเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	• เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่ เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตะกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล • การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นเกม กีฬาไปใช้เป็นระบบสร้าง เสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง • การจัดกิจกรรม นันทนาการแก่ผู้อื่น	

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. มีมารยาทในการเล่น และดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา ๒. ออกกำลังกายและเล่น กีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำ แนวคิดหลักการจากการ เล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนด้วยความ ภาคภูมิใจ ๓. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือก และนำแนวคิดที่ได้ไป พัฒนาคุณภาพชีวิต ของ ตนในสังคม ๔. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการ เล่นกีฬาที่เลือกและ ตัดสินใจเลือกวิธีที่ เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ ตามสถานการณ์ของการ เล่น ๕. เสนอผลการพัฒนา สุขภาพของตนเองที่เกิด จากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็น ประจำ	• มารยาทในการเล่นและ การดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจ นักกีฬา • การออกกำลังกายและการ เล่นกีฬาประเภทบุคคล และ ประเภททีม • การนำเสนอผลการณ์ แนวคิดจากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาไป ประยุกต์ใช้ในการพัฒนา คุณภาพชีวิต • กฎ กติกาและข้อตกลง ในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น • การ ประ ยุ ก ต์ ประสิทธิภาพการปฏิบัติตาม กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพ ชีวิตของตนในสังคม • วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธี การรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ ของการเล่น • การพัฒนาสุขภาพตนเอง ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ ๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทาง แก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน ๔. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย ๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	• การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ • วัยทารก วัยเด็ก วัยก่อนเรียน วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ • โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โรคติดต่อ เช่น - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น -โรคหัวใจ -โรคความดันโลหิตสูง -เบาหวาน -มะเร็ง ฯลฯ • ปัญหาสุขภาพในชุมชน • แนวทางแก้ไข ปัญหาสุขภาพในชุมชน • การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย • การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ	

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง	สาระการเรียนรู้ท้องถิ่น
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	- ปัจจัยเสี่ยง และ พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ - แนวทางการป้องกัน ความเสี่ยงต่อสุขภาพ - ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง - วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง - อิทธิพลของสื่อต่อ พฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ - ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ - วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ	

ส่วนที่ ๔
การวัดและประเมินผลการเรียน



การวัดและประเมินผลการเรียน

การวัดผลและประเมินผลของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาใช้วิธีการตรวจสอบพัฒนาการของผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นทั้งด้านความรู้ ความคิด ความสามารถ ทักษะและกระบวนการ เจตคติ คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมในรายวิชาตามสภาพความเป็นจริงของการปฏิบัติกิจกรรมในระหว่างการเรียนรู้แต่ละครั้งโดยใช้เครื่องมือและวิธีการวัดที่หลากหลายอย่างมีประสิทธิภาพถ้าผู้เรียน คนใดไม่สามารถกระทำกิจกรรมผ่านเกณฑ์ได้ก็จะมีสอนเสริมหากิจกรรมให้ทำเพิ่มเติมเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สำหรับผู้เรียนที่สามารถกระทำกิจกรรมได้ดีก็หากิจกรรมหรือแหล่งค้นคว้าเพิ่มเติมให้ เพื่อเสริมความรู้ความสามารถยิ่งขึ้นและให้เป็นพี่เลี้ยงช่วยเหลือเพื่อน

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้แบ่งออกเป็น ๔ ระดับ ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษา และระดับชาติ มีรายละเอียดดังนี้การประเมินระดับชั้นเรียนเป็นการตรวจสอบว่า ผู้เรียนมีพัฒนาการความก้าวหน้าในการเรียนรู้ อันเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้หรือไม่ และมากน้อยเพียงใด มีสิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาปรับปรุงและส่งเสริมในด้านใด นอกจากนี้ยังเป็นข้อมูลให้ผู้สอนใช้ปรับปรุงการเรียนการสอนของตนด้วย ทั้งนี้ให้สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

เกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียน

ระดับประถมศึกษา

- (๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด (เวลาเรียนทั้งหมด ระดับ ป.๑-ป.๓ ๒๐๐ ชั่วโมง/ปีเวลาเรียนทั้งหมดระดับ ป.๔-ป.๖ ๑๖๐ ชั่วโมง/ปีระดับ ม.๑-ม.๓ เวลาเรียนทั้งหมด ๑๒๐ ชั่วโมง/ปี)
- (๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของจำนวนตัวชี้วัดปลายทางของกลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ
- (๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ ไม่น้อยกว่าระดับ “ ๑ ” จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์
- (๔) นักเรียนต้องได้รับการประเมิน และมีผลการประเมิน การอ่าน คติวิเคราะห์และเขียนตามรูปแบบของแต่ละชั้นเรียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในระดับ “ ผ่าน ” ขึ้นไป
- (๕) นักเรียนผ่านเกณฑ์การประเมินให้ระดับผลการเรียน ๘ ระดับคือ

ระดับผลการเรียน	ความหมาย	ช่วงคะแนนร้อยละ
๔	ผลการเรียน ดีเยี่ยม	๘๐ - ๑๐๐
๓.๕	ผลการเรียน ดีมาก	๗๕ - ๗๙
๓	ผลการเรียน ดี	๗๐ - ๗๔
๒.๕	ผลการเรียน ค่อนข้างดี	๖๕ - ๖๙
๒	ผลการเรียน น่าพอใจ	๖๐ - ๖๔
๑.๕	ผลการเรียน พอใช้	๕๕ - ๕๙
๑	ผลการเรียน ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	๕๐ - ๕๔
๐	ผลการเรียน ต่ำกว่าเกณฑ์	๐ - ๔๙

ระดับมัธยมศึกษา

๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้น ๆ

๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของจำนวน ตัวชี้วัดปลายทางของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

สำหรับระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับ

แนวการให้ระดับผลการเรียน ๘ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับดังแสดงในตาราง ดังนี้

ระดับผลการเรียน	ความหมาย	ช่วงคะแนนร้อยละ
๘	ผลการเรียน ดีเยี่ยม	๘๐ - ๑๐๐
๓.๕	ผลการเรียน ดีมาก	๗๕ - ๗๙
๓	ผลการเรียน ดี	๗๐ - ๗๔
๒.๕	ผลการเรียน ค่อนข้างดี	๖๕ - ๖๙
๒	ผลการเรียน ปานกลาง	๖๐ - ๖๔
๑.๕	ผลการเรียน พอใช้	๕๕ - ๕๙
๑	ผลการเรียน ผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ	๕๐ - ๕๔
๐	ผลการเรียน ต่ำกว่าเกณฑ์	๐ - ๔๙





คำสั่งโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

ที่ ๒๘ / ๒๕๖๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงเอกสารประกอบหลักสูตรโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)
(ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ตามที่ โรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) ได้ดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) (ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑สู่การปฏิบัติในโรงเรียนและห้องเรียนนั้น สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักข้อความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัด ปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ลงวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ ได้จำแนกเป็น ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด ตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้ จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และผู้เรียนมีคุณภาพ ตามที่หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ ให้การจัดการศึกษาของสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสอดคล้อง กับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการ ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ และเพื่อให้การจัดการเรียน การสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่นคล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้และเอกสารประกอบหลักสูตร เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล จึงอาศัยอำนาจตามพระราชบัญญัติระเบียบบริหาร กระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ.๒๕๔๖ มาตรา ๓๙(๑)-(๖) และพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา พ.ศ.๒๕๔๗ มาตรา ๒๗ (๑)-(๖) แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้และเอกสารประกอบหลักสูตร ดังต่อไปนี้

๑) คณะกรรมการอำนวยการ ประกอบด้วย

- | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| ๑. นางวนิชชา เตียววานิชย์ | ผู้อำนวยการโรงเรียน | ประธานกรรมการ |
| ๒. นางณัฐนิภา เสนทองแก้ว | กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ | รองประธานกรรมการ |
| ๓. นางดวงเพ็ญ อินทร์แก้ว | กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย | กรรมการ |
| ๔. นายพงศกร โสภา | กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา | กรรมการ |
| ๕. นางจิราพร ขอนแก้ว | หัวหน้างานวิชาการ | กรรมการและเลขานุการ |
| ๖.นางสาวชุตติกาญจน์ แม้นเมฆ | ผู้ช่วยหัวหน้างานวิชาการ | ผู้ช่วยกรรมการและเลขานุการ |

มีหน้าที่ วางแผนดำเนินการปรับปรุง ควบคุม กำกับ ติดตาม ดูแลให้คำปรึกษา แนะนำช่วยเหลือ แก่ผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย

๒) คณะกรรมการดำเนินปรับปรุงหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้และเอกสารประกอบหลักสูตร ประกอบด้วย

๒.๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย

- | | |
|---------------------------|--|
| ๑.นางดวงเพ็ญ อินทร์แก้ว | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางสาวนงลักษณ์ ทองสีสัน | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๓.นางสาววิไลลักษณ์ คำคง | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๔.นางสาวชนิกานต์ แซ่ปึก | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๕.นางสาวกชพร หมุนหลี่ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๖.นางฐานิตา แก้วมหา | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๗.นางเฉลิมขวัญ ทองสุก | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๒ กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์

- | | |
|---------------------------|--|
| ๑.นางณัฏฐนิภา เสนทองแก้ว | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางจิราพร ขอนแก้ว | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๓.นางสาวอัญชลี แพเพชรทอง | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๔.นางสาวทिया บัวมณี | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๕.นางราศรี วิชัยดิษฐ์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๖.นางสาวเพียงใจ อภินนพงษ์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๗.นางสาวธิติมา ตุกชูแสง | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๓ กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

- | | |
|------------------------------|--|
| ๑.นางสาวปิยวรรณ ศิริสุทธิ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางสาวจรรยาภรณ์ ศิริกาญจน์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๓.นางสาวชุดิภาญจน์ แม้นเมฆ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๔.นางสาวนวกร ศรีทองฉิม | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๔ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา

- | | |
|-----------------------------|--|
| ๑.นางรัตติยา ธีระเผ่าพันธุ์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางสาวสุภารัตน์ เพชรรอด | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๓.นายพานุ นราภัย | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๔.นายปิยวัชร อักษรสม | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๕ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

- | | |
|-----------------------|--|
| ๑.นายพงศกร โสภา | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางสาวกมลชนก บุญชุม | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๖ กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ

- | | |
|------------------------------------|--|
| ๑.นายวีระพงษ์ รอดเมื่อ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.ว่าที่ ร.ต.จิรวุฒิ โชติถิรสมพงศ์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๓.นางสาวขวัญจิรา เพ็งหนู | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๗ กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ

- | | |
|----------------------|--|
| ๑.นางสาวอ้อมใจ อร่าม | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า |
| ๒.นางพัชรา จามพัฒน์ | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |

๒.๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ

- ๑.นางปัทมา จินดากาญจน์ ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า
- ๒.นางสาววิชุดา เสือแก้ว ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)
- ๓.นางณฐมน แก้วอำดี ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)
- ๔.นางสาวณัฐกฤตา ทองพงษ์ ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

๒.๙ หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย

- ๑.นางสาวเสาวลักษณ์ จันทร์ล่อง ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) หัวหน้า
- ๒.นางอรพรรณ สุวรรณบุตร ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)
- ๓.นางสาวชนิษฐา กาบขุนทด ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)
- ๔.นางสาวณิชา มีแสง ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

มีหน้าที่ ประเมินหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้ รายงานการใช้หลักสูตรและปรับปรุงหลักสูตรให้เป็นไปตามแนวทางการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้น พื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน

ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ ด้วยความตั้งใจ เอาใจใส่เพื่อให้เกิดผล ดีต่อทางราชการต่อไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๙ มีนาคม พ.ศ.๒๕๖๗



(นางวนิชา เดี่ยววานิชย์)

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์)

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | |
|-----------------------------|--|
| ๑. นางวณิชชา เตียววณิชย์ | ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๒. นางณัฏฐนิภา เสนทองแก้ว | หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ |
| ๓. นางดวงเพ็ญ อินทร์แก้ว | หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย |
| ๔. นายพงศกร โสภา | หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาฯ |
| ๕. นางจิราพร ขอนแก้ว | หัวหน้างานวิชาการ |
| ๖. นางสาวชุติกัญจน์ แม้นเมฆ | ผู้ช่วยหัวหน้างานวิชาการ |

ผู้จัดทำ

- | | |
|------------------------|--------------------------------------|
| ๑. นายพงศกร โสภา | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |
| ๒. นางสาวกมลชนก บุญชุม | ครูโรงเรียนวัดท่าไทร(ดิตถานุเคราะห์) |



2024



WWW.TSK.AC.TH

โรงเรียนวัดท่าไทร(ดิศตานุเคราะห์)
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี เขต 1
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษานับพันฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ