



แผนการจัดการเรียนรู้

รายวิชา แร่บอล รหัสวิชา พ22104

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

ครูอัตราจ้าง

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนสตรีศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาร้อยเอ็ด



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 7

ชั่วโมงที่ 20-22

เรื่อง การยิงประตู (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การยิงประตูเป็นหัวใจและขั้นตอนที่สำคัญที่สุดในการเล่นแร่บอล ทั้งนี้เพราะแร่บอลเป็นกีฬาที่ตัดสินกันที่ทีมใดที่ยิงประตูทำได้มากที่สุด ทีมนั้นก็จะเป็นฝ่ายชนะ นักเรียนทุกคนจึงควรฝึกฝนวิธีการยิงประตูแบบต่างๆ ให้ชำนาญและแม่นยำ

สาระการเรียนรู้

1. การยิงประตู
2. แบบฝึกการยิงประตู

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายและปฏิบัติวิธีการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ได้ถูกต้อง
2. สามารถอธิบายและปฏิบัติวิธียิงประตูสองมือระดับอกได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนการสอน

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

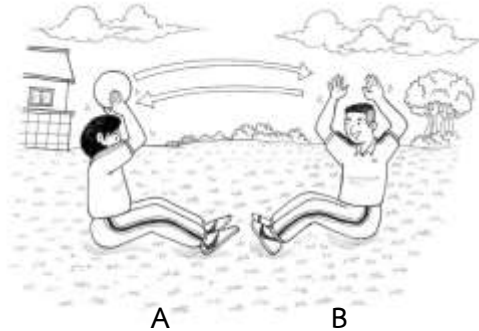
1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่ม หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจเครื่องแต่งกายตลอดจน สุขภาพทุกๆ ไปของสมาชิกและรายงานครูทราบ

2. นักเรียนอบอุ่นร่างกาย โดยสมาชิกกลุ่ม 5 และกลุ่ม 6 นำเสนอท่าบริหาร กลุ่มละ 4 ท่า โดยไล่ตามอวัยวะต่างๆ ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า
3. รวมกลุ่มนักเรียนแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

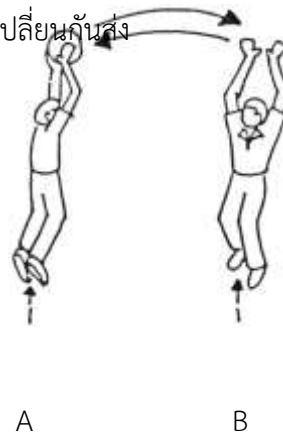
ชั้นสอน

4. ทบทวนกับคู่ การยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ ใช้เวลา 3 นาที
5. อธิบายพร้อมสาธิตวิธีการยิงประตูแบบสองมือพร้อมภาพประกอบ
6. นักเรียนจับคู่ฝึกทักษะ ดังนี้

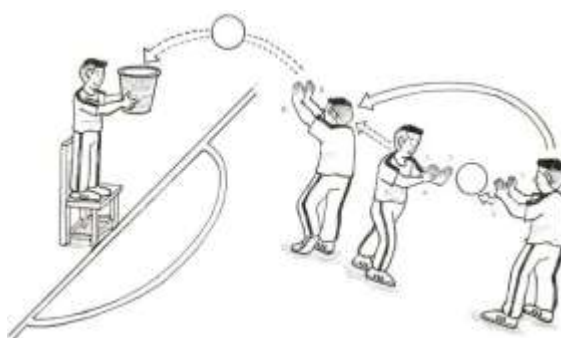
- 6.1 ผู้เล่น 2 คน (A และ B) นั่งเหยียดขาตรง ห่างกัน 2 เมตร หันหน้าเข้าหากัน แล้วส่งบอลด้วยสองมือเหนือศีรษะให้กันจำนวน 30 ครั้ง



- 6.2 ผู้เล่น 2 คน (A และ B) ยืนห่างกัน 1 เมตร A โยนลูกบอลสองมือให้ B กระโดดขึ้นไปรับด้วยสองมือ B เมื่อรับลูกบอลแล้วลงสู่พื้นส่งลูกสองมือระดับอกให้ A แล้วเริ่มต้นส่งใหม่ ทำติดต่อกัน 10 ครั้งแล้วให้เปลี่ยนกันส่ง



- 6.3 วิ่งอ้อมยิงประตู



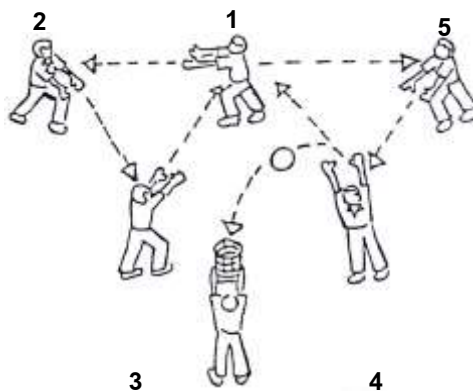
1

2

1

วิธีปฏิบัติ

1. ให้นักเรียนเข้าแถวตอนลึก 2 แถว ดังภาพ โดยมีนักเรียน 1 คน ยืนบนเก้าอี้ถือตะกร้า
 2. แถว 1 ถือลูกบอล เริ่มเล่นโดย แถว 1 ส่งลูกบอลให้แถว 2 แล้ว 1 วิ่งอ้อม 2
 3. 2 เมื่อรับลูกบอลแล้ว ให้ส่งกลับไปหา 2 อีกครั้ง
 4. 1 ยิงประตูแบบสองมือ แล้ววิ่งไปต่อท้ายแถว 1 และ 2 ต่อแถว 1
 5. นักเรียนที่ฝึกปฏิบัติการยิงประตูแล้วให้สลับกับเพื่อนที่ทำหน้าที่ถือตะกร้าบ้าง
 6. เวียนปฏิบัติจนครบทุกคน
 7. ใช้เวลา 8 นาที
- 6.4 ยิงประตูสองมือตามสัญญาณนกหวีด



วิธีปฏิบัติ

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มผันตามตำแหน่งที่กำหนดให้
2. 1 และ 4 ถือลูกแชร์บอลไว้และมีนักเรียน 1 คน ถือตะกร้า ผันตะกร้า 3 และ 4 ห่างประมาณ 4 เมตร

3. เริ่มต้นโดย 1 ส่งลูกบอลให้ 2 2 ส่งให้ 3 3 ส่งให้ 1
4. ขณะที่ 1 ส่งลูกบอลให้ 2 นั้น 4 ส่งลูกบอลให้ 1 1 ส่งให้ 5 5 ส่งให้ 4
5. ส่งลูกบอลไปมา เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ผู้ใดครอบครองลูกบอลอยู่ให้ยิงประตูแบบสองมือ
6. ใช้เวลา 8 นาที
7. ขณะนักเรียนปฏิบัติทักษะ ครูคอยสังเกตพฤติกรรมแล้วคอยกระตุ้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม ทุกคน

ขั้นสรุป

8. นักเรียนเข้าแถวตอนลึกตามกลุ่มที่จัดให้ฝึกทักษะสุดท้ายแล้วส่งผู้แทนกลุ่มช่วยกันสรุปผลการฝึกปฏิบัติการยิงประตูสองมือ ปัญหาในการฝึกปฏิบัติและแนวทางแก้ไข สมาชิกในกลุ่มอื่นช่วยเสนอแนะทางแก้ไข เพิ่มเติม ครูสรุปรายละเอียดอีกครั้งและแจ้งการทดสอบทักษะการยิงประตู
9. มอบหมายนักเรียนฝึกซ้อมนอกเวลาเพื่อจะได้นำมาใช้ประโยชน์ในการเล่นแชร์บอลได้อย่างสนุกสนาน สอดแทรกความมีระเบียบวินัยความรับผิดชอบต่อตนเอง ดูแลสุขภาพตนเองด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำโดยการใช้กีฬาที่ตนเองชอบเป็นสื่อในการออกกำลังกาย
10. นักเรียนทุกกลุ่มช่วยเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลให้เรียบร้อยและบอกให้นักเรียนดูแลตัวเองในเรื่องความสะอาดก่อนจะไปเรียนในคาบต่อไป

สื่อการเรียนการสอน

1. แบบฝึกทักษะ
2. ภาพประกอบการยิงประตูสองมือ
3. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
4. นกหวีด
5. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม

3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน
เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก ฐ และ ท)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11

วิชา แร่บอล ช่วงชั้นที่ 3 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ ชั่วโมงที่ 23-24 เรื่อง กติกาการแข่งขันและสัญญาณมือในการตัดสินแร่บอล

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

กฎกติกาการแข่งขันและระเบียบในการเล่นหรือการแข่งขัน นักเรียนทุกคนจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในกติกาการเล่น สามารถดูเป็น เล่นได้ถูกต้อง และสามารถตัดสินการแข่งขันในกลุ่มสมาชิกของตนเองได้

สาระการเรียนรู้

1. กติกาการแข่งขันกีฬาแร่บอล
2. สัญญาณมือผู้ตัดสินกีฬาแร่บอล

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถบอกและอธิบายกติกาการเล่นกีฬาแร่บอลได้
2. สามารถบอกและแสดงสัญญาณมือในการตัดสินกีฬาแร่บอลได้

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่มที่กำหนด หัวหน้ากลุ่มสำรวจจำนวนสมาชิกตรวจสอบเครื่องแต่งกาย

2. อบอุ่นร่างกายโดยแต่ละกลุ่มนำอบอุ่นร่างกายภายในกลุ่มของตนเอง 2 นาที โดยเน้นให้บริหาร ทุกส่วนของร่างกายไล่ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า
3. ให้นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดาน 2 แถว ด้านเส้นข้าง โดยให้แถวที่ 1 หันหน้าเข้าหาครูในแถวที่ 2 โดยแถวที่ 1 หันหลังเข้าสนามวิ่งถอยหลัง ลักษณะป้องกันคู่ที่อยู่ในแถวที่ 2 โดยคนในแถวที่ 2 จะต้องวิ่งหลอกไปด้านซ้ายบ้าง ขวาบ้าง พอเลยครึ่งสนามให้วิ่งหนีโดยเร็วไปยังเส้นข้างอีกด้าน คนป้องกันก็กลับตัววิ่งไล่ตามให้ทัน
4. เทียบกลับให้เปลี่ยนแถวที่ 2 เป็นคนป้องกัน แถวที่ 1 เป็นฝ่ายวิ่งหลอก ซ้าย-ขวา พอเลยครึ่งสนามให้วิ่งหนีมายังเส้นเริ่ม
5. นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่มแล้วแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

ขั้นตอน

6. นักเรียนจับคู่กันต่อลูกแชร์บอล 1 ใบ แล้วทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา
 - 6.1 โยนลูกบอลให้คู่กระโดดรับ 10 ครั้ง แล้วสลับกัน
 - 6.2 รับ-ส่ง ลูกบอลไป-มา (ทำทุกแบบการส่งลูกบอล)
 - 6.3 ส่งลูกบอลให้ยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่และยิงประตูสองมือ 10 ครั้ง แล้วสลับกันยิงประตู
7. เรียกนักเรียนรวมตามกลุ่ม ช่วยกันสรุปการปฏิบัติกิจกรรมแล้วให้นักเรียนศึกษาเอกสารการเรียนรู้ เรื่องวิธีการเล่น แชร์บอลและกติกาการเล่นแชร์บอล
8. ครูอธิบายวิธีการเล่นบนสนามจำลองและตอบข้อซักถามจนเข้าใจ
9. กำหนดสนามสอบและการสอบการส่งลูกสองมือระดับอกทีละ 2 คู่ โดยให้การส่งลูกไป-มา 20 ครั้ง กับคู่ที่นักเรียนเลือก ผู้ใดทดสอบเสร็จแล้วให้เข้ากลุ่มแทนผู้ที่เข้าสอบชุดต่อไป เพื่อฝึกการเล่นทีม
10. นักเรียนที่รอการทดสอบ แบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน ส่งตัวแทนลงฝึกแข่งขัน 2 สนาม โดยกำหนดการจบเกม 5 ลูก แล้วผลัดกันลงสนามฝึกจนครบทุกคน

ขั้นสรุป

11. นักเรียนทุกคนนั่งตามกลุ่ม ร่วมกันสรุปบทเรียนตามข้อซักถามและครูสอดแทรกคุณธรรมด้านความมีระเบียบ มีน้ำใจนักกีฬา ช่วยเหลือกัน
12. ให้หัวหน้ากลุ่มรวบรวมเอกสารการเรียนรู้ส่งคืน และครูแจกเอกสารการเรียนรู้ เรื่องวิธีการของฝ่ายรุกและฝ่ายรับให้นักเรียนทุกคนศึกษานอกเวลาเรียนเพื่อใช้เรียนในคาบต่อไป

13. นักเรียนตรวจสอบอุปกรณ์ นำเก็บเข้าที่ แล้วสำรวจการแต่งกายสถานที่เรียน และเน้นย้ำเรื่อง สุขปฏิบัติก่อนขึ้นเรียนในคาบต่อไป

สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. แบบทดสอบ

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก ข)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก ค)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก ญ)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 25-26

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

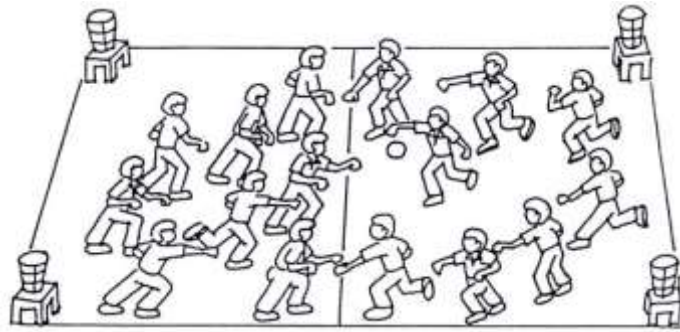
ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มจำนวน 7 – 8 กลุ่ม เข้าแถวตอนลึกตามกลุ่ม โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มตั้งชื่อกลุ่ม เพื่อใช้จัดการแข่งขันในลำดับต่อไป
2. หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจสอบเครื่องแต่งกาย รายงานผลต่อครู
3. นักเรียนอบอุ่นร่างกายตามกลุ่ม โดยให้ทุกคนออกมานำกายบริหารคนละ 1 ท่า ให้บริหารทุกส่วนของร่างกาย ตั้งแต่ศีรษะถึงข้อเท้า ในท่าที่เหมาะสมด้วยการบริหารกล้ามเนื้อแขน หัวไหล่ ลำตัว สะโพก ขาและข้อต่อต่างๆ โดยเฉพาะกล้ามเนื้อแขน ขาและข้อเท้า
4. แจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวังให้นักเรียนทราบ

ขั้นสอน

5. อธิบายตำแหน่งหน้าที่ของการผู้เล่นในสนาม จำนวน 7 คน ดังรายละเอียด
 - 5.1 ผู้เล่นยิงประตู มีหน้าที่ยิงประตูและยิงลูกโทษตลอดทั้งช่วยผู้เล่นอื่นในแดนรุกและแดนกลาง
 - 5.2 ผู้เล่นรุก มีหน้าที่ช่วยในแดนรุกและแดนกลาง ในบางโอกาสจะทำหน้าที่ยิงประตูด้วย
 - 5.3 ผู้เล่นรูกกลาง มีหน้าที่รับลูกบอลจากแดนรับ ส่งต่อให้ผู้เล่นแดนรุก
 - 5.4 ผู้เล่นกลาง มีหน้าที่การเล่นระหว่างแดนรุกและแดนรับ
 - 5.5 ผู้เล่นป้องกันกลาง มีหน้าที่ช่วยในแดนรับและแดนกลาง เพื่อส่งให้ผู้เล่นแดนรุก
 - 5.6 ผู้เล่นป้องกัน มีหน้าที่ปิดลูกบอลของฝ่ายตรงข้ามไม่ให้ลงเตะกร้าและช่วยผู้เล่นกลาง
 - 5.7 ผู้รักษาประตู มีหน้าที่คอยรับลูกบอลจากการยิงประตูของฝ่ายตนเองในการรุก ผู้เล่นทุกคน (ยกเว้นผู้ถือเตะกร้า) เมื่อมีโอกาสสามารถทำหน้าที่ยิงประตูเพื่อทำคะแนนให้ฝ่ายตนเองได้ตลอดเวลา
6. ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติหน้าที่ฝ่ายรุกและฝ่ายรับ โดยครูกำหนดตำแหน่งให้แต่ละคน ส่วนนักเรียนที่เหลือให้เป็นผู้สังเกตการณ์ เพื่อที่จะได้นำไปฝึกด้วยตนเอง
7. ครูสาธิตวิธีการรุกแบบ 3 : 2 แบบ 2 : 3 และ 2 : 1 : 2 พร้อมให้นักเรียนสาธิตบนสนามจริง และอธิบายรูปแบบการรับต้องปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ของเล่นฝ่ายรุก
8. ทำการทดสอบการส่งลูกกระดอนกับคู่ไป – มา จำนวน 20 ครั้ง โดยสอบตามลำดับเลขที่ทีละ 3 คู่

9. ระหว่างรอการทดสอบให้นักเรียนกลุ่ม 1 เล่นกับกลุ่ม 2 กลุ่ม 3 เล่นกับกลุ่ม 4 กลุ่ม 5 เล่นกับกลุ่ม 6 โดยให้ฝึกทักษะการรุกที่เรียนมาแล้ว และนำมาประยุกต์สร้างรูปแบบการรุกของตนเองอย่างหลากหลาย



วิธีปฏิบัติ

1. แต่ละคู่ แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 ฝ่ายๆ ละเท่ากัน
2. เริ่มเล่นจากการเสี่ยงเลือกแดนหรือเลือกเล่นก่อน
3. ฝ่ายที่เล่นก่อนนำลูกบอลจากกลางสนามโดยการส่งและรับกับ ฝ่ายเดียวกัน ยิงประตูของตัวเองในแดนของฝ่ายตรงข้าม ซึ่งทั้ง 4 มุม จะมีตะกร้าวางบนเก้าอี้ชนิดไม่มีพนักพิง
4. ฝ่ายใดยิงประตูได้ ให้มาเริ่มเล่น ณ วงกลมกึ่งกลางสนาม
5. การยิงประตูลงตะกร้า 1 ครั้ง ได้ 2 คะแนน

ขั้นสรุป

10. เมื่อนักเรียนทดสอบเสร็จ ให้สลับการเล่นกับเพื่อนในกลุ่มเพื่อทำการทดสอบต่อไป
11. เมื่อสอบครบทุกคนให้นักเรียนนั่งรวมตามกลุ่ม แล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงวิธีการรุกทั้ง 3 แบบ ว่าแสดงถึงระเบียบวินัย ความมีน้ำใจนักกีฬาและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างไรบ้าง
12. ครูเน้นย้ำเรื่องสุขปฏิบัติหลังการเล่นกีฬา แล้วสำรวจการแต่งกายและความสะอาดสถานที่เรียน

สื่อการเรียนการสอน

1. แบบฝึกปฏิบัติ
2. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 27-28

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

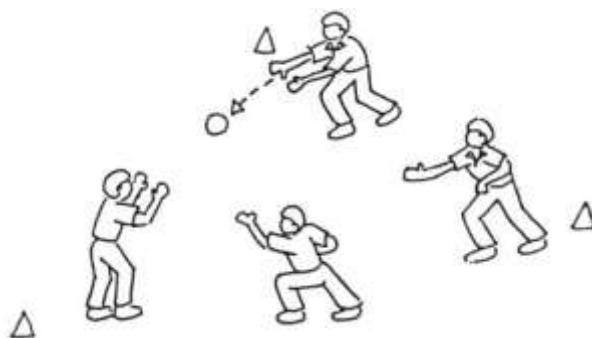
กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามทีมที่ได้คัดเลือกไว้ในคาบที่ 12 หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อสมาชิก เครื่องแต่งกาย รายงานผลครู
2. ผู้แทนกลุ่มที่เป็นเลขคู่ในแต่ละกลุ่ม ส่งตัวแทนนำบริหารร่างกาย โดยต้องคำนึงถึงองค์ประกอบ ดังนี้
 - 2.1 การทรงตัว ยืนขาเดียว กระโดดสปริงตัวปลายเท้า
 - 2.2 ความแข็งแรงกล้ามเนื้อหน้าท้อง ลูกนั่ง 30 วินาที
 - 2.3 ความอ่อนตัว นั่งเหยียดเท้า ก้มตัวแตะปลายเท้า
 - 2.4 ความอดทน หมุนเอว หมุนข้อเท้า หมุนข้อมือ ดันพื้น 10 ครั้ง
 - 2.5 ความว่องไว กระโดดแยกเท้าชิดเท้า
3. นักเรียนนั่งเป็นแถวตามกลุ่ม ครูแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

ขั้นสอน

4. ครูอธิบายถึงความสัมพันธ์ของการส่งลูกและรับลูกบอล รวมถึงความสำคัญของการยิงประตูที่แม่นยำ
5. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 4 คน แยกฝึกทักษะการส่งการรับและการยิงประตู เน้นความมีน้ำใจ นักกีฬาและความมีระเบียบวินัย



วิธีปฏิบัติ

1. นักเรียน 3 คน ยืนเป็นรูปสามเหลี่ยมห่างกันระยะ 5 – 6 เมตร ส่งรับลูกบอลไปมาในแบบต่างๆ และจะต้องส่งลูกบอลภายใน 3 วินาที

2. คนที่เหลือเป็นลิง คอยแย่งลูกบอล
3. เมื่อได้ยินสัญญาณนกหวีด ลูกบอลอยู่ที่ใครให้ยิงประตูแทนการส่ง
4. คนเป็นลิงแย่งลูกบอลได้ คนที่ถูกลูกบอลครั้งสุดท้ายมาเป็นลิงแทนและใครทำลูกบอลออกมาเป็นลิงแทน
5. ใช้เวลา 5 นาที
6. รวมนักเรียนแล้วให้ร่วมกันคิดแบบฝึกทักษะรวมเฉพาะกลุ่มของตนเองขึ้นและลองปฏิบัติตามขั้นตอน อาจใช้หลายๆ ทักษะรวมแบบฝึกเดียวกัน และให้ตั้งชื่อแบบฝึก โดยกำหนดเวลา 10 นาที

ขั้นสรุป

7. นัดหมายในคาบเรียนสัปดาห์ต่อไปจะทำการทดสอบทักษะการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ ผสมผสานกับการฝึกการแข่งขัน
8. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่
9. สำนวณความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดสถานที่เรียนและความสะอาดของตนเอง

สื่อการเรียนการสอน

1. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 14

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 29-30

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่น กีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการ เสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตามกลุ่ม 6 แถว หัวหน้ากลุ่มประจำชั่วโมงสำรวจจำนวนสมาชิก ตรวจสอบเครื่อง แต่งกาย รายงานผลต่อครู
2. ครูแจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวังให้นักเรียนทราบ
3. อบอุ่นร่างกายโดยแยกกันปฏิบัติตามกลุ่มของตนเองใช้เวลา 2 นาที (ครูคอยสังเกต พฤติกรรมภาวะผู้นำ – ผู้ตามของแต่ละกลุ่ม)

ขั้นสอน

4. อธิบายมารยาทผู้เล่นผู้ดูที่ดีตามเอกสารการเรียนรู้
5. กำหนดวิธีการสอบและสนามสอบ ทำการทดสอบทักษะการยิงประตูมือเดียวเหนือไหล่ โดย กำหนดให้สอบทีละ 2 คู่ ผลัดกันทดสอบ คนหนึ่งทดสอบ อีกคนหนึ่งคอยเก็บลูกบอลให้ ผู้ ที่ทดสอบแล้วให้ไปลงสนามฝึกการเล่นทีมต่อไป ส่วนนักเรียนที่รอการทดสอบให้เล่นทีม
6. นักเรียนที่รอการทดสอบแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม โดยนักเรียนเลขที่จำนวนคู่ ชาย 1 กลุ่ม หญิง 1 กลุ่ม และนักเรียนเลขที่จำนวนคี่ ชาย 1 กลุ่ม หญิง 1 กลุ่ม แล้วให้แต่ละกลุ่มใส่เสื้อทีมที่ เตรียมไว้ลงแข่งขัน
7. กลุ่มนักเรียนชายแข่งขันสนาม 1 ส่วนกลุ่มนักเรียนหญิงแข่งขันสนาม 2 โดยมีคนที่ไม่ได้ลง แข่งขันของแต่ละกลุ่ม นั่งรอบสนาม ฝึกนับคะแนน ตัดสิน สังเกตการเล่น มารยาทของผู้ดู ผู้แข่งขัน ได้ปฏิบัติตามกติกากการแข่งขันมากนักน้อยเพียงใด และควรแก้ไขข้อบกพร่องอย่างไร และหมุนเวียน การเล่นจนครบทุกคน
8. ใช้ระเบียบการแข่งขันตามกติกากการแข่งขัน ดำเนินการแข่งขันคู่ละ 24 นาที พักระหว่างครึ่ง 2 นาที

ขั้นสรุป

9. หลังจากทดสอบครบทุกคนให้นักเรียนร่วมกันเป็นกลุ่มของตนเองและสุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 2 คน ออกมาช่วยกันสรุปข้อบกพร่องจากการแข่งขันและประโยชน์ที่ได้จากการแข่งขันและ ชักถามการวางตัวในสังคมที่ถูกต้องตามกติกา มารยาทของผู้เล่นและผู้ดูที่ดี

10. ครูสรุปเพิ่มเติมโดยเน้นการปฏิบัติกิจกรรมและการอยู่ร่วมกันในสังคมสอดแทรกคุณธรรมการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สร้างสรรค์สังคมตลอดจนการประพฤติตนที่เหมาะสมในการเป็นผู้เล่นและผู้ดู
11. นัดหมายการเรียนรู้ในสัปดาห์ถัดไป
12. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่และสำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกายดูแลความสะอาดของตนเองให้เรียบร้อย

สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 31-32

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

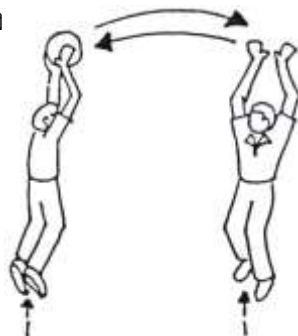
กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

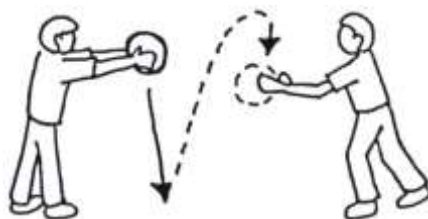
1. นักเรียนเข้าแถวหน้ากระดานกลุ่มเลขที่จำนวนคู่และเลขที่จำนวนคี่โดยเข้าแถว
นักเรียนชาย 1 แถว นักเรียนหญิง 1 แถว แล้วให้ตัวแทนกลุ่มสำรวจจำนวน
สมาชิก เครื่องแต่งกายรายงานผลต่อครู
2. แจ้งผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง
3. อบอุ่นร่างกายโดยแยกกันปฏิบัติตามกลุ่ม ใช้ท่าบริหารร่างกาย โดยท่าที่อบอุ่นร่างกายนั้น
ต้องคำนึงถึงองค์ประกอบดังนี้ การทรงตัว ความอ่อนตัว ความอดทน ความว่องไวและ
ความเร็ว

ขั้นสอน

4. ทบทวนทักษะการรับส่งลูกบอลโดยปฏิบัติตามขั้นตอน ดังนี้
 - 4.1 ให้นักเรียนจับคู่กัน 2 คน ยืนห่าง 2 เมตร กระโดดรับ-ส่งลูกบอลด้วยลูก สองมือเหนือ
ไหล่ จำนวน 10 ครั้ง



- 4.2 จับคู่ยืนห่างกัน 4 เมตร ให้ผู้ส่งทุ่มลูกบอลลงพื้นกระดอนห่างจากคู่ 1-2 เมตร ผู้รับ
จะต้องวิ่งไปรับลูกบอลก่อนที่ลูกบอลจะตกพื้นเป็นครั้งที่ 2 และเมื่อรับลูกบอลได้แล้วก็
ทุ่มลูกบอลลงพื้นระหว่างคู่เช่นกัน ฝึกกันทุ่มและรับลูกบอล ทำจำนวน 10 ครั้ง



5. รวมนักเรียน แล้วชี้แจงการทดสอบทักษะการยิงประตูสองมือโดยทดสอบตามเลขที่ทีละ 2 คู่ ผู้ที่ทดสอบแล้วให้ลงฝึกการเล่นทีมต่อไป ส่วนนักเรียนที่รอการทดสอบให้เล่นทีม
6. นักเรียนที่รอการทดสอบแบ่งเป็น 4 กลุ่ม เหมือนคาบเรียนที่ 14 แล้วให้ตัวแทนแต่ละกลุ่ม ใส่เสื้อทีมที่เตรียมไว้ ลงทำการแข่งขัน โดยนักเรียนชายแข่งขันสนาม 1 นักเรียนหญิงแข่งขันสนาม 2 ส่วนที่เหลือแบ่งหน้าที่ปฏิบัติโดยเป็นผู้ตัดสิน นับคะแนน
7. ใช้ระเบียบการแข่งขันตามกติกาการแข่งขัน โดยดำเนินการแข่งขันคู่ละ 20 นาที พักระหว่างครึ่ง 2 นาที
8. ขณะแข่งขัน ครูสังเกตพฤติกรรมนักเรียน และคอยตอบข้อสงสัยกับเหตุการณ์ในสนาม
9. ครูแนะนำนักเรียนในการแข่งขัน เน้นความสนุกสนาน ความปลอดภัย มารยาทผู้เล่น ผู้ดูที่ดี ความมีน้ำใจนักกีฬาและแลกเปลี่ยนประสบการณ์การแข่งขันกับเพื่อนในกลุ่ม

ขั้นสรุป

10. เมื่อเสร็จจากการแข่งขันแล้ว ให้ทุกคนนั่งรอบสนาม ครูชมเชยนักเรียนที่ปฏิบัติกิจกรรมได้ดี
11. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปผลการแข่งขัน ชี้จุดดี จุดอ่อนของวิธีการเล่นและการเล่นแชร์บอลที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
12. นักเรียนทุกกลุ่มช่วยกันเก็บอุปกรณ์การเล่นแชร์บอลเข้าที่ และให้นักเรียนรักษาความสะอาดหน้าตา ล้างมือให้เรียบร้อยก่อนเรียนในคาบต่อไปและเน้นย้ำถึงความสำคัญของสุขปฏิบัติหลังจากการเรียนพลศึกษาหรือการออกกำลังกาย

สื่อการเรียนการสอน

1. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม

3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 33-34

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

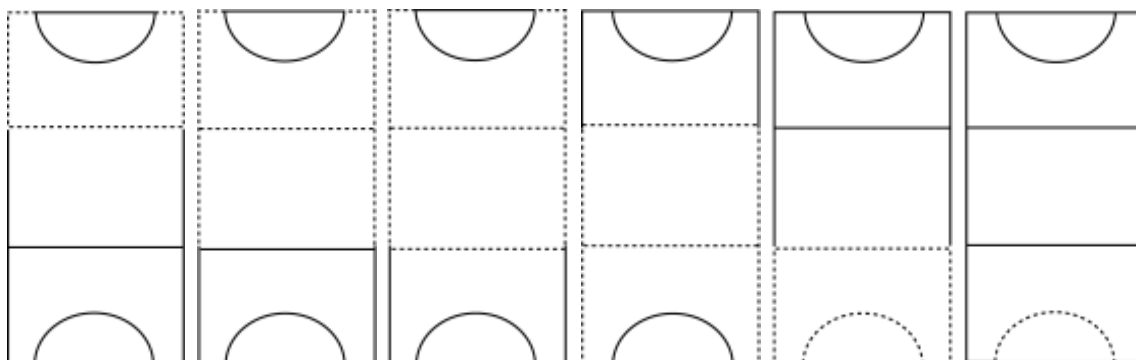
1. นักเรียนเข้าแถวตามที่ได้คัดเลือกไว้ หัวหน้ากลุ่มสำรวจรายชื่อจำนวนสมาชิกตรวจ
เครื่องแต่งกาย รายงานผลต่อครู
2. นักเรียนบริหารร่างกาย ดังนี้
 - 2.1 นักเรียนจับคู่ วิ่งเป็นแถวรอบสนามแชร์บอล 3 รอบ ขณะวิ่งให้บริหารร่างกายไปในตัว
พอวิ่งมาถึงกรวยยางที่ตั้งไว้เป็นระยะให้กระโดดแบบต่างๆ
 - 2.2 กระโดดเข้าคู่
 - 2.3 กระโดดเท้าเดียวด้วยเท้าขวา
 - 2.4 กระโดดเท้าเดียวด้วยเท้าซ้าย
 - 2.5 วิ่งซิกแซกตามระยะกรวยยาง
3. ชี้แจงบทเรียนในคาบนี้

ขั้นสอน

2. อธิบายวิธีการประสานการเล่นระหว่างผู้เล่นแต่ละตำแหน่งในทีมซึ่งถ้ามีการประสานงาน
กันดี จะช่วยในการรุก การรับที่ดี และแสดงถึงวิธีการส่งรับลูกบอลที่ดี

สัญลักษณ์

..... พื้นที่การเล่น
_____ นอกพื้นที่การเล่น



ผู้เล่นยิงประตู ผู้เล่นรุก ผู้เล่นรุกรกลาง ผู้เล่นป้องกันกลาง ผู้เล่นป้องกัน ผู้รักษาประตู

5. กำหนดให้นักเรียนที่จะลงแข่งขัน 2 สโมสรโดยแบ่งกลุ่มนักเรียนชาย-หญิง กลุ่มละ 7-8 มีชาย 3-4 คน หญิง 3-4 ดังนี้

สโมสร 1

ทีม 1 พบกับทีม 2 ให้ทีม 5 และทีม 6 ตัดสิน

ทีม 5 พบกับทีม 6 ให้ทีม 1 และทีม 2 ตัดสิน

สโมสร 2

ทีม 3 พบกับทีม 4 ให้ทีม 7 และทีม 8 ตัดสิน

ทีม 7 พบกับทีม 8 ให้ทีม 3 และทีม 4 ตัดสิน

โดยกำหนดเวลาการแข่งขันคู่ละ 24 นาที ครึ่งละ 12 นาที พัก 1 นาที

6. เมื่อแข่งขันจนครบเวลา ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทบทวนฝึกซ้อมการเล่นโดยไม่ต้องบันทึกผล
ขั้นสรุป

7. รวมกลุ่มนักเรียนทั้งหมด ครูสรุปผลการแข่งขันนักเรียนทุกคนร่วมกันสรุปทบทวนวิธีการเล่นและกติกาการเล่น พร้อมทั้งชี้ประเด็นหลักๆ และข้อคิดสำคัญๆ ให้นักเรียนทราบอีกครั้งเพื่อนำไปปรับปรุงและพัฒนาตนเอง
8. สอดแทรกการปฏิบัติตนในการปฏิบัติร่วมกันตามกติกา เน้นความมีวินัยในตนเองที่จะปฏิบัติตามกฎกติกาของสังคมและเล่นกันได้อย่างปลอดภัย
9. แจ้งโปรแกรมการแข่งขันในคาบต่อไป โดย
- ทีม 1 พบกับ ทีม 3
- ทีม 2 พบกับ ทีม 4
- ทีม 5 พบกับ ทีม 7
- ทีม 6 พบกับ ทีม 8
10. นักเรียนทุกคนช่วยสำรวจอุปกรณ์การเล่นแล้วเก็บเข้าที่
11. สำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดสถานที่เรียนและย้ำเตือนการรักษาความสะอาดตนเองก่อนเรียนคาบต่อไป

สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แร่บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. อุปกรณ์การเล่นแร่บอล
3. นกหวีด
4. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 17

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 35-36

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. สำนักรวรายชื่อจำนวนสมาชิก การแต่งกาย โดยหัวหน้ากลุ่มแล้วรายงานครู
2. นักเรียนอบอุ่นร่างกายตามกลุ่มของตนเอง ใช้ท่าบริหารแขน ไหล่ ลำตัว ขาและข้อเท้าที่นักเรียนได้ฝึกมาแล้ว
3. แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้ในคาบเรียนนี้

ขั้นสอน

4. หลังจากอบอุ่นร่างกายเสร็จ ให้ทุกคนหาที่ว่าง ยืนทรงตัวขาเดียวก้มตัวยกเท้าซ้ายไปข้างหลัง-มือขวาขนานกับพื้น 10 วินาที และยกเท้าขวาไปข้างหลัง มือซ้ายขนานกับพื้นอีก 10 วินาที หลังจากนั้นให้จับคู่ แล้วปฏิบัติ ดังนี้
 - 4.1 ยืนหันหน้าเข้าหากัน ยกเท้าคนละข้างแล้วต่างจับข้อเท้ากดเข้าของคู่พร้อมที่กระโดดเท้าเดียว 5 ครั้ง แล้วสลับเท้าอีกข้างหนึ่งกระโดดเท้าเดียวอีก 5 ครั้ง
 - 4.2 ยืนแยกเท้า 1 ช่วงไหล่ ห่างจากคู่ 1 เมตร หันหน้าเข้าหากันต่างจับมือเหวี่ยงแขนไปทางซ้าย 5 ครั้ง ทางขวา 5 ครั้ง
 - 4.3 จับคู่เหมือนเดิมหันหน้าเข้าหากัน ใช้ย่อเข้า หาทางเตะหัวเข่าของคู่เบาๆ และคอยหลบหลีกไม่ให้เพื่อนเตะ กำหนดเวลา 1 นาที
5. ครูแจ้งนักเรียนที่จะลงแข่งขัน ดังนี้
 - สนาม 1
 - ทีม 1 พบกับทีม 3 ให้ทีม 5 และทีม 7 ตัดสิน
 - ทีม 5 พบกับทีม 7 ให้ทีม 1 และทีม 3 ตัดสิน
 - สนาม 2
 - ทีม 2 พบกับทีม 4 ให้ทีม 6 และทีม 8 ตัดสิน
 - ทีม 6 พบกับทีม 8 ให้ทีม 2 และทีม 4 ตัดสินโดยกำหนดเวลาการแข่งขันคู่ละ 10 นาที ครึ่งละ 5 นาที พัก 1 นาที
6. เมื่อแข่งขันจนครบเวลา ให้นักเรียนรวมกลุ่มอีกครั้ง โดยแต่ละกลุ่มนำเสนอปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการแข่งขันต่อหน้าสมาชิกทุกคน และให้ร่วมกันแก้ปัญหาครูคอยเพิ่มเติมในสิ่งที่ยังบกพร่อง

7. นักเรียนทุกคนทำแบบทดสอบหลังเรียน 40 ข้อ ใช้เวลา 15 นาที

ขั้นสรุป

8. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปบทเรียนด้วยการซักถามนักเรียน และร่วมกันอภิปรายการนำทักษะที่เรียนมาใช้ในการเล่นทีม พร้อมทั้งเสนอข้อบกพร่องของเกมการเล่นและการนำทักษะรวมของ แชร้บอลไปใช้เล่นเพื่อประโยชน์ในการออกกำลังกายอันจะเป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงของ สุขภาพกายและจิต อีกทั้งยังช่วยสร้างความสามัคคี การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
9. แจ้งนักเรียนให้ทราบทุกคน ว่าในสัปดาห์ต่อไปจะทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายครั้งที่ 2 นักเรียนต้องเตรียมแบบบันทึกผลการทดสอบที่เคยบันทึกไปแล้วเมื่อต้นภาคเรียนมาบันทึกต่อ
10. นักเรียนช่วยกันเก็บอุปกรณ์การแข่งขันเข้าที่ แล้วสำรวจความเรียบร้อยเครื่องแต่งกาย ความสะอาดของตนเอง รวมทั้งความสะอาดสถานที่เรียนก่อนขึ้นเรียนในคาบต่อไป

สื่อการเรียนการสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร้บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์
2. แบบทดสอบ
3. อุปกรณ์การเล่นแชร์บอล
4. นกหวีด
5. นาฬิกาจับเวลา

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมการกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมการกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18

วิชา แร่บอล

ช่วงชั้นที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ 9

ชั่วโมงที่ 37-38

เรื่อง การฝึกทักษะการเล่นทีม (ต่อ)

ครูผู้สอน นางสาวภัทรา บุญวิเศษ

แนวคิด

การเล่นทีมของกีฬาแร่บอลนั้น ผู้เล่นต้องมีพื้นฐานที่ดี ร่างกายที่แข็งแรง จำเป็นต้องรู้จักนำทักษะ พื้นฐานต่างๆ ที่ได้เรียนและฝึกหัดมาแล้ว มาผสมผสานใช้ในโอกาสต่างๆ นอกจากนั้น ผู้เล่นแต่ละคนต้องรู้จักหน้าที่และมีความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดีกับผู้เล่นในทีมคนอื่นๆ เพื่อให้เกิดผลดีกับทีมมากที่สุด

สาระการเรียนรู้

1. ตำแหน่งและหน้าที่ของผู้เล่นในทีม
2. วิธีการเล่นฝ่ายรุก
3. วิธีการเล่นฝ่ายรับ
4. การประสานงานระหว่างผู้เล่น

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. สามารถอธิบายตำแหน่งหน้าที่ของฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
2. สามารถอธิบายวิธีการเล่นฝ่ายรุกและฝ่ายรับได้ชัดเจน
3. สามารถบอกวิธีการประสานงานระหว่างผู้เล่นในทีมได้ถูกต้อง

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

มีความรู้ความเข้าใจทักษะการเคลื่อนไหว เห็นคุณค่าและรักการออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีระเบียบวินัย เคารพกฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬาและมีจิตสำนึกในการเสริมสร้างสมรรถภาพเพื่อสุขภาพที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นักเรียนเข้าแถวตอนลึก 5 กลุ่มตามเลขที่ และให้หัวหน้ากลุ่มสำรวจความเรียบร้อยของการแต่งกายและรายชื่อรายงานครู
2. แจ้งบทเรียนในคาบนี้
3. นักเรียนอบอุ่นร่างกายทุกส่วน โดยให้แต่ละกลุ่มนำอบอุ่นร่างกายกันเองภายในกลุ่ม โดยบริหาร ร่างกายจากคอ หัวไหล่ เอว เข่าและข้อเท้า

ขั้นสอน

4. ทบทวนและสาธิตการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
5. นักเรียนบันทึกผลการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วเปรียบเทียบกับต้นภาคเรียนและเกณฑ์มาตรฐาน
6. นักเรียนแต่ละกลุ่มแยกกันไปเข้าฐานการทดสอบสมรรถภาพทางกายทั้ง 5 สถานี สถานีละ 1 กลุ่ม แล้ววนให้ครบทุกสถานี ใช้เวลาสถานีละ 5 นาที โดยครูคอยให้สัญญาณหวีด
7. เมื่อทุกกลุ่มทำการทดสอบเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ทุกคนสรุปผล สมรรถภาพของตนเองลงในแบบบันทึกผลแล้วเปรียบเทียบกับต้นภาคเรียน
8. นักเรียนทุกคนจะทราบผลสมรรถภาพตนเองว่ามีการพัฒนาก้าวหน้าในระดับใด ดีขึ้นหรือควรนำไปปรับปรุงแก้ไข เสริมสร้างให้สุขภาพที่ดีต่อไป
9. นักเรียนช่วยกันสรุปผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายของแต่ละคนและช่วยกันสรุปบทเรียนตามผลการเรียนรู้ที่คาดหวังในคาบนี้
10. ชื่นชมนักเรียนที่มีสมรรถภาพที่ดีขึ้นและให้กำลังใจกับนักเรียนที่มีสมรรถภาพยังไม่เป็นที่น่าพอใจ ขอให้อดทนและฝึกต่อไป

ขั้นสรุป

11. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มระดมสมองช่วยกันสรุปประโยชน์จากการเรียนแชร์บอลและการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
12. นักเรียนทำแบบวัดเจตคติวิชาแชร์บอลตามเวลาที่กำหนดแล้วรวบรวมส่งครู
13. หลังเลิกแถวให้นักเรียนดูแลความสะอาดสถานที่เรียนและสุขปฏิบัติหลังการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกาย

สื่อการเรียนรู้การสอน

1. รวมชุดสาระการเรียนรู้พื้นฐาน แชร์บอล ของสำนักพิมพ์เอมพันธ์

2. นกหวีด
3. นาฬิกาจับเวลา
4. แผ่นบาง
5. เบาะยาง
6. เทปวัดระยะทาง
7. ท่อนไม้ 8 ท่อน
8. กล้องไม้สูงจากพื้น 30 เซนติเมตร ติดไม้วัด
9. แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
10. เกณฑ์มาตรฐาน
11. แบบวัดเจตคติวิชาแซร์บอล

การวัดผลและประเมินผล

วิธีวัดผล

1. สังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม
2. สังเกตพฤติกรรมกลุ่ม
3. สังเกตและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ โดยครูและนักเรียนร่วมกันประเมิน

เครื่องมือวัดผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม (ภาคผนวก)
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ภาคผนวก)

เกณฑ์การประเมินผล

1. แบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 50% ขึ้นไป
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม เกณฑ์ผ่าน 60% ขึ้นไป
3. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คะแนนขึ้นอยู่กับการประเมินตามสภาพจริง

บันทึกหลังการสอน

(ภาคผนวก)