



แผนการจัดการเรียนรู้

วิชาสุขศึกษา 2 พ21103

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



นางกัลยา บุญดี
ครูชำนาญการพิเศษ
โรงเรียน สตรีศึกษา



แผนการจัดการเรียนรู้

รายวิชา สุขศึกษา ๒
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑
จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๒
จำนวน ๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ภาคเรียน ๒

กำหนดการใช้แผนการจัดการเรียนรู้

สัปดาห์ที่ ๑-๒๐

ผู้จัดทำแผนการสอน/ผู้ใช้แผนการจัดการเรียนรู้ นางกัลยา บุญดี

ความเห็น	ความเห็น
..... ลงชื่อ (นางกัลยา บุญดี) ครูผู้สอน	 ลงชื่อ (นางฉันทพร จันทวาท) หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา
..... ลงชื่อ (นายประภาส ศรีทอง) รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	☐ อนุมัติ ☐ ไม่อนุมัติ ลงชื่อ (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนสตรีศึกษา



คำอธิบายรายวิชาพื้นฐาน

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

วิชา สุขศึกษา ๒

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓

จำนวน ๑ คาบ/สัปดาห์

ระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ ๑ (ภาคเรียน ๒)

จำนวน ๐.๕ หน่วยกิต

จำนวนเวลาเรียนทั้งสิ้น ๒๐ คาบ/ชั่วโมง : ภาคเรียน

อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดเชื้อและป้องกันการติดเชื้อ เสพติด ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

โดยใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ แสดงวิธีการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย และแสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่างๆ

เพื่อให้เกิดทักษะการเรียนรู้สอดคล้องกับสมรรถนะผู้เรียน อันประกอบไปด้วย ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

รหัสตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๔.๑ ม. ๑/๔

พ ๕.๑ ม. ๑/๒ , ม. ๑/๓

รวมตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓ ตัวชี้วัด

รหัสตัวชี้วัดปลายทาง

พ ๒.๑ ม. ๑/๒

พ ๕.๑ ม. ๑/๑ , ม. ๑/๔

รวมตัวชี้วัดปลายทาง ๓ ตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๖ ตัวชี้วัด



โครงสร้างรายวิชา สุขศึกษา ๒

รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เวลา ๒๐ ชั่วโมง

คะแนนเต็ม ๑๐๐ คะแนน

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
๘	อันตรายจาก สารเสพติด	ตัวชี้วัดระหว่างทาง พ ๕.๑ ม.๑/๒ ม.๑/๓ ตัวชี้วัดปลายทาง -	๑. ความหมายของสารเสพติด ๒. ลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติด ๓. ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับ การเกิดโรคและอุบัติเหตุ ๔. แนวทางการป้องกันการใช้สารเสพติด ๕. การมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติด ในโรงเรียน	๓	๑๐
๙	ชักชวนทำดี หลีกเลี่ยง สารเสพติด	ตัวชี้วัดระหว่างทาง - ตัวชี้วัดปลายทาง พ ๕.๑ ม.๑/๔	๑. ปฏิกิริยาต่อการติดสารเสพติด ๒. ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิก สารเสพติด	๓	๑๐
๑๐	การปฐม พยาบาล	ตัวชี้วัดระหว่างทาง - ตัวชี้วัดปลายทาง พ ๕.๑ ม.๑/๑	๑. ความหมายและความสำคัญของการปฐม พยาบาล ๒. หลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล ๓. วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	๔	๑๐
๑๑	การ เคลื่อนย้าย ผู้ป่วย	ตัวชี้วัดระหว่างทาง - ตัวชี้วัดปลายทาง พ ๕.๑ ม.๑/๑	๑. ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือ ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ๒. หลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือ ผู้ป่วย ๓. วิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้ป่วยแบบ ต่างๆ	๔	๒๐

หน่วยที่	ชื่อหน่วย	มาตรฐานการเรียนรู้ ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้	เวลา (ชั่วโมง)	น้ำหนัก คะแนน
๑๒	การทดสอบ สมรรถภาพ	ตัวชี้วัดระหว่างทาง พ ๔.๑ ม.๑/๔ ตัวชี้วัดปลายทาง -	๑. ความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย ๒. ประเภทของสมรรถภาพทางกาย ๓. วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ๔. วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป ๕. วิธีการสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทาง กายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อสุขภาพ	๔	๒๐
สอบวัดผลระหว่างภาค				๑	๑๐
สอบวัดผลปลายภาค				๑	๒๐
รวม				๒๐	๑๐๐



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ อันตรายจากสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑ เรื่อง ความหมายของสารเสพติดและลักษณะ

และอาการของผู้ติดสารเสพติด

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๒ อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด

พ ๕.๑ ม.๑/๓ อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒.สาระสำคัญ

สารเสพติดทำให้เกิดอันตรายทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้ติดสารเสพติดจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและพฤติกรรม เนื่องจากสารเสพติดไปทำลายเนื้อเยื่อต่าง ๆ ทำให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายแย่ลง และยังทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนไปในทางที่แย่ลงต่อการดำรงชีวิตอีกด้วย

๓.จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความหมายของสารเสพติดได้

๒. อธิบายลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติดได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. มีทักษะในการสังเกตผู้ที่ติดสารเสพติด

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑.เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- ความหมายของสารเสพติด

- ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการคิดวิเคราะห์

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. เป็นผู้ใฝ่เรียนรู้
๒. เป็นผู้มีจิตสาธารณะ
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบอภิปรายและกรณีศึกษา
ชั่วโมงที่ ๑

๑. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดพื้นฐานความรู้ของนักเรียน และนำไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนในระหว่างการจัดการเรียนรู้



๒. นำภาพข่าวที่เกิดขึ้นในสังคมที่ปรากฏเป็นข่าว หรือสื่ออื่นๆเกี่ยวกับเรื่องยาเสพติด เช่น ภาพข่าวการจับกุมยาเสพติด คนเสพยาเสพติดคลุ้มคลั่ง เป็นต้น แล้วบันทึกความรู้ลงในใบงาน เรื่อง ท้นต่อเหตุการณ์ ตัวอย่างข่าว เช่น

ช่มจับคาเสไฟฟ้า ๒ โຈฬโລ่รับยาบ้า ยึดของกลางลือตใหญ่ ๑.๑ แสนเม็ด

(ที่มา : <https://www.thairath.co.th/news/crime/1111111111>)

๓. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิดที่ว่า “จากข่าวนี้นักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้างถ้านักเรียนเป็นผู้อยู่ในเหตุการณ์ นักเรียนจะอย่างไร” ครูและนักเรียนอภิปรายร่วมกัน

(ตัวอย่างคำตอบ จากข่าวทำให้รู้ว่าสารเสพติดเป็นอันตรายต่อสังคมอย่างแท้จริง ถึงกรณีที่เกิดขึ้นจะเป็นเสมือนพ่อค้าคนกลางแต่ก็เป็นเยาวชนที่ตกเป็นทาสของสารเสพติดเนื่องจากรับงานขนส่งสารเสพติด โดยแลกเปลี่ยนเป็นสารเสพติดเพื่อนำมาเสพ นอกจากนี้เห็นได้ว่าการกระทำของวัยรุ่นทั้งสองคนนี้คิดว่าได้ของที่ดีเองอยากได้มาโดยผิดวิธีโดยไม่คาดคิดถึงผลที่ตามมา)

๔. ครูเสริมให้นักเรียนถึงความหมายของสารเสพติด หมายถึง สารเคมีหรือวัตถุชนิดใด ๆ ซึ่งเมื่อเสพเข้าสู่ร่างกายด้วยการกิน ดม สูบ ฉีด หรือวิธีอื่น ๆ แล้วทำให้เกิดอันตรายต่อร่างกายและจิตใจ

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๕. เปิดวิดีโอคลิปเรื่องการบำบัดรักษา และอาการผู้ติดสารเสพติด มาให้นักเรียนสังเกต วิเคราะห์พฤติกรรม ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด ผู้ติดสารเสพติดแตกต่างจากบุคคลทั่วไปอย่างไร ให้แต่ละกลุ่มสรุปในใบงาน เรื่อง ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด

(ตัวอย่างคำตอบ ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด มี ๒ ลักษณะ ดังนี้

๑) การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เช่น

- สุขภาพทรุดโทรม

- ริมฝีปากเขียวคล้ำ แห้ง แตกถ้าเสพ โดยการสูบ
- ตาไม่ค่อยสู้แสงสว่าง
- น้ำมูกไหล น้ำตาไหล เหงื่อออกมาก กลิ่นตัวแรง สกปรก
- ร่างกายมีร่องรอยการใช้สารเสพติด
- เล็บจะมีคราบเหลืองดำสกปรก
- พฤติกรรมมีลักษณะเปลี่ยนไปจากปกติ ได้แก่ การกักตุน มีอาการว่องเหวหวอน

๒) การเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมสังเกตได้ดังนี้

- เปื้อนหน่วยงาน และการเรียน เกรง หนีโรงเรียน ระเบียบวินัยลดหย่อน
- ขาดความรับผิดชอบในหน้าที่
- บุคลิกภาพเสียไป ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง
- ชอบอยู่สันโดษ หลบหน้าเพื่อนฝูง ทำตัวลึกลับ
- ลักษณะนิสัยก้าวร้าว อารมณ์หงุดหงิด อุนเฉียว ไม่มีเหตุผล)

๖. แนะนำให้นักเรียนสืบค้นข้อมูลให้ครอบคลุมในสิ่งที่นักเรียนควรรู้ให้มากที่สุดเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดกับบุคคลที่ติดสารเสพติด โดยให้ประยุกต์การนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้

๗. ตัวอย่างแผนการจัดการเรียนรู้เป็นแนวทางให้ครูคิดกิจกรรม โดยให้นักเรียนเป็นผู้แสวงหาองค์ความรู้ด้วยตนเอง ให้นักเรียนค้นคว้าโดยใช้เทคโนโลยีและรู้จักการทำงานเป็นทีมโดยการสืบค้นกรณีศึกษาที่เกี่ยวกับเรื่อง ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติดโดยครูสามารถเป็นผู้รวบรวมข่าวเหตุการณ์ต่าง ๆ จากผู้ติดสารเสพติดแล้วก่อคดีต่าง ๆ มาเป็นกรณีศึกษาให้นักเรียนรู้จักการคิดวิเคราะห์จับประเด็นสรุปความรู้ เพื่อเป็นตัวอย่างให้นักเรียน

จากนั้นครูต้องแสวงหาวิดีโอจากหน่วยงานอื่น ๆ ที่บำบัดรักษา มาให้นักเรียนคิด วิเคราะห์ พฤติกรรมของผู้ติดสารเสพติด เปรียบเทียบกับบุคคลทั่วไปเพื่อการหลีกเลี่ยง และป้องกันตนเองจากอันตรายที่อาจได้รับในชีวิตจริง

๘. นำเสนอความรู้ที่แต่ละกลุ่มสรุปจากข่าวกรณีศึกษาที่ครูมอบหมาย

ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องความหมายของสารเสพติด และลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติดจากโปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง ความหมายของสารเสพติด และลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้ เพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)

๑๐. ครูผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนถามข้อสงสัย

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- ๑) ใบงาน เรื่อง ทนต่อเหตุการณ์
- ๒) ใบงาน เรื่อง ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

- ๑) หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
- ๒) ใบงาน เรื่อง ทันต่อเหตุการณ์
- ๓) ใบงาน เรื่อง ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด
- ๔) โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๒๑ เรื่อง ความหมายของสารเสพติด และลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติด

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชันAimphan Education 

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติดได้ (ใบงาน เรื่อง ท้นต่อเหตุการณ์)	๑.แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
	อธิบายลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติดได้ (ใบงานแผนผังความคิด เรื่อง ลักษณะและอาการของผู้ติดสารเสพติด)	๑.แบบประเมินแผนผังความคิด (Mind Mapping)	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนอธิบายเรื่องราวที่เกิดขึ้นในสังคมที่ปรากฏเป็นข่าว หรือสื่ออื่นๆเกี่ยวกับเรื่องยาเสพติด เช่น ภาพข่าวการจับกุมยาเสพติด คนเสพยาเสพติดคลุ้มคลั่ง	๑.แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะสำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	---



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ อันตรายจากสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๒ อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด

พ ๕.๑ ม.๑/๓ อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒.สาระสำคัญ

ผู้ติดสารเสพติดจะมีพฤติกรรมที่แปลกไปจากเดิม และสารเสพติดนั้นจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพผู้นั้นด้วย
ดังนั้นนักเรียนควรหลีกเลี่ยงไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด เพราะอาจเป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุและเกิดโรคต่างๆ ตามมาได้

๓.จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. หาแนวทางป้องกันการติดสารเสพติด

๒. ปฏิบัติตนตามแนวทางในการ

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา

๔. ความสามารถในการคิดวิเคราะห์

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. เป็นผู้ใฝ่เรียนรู้
๒. เป็นผู้มีจิตสาธารณะ
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบอภิปรายและกรณีศึกษา
ชั่วโมงที่ ๒

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. นักเรียนดูสื่อวีดิโอประกอบการสอนเรื่อง “สิ่งที่คุณมองไม่ได้” (เข้าถึงได้จาก : <https://www.youtube.com/watch?v=2xFFWS0hj6Q> ??)



๒. เมื่อนักเรียนดูจบ ครูซักถามนักเรียนว่าได้ข้อคิดอะไรจากที่ได้ดูวีดิโอเรื่องนี้โดยครูนำนักเรียนอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้

๒.๑ สถานการณ์ปัญหากล่าวถึงอะไร

(ตัวอย่างคำตอบ เกิดจากการใช้สารเสพติดส่งผลให้สมองติดยา ทำให้ร่างกายทรุดโทรม ขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง เกิดความขัดแย้งในครอบครัวจนก่อให้เกิดปัญหาในครอบครัว)

๒.๒ สาเหตุของสถานการณ์ปัญหาดังกล่าวเกิดจากอะไร

(ตัวอย่างคำตอบ เกิดจากการใช้สารเสพติด)

๒.๓ ถ้าปัญหาดังกล่าวเกิดขึ้นกับนักเรียนจะแก้ปัญหาอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ศึกษาหาความรู้และตระหนักถึงภัยอันตรายของสารเสพติด หาวิธีบำบัดให้กับผู้ติดสารเสพติด หากเกิดกับสมาชิกในครอบครัว ต้องคอยให้กำลังใจและสนับสนุนช่วยเหลือ)

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น ๔ กลุ่มโดยให้นักเรียนจัดบอร์ดนิทรรศการความรู้ในหัวข้อดังต่อไปนี้

- กลุ่มที่ ๑ ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค
- กลุ่มที่ ๒ ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับอุบัติเหตุ
- กลุ่มที่ ๓ แนวทางการป้องกันสารเสพติด

• กลุ่มที่ ๔ แนวทางการแก้ไขปัญหายาเสพติด

โดยให้นักเรียนศึกษาเนื้อหาสาระของแต่ละกลุ่มให้ถูกต้อง พร้อมตกแต่งบอร์ดนิทรรศการให้สวยงาม และออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

๔. ครูกล่าวถึงเกณฑ์การประเมินการนำเสนอ ดังนี้

• ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

• ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดชัดเจน

• ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจแสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๕. เมื่อกลุ่มที่ ๑ นำเสนอเสร็จแล้ว ครูเสริมเรื่องความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ ดังนี้

• เมื่อเสพสารเสพติดเข้าสู่ร่างกายในระยะแรกจะออกฤทธิ์ทำให้ร่างกายตื่นตัวหัวใจเต้นเร็ว ความดันเลือดสูง ใจสั่น ประสาทตึงเครียด แต่เมื่อหมดฤทธิ์ยาจะรู้สึกอ่อนเพลียมากกว่าปกติ ประสาทหล้า ทำให้การตัดสินใจช้าและผิดพลาด เป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุร้ายแรงได้ ถ้าใช้ติดต่อกันเป็นเวลานานจะทำให้สมองเสื่อม เกิดอาการประสาทหลอน เห็นภาพลวงตา หวาดระแวง คลุ้มคลั่ง เสียสติ เป็นบ้า อาจทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้ ในกรณีที่ได้รับยาในปริมาณมาก (Overdose) จะไปกดประสาทและระบบการหายใจ ทำให้หมดสติหรือถึงแก่ความตาย

๖. เมื่อกลุ่มที่ ๒ นำเสนอเสร็จแล้วครูเสริมเรื่องความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค ดังนี้

• การใช้สารเสพติดทุกชนิดจะก่อให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้ง่าย เพราะระบบการต้านทานโรคน้อยกว่าปกติและรักษาให้หายยาก สารเสพติดมีความสัมพันธ์กับการเกิดโรค ดังนี้

๑) ทำให้เกิดอาการชักและอาจเป็นลมบ้าหมู

๒) เสี่ยงต่อโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

๓) ทำให้ภูมิคุ้มกันในร่างกายลดลง ผู้ที่เสพสารเสพติดไม่ว่าชนิดใดก็ตาม ฤทธิ์ของยาจะทำให้ระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายเกิดความผิดปกติ

๔) ส่งผลต่อปอดและหลอดลมสารเสพติดประเภทสารระเหย ที่ต้องทำการสูดดม เช่น กาว ทินเนอร์ กัญชาเมื่อเสปเข้าไปจะส่งผลให้ปอดและหลอดลมอักเสบ นอกจากนั้นสารเสพติดดังกล่าวยังเข้าไปขัดขวางกลไกการสร้างเม็ดเลือดแดง ครูเสริมความรู้เกี่ยวกับเรื่องบุหรี่ไฟฟ้า สามารถบูรณาการร่วมกับกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (สาระเคมี) โดยให้นักเรียนวิเคราะห์กลไกการทำงานของบุหรี่ไฟฟ้าและเปรียบเทียบว่า บุหรี่โรงงาน พ(Manufactured cigarettes) กับ บุหรี่ไฟฟ้าชนิดใดส่งผลต่อร่างกายมากกว่ากัน

(ตัวอย่างคำตอบ ไม่ว่าชนิดใดก็ส่งผลเสียทั้งต่อร่างกายตนเองและผู้อื่นเนื่องจากบุหรี่ยัดเป็นสิ่งแปลกปลอมและสิ่งที่ไม่จำเป็นต่อร่างกาย)

๗. เมื่อกลุ่มที่ ๓ นำเสนอเสร็จแล้วครูเสริมเรื่องตัวอย่างการเสพสารเสพติดที่ทำให้เกิดโรค

๑) การเสพยาบ้า มีผลต่อจิตใจทำให้เกิดโรคจิตชนิดหวาดระแวง ส่งผลให้มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป

๒) การสูบบุหรี่ ทำให้เกิดโรคที่พบได้บ่อย คือ ถุงลมโป่งพอง เป็นโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ

๓) การเสพยาเสพติดเป็นอันตรายต่อระบบทางเดินหายใจมีอาการระคายเคืองหลอดลม เยื่อจมูกมีเลือดออก หลอดลมอักเสบ ระบบทางเดินอาหารจะมีเลือดออกในกระเพาะอาหาร เนื้อตับถูกทำลายระบบทางเดินปัสสาวะ จะทำให้ไต อักเสบจนถึงพิการ ระบบหัวใจและหลอดเลือด

๔) การดื่มสุราทำให้เกิดโรคพิษสุราเรื้อรังมีโอกาสเป็นโรคมะเร็งตับ

๘. เมื่อกลุ่มที่ ๔ นำเสนอเสร็จแล้วครูเสริมเรื่องความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดอุบัติเหตุครูกล่าวว่าการใช้สารเสพติดนอกจากจะก่อให้เกิดอุบัติเหตุหรือผลกระทบด้านต่าง ๆ ต่อตนเองแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อคนอื่น เพราะฉะนั้นนักเรียนไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด เพื่อลดอุบัติเหตุและผลกระทบต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น จะทำให้ชุมชนเกิดความปลอดภัย

๙. จากนั้นครูให้นักเรียนศึกษาเกี่ยวกับระดับแอลกอฮอล์ในเลือด ดังนี้ระดับแอลกอฮอล์ในเลือดกับโอกาสเกิดอุบัติเหตุจราจร และให้นักเรียนศึกษาการเกิดอุบัติเหตุจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จากสารคดีเรื่อง “Reality เมาแล้วขับ”

(ที่มา : <https://www.thaihealth.or.th/Multimedia/1650/>)

ครูตั้งคำถาม ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากอะไร

(ตัวอย่างคำตอบ เกิดจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และขับขี่ยานพาหนะ)

- นักเรียนคิดว่าผู้ที่เมาแล้วขับจนเกิดอุบัติเหตุมีระดับแอลกอฮอล์ในเลือดประมาณเท่าใด เพราะเหตุใดนักเรียนถึงคิดเช่นนั้น

(ตัวอย่างคำตอบ ขึ้นอยู่กับความแตกต่างของบุคคล แต่ต้องอธิบายเหตุผลให้สอดคล้องกับปริมาณ

แอลกอฮอล์ในเลือด เช่น ๑๐๐ มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์ มีผลทำให้ความสามารถในการขับรถลดลงเฉลี่ยร้อยละ ๑๕ เนื่องจากเกิดอุบัติเหตุและอาการของผู้ขับที่สื่อสารไม่รู้เรื่อง)

- นักเรียนมีแนวทางป้องกันในการลดอัตราการเมาแล้วขับอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ศึกษาหาความรู้เพื่อให้รู้เท่าทันโทษของการเมาแล้วขับนอกจากจะส่งผลถึงตนเองแล้วยังสร้างความเดือดร้อนต่อสังคมและคนรอบข้าง)

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๑๐. นักเรียนและครูร่วมกันประเมินผลงานนำเสนอของแต่ละกลุ่ม

- ให้กลุ่มที่ไม่ได้ทำการนำเสนอให้คะแนน เป็นการใช้นิเทศการคิดขั้นสูง รวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนน มีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการนำเสนอมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการนำเสนอ

๑๑. นักเรียนสรุปความรู้ที่ได้โดยการทำใบงาน เรื่อง สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

จากนั้น ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินใบงาน เพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)

๑๒. ครูสรุปความรู้โดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ และครูเน้นย้ำและกล่าวเพื่อสร้างความตระหนักให้นักเรียนไม่ยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ดังนี้ “สารเสพติดส่งผลกระทบต่อในหลายด้าน เช่น ในระดับบุคคลทำให้เกิดผลกระทบด้านสุขภาพและด้านการเรียน ทำให้พัฒนาการหรือทักษะต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามศักยภาพ อีกทั้งยังส่งผลในระดับครอบครัว ทำให้เกิดความขัดแย้ง ความรุนแรง รวมทั้งได้รับผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อในระดับชุมชน นำไปสู่การเกิดปัญหาอาชญากรรมและปัญหาสังคมต่าง ๆ มากมายที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน”

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๒๒ เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
๓. ใบงาน เรื่อง สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชันAimphan Education

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุได้ (ใบงาน เ ร อ ง สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ)	๑. แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน ๒. แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน ๒. ตรวจใบงาน เรื่อง ข้อเสนอแนะในการกินอาหารตามหลักโภชนาบัญญัติ	๑. ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป ๒. ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ ระดับคุณภาพดีขึ้นไป
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/ กระบวนการ (P)	๑. การจัดนิทรรศการ เรื่อง ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับอุบัติเหตุ แนวทางการป้องกันสารเสพติด แนวทางการแก้ไขปัญหาสารเสพติด	๑.แบบประเมินการจัดนิทรรศการ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ อันตรายจากสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด

และการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๒ อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด

พ ๕.๑ ม.๑/๓ อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒.สาระสำคัญ

การดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด ซึ่งเป็นปัญหาสาธารณสุขระดับประเทศ ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกัน
ดำเนินการทั้งในชุมชนและในโรงเรียน โรงเรียนเป็นสถาบันสำคัญรองจากสถาบันครอบครัวจึงมีบทบาทสำคัญที่ทำให้นักเรียน
และเยาวชนปลอดภัยจากสารเสพติด

๓.จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายถึงความสำคัญและแนวทางของการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. หาแนวทางป้องกันการติดสารเสพติด

๒. ปฏิบัติตนตามแนวทางในการป้องกันและ

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด

- การมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการคิดวิเคราะห์

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. เป็นผู้ใฝ่เรียนรู้
๒. เป็นผู้มีความรับผิดชอบ
๓. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบอภิปรายและฝึกฝน
ชั่วโมงที่ ๓

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนสำรวจตนเองว่ามีพฤติกรรมใดในชีวิตประจำวันที่ทำแล้วพบว่าตนเอง “เกิดการเสพติดบ้าง” (ในกิจกรรมนี้รูปแบบการถามมีหลายรูปแบบ เช่น ถามแล้วได้ตอบในชั้นเรียน หรือครูให้นักเรียนเขียนข้อมูลลงในกระดาษแล้วส่งครูเพื่อสำรวจพฤติกรรมการติดสารเสพติดของนักเรียนในชั้นเรียน)

(ตัวอย่างคำ ตอบ ตื่นน้ำหวาน/น้ำอัดลม เล่นเกม การช้ยา การใช้สารเสพติด ถ้านักเรียนคนใดตอบว่าติดสารเสพติด ครูเก็บข้อมูลนักเรียนและแก้ปัญหารายบุคคล)

ครูถามต่อว่า “พฤติกรรมการเสพติดนั้นส่งผลกระทบต่ออย่างไรบ้าง”

(ตัวอย่างคำตอบ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น การตื่นน้ำหวานทำให้เป็นโรคอ้วน)

ครูกล่าวว่า “พฤติกรรมการเสพติดไม่ได้พบแต่ในกรณีที่ติดสารเสพติดเท่านั้น นักเรียนควรสำรวจตนเองว่าตนเองมีพฤติกรรมการเสพติดอะไรวิเคราะห์ข้อดี ข้อด้อย และปรับพฤติกรรมการเสพติดนั้น แต่ในสัปดาห์นี้เราจะเรียนเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันสารเสพติด และการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน”

๒. นักเรียนตอบคำถามกระตุ้นความคิดที่ว่า “ถ้าในโรงเรียนหรือชุมชนของนักเรียนมียาเสพติดแพร่ระบาด นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาและหาทางป้องกันอย่างไร”

๓. ให้นักเรียนช่วยกันตอบคำถามและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน

๔. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มละความสามารถ กลุ่มละ ๕ คน ให้นักเรียนออกแบบวิธีแก้ปัญหา

และหาทางป้องกันยาเสพติด

๕. นักเรียนเลือกวิธีที่สนใจจะนำมาแก้ปัญหาและป้องกันยาเสพติด

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๖. นักเรียนออกแบบแนวทางการป้องกันการใช้สารเสพติด โดยให้นักเรียนออกแบบอย่างสร้างสรรค์ เช่น

- กลุ่มที่ ๑ ป้ายณรงค์
- กลุ่มที่ ๒ การประชาสัมพันธ์

- **กลุ่มที่ ๓** การแสดงบทบาทสมมติ

- **กลุ่มที่ ๔** การจัดนิทรรศการ

แล้วให้นักเรียนออกมา นำเสนอหน้าชั้นเรียน โดยครูมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

- **ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ**

เช่น แสดงสมมติบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

- **ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ**

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

- **ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์**

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจ แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๗. ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันการใช้สารเสพติดและการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน โดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint ตัวอย่างเช่นการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน เช่น

๑) ศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับโทษของสารเสพติด

๒) เห็นความสำคัญของการป้องกันสารเสพติด

๓) ชักชวนเพื่อนเข้าร่วมชมรมที่เป็นประโยชน์

๔) ฝึกระวังปัญหาทั้งในโรงเรียนและชุมชน

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๘. เมื่อทำผลงานเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงานในชั้นเรียน และนำผลงานเผยแพร่สู่สื่อสังคมออนไลน์

๙. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้

๑๐. ตรวจสอบและประเมินกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียน ดังนี้

- ให้กลุ่มที่ไม่ได้ทำการแสดงให้คะแนน เป็นการใช้นวัตกรรมคิดขั้นสูง รวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการแสดงมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการแสดง

๑๑. นักเรียนสรุปความรู้ที่ได้โดยการทำใบงาน เรื่อง การป้องกันสารเสพติด จากนั้น ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินใบงาน

๑๒. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและร่วมกันสรุปความรู้ เรื่อง อันตรายจากสารเสพติด



๑๓. นักเรียนร่วมกันทำกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) การแก้ปัญหาด้วยแนวคิดเชิงนามธรรม จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบประเมินผลงานจากการทำกิจกรรม โดยพิจารณาจากผลงานตามดุลยพินิจของครู

๑๔. ครูให้นักเรียนร่วมกันตอบคำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้



๑๕. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจของนักเรียนในหน่วยการเรียนรู้ที่ ๘ และเพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)



๑๖. ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจและเฉลยใบงาน คำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้ และแบบทดสอบหลังเรียน

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง การป้องกันสารเสพติด

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑) หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒) โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๒๓ เรื่อง แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติดและการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน

๓) ใบงาน เรื่อง การป้องกันสารเสพติด

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชันAimphan Education

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายถึงความสำคัญและแนวทางของการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (ใบงาน เรื่อง การป้องกันสารเสพติด)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน/	๑. ตรวจใบงานเรื่อง การป้องกันสารเสพติด	๑. ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพดีขึ้น
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของโทษที่เกิดจากสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. หาแนวทางป้องกันการติดสารเสพติดและปฏิบัติตนตามแนวทางได้ (นักเรียนออกแบบอย่างสร้างสรรค์ เช่น ป้ายรณรงค์ การประชาสัมพันธ์ การแสดงบทบาทสมมติ การจัดนิทรรศการ เป็นต้น)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน/ ๒. แบบประเมินบทบาทสมมติ ๓. แบบประเมินการนำเสนอ ๔. แบบประเมินการจัดนิทรรศการ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะสำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙ ชักชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาสารเสพติด

และการมีส่วนร่วมในการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๔ แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่างๆ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การที่เราสามารถช่วยเหลือให้เพื่อน ลด ละ เลิก หรือไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดได้นั้น นับเป็นการช่วยเพื่อน
ให้อยู่ในสังคมและมีสุขภาพที่ดีได้ เราจึงต้องเรียนรู้ทักษะการคิด การสื่อสารเพื่อนำมาใช้อย่างเหมาะสม

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. มีความรู้และเข้าใจการใช้ทักษะ การคิด การสื่อสารที่จะนำมาช่วยเหลือผู้อื่น

๒. มีความรู้และเข้าใจผู้มีอาการผิดปกติที่เกิดจากการติดสารเสพติด

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. อธิบายกระบวนการคิด แนะนำให้ผู้อื่นปฏิบัติได้

๒. มีทักษะในการสังเกตผู้ที่ติดสารเสพติด

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- ปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติด

- ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้ที่ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดการเรียนรู้แบบจิ๊กซอว์

ชั่วโมงที่ ๔

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดพื้นฐานความรู้ของนักเรียน และนำไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้
ของนักเรียนในระหว่างการจัดการเรียนรู้



๒. ครูและนักเรียนร่วมกันกล่าวถึงสภาพสังคมไทยในปัจจุบัน มีสถานการณ์และปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้ติดสารเสพติดหลายประการ และเพื่อจะได้หลีกเลี่ยงให้ตนเองปลอดภัยจากสารเสพติดนักเรียน

ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์เสี่ยงที่ทำให้เกิดการติดสารเสพติด

๓. ครุ่นตัวอย่างภาพข่าวมาให้นักเรียนดูเป็นภาพเหตุการณ์จากการติดสารเสพติดของชายคนหนึ่งซึ่งป็นขึ้นไปบนเสาไฟฟ้า และมีเจ้าหน้าที่คอยเกลี้ยกล่อมให้ยอมลงมา และให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน

(ตัวอย่างคำตอบ ขึ้นอยู่กับความแตกต่างของนักเรียน เช่น เกิดผลข้างเคียงจากสารเสพติดที่ทำให้ชายคนดังกล่าวเกิดอาการ คลุ้มคลั่งโดยทำการปีนเสาไฟ ชาวบ้านจึงได้แจ้งเจ้าหน้าที่เข้ามาดูสถานการณ์)

๔. ครูและนักเรียนร่วมกันพูดถึงปัญหาสารเสพติดซึ่งคนส่วนใหญ่ก็มักจะมุ่งความสนใจไปที่กลุ่มผู้ผลิต ผู้ค้า และผู้เสพสารเสพติดโดยเฉพาะผู้เสพสารเสพติดที่เป็นเยาวชนซึ่งเป็นผู้เสียหายโดยตรง จึงทำให้ทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นบิดามารดา ครู ผู้ปกครอง องค์กรภาครัฐ และภาคเอกชนตลอดจนสื่อมวลชนต่างก็ให้ความสนใจที่จะเข้ามามีส่วนร่วมในการป้องกันและ

แก้ไขปัญหาระบาดของสารเสพติด โดยเฉพาะการพยายามสื่อสารเพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องแก่เด็กและเยาวชนให้มีชีวิตที่ดีงาม ห่างไกลจากสารเสพติดซึ่งต้องระมัดระวังทั้งในเรื่องของการสรรหาวิธีการและเลือกเพื่อนเนื้อหาข้อความที่เข้าถึงเยาวชนได้ตรงจุด เพราะเด็กและเยาวชนจะมีลักษณะพิเศษเช่น ไม่ชอบให้ใครว่ากล่าวตักเตือนตรงๆ โดยเฉพาะผู้ใหญ่ แต่จะรับข่าวสารข้อมูลได้มากขึ้น ถ้าเยาวชนด้วยกันเป็นผู้ให้ข่าวสารข้อมูลนั้นหรือตนเองเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสื่อสารด้วย

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๕. ครูแบ่งนักเรียนเป็น ๕ กลุ่มแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมาจับสลากหัวข้อที่กลุ่มต้องหาคำความรู้มาแลกเปลี่ยนกัน เรื่องปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้ติดสารเสพติด ดังหัวข้อต่อไปนี้

กลุ่มที่ ๑ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากตนเองต่อการติดสารเสพติด

กลุ่มที่ ๒ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากครอบครัวต่อการติดสารเสพติด

กลุ่มที่ ๓ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากเพื่อนต่อการติดสารเสพติด

กลุ่มที่ ๔ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากค่านิยมที่ผิดต่อการติดสารเสพติด

กลุ่มที่ ๕ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากช่วงเวลาที่ทำให้เกิดความเครียดต่อการติดสารเสพติด

จากนั้นครูกล่าวถึงเกณฑ์การประเมินการนำเสนอ ดังนี้

• **ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ**

เช่น แสดงสมบทบาทสมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอและพูดออกเสียงชัดเจน

• **ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ**

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

• **ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์**

๖. แต่ละกลุ่มสืบค้นข้อมูล แล้วเตรียมนำเสนอในรูปแบบใดก็ได้ตามความคิดของกลุ่ม

๗. ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มรวบรวมข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติดมาคนละ ๓ ข่าว แล้วรวบรวมสรุปลงในใบงาน เรื่อง สารเสพติด

๘. จากกิจกรรมกลุ่ม ครูให้นักเรียนวิเคราะห์ว่า แต่ละกลุ่มเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติดตามปัจจัยด้านใด

(ตัวอย่างคำตอบ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากตนเองเป็นปัจจัยด้านจิตใจ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจาก

เพื่อนเป็นปัจจัยเสี่ยงด้านสถานการณ์ หรือสาเหตุจากภายนอก)

จากนั้นครูให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับจิตลักษณะที่สำคัญ ๔ ด้าน ได้แก่

๑) เหตุผลเชิงจริยธรรม

๒) การมุ่งอนาคตและความสามารถควบคุมตนเอง

๓) ความเชื่ออำนาจในตน

๔) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ครูอธิบายเพิ่มเติมโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง ปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติด และทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. ครูและนักเรียนสรุปความคิดเห็นจากการเรียนร่วมกันและบันทึกผลลงในใบงาน

เรื่อง ปัจจัยเสี่ยง และร่วมกันตรวจสอบใบงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๑๐. ครูให้นักเรียนศึกษาเนื้อหาในหัวข้อ ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด เพื่อเตรียมความพร้อมในการทำกิจกรรมในสัปดาห์ถัดไป

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง สารเสพติด

๒) ใบงาน เรื่อง ปัจจัยเสี่ยง

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๔ เรื่อง ปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติดและทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๓. ใบงาน เรื่อง สารเสพติด

๔. ใบงาน เรื่อง ปัจจัยเสี่ยง

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๔ เรื่อง ปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติดและทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติด (ใบงาน เรื่อง ปัจจัยเสี่ยง)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/ กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนนำเสนอหัวข้อดังต่อไปนี้ - ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากตนเองต่อการติดสารเสพติด - ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากครอบครัวต่อการติดสารเสพติด - ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากเพื่อนต่อการติดสารเสพติด - ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากค่านิยมที่ผิดต่อการติดสารเสพติด - ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากช่วงเวลาที่ทำให้เกิดความเครียดต่อการติดสารเสพติด	๑.แบบประเมินการนำเสนอ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙ ชักชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด (๑)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๔ แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่างๆ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

สภาพสังคมในปัจจุบันมีปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้ติดสารเสพติดหลายประการ เช่น สภาพสิ่งแวดล้อม การไปสถานที่เที่ยวกลางคืน ปัญหาส่วนตัว ความอยากรทดลอง การใกล้ชิดกับผู้ติดสารเสพติด การขาดความรู้ การไม่ได้รับความสำคัญจากคนในครอบครัว เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้เกิดผลกระทบสังคมในปัจจุบัน ดังนั้น นักเรียนควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการติดสารเสพติด พร้อมทั้งเรียนรู้ถึงทักษะและวิธีการที่จะชักชวนให้เพื่อนหรือบุคคลที่นักเรียนรู้จักห่างไกลหรือเลิกสารเสพติด

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติด

๒. อธิบายความสำคัญในการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. สามารถใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดการเรียนรู้แบบแสดงบทบาทสมมติ
ชั่วโมงที่ ๕

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ให้นักเรียนหาข่าวสารจากสื่ออินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับสารเสพติดมาคนละ ๑ ข่าว แล้ววิเคราะห์

สรุปสาระสำคัญของข่าว

๒. ให้นักเรียนในห้องแลกเปลี่ยนแนวคิดเกี่ยวกับข่าวที่นักเรียนหามา
๓. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม เป็น ๔ กลุ่ม เพื่อแสดงบทบาทสมมติ เรื่อง ชักชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๔. ครูใช้บทบาทสมมติในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อแสดงทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ

เลิกสารเสพติด โดยครูให้สถานการณ์ดังต่อไปนี้

“แก่งสังเกตุเห็นต้นตูดสารเสพติด ถ้าแก่งรู้จักคิดและวิเคราะห์ว่าสารเสพติดเป็นสิ่งที่ไม่ดี รู้ถึงพิษภัยและอันตรายของสารเสพติดทำให้เกิดผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และประเทศชาติอย่างไร หลังจากที่เกิดแบบนี้แล้ว แก่งจะสามารถชักชวนให้ต้นลด ละ เลิกสารเสพติด โดยการให้เหตุผลแก่ต้นได้”

ประยุกต์ใช้ : ทักษะการคิดวิเคราะห์

“พงษ์และชายเป็นเพื่อนรักกัน แต่เมื่อจบจากโรงเรียนประถมศึกษาแล้วทั้งสองก็แยกย้ายไปเรียนที่โรงเรียนใกล้บ้านของตนเอง แต่ยังพบเจอกันเป็นประจำ พงษ์สังเกตุเห็นชายคบเพื่อนที่เกเร บางครั้งชายยังเคยชวนพงษ์หนีเรียนเพื่อไปเที่ยวด้วยกัน และพงษ์ยังทราบมาว่า เพื่อนที่ชายคบอยู่เคยชวนชายให้เสพยาเสพติด พงษ์รู้สึกไม่สบายใจมากเพราะกลัวเพื่อนจะติดสารเสพติดไปด้วย พงษ์เลยตัดสินใจบอกให้ชายเลิกคบเพื่อนที่ติดสารเสพติดและชี้ให้เห็นถึงพิษภัยของสารเสพติด”

ประยุกต์ใช้ : ทักษะการสื่อสาร

๕. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติโดยให้หาแนวทางแก้ปัญหาจากสถานการณ์ที่ครูกำหนดมาให้ โดยใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสาร ประเมินปัญหาและปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อแนวคิดและพฤติกรรม การดำเนินชีวิตให้ปลอดภัยจากสารเสพติดเหล่านั้นโดยมีเกณฑ์การประเมินบทบาทสมมติ ดังนี้

- ความเหมาะสมของบทบาทสมมติ

เช่น แสดงสมบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วม มีความพร้อมในการแสดงบทบาทสมมติ มีความน่าสนใจในการแสดงบทบาทสมมติ และพูดออกเสียงชัดเจน

- ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

- ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการแสดงบทบาทสมมติได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจแสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๖. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติตามลำดับ และอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิก สารเสพติดโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้ ดังนี้

- ให้นักเรียนที่ไม่ได้ทำการแสดงให้คะแนน เป็นการใช้นวัตกรรมความคิดขั้นสูง รวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง
- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการแสดงมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการแสดง

๘. ครูและนักเรียนสรุปความคิดเห็นจากการแสดงบทบาทสมมติและบันทึกผลลงในใบงาน เรื่อง แนวทางลด ละ เลิกสารเสพติด และร่วมกันตรวจสอบใบงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง แนวทางลด ละ เลิกสารเสพติด

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๕ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด
๓. ใบงาน เรื่อง แนวทางลด ละ เลิกสารเสพติด

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๕ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายความสำคัญในการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด (ใบงาน เรื่อง แนวทางลด ละ เลิกสารเสพติด)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนนำเสนอบทบาทสมมติ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร	๑.แบบประเมินบทบาทสมมติ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจสอบการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๙ ชักชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด

จำนวน ๓ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๖ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด (๒)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๔ แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่างๆ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

สภาพสังคมในปัจจุบันมีปัจจัยเสี่ยงที่จะทำให้ติดสารเสพติดหลายประการ เช่น สภาพสิ่งแวดล้อม การไปสถานที่เที่ยวกลางคืน ปัญหาส่วนตัว ความอยากรทดลอง การใกล้ชิดกับผู้ติดสารเสพติด การขาดความรู้ การไม่ได้รับความสำคัญจากคนในครอบครัว เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ทำให้เกิดผลกระทบสังคมในปัจจุบัน ดังนั้น นักเรียนควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดการติดสารเสพติด พร้อมทั้งเรียนรู้ถึงทักษะและวิธีการที่จะชักชวนให้เพื่อนหรือบุคคลที่นักเรียนรู้จักห่างไกลหรือเลิกสารเสพติด

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายปัจจัยเสี่ยงต่อการติดสารเสพติด

๒. อธิบายความสำคัญในการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. สามารถใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้

๔. สาระการเรียนรู้

- ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดการเรียนรู้แบบแสดงบทบาทสมมติ

ชั่วโมงที่ ๖

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. นักเรียนและครูร่วมกันทบทวนองค์ความรู้จากการนำเสนอเมื่อคาบเรียนที่แล้ว
๒. ครูให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมของตนเอง เป็นพฤติกรรมที่นักเรียนคิดว่านักเรียนชอบปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

มากที่สุด จากนั้นครูสุ่มถามนักเรียนเป็นรายบุคคล

(ตัวอย่างคำตอบ ชอบนอน ดูหนัง ฟังเพลง ออกกำลังกาย ทำอาหาร วาดรูป)

จากนั้นครูถามต่อว่า เมื่อปฏิบัติกิจกรรมเหล่านั้นแล้วรู้สึกอย่างไรก่อให้เกิดประโยชน์อย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ มีความสุข เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง)

ครูกล่าวว่า แต่ละคนมีกิจกรรมที่ชอบปฏิบัติแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับความแตกต่างของแต่ละบุคคล หากนักเรียนได้ปฏิบัติพฤติกรรมนั้นแล้วมีความสุขนักเรียนควรปฏิบัติต่อไป แต่ต้องจัดสรรเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมอย่างเหมาะสมและ กิจกรรมที่นักเรียนปฏิบัตินั้นเป็นสิ่งที่ดีที่ทำให้นักเรียนไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ในทางกลับกันหากนักเรียนตอบคำถามในเชิงลบครูอธิบายเพิ่มเติมและแนะนำให้นักเรียนเปลี่ยนมาปฏิบัติกิจกรรมที่ไม่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูใช้บทบาทสมมติในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อแสดงทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยครูให้สถานการณ์ดังต่อไปนี้

“ ญัฐกับแก้มเป็นเพื่อนกัน วันนี้เป็นวันเกิดของญัฐ ญัฐจึงชวนแก้มไปเที่ยวที่บ้านแต่วันนี้ที่บ้านไม่มีใครอยู่ เพื่อนที่อยู่ข้างบ้านจึงมาร่วมกันเลี้ยกันหลายคน หนึ่งในนั้นคือเจต ซึ่งเจตได้ชักชวนให้ญัฐสูบบุหรี่ ในเบื้องต้นเมื่อแก้มเห็นเหตุการณ์เช่นนั้นแก้มจึงประณามถึงข้อดีข้อเสียของการสูบบุหรี่และตัดสินใจบอกญัฐให้ปฏิเสธคำชวนของเจต ”

ประยุกต์ใช้ : ทักษะการตัดสินใจ

๔. ครูเล่าถึงสถานการณ์ ดังนี้

“บ้านเพื่อนมีปัญหาทางเศรษฐกิจพ่อแม่มีหนี้สินและให้เงินค่าใช้จ่ายประจำวัน เพื่อนน้อยและไม่พอใช้ เพื่อนรู้สึกทุกข์ใจไม่มีทางออกจึงมาปรับทุกข์กับนักเรียน”

ประยุกต์ใช้ : ทักษะการแก้ปัญหา

จากสถานการณ์ดังกล่าวนักเรียนมีวิธีแก้ปัญหาดังกล่าวยังไงบ้าง

(ตัวอย่างคำตอบ เช่น ใช้ทักษะการแก้ปัญหาด้วยการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาของเพื่อนว่ามาจากขัดสนทางการเงิน และคิดหาวิธีแก้ไขปัญหาด้วยเหตุผล เช่น แนะนำให้เพื่อนหารายได้พิเศษช่วงหลังเลิกเรียนและช่วงปิดเทอม ดีกว่าการใช้สารเสพติด)

๕. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติโดยให้หาแนวทางแก้ปัญหาจากสถานการณ์ที่ครูกำหนดมาให้ โดยใช้ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ประเมินปัญหาและปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อแนวคิดและพฤติกรรมการดำเนินชีวิตให้ปลอดภัยจากสารเสพติดเหล่านั้น

๖. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติตามลำดับ

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้ โดยเน้นไปที่หัวข้อ

- การปฏิบัติตนเพื่อหลีกหนีสารเสพติด
- และทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้
- ลด ละ เลิกสารเสพติด

ครูกล่าวสรุป ดังนี้ บุคคลแต่ละคนจะอยู่ภายใต้สถานการณ์และอิทธิพลของจิตใจในการที่เขาจะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมที่มุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด ใครจะอยู่ภายใต้อิทธิพลของสภาพแวดล้อมการเสพติดมากน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับคุณภาพทางจิตใจของเขาในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด สามารถทำได้โดยการฝึกการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการแก้ปัญหา เพื่อช่วยให้ตนเอง ผู้อื่น หรือบุคคลที่รู้จักมีทักษะในการหลีกเลี่ยงสารเสพติด ส่งผลให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขโดยปราศจากการยุ่งเกี่ยวกับสารเสพติด

๘. ครูให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง ห่วงไกลสารเสพติด เพื่อทบทวนความรู้ที่ได้เรียนมาก จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผลใบงาน

๙. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและร่วมกันสรุปความรู้ เรื่อง ชักชวนทำดี หลีกหนีสารเสพติด



๑๐. นักเรียนร่วมกันทำกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) การแก้ปัญหาด้วยแนวคิดเชิงนามธรรม จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจประเมินผลงานจากการทำกิจกรรม โดยพิจารณาจากผลงานตามดุลยพินิจของครู

๑๑. ครูให้นักเรียนร่วมกันตอบคำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้



๑๒. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจของนักเรียนในหน่วยการเรียนรู้ที่ ๙ และเพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)



๑๓. ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจและเฉลยใบงานและแบบฝึกหัดจากหนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ คำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้ และแบบทดสอบหลังเรียน

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง ห่วงไกลสารเสพติด

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๖ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด
๓. ใบงาน เรื่อง ห่วงไกลสารเสพติด

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๖ เรื่อง ทักษะในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายการใช้ทักษะการคิดวิเคราะห์การสื่อสาร การตัดสินใจชักชวนเพื่อนและบุคคลอื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด (ใบงานเรื่อง ห่างไกลสารเสพติด)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของทักษะในการชักชวนให้ผู้อื่นลด ละ เลิกสารเสพติดได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนนำเสนอบทบาทสมมติ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร	๑.แบบประเมินบทบาทสมมติ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๑.ความมีเหตุผล -นักเรียนได้วางแผนการทำงาน และแสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์ -นักเรียนได้เรียนรู้หลักการ	๑.แบบสังเกตพฤติกรรม รายบุคคลตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๑.สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนระหว่างการเรียนรู้	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
	วิจารณ์และการประเมินจากการนำเสนอ			

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ การปฐมพยาบาล

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๗ เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการปฐมพยาบาล

และหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การปฐมพยาบาลเป็นการให้ความช่วยเหลือผู้ป่วย และลดการเสี่ยงอันตรายถึงชีวิตตลอดจนการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยก็
เป็นสิ่งสำคัญ ดังนั้นผู้ที่ให้ความช่วยเหลือต้องเป็นผู้มีความรู้ ได้รับการฝึกมาก่อนเพื่อให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยได้ปลอดภัย
มากขึ้น

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความหมายและความสำคัญของการปฐมพยาบาลได้
๒. มีความรู้และความเข้าใจวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างถูกวิธี
๓. ตัดสินใจเลือกวิธีการให้ความช่วยเหลืออย่างปลอดภัย

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. มีทักษะในการปฐมพยาบาลเบื้องต้นและปฏิบัติได้ถูกต้อง
๒. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล

๔. สาระการเรียนรู้

- ความหมายและความสำคัญของการปฐมพยาบาล
- หลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้ที่ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบ

Think-Pair-Share

ชั่วโมงที่ ๗

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดพื้นฐานความรู้ของนักเรียน และนำไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนในระหว่างการจัดการเรียนรู้



๒. ครูใช้กิจกรรมการเรียนรู้แบบแลกเปลี่ยนความคิดเห็น (Think-Pair-Share) เรื่องการปฐมพยาบาลคือการช่วยเหลือเบื้องต้นโดยรีบด่วนแก่ผู้ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยอย่างกะทันหันเพื่อช่วยบรรเทาความเจ็บปวดและทำให้ได้รับอันตรายน้อยที่สุดก่อนที่จะนำส่งโรงพยาบาลให้แพทย์รักษาต่อไปสำหรับผู้ให้การช่วยเหลือจะต้องมีความรู้ในการปฐมพยาบาลช่วยเหลืออย่างรวดเร็วและถูกวิธี

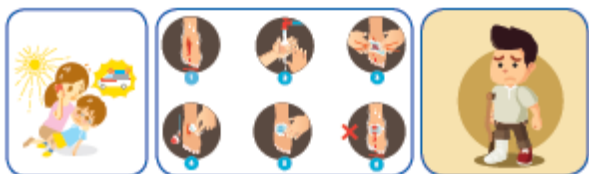
๓. ครูให้นักเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในหัวข้อต่อไปนี้

๓.๑ นักเรียนยกตัวอย่างการปฐมพยาบาลเบื้องต้นที่เคยศึกษามาบ้างแล้ว

(ตัวอย่างคำตอบ เป็นลมหมดสติ เป็นการที่ร่างกายไม่ตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น ต้องทำการปฐมพยาบาลโดยนอนยกเท้าสูงกว่าศีรษะ)

๓.๒ นักเรียนดูรูปภาพการปฐมพยาบาลในลักษณะต่าง ๆ และแสดงความคิดเห็น

(ตัวอย่างคำตอบ หมดสติ เลือดออก กระดูกหัก)



การเจ็บป่วยที่แตกต่างกันย่อมมีวิธีการปฐมพยาบาลที่ต่างกัน)

๔. ครูให้นักเรียนแต่ละคนคิดเกี่ยวกับประเด็นที่กำหนด ประมาณ ๒-๓ นาที (Think) จากนั้นแลกเปลี่ยนความคิดกับเพื่อนอีกคน ๓-๕ นาทีและนำเสนอความคิดเห็นต่อนักเรียนทั้งหมด (Share)

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๕. แบ่งนักเรียนเป็น ๔ กลุ่มเท่าๆ กันกลุ่มละประมาณ ๑๐ คน ให้แต่ละกลุ่มมีประธาน เลขานุการ ผู้นำเสนอ ตามรูปแบบของการทำงานเป็นทีม แต่ละกลุ่มนั่งแยกเป็น ๔ มุม

๖. ในแต่ละมุมมีใบความรู้ให้นักเรียนมุมละเรื่อง ใน ๑ ชั่วโมงนักเรียนจะได้ศึกษาด้วยตนเอง แบ่งมุมได้ ดังนี้

หน้าห้องซ้าย (มุมที่ ๑)

หน้าห้องขวา (มุมที่ ๒)

หลังห้องซ้าย (มุมที่ ๓)

หลังห้องขวา (มุมที่ ๔)

๗. ครูจัดเตรียมใบความรู้ ดังนี้

มุมที่ ๑ ครูจัดทำใบความรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลการห้ามเลือด

มุมที่ ๒ ครูจัดทำใบความรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลคนเป็นลม

มุมที่ ๓ ครูจัดทำใบความรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน

มุมที่ ๔ ครูจัดทำใบความรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลผู้ถูกแมลงมีพิษกัดต่อย

หมายเหตุ ใบความรู้ครูจัดทำไว้เท่าจำนวนสมาชิกในกลุ่ม

ครูเริ่มจับเวลาเมื่อสมาชิกทุกกลุ่มพร้อมที่จะศึกษาด้วยตนเองและบันทึกความรู้ลงในใบงาน เรื่องการปฐมพยาบาล ใช้เวลาประมาณมุมละ ๑๐ นาที หมุนเวียนจนครบ ๔ มุม ตามเข็มนาฬิกา เมื่อหมดเวลาครูให้สัญญาณ ทุกคนต้องส่งใบงานให้กับประธานของกลุ่มเป็นผู้เก็บรวบรวมส่งครู ส่วนใบความรู้เลขานุการของกลุ่มเป็นผู้รวบรวมใบความรู้วางไว้ที่มุมเดิม

๘. ครูอธิบายความรู้เกี่ยวกับเรื่องความหมายและความสำคัญของการปฐมพยาบาล และหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาลโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint ครูมอบหมายให้แต่ละกลุ่มไปศึกษาหาความรู้ในการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลอย่างง่ายนอกเวลา ได้แก่

- คนเป็นลม
- บาดแผล
- แมลงกัดต่อย
- งูกัด
- ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
- สารเคมี
- กระดูกหัก ข้อเคลื่อนแล้วนำเสนอสาธิตและปฏิบัติต่อไป

หมายเหตุ อาจมีการนัดหมายปฏิบัตินอกเวลาในการนำความรู้ของกลุ่มมาแสดงการปฏิบัติให้ครูดูความถูกต้องในความรู้เรื่องวิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ครูสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสมกับนักเรียนตามภูมิภาคท้องถิ่น

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. ครูและนักเรียนสรุปความคิดเห็นเรื่องที่เรียนในชั่วโมงนี้ร่วมกัน

๑๐. นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ในใบงาน เรื่อง หลักการปฐมพยาบาล จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผลงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๑๑. ครูเน้นย้ำว่า การปฐมพยาบาลเป็นการรักษาชีวิตของผู้ป่วย ป้องกันไม่ให้ผู้ป่วยมีสภาพ หรือได้รับอันตรายหนักกว่าเดิม อีกทั้งยังเป็นการปฐมพยาบาลเพื่อบรรเทาความเจ็บปวดทรมาน การปฐมพยาบาลมีความสำคัญมาก เพราะฉะนั้นนักเรียนควรมีความรู้และฝึกทักษะการปฏิบัติเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นได้ตามความเหมาะสม

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง หลักการปฐมพยาบาล

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๗ เรื่อง การปฐมพยาบาล ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๓. ใบความรู้ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลคนเป็นลม
๔. ใบความรู้ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลบาดแผล
๕. ใบความรู้ เรื่อง บาดแผลถูกแมลงต่อย
๖. ใบความรู้ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน
๗. ใบงาน เรื่อง หลักการปฐมพยาบาล

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๗ เรื่อง การปฐมพยาบาล ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายหลักการปฐมพยาบาลได้ (ใบงาน เรื่อง หลักการปฐมพยาบาล)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในหัวข้อต่อไปนี้ -นักเรียนยกตัวอย่างการปฐมพยาบาลเบื้องต้นที่เคยศึกษามาบ้างแล้ว -นักเรียนดูรูปภาพการปฐมพยาบาลในลักษณะต่างๆ และแสดงความคิดเห็น	๑. แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะสำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ การปฐมพยาบาล

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๘ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๑)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

วิธีการปฐมพยาบาลและใช้ในการช่วยเหลือผู้บาดเจ็บและผู้ป่วยที่สามารถพบบ่อยๆ เช่น การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเป็นลม บาดแผล บาดแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก บาดแผลจากสารเคมี กระดูกหัก ข้อเคล็ด ซึ่งนักเรียนจะต้องมีความรู้ในการปฐมพยาบาลซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและคนใกล้ชิด

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล

๒. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ประสบเหตุอย่างถูกวิธี

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. มีทักษะในการปฐมพยาบาลเบื้องต้นและ ปฏิบัติได้ถูกต้อง

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (วิธีการปฐมพยาบาลคนเป็นลม)

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา

๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบสาธิตและการบรรยาย และ Think-Pair-Share

ชั่วโมงที่ ๘

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนสำรวจการบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนว่าเกิดเหตุการณ์อะไรบ้างครูสุ่มถามนักเรียนเป็นรายบุคคล

(ตัวอย่างคำตอบ เคยเป็นลม)

จากนั้นครูถามต่อว่า แล้วในตอนนั้นนักเรียนคิดว่าตนเองได้รับการปฐมพยาบาลอย่างถูกวิธีหรือไม่

(ตัวอย่างคำตอบ คำตอบในส่วนนี้ไม่มีถูกหรือผิด เพราะนักเรียนยังไม่เคยเรียนเกี่ยวกับวิธีการปฐมพยาบาลแต่ครูให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ว่านักเรียนคิดว่าถูกหรือผิดอย่างไร เช่น คิดว่า ไม่ถูกวิธี เนื่องจากตอนที่ข้าพเจ้าเป็นลม มีคนจำนวนมากมา มุง แล้วให้ข้าพเจ้าดื่มน้ำเยอะ ๆ)

นักเรียนและครูแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในชั้นเรียน

๒. ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ให้นักเรียนร่วมกันผลิตจดหมายข่าวอันประกอบด้วย บทความ ข้อมูลสารสนเทศ ข่าวสาร และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับการหมดสติ

ขั้นสอน (๓๕ นาที)

๓. ครูเปิดโปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๒๘ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๑) พร้อมกับอธิบายและสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติอย่างปลอดภัย ดังต่อไปนี้

- วิธีการปฐมพยาบาลคนเป็นลม

๑) การเป็นลมหน้าซีดหรือเป็นลมธรรมดา

สาเหตุ เมื่อร่างกายอ่อนเพลียทำงานเหน็ดเหนื่อยมาก หัวใจ หรือมีอาการตื่นเต้น ตกใจ

อาการ หน้าซีด ปากซีด ตัวเย็นวิงเวียนศีรษะ ชีพจรเบา เหงื่อออกมากตามฝ่ามือฝ่าเท้า

การปฐมพยาบาล

- ๑) ห้ามคนมุงดู
- ๒) ให้นอนราบ ยกเท้าสูงกว่าลำตัว
- ๓) คลายเสื้อผ้าให้หลวม
- ๔) เมื่อรู้สึกตัวแล้วให้ดื่มน้ำหวานหรือน้ำเกลือแร่
- ๕) ถ้าเกิดจากการยืนนาน ให้เคลื่อนไหวหรือเปลี่ยนอิริยาบถ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

๒) การเป็นลมเนื่องจากสูญเสียเหงื่อมาก

สาเหตุ ทำ งานหรืออยู่ในที่อากาศอบอ้าวร้อนจัด

อาการ เป็นตะคริวปลายมือปลายเท้า หรือปวดศีรษะ คลื่นไส้ผิวน้ำซีด มีเหงื่อมาก

การปฐมพยาบาล

- ๑) ให้ผู้ป่วยเข้าในที่ร่ม ห้ามคนมุงดู
- ๒) ให้นอนราบ คลายเสื้อผ้าให้หลวม
- ๓) ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งเช็ดหน้า ลำตัว แขน และขา
- ๔) ถ้ารู้สึกตัวให้ดื่มน้ำผสมเกลือแร่ช้า ๆ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นในนำส่งโรงพยาบาล

๓) การเป็นลมเนื่องจากความร้อน

สาเหตุ การอยู่ในที่มีอากาศร้อนสูงไม่มีลมพัดผ่าน ร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนออกทางเหงื่อได้เพราะศูนย์ควบคุมความร้อนในสมองบกพร่องร่างกายได้รับความร้อนสูงเป็นเวลานาน

อาการ กระวนกระวาย กระสับกระส่าย ปวดศีรษะและวิงเวียน ผิวน้ำแดงและร้อนจัด ไม่มีเหงื่อ ชีพจรเต้นแรง และเร็วหมดความรู้สึกชั่ววูบ



การปฐมพยาบาล

- ๑) ให้ผู้ป่วยนอนราบในที่เย็นเพราะต้องการให้อากาศถ่ายเทได้ดี
- ๒) คลายเสื้อผ้าให้หลวม หรือถอดเสื้อผ้าออก
- ๓) เช็ดตัวด้วยน้ำเย็น หรือเปิดพัดลมช่วยระบายความร้อน
- ๔) เมื่อร่างกายเย็นลง ให้ห่มผ้าด้วยผืนบาง ๆ
- ๕) สังเกตอาการอย่างใกล้ชิดถ้าตัวร้อนจัดอีกให้เช็ดตัวด้วยน้ำเย็นอีก และเมื่อร่างกายเย็นลงจึงห่มผ้าผืนบาง ๆ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

๔. ครุณาสถานการณ์จำลองมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วน เท่า ๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้มีอาการหมดสติ และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล

กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้มีอาการหมดสติ

กลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล โดยแบ่งผู้ที่ได้รับบาดเจ็บเป็น ๓ สถาน ดังนี้

- สถานที ๑ กลุ่มที่ ๑ มีอาการเป็นลมหน้าซีดหรือเป็นลมธรรมดา โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล
- สถานที ๒ กลุ่มที่ ๑ มีอาการเป็นลมเนื่องจากสูญเสียเหงื่อมาก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล
- สถานที ๓ กลุ่มที่ ๑ มีอาการเป็นลมเนื่องจากความร้อน โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล

๕. เมื่อปฏิบัติเสร็จแล้วให้ปฏิบัติสลับกันไปเรื่อย ๆ จนปฏิบัติครบทุกฐาน จากนั้นให้สลับจากกลุ่มที่ ๑ เป็น ๒ ปฏิบัติสลับกัน เพื่อฝึกทักษะการปฐมพยาบาลคนเป็นลมหมดสติ

๖. ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลการปฏิบัติการสาธิตทักษะการปฐมพยาบาลคนเป็นลมหมดสติและประโยชน์ที่ได้จากกิจกรรม

๗. ครูกล่าวถึงเกณฑ์การประเมินการนำเสนอและปฏิบัติ ดังนี้

- ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอมีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

- ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

- ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจแสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๘. จากนั้นครูประเมินโดยใช้เกณฑ์การประเมินการนำเสนอการปฏิบัติ ดังนี้

- ให้ผู้ที่เป็นผู้เป็นลมหมดสติให้คะแนนเป็นการใช้แนวคิดการคิดขั้นสูง รวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มผู้ที่เป็นผู้เป็นลมหมดสติมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับผู้ที่เป็นผู้ช่วยปฐมพยาบาล

ขั้นสรุป (๕ นาที)

๙. ครูและนักเรียนสรุปความคิดเห็นเรื่องที่เรียนในช่วงนี้ร่วมกัน

๑๐. นักเรียนทำงานใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลคนหมดสติ เพื่อสรุปความรู้ที่เรียนมา จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผล เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๑๑. ครูถามคำถามเพื่อสรุปความรู้นักเรียน ดังนี้

- การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติมีความสำคัญอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ช่วยให้ผู้ป่วยมีอาการไม่แย่ง การระบายความร้อนในร่างกายดีขึ้น และฟื้นคืนสติได้)

- หลักการสำคัญของปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติคืออะไร

(ตัวอย่างคำตอบ ปฐมพยาบาลถูกวิธี โดยการช่วยให้อากาศบริเวณนั้นถ่ายเทได้ดี ระบายความร้อนจากร่างกายได้ และสังเกตไม่ทำให้ผู้ป่วยหยุดหายใจ)

- ถ้านักเรียนปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติผิดวิธีอาจส่งผลอย่างไรต่อผู้ป่วยได้บ้าง

(ตัวอย่างคำตอบ ความร้อนในร่างกายสูงขึ้น ผู้ป่วยอาจขาดเลือดไปเลี้ยงสมอง และหัวใจวายได้)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลคนหมดสติ

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ช่วงเวลาที่ ๘ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๑)

๓. ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลคนหมดสติ

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๘ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๑)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่เป็นลมหมดสติอย่างถูกวิธี (ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลคนหมดสติ)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในรูปแบบต่างๆ โดยใช้สถานการณ์จำลองมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วนเท่าๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้มีอาการหมดสติ และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล	แบบประเมินการนำเสนอ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ การปฐมพยาบาล

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๙ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๒)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

วิธีการปฐมพยาบาลและใช้ในการช่วยเหลือผู้บาดเจ็บและผู้ป่วยที่สามารถพบบ่อยๆ เช่น การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเป็นลม บาดแผล บาดแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก บาดแผลจากสารเคมี กระดูกหัก ข้อเคลื่อน ซึ่งนักเรียนจะต้องมีความรู้ในการปฐมพยาบาลซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อนักเรียนและคนใกล้ชิด

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล

๒. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ประสบเหตุอย่างถูกวิธี

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. มีทักษะในการปฐมพยาบาลเบื้องต้นและ ปฏิบัติได้ถูกต้อง

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (วิธีการปฐมพยาบาลบาดแผล)

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา

๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบสาธิตและการบรรยาย และ Think-Pair-Share

ชั่วโมงที่ ๙

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. นักเรียนเล่าเหตุการณ์ที่เคยเกิดบาดเจ็บที่ตนเองได้รับ และอธิบายถึงวิธีการปฐมพยาบาล

(ตัวอย่างคำตอบ เคยเกิดแผลที่หัวเข่าจากการเล่นกีฬาแล้วล้ม ปฐมพยาบาลโดยใช้น้ำล้างสิ่งสกปรกออกแล้วไปเล่นกีฬาต่อ)

จากนั้นครูถามต่อว่า แล้วในตอนนั้นนักเรียนคิดว่าตนเองได้รับการปฐมพยาบาลอย่างถูกวิธีหรือไม่

(ตัวอย่างคำตอบ คำตอบในส่วนนี้ไม่มีถูกหรือผิด เพราะนักเรียนยังไม่เคยเรียนเกี่ยวกับวิธีการปฐมพยาบาลแต่ครูให้นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ว่านักเรียนคิดว่าถูกหรือผิดอย่างไร เช่น คิดว่า ไม่ถูกวิธี เนื่องจากต้องทำความสะอาดด้วยแอลกอฮอล์ล้างแผลและป้องกันไม่ให้สิ่งสกปรกเข้าสู่บาดแผล)

นักเรียนและครูแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในชั้นเรียน

๒. ครูแจกกระดาษให้นักเรียนเขียนจดหมายไปแจ้งเพื่อนว่าตนเองมีความเจ็บป่วยหรือบาดเจ็บอะไรและต้องการให้ใครเป็นคนช่วยเหลือ (โดยเลือกการบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยจากหนังสือเรียน ได้แก่ บาดแผล ถูกแมลงต่อย ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ถูกสารเคมี) เมื่อเขียนจดหมายเสร็จก็พับห่อยอดใส่กล่องที่ครูเตรียมไว้

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูเปิดโปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๒๙ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๒) พร้อมทั้งอธิบายและสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่เกิดบาดเจ็บ ดังต่อไปนี้

- วิธีการปฐมพยาบาลบาดเจ็บบาดแผล หมายถึง การถูกทำลายของผิวหนังหรือเนื้อเยื่อที่อยู่ภายใต้ผิวหนัง ด้วยสาเหตุใดก็ตามแบ่งเป็น ๒ ลักษณะ ดังนี้

๑) การปฐมพยาบาลแผลปิดเป็นแผลที่ไม่มีการฉีกขาดของเนื้อเยื่อ แต่มีการฉีกขาดของเนื้อเยื่อภายใต้ผิวหนัง และทำให้มีเลือดคั่งอยู่ภายใต้ผิวหนัง บวม แดง เขียวคล้ำเกิดจากการถูกของไม่มีคมกระแทกเช่น แผลฟกช้ำ ให้ประคบเย็น ในช่วง ๒๔ ชั่วโมงหลัง ๒๔ ชั่วโมง ให้ประคบร้อนเพื่อให้หลอดเลือดขยายตัวนำเลือดมาเลี้ยงบริเวณนั้นมากขึ้น จะช่วยดูดซึมเอาเลือดที่ออกกลับเข้าไป ทำให้แผลหายเร็วขึ้น

๒) การปฐมพยาบาลแผลเปิดเป็นแผลที่ผิวหนังฉีกขาดมีเลือดออก

๒.๑ แผลถลอกให้ล้างด้วยน้ำสะอาด ใส่ยาฆ่าเชื้อ ทำแผลโดยล้างแผลด้วยน้ำต้มสุกที่เย็นแล้วหรืออุ่นแล้วเช็ดรอบแผลด้วยแอลกอฮอล์ ๗๐% โดยใช้สำลีชุบบิดหมาด เช็ดวนออกจากแผล และเปิดแผลทิ้งไว้ ระวังอย่าให้แผลถูกน้ำหรือสิ่งสกปรกจนกว่าแผลจะหาย

๒.๒ แผลฉีกขาด ให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดและกดแผลให้แน่นเพื่อห้ามเลือด ถ้าเลือดซึมมากใช้ผ้าผืนใหม่ กดทับเพิ่มอีก จากนั้นนำส่งโรงพยาบาลเพื่อเย็บแผล ให้ยาปฏิชีวนะและฉีดวัคซีนป้องกันบาดทะยัก

๒.๓ แผลถูกแทง ให้ปิดปากแผลด้วยผ้าสะอาด ห้ามดึงมีดออกแล้วรีบแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ ๑๙๑ หรือศูนย์
นเรนทร ๑๖๖๙

๒.๔ แผลถูกของแหลมทิ่มตำ เช่น ตะปู หนาม เศษหิน สิ่งเหล่านี้สกปรกให้ดึงออก ปิดปากแผลด้วยน้ำสะอาด และนำส่งโรงพยาบาล แต่ถ้ายังหัก คา ค้างไม่สามารถดึงออกได้ อย่าพยายามดึงออก ให้ปิดบาดแผลและนำส่งโรงพยาบาล

๒.๕ แผลถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวกหรือวัตถุระเบิด นำผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งปิดแผลจะช่วยลดอาการปวด อย่า
เจาะหนังที่พองให้แตกออกเพราะจะยิ่งปวดแสบร้อนและทำให้ติดเชื้อง่ายขึ้น ความรุนแรงขึ้นอยู่กับชั้นผิวหนัง ขนาดและ
ตำแหน่งของอวัยวะที่บาดเจ็บ

• วิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลถูกแมลงต่อย

๑) ถ้าเห็นเหล็กไนให้รีบเอาเหล็กไนออก โดยใช้สกอตเทป (Scotch Tape) ปิดทาบบริเวณที่ถูกต่อยแล้วดึงออก
เหล็กไนจะตามออกมาด้วย หรือใช้แหนบหรือปากคีบคีบออกหรือใช้กุญแจ
ที่มีรูกดตรงบริเวณที่ถูกต่อย เหล็กไนจะไหลออกมา และบิ้ออก

๒) ประคบด้วยความเย็นเพื่อระงับความเจ็บปวด ถ้าปวดมากให้กินยาแก้ปวดพาราเซตามอล (Paracetamol) ช่วย

๓) พิษของสัตว์พวกนี้มีฤทธิ์เป็นกรด ต้องใช้น้ำยาที่มีฤทธิ์เป็นด่างอย่างอ่อนชุบสำลีทา เช่น น้ำปูนใส แอมโมเนีย ปิด
แผลไว้ ในรายที่เป็นมากอาจใช้ครีมสเตียรอยด์ (Steroid) ทา ทำให้ลดอาการบวมแดง และกินยาแก้แพ้

๔) ถ้าอาการไม่ทุเลาลง ควรไปพบแพทย์

• วิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลถูกงูกัดบาดแผลถูกงูกัดแบ่งได้ ๒ ลักษณะ งูพิษ และงูไม่มีพิษ

๑) งูมีพิษ ลักษณะบาดแผลจะปรากฏเป็นรอยเขี้ยว ๒ จุดตรงบริเวณที่ถูกกัด

๒) งูไม่มีพิษ ลักษณะบาดแผลจะปรากฏเป็นรอยถลอก ไม่พบรอยเขี้ยว

การปฐมพยาบาล

๑) ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด

๒) ให้ผู้ที่ถูกงูกัดเคลื่อนไหวให้น้อยที่สุด จัดท่าให้แผลอยู่ต่ำกว่าระดับหัวใจ

๓) ใช้ผ้ายืดขนาด ๑๐-๑๕ เซนติเมตร หรือผ้าที่สามารถพันรอบอวัยวะบริเวณส่วนที่บาดเจ็บให้เคลื่อนไหวน้อยที่สุด
โดยพันให้กระชับไม่แน่นจนเกินไป

๔) นำผู้ที่ถูกงูกัดส่งโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

๕) ข้อห้ามสำหรับผู้ที่ถูกงูกัดไม่ควรให้ผู้ป่วยดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ชา กาแฟ ยากระตุ้นประสาท แอสไพรินไม่ควร
ขันชะเนาะ ไม่ใช้ปากดูดพิษงูไม่ใช้ไฟจี้หรือกรีดแผลพบแพทย์

• บาดแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

๑) ถ้าเป็นแผลขนาดเล็กมีอาการปวดแสบปวดร้อน วิธีลดความปวดแสบปวดร้อน คือ ใช้ความเย็นอาจใช้ผ้าชุบน้ำ
เย็น หรือน้ำแข็งประคบ หรือใช้ถุงพลาสติกใส่น้ำแข็งผสมน้ำวางตรงบริเวณที่ถูกไฟไหม้จะช่วยลดความเจ็บปวด ทำให้เนื้อ
ถูกทำลายด้วยความร้อนน้อยลง อาจให้

ยาแก้ปวดพาราเซตามอล

๒) ถ้าบาดแผลนั้นลึก บริเวณแผลไม่กว้าง การปฏิบัติคือ ป้องกันการอักเสบติดเชื้อ ถ้าบาดแผลพอง (Blister) ขนาดเล็กไม่เกิน ๒-๓ เซนติเมตร อาจปล่อยทิ้งไว้เฉย ๆ เพียงแต่รักษาความสะอาดภายนอกโดยล้างแผลด้วยน้ำสะอาด

๓) ถ้าบาดแผลไฟไหม้บริเวณข้อพับแขนหรือขา ควรใส่ฝือกชั่วคราวเพื่อป้องกันการหดรั้งของแผล และป้องกันการผิดรูปของอวัยวะ (Deformity) ที่จะเกิดขึ้น

๔) ถ้าช็อก (Shock) ควรรักษาและป้องกันการช็อกไว้ก่อนโดย

๔.๑ ให้ยกปลายเท้าสูงและให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย

๔.๒ ถ้าหายใจผิดปกติหรือหยุดหายใจ หรือถ้าซีพอร์เบามากหรือไม่มีซีพอร์ต้องนำตัวไปโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

• วิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลถูกสารเคมี บาดแผลถูกสารเคมีอาจเกิดจากต่างหรือกรดเข้มข้น ทำให้ผิวหนังถูกทำลายและเกิดแผลที่รุนแรง

การปฐมพยาบาล

๑) ควรล้างแผลทันทีด้วยน้ำสะอาดจำนวนมาก ๆ เป็นเวลานาน ๆ ล้างจนแน่ใจว่าสารเคมีออกหมด

๒) รีบนำตัวผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

การปฐมพยาบาลแผลถูกต่าง

๑) ควรล้างแผลทันทีด้วยน้ำสะอาดจำนวนมากเป็นเวลานาน

๒) รีบนำตัวผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

๔. ครูสุ่มจดหมายที่นักเรียนส่งในกล่อง นำมาเปิดแล้วอ่านเนื้อความจดหมายให้นักเรียนฟังและนำเนื้อความในจดหมายมาดัดแปลงเป็นสถานการณ์ จำลองให้นักเรียนที่เป็นผู้ส่งจดหมายเป็นผู้เจ็บป่วยหรือบาดเจ็บ และให้ผู้ที่ได้รับจดหมายเป็นผู้ปฐมพยาบาล

๕. ครูเปิดจดหมายไปเรื่อย ๆ และสาธิตการปฐมพยาบาลจนพอสมควรแล้ว

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๖. ครูและนักเรียนสรุปความคิดเห็นเรื่องที่เรียนในช่วงนี้ร่วมกัน

๗. นักเรียนทำงานใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลที่มีการเลืออก เพื่อสรุปความรู้ที่เรียนมา จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผล เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๘. ครูถามคำถามเพื่อสรุปความรู้นักเรียน ดังนี้

• การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติมีความสำคัญอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ช่วยให้ผู้ป่วยมีอาการไม่แย่ง การระบายความร้อนในร่างกายดีขึ้น และฟื้นคืนสติได้)

• หลักการสำคัญของปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติคืออะไร

(ตัวอย่างคำตอบ ปฐมพยาบาลถูกวิธี โดยการช่วยให้อากาศบริเวณนั้นถ่ายเทได้ดี ระบายความร้อนจากร่างกายได้ และสังเกตไม่ทำให้ผู้ป่วยหยุดหายใจ)

• ถ้านักเรียนปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่หมดสติผิดวิธีอาจส่งผลอย่างไรต่อผู้ป่วยได้บ้าง

(ตัวอย่างคำตอบ ความร้อนในร่างกายสูงขึ้น ผู้ป่วยอาจขาดเลือดไปเลี้ยงสมอง และหัวใจวายได้)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลที่มีการเลือดออก

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๙ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๒)
๓. ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลที่มีการเลือดออก

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๙ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๒)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่เป็นลมหมดสติอย่างถูกวิธี (ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลที่มีการเลือดออก)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/ กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในรูปแบบต่างๆ (จากการที่เพื่อนเขียนจดหมายถึงเรา)	๑. แบบประเมินการนำเสนอ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ การปฐมพยาบาล

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๐ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๓)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒.สาระสำคัญ

การปฐมพยาบาลเป็นการให้การช่วยเหลือเบื้องต้นโดยรีบด่วนแก่ผู้ได้รับบาดเจ็บหรือผู้ป่วยที่เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน ก่อนที่แพทย์จะให้การรักษา การเรียนรู้และฝึกปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลอย่างถูกวิธีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับทุกคนเพราะ เมื่อประสบเหตุฉุกเฉินจะได้สามารถช่วยเหลือตนเองและผู้บาดเจ็บตลอดจนแนะนำผู้อื่นได้อย่างถูกต้องทำให้ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บหรือผู้ป่วยมีความปลอดภัยช่วยลดความพิการและสูญเสียชีวิตได้มาก

๓.จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายหลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล

๒. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ประสบเหตุอย่างถูกวิธี

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. มีทักษะในการปฐมพยาบาลเบื้องต้นและ ปฏิบัติได้ถูกต้อง

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (วิธีการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน)

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา

๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

📖 กิจกรรมการเรียนรู้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบสาธิตการใช้สถานการณ์จำลอง และ Thank-Pair-Share

ชั่วโมงที่ ๑๐

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูนำภาพอุบัติเหตุที่มีรถยนต์ชนกันแล้วมีผู้บาดเจ็บจำนวนมากอยู่เกลื่อนเต็มถนน มาให้นักเรียนดูครูใช้คำถาม กระตุ้นความคิดว่า “ถ้าเป็นนักเรียน นักเรียนจะช่วยใครก่อน เพราะเหตุใด” ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย

ตัวอย่างภาพ



(ตัวอย่างคำตอบ สิ่งแรกที่ควรทำคือประเมินสถานการณ์ของผู้บาดเจ็บแต่ละคน คนที่ไม่หายใจหรือหายใจติดขัดควรได้รับความช่วยเหลือในลำดับแรก)

๒. ครูกล่าวต่อไปว่านักเรียนรู้สึกอย่างไร และมีความมั่นใจในตัวเองแค่ไหน ถ้าต้องตกอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องปฐมพยาบาลเพื่อนที่กระตุกส่วนต่าง ๆ หัก

(ตัวอย่างคำตอบ ขึ้นอยู่กับความแตกต่างของนักเรียน เช่น ถึงแม้จะไม่สามารถปฐมพยาบาลได้ แต่ก็โทรหา ๑๖๖๙ และตรวจสอบสภาพแวดล้อมให้ปลอดภัยที่สุด)

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระตุกหัก ข้อเคลื่อนอย่างปลอดภัยรวมทั้งใช้สื่อวีดิทัศน์และรูปภาพประกอบในหัวข้อดังต่อไปนี้

- ๑) วิธีการเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกนิ้วมือหัก
- ๒) วิธีการเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกสันหลังหัก
- ๓) วิธีการเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกต้นขาหัก
- ๔) วิธีการเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกหน้าแข้งหัก

๕. ครูนำสถานการณ์จำลองมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในรูปแบบต่างๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วน เท่า ๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ประสบอุบัติเหตุรถยนต์ ๒ คัน ชนกันมีผู้บาดเจ็บอยู่เต็มถนน และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล

กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ประสบอุบัติเหตุรถยนต์ ๒ คัน ชนกัน มีผู้บาดเจ็บอยู่เต็มถนน

กลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล โดยแบ่งผู้ที่ได้รับบาดเจ็บเป็น ๖ ฐาน ดังนี้

- ฐานที่ ๑ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกนิ้วเท้าหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล
- ฐานที่ ๒ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกหน้าแข้งหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล
- ฐานที่ ๓ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกต้นขาหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล
- ฐานที่ ๔ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกสันหลังหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล
- ฐานที่ ๕ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกแขนหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล
- ฐานที่ ๖ กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ได้รับบาดเจ็บกรณีกระดูกนิ้วมือหัก โดยกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ปฐมพยาบาล

๕. เมื่อปฏิบัติเสร็จแล้วให้ปฏิบัติสลับกันไปเรื่อย ๆ จนปฏิบัติครบทุกฐาน จากนั้นให้สลับจากกลุ่มที่ ๑ เป็น ๒ ปฏิบัติสลับกัน เพื่อฝึกทักษะการปฐมพยาบาลกระดูกหักข้อเคลื่อน

๖. ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลการปฏิบัติการสาธิตทักษะการปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อนและประโยชน์ที่ได้จากกิจกรรม

๗. ครูกล่าวถึงเกณฑ์การประเมินการนำเสนอและปฏิบัติ ดังนี้

• ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอมีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

• ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดชัดเจน

• ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจแสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๘. จากนั้นครูประเมินโดยใช้เกณฑ์การประเมินการนำเสนอการปฏิบัติ ดังนี้

• ให้ผู้ที่เป็นผู้บาดเจ็บให้คะแนนเป็นการใช้แนวคิดการคิดขั้นสูง รวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

• จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มผู้ที่เป็นผู้บาดเจ็บมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับผู้ที่เป็นผู้ช่วยปฐมพยาบาล

๙. นักเรียนทำงานใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน เพื่อสรุปความรู้ที่เรียนมา จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผล

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๑๐. ครูถามคำถามเพื่อสรุปความรู้นักเรียน ดังนี้

- การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่กระดูกหัก ข้อเคลื่อนมีความสำคัญอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ช่วยลดความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นกับร่างกายและช่วยลดอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ถ้าหากปฏิบัติอย่างถูกวิธี)

- ถ้านักเรียนปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่กระดูกหัก ข้อเคลื่อนผิดวิธีอาจส่งผลอย่างไรต่อผู้ป่วยได้บ้าง

(ตัวอย่างคำตอบ ผู้ป่วยบาดเจ็บมากขึ้น ผู้ป่วยอาจพิการจากการที่กระดูกเคลื่อนไปทับเส้นประสาทหรือหลอดเลือด)

- หลักการสำคัญของปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่กระดูกหัก ข้อเคลื่อนคืออะไร

(ตัวอย่างคำตอบ ปฐมพยาบาลถูกวิธี รวดเร็ว และไม่เพิ่มอาการบาดเจ็บให้ผู้ป่วย ที่สำคัญ คือ ถ้าไม่สามารถประเมินอาการของผู้ป่วยได้ให้รีบติดต่อสถานพยาบาลและไม่ลองมือปฐมพยาบาลเอง)

- ๑๑. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปแนวทางการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่กระดูกหัก ข้อเคลื่อนที่ได้เรียนรู้

๑๒. ครูนัดหมายนอกเวลาเพื่อสอบปฏิบัติเกี่ยวกับการปฐมพยาบาล สอบปฏิบัติเป็นรายบุคคล รายละเอียดการสอบปฏิบัติ ดังนี้ ครูจะทำสลากเกี่ยวกับการปฐมพยาบาล นักเรียนจะต้องจับสลาก ถ้าหากได้หัวข้อใดสอบปฏิบัติในหัวข้อนั้น ครูต้องเตรียมอุปกรณ์เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลให้พร้อมมีหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

- ๑) ปฐมพยาบาลเป็นลมธรรมดา
- ๒) ปฐมพยาบาลเป็นลมเนื่องจากสูญเสียเหงื่อมาก
- ๓) ปฐมพยาบาลเป็นลมเนื่องจากความร้อน
- ๔) ปฐมพยาบาลบาดแผลปิด
- ๕) ปฐมพยาบาลบาดแผลถลอก
- ๖) ปฐมพยาบาลบาดแผลฉีกขาด
- ๗) ปฐมพยาบาลบาดแผลถูกแทง
- ๘) ปฐมพยาบาลบาดแผลถูกของแหลมทิ่มตำ
- ๙) ปฐมพยาบาลบาดแผลไฟไหม้
- ๑๐) ปฐมพยาบาลบาดแผลแมลงกัดต่อย
- ๑๑) ปฐมพยาบาลบาดแผลถูกงูกัด
- ๑๒) ปฐมพยาบาลบาดแผลไฟไหม้น้ำร้อนลวก
- ๑๓) ปฐมพยาบาลบาดแผลถูกสารเคมี
- ๑๔) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราวกรณีกระดูกนิ้วมือหัก
- ๑๕) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราวกรณีกระดูกแขนหัก
- ๑๖) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกสันหลังหัก
- ๑๗) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกต้นขาหัก
- ๑๘) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกนิ้วเท้าหัก
- ๑๙) ปฐมพยาบาลเข้าเฝือกชั่วคราว กรณีกระดูกหน้าแข้งหัก

- ๑๓. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและร่วมกันสรุปความรู้ เรื่อง

การปฐมพยาบาล



๑๔. นักเรียนร่วมกันทำกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) การแก้ปัญหาด้วยแนวคิดเชิงนามธรรม จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจประเมินผลงานจากการทำกิจกรรม โดยพิจารณาจากผลงานตามดุลยพินิจของครู

๑๕. ครูให้นักเรียนร่วมกันตอบคำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้



๑๖. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนเพื่อวัดความรู้ความเข้าใจของนักเรียนในหน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๐ และเพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)



๑๗. ครูและนักเรียนร่วมกันตรวจและเฉลยใบงาน คำถามท้ายหน่วยการเรียนรู้ และแบบทดสอบหลังเรียน

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงานเรื่อง การปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อยเคลื่อน

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๑๐ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๓)
๓. ใบงานเรื่อง การปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อยเคลื่อน

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรมนำเสนอ (PowerPoint) ชั่วโมงที่ ๑๐ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยอย่างปลอดภัย (๓)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่กระดูกหักและข้อเคลื่อนอย่างถูกวิธี (ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลกระดูกหัก ข้อเคลื่อน)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลในรูปแบบต่างๆ โดยใช้สถานการณ์จำลองมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วนเท่าๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ประสบอุบัติเหตุรถยนต์ ๒ คันชนกันมีผู้บาดเจ็บอยู่เกลื่อนเก ต ี ม ถ น น และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือปฐมพยาบาล	แบบประเมินการนำเสนอ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๑ เคลื่อนย้ายปลอดภัย

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๑ เรื่อง ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

และหลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ให้การช่วยเหลือต้องทำอย่างระมัดระวังเพื่อให้ผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยได้รับความปลอดภัยมากที่สุด การเรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยอย่างถูกวิธีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับทุกคนเพื่อให้สามารถช่วยเหลือผู้อื่นในยามคับขันได้อย่างถูกต้องเป็นการช่วยผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยไม่ให้อันตรายเพิ่มมากขึ้นรวมทั้งลดการบาดเจ็บความพิการและการสูญเสียชีวิตได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๒. อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. แสดงวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๒. มีทักษะในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๔. สาระการเรียนรู้

- ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

- หลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี
๔. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๕. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบแสดงบทบาทสมมติและฝึกปฏิบัติ

ชั่วโมงที่ ๑๑

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดพื้นฐานความรู้ของนักเรียน และนำไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนในระหว่างการจัดการเรียนรู้



ครูซักถามนักเรียนว่านักเรียนเดินทางมาโรงเรียนอย่างไรในตอนเช้า

๒. ให้นักเรียนช่วยกันตอบคำถามเรื่องการเดินทางมาโรงเรียนของแต่ละคน

๓. ครูพูดถึงการเดินทางมาโรงเรียนของตนเอง

๔. ครูถามนักเรียนว่า เวลานั้นนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียน เช่นการเล่นกีฬาต่าง ๆ การหยอกล้อกับเพื่อน นักเรียนเคยเกิดอุบัติเหตุหรือไม่ เช่น หกล้ม ขาหัก ข้อเท้าแพลงครูเล่าเรื่องเหตุการณ์อุบัติเหตุว่า “นักเรียนอาจเคยพบเหตุการณ์อุบัติเหตุ เช่น รถชนกัน และมีผู้ได้รับบาดเจ็บสาหัสซึ่งผู้พบเห็นเหตุการณ์ก็รีบเข้าไปช่วยเหลือด้วยความหวังดี โดยการยกผู้ป่วยขึ้นรถเพื่อไปส่งแพทย์ โดยคนหนึ่งสอดแขนใต้รักแร้ของผู้ป่วยและอีกคนหนึ่งยกส่วนขาของผู้ป่วยซึ่งการยกลักษณะนี้จะทำให้ส่วนหลังของผู้ป่วยโค้งงอไม่ตรง” จากที่ครูกล่าวมา ให้นักเรียนตอบคำถาม ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยสำคัญหรือไม่

(ตัวอย่างคำตอบ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเป็นขั้นตอนที่สำคัญประการหนึ่งในกระบวนการให้การปฐมพยาบาล หากปฏิบัติอย่างถูกวิธีจะช่วยให้ผู้บาดเจ็บมีชีวิตรอดและปลอดภัย หรือลดอาการบาดเจ็บและความพิการลงได้)

- นักเรียนคิดว่าผู้ให้การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยมีความสำคัญอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ผู้ให้การช่วยเหลือจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในหลักการและวิธีการ
เคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกวิธี และควรรู้จักวิธีดัดแปลงอุปกรณ์บางอย่างที่ใช้ในการเคลื่อนย้าย
ผู้ป่วยได้ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับความปลอดภัยมากที่สุด)

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๕. ครูให้นักเรียนศึกษาเรื่องหลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจากหนังสือเรียนสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑
ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด จากนั้นครูถามว่ามีหลักการอย่างไร



- ๑) ควรมีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีต่าง ๆ พอสมควร
- ๒) ต้องระลึกรู้เสมอว่าการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่ถูกวิธีและไม่ระมัดระวังอาจก่อให้เกิดการบาดเจ็บรุนแรงเพิ่มมากขึ้น อาจถึงขั้นพิการหรือเสียชีวิตได้
- ๓) ต้องตัดสินใจเสียก่อนว่าควรใช้การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีใดจึงจะเหมาะสมกับสภาพอาการบาดเจ็บ เหตุการณ์ สถานที่เกิดเหตุ จำนวนผู้ช่วยเหลือ อุปกรณ์ ผู้ปฐมพยาบาล ต้องตัดสินใจ เลือกวิธีปฏิบัติที่สะดวกและรวดเร็วที่สุด
- ๔) เคลื่อนย้ายด้วยความระมัดระวังที่สุดอย่าทำในสิ่งที่ไม่รู้เป็นอันตราย
- ๕) ก่อนการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยต้องตรวจดูอาการผู้ป่วยเสียก่อน หากพบมีความจำเป็นต้องปฐมพยาบาลให้รีบกระทำก่อน
- ๖) ไม่ว่าจะเป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีใดก็ตาม ผู้ช่วยเหลือจะต้องดูให้รอบคอบ เหมาะสมกับเหตุการณ์ โดยไม่ทำให้ผู้ป่วยเป็นอันตรายเพิ่มขึ้น
- ๗) ขณะเคลื่อนย้ายผู้ป่วยต้องดูแลอย่างใกล้ชิด สังเกตอาการ ชีพจร และการหายใจ
- ๘) ถ้าผู้ป่วยได้รับอุบัติเหตุร้ายแรงควรรีบเคลื่อนย้ายแล้วนำผู้ป่วยส่งให้ถึงมือแพทย์โดยเร็ว

๙) การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจะต้องปฏิบัติด้วยความระมัดระวังและสุขุมรอบคอบ รวมทั้งจะต้องพิจารณาถึงทิศทางของการเคลื่อนย้ายที่จะนำผู้ป่วยไปสู่ความปลอดภัย

- ๑๐) ต้องเลือกวิธีการเคลื่อนย้ายที่เหมาะสมกับอาการบาดเจ็บของผู้ป่วย
 - ๑๑) ถ้าอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงอันตรายต้องรีบย้ายผู้ป่วยออกมาจากที่ประสบเหตุให้เร็วที่สุด
- ครูอธิบายเนื้อหาประกอบโปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย และหลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๖. ครูสรุปถึงความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ดังนี้

- การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเป็นขั้นตอนที่สำคัญประการหนึ่งในกระบวนการให้การปฐมพยาบาล หากปฏิบัติอย่างถูกวิธี จะช่วยให้ผู้ป่วยเจ็บมีชีวิตรอดและปลอดภัย หรือลดอาการบาดเจ็บและความพิการลงได้ โดยมีหลักการ คือ ก่อนเคลื่อนย้าย ต้องตรวจสอบสภาพแวดล้อมรอบข้างให้มีความ

ปลอดภัย และสังเกตอาการของผู้ป่วย จากนั้นให้การปฐมพยาบาลตามอาการที่มีความจำเป็น

๗. นักเรียนสรุปความรู้โดยทำใบงานเรื่อง หลักการเคลื่อนย้ายปลอดภัย เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๘. มอบหมายให้นักเรียนศึกษาความรู้นอกเวลา เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ เพื่อเตรียมตัวในการเรียน

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง หลักการเคลื่อนย้ายปลอดภัย

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๑ เรื่อง ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยและหลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
๓. ใบงาน เรื่อง หลักการเคลื่อนย้ายปลอดภัย
๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชันAimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๑ เรื่อง ความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยและหลักทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย (ใบงาน เรื่อง หลักการเคลื่อนย้ายอย่างปลอดภัย)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ ๕ คน ศึกษาวิธีและฝึกฝนการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยและมาทดสอบการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	๑. แบบประเมินพฤติกรรมกลุ่ม ๒. แบบประเมินการนำเสนอ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะสำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๑ เคลื่อนย้ายปลอดภัย

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๑)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ให้การช่วยเหลือต้องทำอย่างระมัดระวังเพื่อให้ผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยได้รับความปลอดภัยมากที่สุด การเรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยอย่างถูกวิธีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับทุกคนเพื่อให้สามารถช่วยเหลือผู้อื่นในยามคับขันได้อย่างถูกต้องเป็นการช่วยผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยไม่ให้เกิดอันตรายเพิ่มมากขึ้นรวมทั้งลดการบาดเจ็บความพิการและการสูญเสียชีวิตได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๒. อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. แสดงวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๒. มีทักษะในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี
๔. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๕. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้ใช้วิธีบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบสาธิต

ชั่วโมงที่ ๑๒

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูและนักเรียนทบทวนความสำคัญและหลักการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกต้อง ตามหลักการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บซึ่งมีหลายประการ

๒. ให้นักเรียนเตรียมความพร้อมในการสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ซึ่งในชั่วโมงเรียนนี้จะเป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่ใช้อุปกรณ์และสามารถเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้โดยใช้ผู้ช่วยเหลือเพียงคนเดียว

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูแบ่งกลุ่ม ๘ กลุ่ม จำนวนสมาชิกในกลุ่มตามความเหมาะสม ครูทำผลึกในการสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในหัวข้อดังต่อไปนี้ หัวข้อละ ๒ ชุด

- ๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบพุงเดิน
- ๒) กลุ่มที่ ๓-๔ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบแบกใส่บ่า
- ๓) กลุ่มที่ ๕-๖ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มกอดด้านหน้า
- ๔) กลุ่มที่ ๗-๘ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบกอดคอซีหลัง

๔. ครูสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกวิธีในหัวข้อดังต่อไปนี้

- ๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบพุงเดิน

วิธีนี้ทำโดยมีผู้ช่วยเหลือเพียงคนเดียว การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่บาดเจ็บเล็กน้อยมีสติอยู่ และช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง

วิธีปฏิบัติ ผู้ช่วยเหลือยืนหันหน้าไปในทิศทางเดียวกับผู้ป่วย จับแขนผู้ป่วยข้างหนึ่ง เอามือผู้ป่วยพาดบ่าคล้องคอผู้ช่วยเหลือใช้มือข้างหนึ่งจับข้อมือของผู้ป่วยไว้ มืออีกข้างหนึ่งโอบหลังผู้ป่วย

- ๒) กลุ่มที่ ๓-๔ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบแบกใส่บ่าการเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่

ผู้ป่วยหมดสติ ผู้ช่วยเหลือมีรูปร่างใหญ่โตกว่าและมีร่างกายที่แข็งแรงสามารถทำได้ ๒ วิธี ดังนี้

วิธีที่ ๑

ผู้ช่วยเหลือสัมผัสร่างกายผู้ป่วยใช้มือทั้งสองสอดใต้รักแร้จนมือประสานกันดึงตัวผู้ป่วยขึ้นมาจากท่าคุกเข่าจนถึงทำ ยืนใช้มือข้างหนึ่งจับข้อมือผู้ป่วย ย่อตัวลงนำตัวผู้ป่วยมาพาดที่ขา ใช้มืออีกข้างหนึ่งรวบขาทั้งสองตรงข้อพับใช้มือข้างที่จับขา ผู้ป่วยมาจับข้อมือผู้ป่วยแทน

วิธีที่ ๒

ผู้ช่วยเหลือสัมผัสร่างกายผู้ป่วยใช้มือทั้งสองสอดเข้าใต้รักแร้ ยกตัวผู้ป่วยขึ้นมาจนอยู่ในท่ายืนจากนั้นประคองผู้ป่วย มายังท่าข้างที่ถนัดย่อตัวลงแบกผู้ป่วยขึ้นพา ให้มือข้างหนึ่งจับข้อมือผู้ป่วยไว้ อีกข้างหนึ่งคล้องขาด้านในของผู้ป่วยยืนตรง ส่ง มือที่จับมือผู้ป่วยไปยังมือที่ถอดขา แล้วพาเดินไป

๓) **กลุ่มที่ ๕-๖** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มกอดด้านหน้าการเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่เดินไม่ได้ และน้ำหนักตัวไม่มากนักหรือไม่เกินกำลังของผู้ช่วยเหลือ

วิธีปฏิบัติ

- ๑) ยกผู้ป่วยขึ้นด้วยการคุกเข่าข้างหนึ่งลง
- ๒) ยกผู้ป่วยขึ้นด้วยกำลังขาเป็นส่วนใหญ่ให้ผู้ป่วยพักบนเข่า
- ๓) ยกผู้ป่วยขึ้นในท่ายืน ทั้งนี้เพื่อความนุ่มนวลและป้องกันอันตรายซึ่งอาจเกิดที่กระดูกสันหลังแล้วพาเดิน ไปถ้าผู้ป่วยยังมีสติอยู่ให้ชี้แขนด้านในคล้องคอผู้ช่วยเหลือ

๔) **กลุ่มที่ ๗-๘** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบกอดคอขีหลังการเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ขาเจ็บ เดินไม่ได้ แต่ต้องรู้สึกตัวดีหรือพอรู้สึกตัวอยู่บ้างมีน้ำหนักตัวไม่มากนัก ไม่เกินกำลังของผู้ช่วยเหลือ

วิธีปฏิบัติ ผู้ป่วยยืนทาบหลังและกอดคอผู้ช่วยเหลือ ผู้ช่วยเหลือย่อตัวลงพร้อมกับสอดมือทั้งสองข้างเข้าใต้เข่าของ ผู้ป่วย และดึงมือทั้งสองข้างของผู้ป่วยมายึดไว้ในลักษณะไขว้กันเมื่อทรงตัวได้แล้วจึงพาเดินไป

๕. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วน เท่า ๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ป่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เมื่อปฏิบัติเสร็จในรูปแบบแรกแล้ว ให้ปฏิบัติสลับกันไปเรื่อย ๆ จนปฏิบัติครบทุกรูปแบบ จากนั้นให้สลับจากกลุ่มที่ ๑ เป็น ๒ ปฏิบัติสลับกัน เพื่อฝึกทักษะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๖. ครูให้แต่ละกลุ่มปฏิบัติและออกมาแนะนำเสนอการสาธิตโดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

• ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาทสมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการ นำเสนอและพูดออกเสียงชัดเจน

• ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดชัดเจน

• ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจ แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๗. ครูประเมินนักเรียน ดังนี้

• ให้กลุ่มที่ไม่ได้นำ เสนอให้คะแนน เป็นการชี้แนวทางการคิดขั้นสูงรวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์ อย่างไรบ้าง

- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการนำเสนอมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการนำเสนอ

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๘. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้
๙. นักเรียนทบทวนความรู้โดยทำใบงาน เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยตนเอง จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินใบงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)
๑๐. ครูสรุปเนื้อหาโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๑)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- ๑) ใบงาน เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยตนเอง

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๒ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
๓. ใบงาน เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยตนเอง
๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๒ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้ป่วย (ใบงาน เรื่อง เคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยตนเอง)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วนเท่าๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ป่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้เคลื่อนย้ายผู้ป่วย	แบบประเมินการสาธิต	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๑ เคลื่อนย้ายปลอดภัย

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๒)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ให้การช่วยเหลือต้องทำอย่างระมัดระวังเพื่อให้ผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยได้รับความปลอดภัยมากที่สุด การเรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยอย่างถูกวิธีเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับทุกคนเพื่อให้สามารถช่วยเหลือผู้อื่นในยามคับขันได้อย่างถูกต้องเป็นการช่วยผู้บาดเจ็บหรือผู้เจ็บป่วยไม่ให้เกิดอันตรายเพิ่มมากขึ้นรวมทั้งลดการบาดเจ็บความพิการและการสูญเสียชีวิตได้

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๒. อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. แสดงวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๒. มีทักษะในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี
๔. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๕. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้ใช้วิธีบูรณาการที่หลากหลาย คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบสาธิต

ชั่วโมงที่ ๑๓

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูและนักเรียนทบทวนเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ใช้ผู้ช่วยเหลือเพียง ๑ คน ตามหลักการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บซึ่งได้แก่
แบบพุงเดิน แบบแบกใส่บ่า แบบอุ้มกอดจากด้านหน้า และแบบกอดคอขึ้นหลัง

๒. ให้นักเรียนเตรียมความพร้อมในการสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ซึ่งในชั่วโมงเรียนนี้จะเป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่ใช้อุปกรณ์และเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ผู้ช่วยมากกว่า ๑ คน

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูแบ่งกลุ่ม ๘ กลุ่ม จำนวนสมาชิกในกลุ่มตามความเหมาะสม ครูทำผลึกในการสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในหัวข้อดังต่อไปนี้ หัวข้อละ ๒ ชุด

- ๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้สองคนหาม
- ๒) กลุ่มที่ ๓-๔ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบที่นั่งสองมือ
- ๓) กลุ่มที่ ๕-๖ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มประสานแคร่
- ๔) กลุ่มที่ ๗-๘ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้สามคนหาม

๔. ครูสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกวิธีในหัวข้อดังต่อไปนี้

๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้สองคนหามการเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรงแต่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เหมาะสำหรับการเคลื่อนย้ายผ่านทางที่แคบ วิธีนี้ห้ามใช้กับผู้ป่วยกระดูกหักทุกชนิด

วิธีปฏิบัติ ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งอยู่ทางศีรษะของผู้ป่วย สอดแขนเข้าใต้รักแร้ของผู้ป่วย แล้วโอบมาด้านหน้ามือทั้งสองจับกันให้แน่น ผู้ช่วยเหลืออีกคนหนึ่งอยู่ด้านหลัง หันหน้าไปตามก้นผู้ป่วย ยืนระหว่างขาทั้งสองของผู้ป่วย ใช้มือจับใต้เข่าทั้งสองข้างของผู้ป่วย หลังจากนั้นให้ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันในท่านั่งอยู่แล้วจึงพาเดินไป ขณะเดินนั้นผู้ช่วยเหลือทั้งสองต้องใช้ความเร็วเท่า ๆ กัน

๒) **กลุ่มที่ ๓-๔** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบที่นั่งสองมือการเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยเดินไม่ได้และหมดสติไม่สามารถใช้มือจับผู้ช่วยเหลือได้

วิธีปฏิบัติ ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนหันหน้าเข้าหากัน คูกเข่าลงข้างลำตัวของผู้ป่วยคนละข้าง พยุงให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่ง ให้แขนของผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนโอบหลังผู้ป่วยบริเวณรักแร้ แล้วใช้มือจับข้อมือซึ่งกันและกัน สอดแขนอีกข้างหนึ่งเข้าใต้เท้าของผู้ป่วยและใช้มือจับข้อมือซึ่งกันและกัน ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันแล้วพาเดินไป

๓) **กลุ่มที่ ๕-๖** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มประสานแคร์ การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีสติดีและสามารถใช้มือจับยึดผู้ช่วยเหลือได้

วิธีปฏิบัติ ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนหันหน้าเข้าหากัน ใช้มือขวาจับข้อมือซ้ายของตน และใช้มือซ้ายของตนจับข้อมือขวาของอีกคนหนึ่ง มือทั้งสองจะประสานกันเป็นแคร์ ย่อตัวลงให้ผู้ป่วยนั่งลงบนมือทั้งสอง แล้วให้ผู้ป่วยโอบรอบคอผู้ช่วยเหลือทั้งสองคน หลังจากนั้นก็ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันแล้วพาเดินไป

๔) **กลุ่มที่ ๗-๘** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้สามคนหาม การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในลักษณะนอน หรือผู้ป่วยไม่รู้สีกตัว ระยะทางในการเคลื่อนที่ไปนั้นต้องไม่ไกลนัก และต้องมีผู้ช่วยเหลือถึงสามคน

วิธีปฏิบัติ

๑) ผู้ช่วยเหลือทั้งสามคนหันหน้าไปทางเดียวกัน คูกเข่าข้างหนึ่งลง ให้คนที่อยู่ทางด้านศีรษะผู้ป่วยสอดแขนข้างหนึ่งเข้าใต้ศีรษะ คอและไหล่ ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าใต้หลัง คนกลางสอดแขนข้างหนึ่งเข้าตรงเอวและสะโพก ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าที่ขาท่อนบน ส่วนคนท้ายสอดแขนข้างหนึ่งเข้าใต้เท้า ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าที่ข้อเท้า

๒) ให้สัญญาณแล้วยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมกัน

๕. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วน เท่า ๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ป่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เมื่อปฏิบัติเสร็จในรูปแบบแรกแล้ว ให้ปฏิบัติสลับกันไปเรื่อย ๆ จนปฏิบัติครบทุกรูปแบบ จากนั้นให้สลับจากกลุ่มที่ ๑ เป็น ๒ ปฏิบัติสลับกัน เพื่อฝึกทักษะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๖. ครูให้แต่ละกลุ่มปฏิบัติและออกมานำเสนอการสาธิตโดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

• ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาทสมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอและพูดออกเสียงชัดเจน

• ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

• ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจ แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๗. ครูประเมินนักเรียน ดังนี้

• ให้กลุ่มที่ไม่ได้นำ เสนอให้คะแนน เป็นการใช้นาฬิกาความคิดขั้นสูงรวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

- จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการนำเสนอมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการนำเสนอ

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๘. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้
๙. นักเรียนทบทวนความรู้โดยทำใบงาน เรื่อง ช่วยกันเคลื่อนย้ายผู้ป่วย จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินใบงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)
๑๐. ครูสรุปเนื้อหาโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๒)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- ๑) ใบงาน เรื่อง ช่วยกันเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๓ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๒)
๓. ใบงาน เรื่อง ช่วยกันเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๓ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๒)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้ป่วย (ใบงาน เรื่อง ช่วยกันเคลื่อนย้ายผู้ป่วย)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วนเท่าๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ช่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้เคลื่อนย้ายผู้ป่วย	๑. แบบประเมินการสาธิต	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๔

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๑ เคลื่อนย้ายปลอดภัย

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๔ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๓)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ
ความรุนแรง

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๕.๑ ม.๑/๑ แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

เมื่อเกิดอุบัติเหตุที่ผู้ป่วยไม่สามารถเคลื่อนย้ายได้ จำเป็นต้องมีผู้ให้ความช่วยเหลือ ซึ่งควรเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องการเคลื่อนย้ายเป็นอย่างดี เพราะอาจเป็นการทำให้ผู้ป่วยมีอาการบาดเจ็บมากขึ้นได้ถ้าเคลื่อนย้ายไม่ถูกวิธี ดังนั้นผู้ที่จะทำการให้ความช่วยเหลือต้องประเมินตนเองด้วย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. บอกถึงความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
๒. อธิบายวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ ได้
๓. ระบุวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยรูปแบบต่างๆ

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. คิดวิเคราะห์เหตุการณ์ เลือกวิธีการปฏิบัติในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้เหมาะสม
๒. มีทักษะในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บหรือผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่างๆ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร
๒. ความสามารถในการคิด
๓. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี
๔. ความสามารถในการแก้ปัญหา
๕. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. มีวินัย
๓. ใฝ่เรียนรู้
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน
๕. มีจิตสาธารณะ

๗. กิจกรรมการเรียนรู้

 กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลาย คือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบแสดงบทบาทสมมติ

ชั่วโมงที่ ๑๔

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูทบทวนถึงเรื่องการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ๔ วิธี จากชั่วโมงที่แล้ว

๒. ครูถามนักเรียนว่าเคยมีประสบการณ์ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยหรือไม่ และให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็น

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. ครูแบ่งกลุ่ม ๘ กลุ่ม จำนวนสมาชิกในกลุ่มตามความเหมาะสม ครูทำฉากในการสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยใน

หัวข้อดังต่อไปนี้ หัวข้อละ ๒ ชุด

- ๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้เก้าอี้
- ๒) กลุ่มที่ ๓-๔ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ผ้าห่มทำเปล
- ๓) กลุ่มที่ ๕-๖ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบลากด้วยผ้าห่ม
- ๔) กลุ่มที่ ๗-๘ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบคลานลาก

๔. ครูสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกวิธีในหัวข้อดังต่อไปนี้

๑) กลุ่มที่ ๑-๒ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้เก้าอี้การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ควรใช้เก้าอี้ที่มีความแข็งแรงใช้เคลื่อนย้าย

ผู้ป่วยที่ยังมีสติอยู่ แต่ไม่สามารถเดินได้หรือใช้ในกรณีที่ต้องการนำผู้ป่วยลงบันได

วิธีปฏิบัติ ให้ผู้ป่วยนั่งเก้าอี้ที่มีพนักพิงในท่าที่สบาย ๆ ให้ผู้ช่วยเหลือสองคนยกเก้าอี้ขึ้น คนหนึ่งจับทางด้านหลังของพนักพิง และอีกคนหนึ่งจับขาเก้าอี้ด้านหน้า ยกเก้าอี้ขึ้นแล้วพาเดินไป

โดยเคลื่อนตัวไปทางด้านหน้าตามทิศทางที่จะไป

๒) กลุ่มที่ ๓-๔ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ผ้าห่มทำเปลการเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการหนัก

และจำเป็นต้องใช้เปลสนาม หรือเปลพยาบาลแต่เมื่อไม่มีเปลจึงต้องมีการดัดแปลงวัสดุที่มีอยู่ทำเป็นเปล

วิธีทำเปล

๑) นำผ้าห่มผืนใหญ่ ๆ หนา ๆ มาคลี่ออก และแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน พับส่วนที่ ๑ มาหาส่วนที่ ๒ แล้วสอดไม้พลองไปตามรอยพับให้ปลายไม้พลองโผล่ออกมาทั้งสองข้าง

๒) นำไม้พลองท่อนที่ ๒ วางลงบนผ้าที่พับไว้ห่างจากไม้พลองอันแรกพอสมควร คำนวณประมาณพอคนนอนได้ระหว่างไม้พลอง ๒ อันนี้

๓) พับชายผ้าห่มย้อนกลับมาพับไม้พลองอันที่ ๒ และให้ชายผ้าพาดคลุมไม้พลองอันที่ ๑ ก็จะได้เปลที่ผ้าห่มและไม้พลองทำ

๓) **กลุ่มที่ ๕-๖** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบลากด้วยผ้าห่มเหมาะสำหรับการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากพื้นที่ที่กำลังมีไฟไหม้ ซึ่งผู้ป่วยช่วยเหลือตนเองไม่ได้หรือหมดสติ และพื้นที่นั้นต้องเรียบและไม่มีสิ่งกีดขวางทางการเคลื่อนย้าย

วิธีปฏิบัติ

- ๑) ให้พับผ้าห่มตามยาวทบกัน ๒-๓ ชั้น วางผ้าห่มชิดตัวผู้ป่วยทางด้านข้าง
- ๒) ผู้ช่วยเหลือคูกเข่าลงข้างตัวผู้ป่วยอีกข้างหนึ่ง จับผู้ป่วยตะแคงเพื่อให้นอนบนผ้าห่ม ม้วนผ้าห่มเข้าหากัน
- ๓) ผู้ช่วยเหลือคูกเข่าลงข้างตัวผู้ป่วยอีกข้างหนึ่ง จับผู้ป่วยตะแคงเพื่อให้นอนบนผ้าห่ม ม้วนผ้าห่มเข้าหากัน

๔) **กลุ่มที่ ๗-๘** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบคลานลากการเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่รู้สีกตัวและอยู่ในที่แคบ ไม่สามารถจะยืนและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้

วิธีปฏิบัติ ให้ผู้ป่วยนอนหงายแล้วผูกข้อมือทั้งสองข้างให้ติดกัน ผู้ช่วยเหลือคูกเข่าคร่อมตัวผู้ป่วยในท่าคลานแล้วสอดศีรษะเข้าไประหว่างแขนทั้งสองข้างที่ผูกข้อมือทั้งสองไว้ จากนั้น

ผู้ช่วยเหลือจะคลานโดยใช้คอลากผู้ป่วยเคลื่อนไป

๕. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วน เท่า ๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ป่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เมื่อปฏิบัติเสร็จในรูปแบบแรกแล้ว ให้ปฏิบัติสลับกันไปเรื่อย ๆ จนปฏิบัติครบทุกรูปแบบ จากนั้นให้สลับจากกลุ่มที่ ๑ เป็น ๒ ปฏิบัติสลับกัน เพื่อฝึกทักษะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๖. ครูให้แต่ละกลุ่มปฏิบัติและออกมานำเสนอการสาธิตโดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

• ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาทสมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอและพูดออกเสียงชัดเจน

• ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

• ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจ แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๗. ครูประเมินนักเรียน ดังนี้

• ให้กลุ่มที่ไม่ได้นำ เสนอให้คะแนน เป็นการชี้แจงความคิดที่คิดขึ้นสูงรวมถึงบอกเหตุผลที่มาของการให้คะแนนมีเกณฑ์อย่างไรบ้าง

• จากนั้นครูให้คะแนน แล้วนำคะแนนของกลุ่มที่ไม่ได้ทำการนำเสนอมารวมกันเพื่อเป็นคะแนนสำหรับกลุ่มที่ทำการนำเสนอ

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๘. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความรู้ที่ได้จากการเรียนในวันนี้

๙. นักเรียนทบทวนความรู้โดยทำใบงาน เรื่อง อุปกรณ์เคลื่อนย้ายผู้ป่วย จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินใบงาน เพื่อประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment)

๑๐. ครูสรุปเนื้อหาโดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๓)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง อุปกรณ์เคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๔ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๓)

๓. ใบงาน เรื่อง อุปกรณ์เคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๔ เรื่อง วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบต่าง ๆ (๓)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	อธิบายหลักการทั่วไปในการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหรือผู้ป่วย (ในงาน เรื่อง อุปกรณ์เคลื่อนย้ายผู้ป่วย)	๑. แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน ๒. แบบประเมินบทบาทสมมติ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. ฝึกปฏิบัติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในรูปแบบต่าง ๆ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น ๒ ส่วนเท่าๆ กัน กลุ่มที่ ๑ เป็นผู้ช่วย และกลุ่มที่ ๒ ทำหน้าที่เป็นผู้เคลื่อนย้ายผู้ป่วย	๑. แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน ๒. แบบประเมินบทบาทสมมติ	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะสำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจสอบด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๒ ทดสอบสมรรถภาพ

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕ เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

และประเภทของสมรรถภาพทางกาย

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๔.๑ ม.๑/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

การมีสมรรถภาพทางกายที่ดี มีผลถึงการมีสุขภาพที่ดี เราจึงควรเรียนรู้เกี่ยวกับสมรรถภาพทางกาย เพื่อการมีสุขภาพที่ดี และควรปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามวัยที่ควรจะเป็น และมีการทดสอบสร้างเสริม และปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบซึ่งจะทำให้เกิดผลดีต่อสุขภาพ

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. บอกถึงความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้

๒. บอกถึงความหมายและประเภทของสมรรถภาพทางกายได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. จำแนกประเภทของสมรรถภาพทางกายได้

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

๔. สาระการเรียนรู้

- ความหมาย ความสำคัญ และประเภทของสมรรถภาพทางกาย

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. อยู่อย่างพอเพียง
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบฝึกปฏิบัติและฝึกฝน

ชั่วโมงที่ ๑๕

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดพื้นฐานความรู้ของนักเรียน และนำไปใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนในระหว่างการจัดการเรียนรู้



๒. ครูและนักเรียนสนทนาถึงสมรรถภาพทางกาย ซึ่งเป็นความสามารถของร่างกายในการทำ งานได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมีความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวันด้วยความกระฉับกระเฉงไวโดยไม่รู้สึเหนื่อย และมีกำลังเหลือพอที่จะประกอบกิจกรรมยามว่างด้วยความเพลิดเพลินและสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันได้

๓. ครูยกตัวอย่างแบบทดสอบสมรรถภาพทางกาย เช่น แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายในสำนักงานศึกษาธิการสหรัฐอเมริกา หรือแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายของคณะกรรมการทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานระหว่างประเทศ

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๔. ทักษะการคิด

- ครูกระตุ้นด้วยภาพผู้ที่อยู่ในความสนใจของวัยรุ่น เช่น ภาพดารานักกีฬาที่เป็นที่รู้จัก และรักในการออกกำลังกาย ประมาณ ๓-๔ คน ให้นักเรียนวิเคราะห์ว่าใครคือบุคคล ผู้ที่นักเรียนคิดว่าเป็นผู้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีที่สุด ๑ คน
- ครูตั้งคำถามท้าทายว่า เพราะเหตุผลใดนักเรียนจึงเลือกบุคคลนี้ และคิดว่าบุคคลคนนี้มีสมรรถภาพที่ดีโดยดูได้จากอะไร

• ครูถามนักเรียนอีกประมาณ ๒-๓ คน หรือถ้ามีการแบ่งกลุ่มนักเรียนอยู่แล้ว ให้ส่งตัวแทนออกมานำเสนอกลุ่มละ ๑ คน แล้วช่วยกันสรุปความหมายตามความเข้าใจของนักเรียนว่าสมรรถภาพทางกายที่ดีหมายถึงอะไร

๕. ครูให้นักเรียนทุกคนในห้องโหวตลงคะแนน ใครคือบุคคลผู้มีสมรรถภาพทางกายดีที่สุดในห้อง โดยให้ช่วยกันคัดเลือกผู้มีสมรรถภาพทางกายที่ดีเป็นชาย ๑ คน หญิง ๑ คน ออกมายืนหน้าชั้นเรียน ครูและเพื่อน ๆ ช่วยกันถามถึงการปฏิบัติตนเองอย่างไรจึงทำให้เพื่อน ๆ ยอมรับว่าเป็นผู้มีสมรรถภาพทางกายที่ดี และการจะมีสมรรถภาพทางกายที่ดีต้องมีพฤติกรรม การกระทำหรือองค์ประกอบอะไรบ้างที่มีผลต่อการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี

๖. ครูนำภาพท่าที่ใช้ในการทดสอบหรือท่าที่ควรปฏิบัติเพื่อการมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ตามแบบทดสอบของการกีฬาแห่งประเทศไทย มาให้นักเรียนดู (อาจเป็นวิดีโอก็ได้) ครูให้ดูทีละท่าพร้อมถามนักเรียนว่าทำนี้ปฏิบัติแล้วเกิดประโยชน์อย่างไรต่อร่างกาย ช่วยสร้างเสริมหรือทำให้เกิดความแข็งแรงในส่วนใดบ้าง ครูสอบถามทีละท่าประมาณ ๕-๘ ท่า

(ตัวอย่างคำตอบ หากคนเรามีความอ่อนตัวของร่างกายที่ดีแล้ว ย่อมลดอาการบาดเจ็บที่เกิดจากการประกอบกิจวัตรประจำวันหรือการออกกำลังกาย)

ตัวอย่างภาพประกอบ



๗. ครูกล่าวถึงความหมายและความสำคัญของสมรรถภาพทางกายจากความหมาย ครูถามนักเรียน ดังนี้

- นักเรียนคิดว่าตนเองมีสมรรถภาพทางกายที่ดีแล้วหรือยังถ้าเปรียบเทียบกับความหมาย

(ตัวอย่างคำตอบ ร่างกายมีการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำ วันด้วยความกระฉับกระเฉงแต่รู้สึกเหนื่อยบ้างเป็นบางครั้ง ไม่ค่อยได้ประกอบ

กิจกรรมยามว่าง ส่วนใหญ่อ่านแต่หนังสือเรียน)

- จากความหมายของสมรรถภาพทางกาย นักเรียนมีจุดเด่นและจุดที่ควรพัฒนาอย่างไรบ้าง

(ตัวอย่างคำตอบ มีร่างกายที่ดีแต่ควรหากิจกรรมยามว่างเพื่อผ่อนคลายและสร้างเสริมให้สุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ)

ครูกล่าวถึงความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายจากความสำคัญ ครูให้นักเรียนบอกความสำคัญที่เกี่ยวข้องกับตนเองมาคนละ ๑ อย่าง

(ตัวอย่างคำตอบ ป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ ที่มาจากการใช้ชีวิตประจำวัน)

๘. ครูอธิบายเกี่ยวกับประเภทของสมรรถภาพทางกาย โดยใช้โปรแกรมนำเสนอ PowerPoint เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายและประเภทของสมรรถภาพทางกาย

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. นักเรียนทำใบงาน เรื่อง สมรรถภาพทางกาย เพื่อสรุปความรู้ และเพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)

๑๐. นักเรียนและครูร่วมกันสรุปความรู้ โดยครูสร้างความตระหนักให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการมีสมรรถภาพทางกายที่ดีจะทำให้สามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างปกติสุข

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง สมรรถภาพทางกาย

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๕ เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริม
๓. ใบงาน เรื่อง สมรรถภาพทางกาย

๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด

๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๕ เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการสร้างเสริม

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	ระบุวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยรูปแบบต่าง ๆ (ใบงาน เรื่อง จำลองการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บ)	๑.แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	จำลองเหตุการณ์การบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ และสาธิตการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ถูกต้องและเหมาะสม	๑. แบบประเมินการสาธิต	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑. ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	(๑. หลักความพอประมาณ - นักเรียนรู้จักบริหารเวลาในการทำกิจกรรมในการเรียนการสอน	๑. แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคลตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๑. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนระหว่างการเรียนรู้	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
	- นักเรียนทำกิจกรรมได้เต็มศักยภาพตนเอง)			

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๖

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๒ ทดสอบสมรรถภาพ

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๖ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (๑)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๔.๑ ม.๑/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

สมรรถภาพทางกายที่ดีเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากจะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพแล้วยังช่วยให้ปราศจากโรคภัย มีร่างกายแข็งแรง ทนทาน คล่องแคล่วว่องไว รวมทั้งยังช่วยให้มีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์อีกด้วย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้

๒. ระบุวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพตามผลการทดสอบได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. สามารถทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. อยู่อย่างพอเพียง
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบฝึกปฏิบัติและฝึกฝน

ชั่วโมงที่ ๑๖

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูถามคำถามกระตุ้นความคิดว่าสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพหมายถึงอะไร แตกต่างกับสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะหรือไม่อย่างไร อภิปรายร่วมกัน เพื่อทบทวนความรู้ในสัปดาห์ที่แล้ว

(ตัวอย่างคำ ตอบ แตกต่างกันสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพเป็นความสามารถของร่างกาย

ในการที่จะทำให้บุคคลมีสุขภาพดี ส่วนสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะเป็นความสามารถของร่างกายที่ช่วยให้บุคคลสามารถประกอบกิจกรรมทางกายหรือการเล่นกีฬาได้ดี)

๒. สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพมีความสำคัญกับนักเรียนอย่างไรบ้าง

(ตัวอย่างคำ ตอบ การทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ มีความสำคัญและมีความจำเป็นกับทุกคนเพราะจะแสดงให้เห็นว่าความสามารถของร่างกายของบุคคลนั้นอยู่ในระดับใดผลจากการทดสอบสามารถนำมาวางแผนเพื่อปรับปรุงและสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายในส่วนที่อยู่ในเกณฑ์ต่ำให้สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ)

๓. นักเรียนจะรู้ได้อย่างไรว่าสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพของนักเรียนอยู่ในระดับใด

(ตัวอย่างคำตอบ จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ)

๔. ครูให้นักเรียนวัดเส้นรอบเอวแล้วประเมินตนเองว่าเหมาะสมหรือไม่ จากนั้นให้

นักเรียนคำนวณค่าดัชนีมวลกายแล้วเปรียบเทียบกับเกณฑ์ ครูถามนักเรียนว่าจากกิจกรรมเป็นการทดสอบสมรรถภาพทางกายหรือไม่

(ตัวอย่างคำตอบ เป็นการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อยู่ในด้านการวัดองค์ประกอบของร่างกาย)

ครูกล่าวต่อว่า นอกจากนี่ยังมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายอีกหลายด้าน ซึ่งเราจะมาเรียนรู้ร่วมกันในสัปดาห์นี้

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๕. ครูแบ่งกลุ่ม ๔ กลุ่ม กลุ่มละ ๖-๗ คน ตามความเหมาะสม ให้แต่ละกลุ่มศึกษาข้อมูลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ดังนี้

กลุ่มที่ ๑ การวัดองค์ประกอบของร่างกาย

กลุ่มที่ ๒ การทดสอบความอ่อนตัว

กลุ่มที่ ๓ การทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ

กลุ่มที่ ๔ การทดสอบความอดทนของระบบหัวใจและไหลเวียนเลือด

ซึ่งมีประเด็นในการศึกษาหาข้อมูลดังนี้

๑) จุดประสงค์ของการทดสอบ

๒) วิธีการปฏิบัติ

๖. ครูให้นักเรียนออกมานำเสนอข้อมูลที่ได้ไปศึกษาข้อมูลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ และแจ้งเกณฑ์การประเมินการนำเสนอ ดังนี้

- ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอ มีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจในการนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

- ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระ ได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดชัดเจน

- ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสมดึงดูดความสนใจ แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๗. ครูอธิบายและสาธิตการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ ดังนี้

๑) การวัดองค์ประกอบของร่างกายเพื่อดูความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักตัวกับส่วนสูง สัดส่วนระหว่างเอวกับสะโพก ว่ามีความเหมาะสมมากน้อยเพียงใด พร้อมกับให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง การหาค่าดัชนีมวลกายของตนเอง

๒) การทดสอบความอ่อนตัวเป็นการวัดความสามารถของกล้ามเนื้อและข้อต่อต่าง ๆ ภายในร่างกายที่เคลื่อนไหวยืดเหยียดและโค้งงอให้ได้มากที่สุด การทดสอบที่นิยมใช้ในการวัดความอ่อนตัว ก็คือการนั่งงอตัวไปด้านหลัง

๓) การทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อเป็นสิ่งสำคัญในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันการทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ ให้ใช้วิธีการลุก-นั่ง ๖๐ วินาที และใช้วิธีการดันพื้นประยุกต์ ๓๐ วินาที เป็นการทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ

๔) การทดสอบความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือดความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือดมีความจำเป็นต่อมนุษย์ในการดำรงชีวิตประจำวัน บุคคลใดมีความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด จะสามารถทำกิจกรรมได้ต่อเนื่องเป็นเวลายาวนานโดยปราศจากความเหน็ดเหนื่อย ใช้วิธีการทดสอบโดยการยืนยกเข่าขึ้นลง

๘. นักเรียนทดลองสาธิตและฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายในด้านต่าง ๆ เพื่อเตรียมพร้อมในการทดสอบสมรรถภาพทางกายประจำภาคเรียนนี้ ครูสอบถามนักเรียนว่า “เมื่อได้ทดลองสาธิตและฝึกปฏิบัติตามวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายแล้วนักเรียนรู้สึกอย่างไร ปฏิบัติได้ถูกต้องตามวิธีการหรือไม่ และแตกต่างจากที่เคยเรียนมาในปีการศึกษาที่แล้วหรือไม่” แลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในชั้นเรียน

(ตัวอย่างคำตอบ คำตอบขึ้นอยู่กับสภาพจริงของนักเรียน เช่น ข้าพเจ้ารู้สึกว่าการทดสอบบางรายการของข้าพเจ้ายังทำ ไม่ได้และยังทำ ไม่ถูกต้องตามหลักวิธี เพราะฉะนั้นต้องหมั่นฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ รายการทดสอบสมรรถภาพทางกายบางรายการแตกต่าง จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบเดิม เช่น การทดสอบความอดทนของระบบหัวใจและหลอดเลือด เมื่อก่อนจะทดสอบโดยการวิ่ง

๑.๖ กิโลเมตร แต่ในปัจจุบันทดสอบโดยการยืนยกเข่าขึ้นลง ๓ นาที)

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. ตรวจสอบผลการเรียนรู้โดยนักเรียนตอบคำถาม เพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment) ดังนี้

๑) สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและสมรรถภาพทางกายเพื่อทักษะมีความแตกต่างกันอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพเป็นความสามารถของร่างกายในการที่จะทำให้บุคคลมีสุขภาพดี ส่วนสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะเป็นความสามารถของร่างกายที่ช่วยให้บุคคลสามารถประกอบกิจกรรมทางกายหรือการเล่นกีฬาได้ดี)

๒) สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพมีวิธีการทดสอบกี่ด้านจงยกตัวอย่าง

(ตัวอย่างคำตอบ มีการทดสอบ ๕ ด้าน เช่น การทดสอบความอ่อนตัว)

๓) สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพมีความสำคัญอย่างไร

(ตัวอย่างคำตอบ ช่วยให้มีสุขภาพดีและสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างเป็นปกติ)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง การหาค่าดัชนีมวลกายของตนเอง

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๖ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ
๓. ใบงาน เรื่อง การหาค่าดัชนีมวลกายของตนเอง
๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๖ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ ๒. ระบุวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพตามผลการทดสอบได้ (ใบงาน เรื่อง การหาค่าดัชนีมวลกายของตนเอง)	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/ กระบวนการ (P)	๑. สามารถทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์ การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๗

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๒ ทดสอบสมรรถภาพ

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๗ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (๒)

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๔.๑ ม.๑/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

สมรรถภาพทางกายที่ดีเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากจะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพแล้วยังช่วยให้ปราศจากโรคภัย มีร่างกายแข็งแรง ทนทาน คล่องแคล่วว่องไว รวมทั้งยังช่วยให้มีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์อีกด้วย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้

๒. ระบุวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพตามผลการทดสอบได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. สามารถทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเองและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. อยู่อย่างพอเพียง
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบฝึกปฏิบัติและฝึกฝน

ชั่วโมงที่ ๑๗

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูถามถึงวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพเพื่อทบทวนความรู้ในสัปดาห์ที่แล้ว
๒. ครูให้นักเรียนจับคู่โดยแบ่งหน้าที่ ดังนี้
 - ๑) คนที่ ๑ เป็นผู้ทดสอบ
 - ๒) คนที่ ๒ เป็นผู้จับบันทึก

๓. ครูแจกใบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๔. ครูให้นักเรียนปฏิบัติทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพดังต่อไปนี้
 - ๑) การวัดองค์ประกอบของร่างกาย
 - ๒) การทดสอบความอ่อนตัว
 - ๓) การทดสอบความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ
 - ๔) การทดสอบความอดทนของระบบหัวใจและไหลเวียนเลือด

หมายเหตุ โดยคนที่ ๑ เป็นผู้ทดสอบ และคนที่ ๒ เป็นผู้บันทึกผล

๕. จากนั้นให้สลับกันโดยคนที่ ๑ เป็นผู้บันทึกผล และคนที่ ๒ เป็นผู้ทดสอบ

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๖. นักเรียนทั้ง ๒ คนปรึกษากันและนำผลที่ได้จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์อ้างอิงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของนักเรียนชายและหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ อายุ ๑๓ ปี

๗. นักเรียนประเมินผลออกมาแล้วบันทึกลงใน ใบงาน เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ เพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment) จากนั้นนำมาวิเคราะห์ว่าสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพของตนในแต่ละด้านอยู่ในระดับใด นักเรียนสามารถปรึกษากับเพื่อนเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้

๘. ครูสรุปและพร้อมเสนอถึงการเตรียมตัวในสัปดาห์ถัดไป โดยการวางแผนพัฒนาปรับปรุง หรือรักษาดำรงไว้ของสมรรถภาพทางกายของแต่ละบุคคล

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

- ๑) ใบงาน เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๗ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ(๒)
๓. ใบงาน เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ
๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๗ เรื่อง วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ(๒)

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑. อธิบายวิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์การประเมินที่ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. สามารถทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพด้วยตนเอง และปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ (ใบงาน เรื่อง การทดสอบสมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ)	๑. แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
คุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘

รหัส พ๒๑๑๐๓

วิชา สุขศึกษา๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑๒ ทดสอบสมรรถภาพ

จำนวน ๔ ชั่วโมง

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๘ เรื่อง วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป

จำนวน ๑ ชั่วโมง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

ชื่อผู้สอน นางกัลยา บุญดี

๑. มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดระหว่างทาง/ตัวชี้วัดปลายทาง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ตัวชี้วัดระหว่างทาง

พ ๔.๑ ม.๑/๔ สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

ตัวชี้วัดปลายทาง

-

๒. สาระสำคัญ

สมรรถภาพทางกายที่ดีเป็นสิ่งสำคัญ นอกจากจะช่วยให้สามารถดำรงชีวิตและทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพแล้วยังช่วยให้ปราศจากโรคร้าย มีร่างกายแข็งแรง ทนทาน คล่องแคล่วว่องไว รวมทั้งยังช่วยให้มีพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์อีกด้วย

๓. จุดประสงค์การเรียนรู้

๓.๑ ความรู้ (Knowledge : K)

๑. อธิบายวิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปการทดสอบได้

๓.๒ ทักษะ/กระบวนการ (Process : P)

๑. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปการทดสอบได้

๓.๓ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (Attitude : A)

๑. เห็นความสำคัญของวิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปการทดสอบได้

๔. สาระการเรียนรู้

- วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป

๕. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

๑. ความสามารถในการสื่อสาร

๒. ความสามารถในการคิด

๓. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

๖. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. มีวินัย
๒. ใฝ่เรียนรู้
๓. อยู่อย่างพอเพียง
๔. มุ่งมั่นในการทำงาน

๗. กิจกรรมการเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้นี้ใช้วิธีการบูรณาการที่หลากหลายคือ กิจกรรมการเรียนรู้แบบฝึกปฏิบัติและฝึกฝน

ชั่วโมงที่ ๑๘

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน (๑๐ นาที)

๑. ครูถามคำถามกระตุ้นความคิดว่าวิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพโดยทั่วไปคืออะไรอภิปรายร่วมกัน

(ตัวอย่างคำตอบ การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การกินอาหาร เป็นต้น)

๒. แบ่งนักเรียนออกเป็น ๔ กลุ่ม ได้แก่

- กลุ่มที่ ๑ การออกกำลังกาย
- กลุ่มที่ ๒ การพักผ่อน
- กลุ่มที่ ๓ การกินอาหาร
- กลุ่มที่ ๔ การนันทนาการ

ขั้นสอน (๓๐ นาที)

๓. นักเรียนค้นคว้ากิจกรรมกลุ่มตามหัวข้อที่ตนเองได้รับ และอภิปรายร่วมกัน โดยมีประเด็นในการศึกษาข้อมูลดังนี้

- ความหมาย
- ความสำคัญ
- ประโยชน์

๔. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มสืบค้นข้อมูลตามแหล่งการเรียนรู้ที่สนใจและนำเสนอ

๕. ครูกล่าวถึงเกณฑ์การประเมินการนำเสนอ ดังนี้

- ความเหมาะสมของบทบาทการนำเสนอ

เช่น แสดงสมบทบาท สมาชิกทุกคนในกลุ่มมีส่วนร่วมในการนำเสนอมีความพร้อมในการนำเสนอ มีความน่าสนใจใน

การนำเสนอ และพูดออกเสียงชัดเจน

- ความถูกต้องของข้อมูลเนื้อหาสาระ

เช่น อธิบายเนื้อหาสาระได้ถูกต้องครบถ้วน ละเอียดยชัดเจน

- ส่วนประกอบอื่น ๆ และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

เช่น เตรียมอุปกรณ์ประกอบการนำเสนอได้เหมาะสม ดึงดูดความสนใจแสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

๖. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอ

๗. เมื่อนักเรียนทั้ง ๔ กลุ่ม นำเสนอเสร็จ ครูเสริมเรื่องการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายทั่วไป ดังนี้

๑) การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ สามารถป้องกันโรคภัยต่าง ๆ และลดความเสี่ยงจากโรคที่เกิดจากการ ไม่ออกกำลังกาย การออกกำลังกาย ถือว่ามีความสำคัญต่อสุขภาพมากเพราะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานให้กับร่างกาย โดยมีหลักการ ดังนี้

- การเตรียมตัวก่อนออกกำลังกาย การออกกำลังกายโดยทั่วไปนั้นถ้าหากว่าร่างกายปกติ ไม่มีอาการเจ็บป่วย สามารถที่จะเริ่มต้นออกกำลังกายได้ทันที แต่ในกรณีที่มีอาการผิดปกติ เช่น เหนื่อยง่าย หรือมีโรคประจำตัว เช่น โรคหอบหืด ควรได้รับคำแนะนำ จากแพทย์ก่อนที่จะออกกำลังกาย

- ปฏิบัติตามหลักการออกกำลังกายเพื่อให้ได้ประโยชน์มากที่สุดควรปฏิบัติตามหลักของการออกกำลังกาย ๕ ขั้นตอน ดังนี้

(๑) การอบอุ่นร่างกาย

(๒) การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

(๓) วิธีการออกกำลังกาย โดยมีหลักการดังนี้

“FFITT”

F = Frequency

ความถี่ของการออกกำลังกาย ควรออกกำลังกายอย่างน้อย ๓-๕ ครั้ง/สัปดาห์

F = Fun

กิจกรรมที่จัดควรหลากหลายจัดให้เหมาะสมกับเพศ วัย และระดับความสามารถ

I = Intensity

ความหนักในการออกกำลังกายจะขึ้นอยู่กับอายุและเป้าหมายในการออกกำลังกาย

T = Time

ระยะเวลาในการออกกำลังกาย ควรอยู่ที่ ๓๐ นาทีขึ้นไป/ต่อครั้ง

T = Type

ชนิดหรือประเภทของกิจกรรมที่เลือกในการเข้าร่วม ๒) การพักผ่อน หมายถึง การนอนหลับและกิจกรรมเสริมอื่น ๆ ที่ทำแล้วช่วยขจัดความเหน็ดเหนื่อย อ่อนเพลีย เครียด ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นักเรียนควรนอนวันละ ๘ ชั่วโมง จึงจะเป็นผลดีต่อสุขภาพ การพักผ่อน ยังสามารถทำได้หลายรูปแบบ เช่น การฝึกสมาธิ

๓) การกินอาหารที่มีประโยชน์ด้วยการกินอาหารครบ ๕ หมู่ เพื่อให้สารอาหารครบถ้วน ทำให้สมรรถภาพทางกายมีความสมบูรณ์ ไม่ควรที่จะกินอาหารมากเกินไปจนเกินไป เพราะอาจทำให้เกิดการสะสมของไขมัน และไม่ควรที่จะกินอาหารที่มีรสหวานมาก

๔) การนันทนาการ หมายถึง การทำให้ชีวิตสดชื่น โดยการสร้างเสริมพลังงานขึ้นใหม่ ดังนั้น นันทนาการจึงเป็น วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพ นอกจากนี้นันทนาการยัง หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าร่วมในช่วงเวลาว่าง โดยไม่มีการบังคับหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ มีผลก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนานหรือความสนุกสนาน และกิจกรรมนั้น ๆ จะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีความหลากหลาย เช่น

การทำอาหาร



การเล่นกีฬา



การวาดรูป



ครูกล่าวว่า “การพักผ่อนเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยขจัดความเหนื่อยล้าความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจการพักผ่อนไม่ได้มีแต่การนอนหลับเท่านั้น เพราะการนอนหลับเป็นการผ่อนคลายทางกายภาพ อาจจะไม่ช่วยให้เราผ่อนคลาย หรือหายจากอาการเหนื่อยล้าจากการใช้ชีวิตในแต่ละวันอย่างแท้จริง เพราะฉะนั้นนักเรียนควรตระหนักถึงความสมดุลระหว่างการทำงานและการใช้ชีวิต จะทำให้เราสามารถพัฒนาและสร้างเสริมสุขภาพด้านร่างกายและจิตใจได้เป็นอย่างดี” โดยสามารถปฏิบัติได้ ๗ วิธีตามแนวคิดของซานดรา ดัลตัน สมิธ (Saundra Dalton-Smith) เกี่ยวกับการให้ความสำคัญระหว่างงานและการใช้ชีวิตโดยแบ่งเป็น ๗ ด้าน ดังนี้

๑) Physical Rest พาร่างกายไปพักผ่อน



๒) Mental Rest ปลดปล่อยจิตใจได้ผ่อนคลาย



๓) Sensory Rest พักผ่อนประสาทสัมผัส



๔) Creative Rest พักการใช้ความคิดอย่างหนักหน่วง



๕) Emotion Rest ใส่ใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง



๖) Social Rest พาตนเองไปอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี



๗) Spiritual Rest ผ่อนคลายจากภายใน



(ข้อมูลอ้างอิง : <https://thematter.co/science-tech/7-type-ofrest-you-should-try/133675>)

จากนั้นครูให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมของตนเองว่ามีพฤติกรรมใดบ้างที่ทำให้การทำงานและการใช้ชีวิตเกิดความสมดุล

(ตัวอย่างคำตอบ การพักผ่อน เช่น การไปเที่ยว การดูหนังฟังเพลง)

ครูอธิบายเสริมเพิ่มเติมว่ากิจกรรมนันทนาการมีหลายประเภท เช่น นันทนาการประเภทเกมกีฬา ศิลปหัตถกรรม เต้นรำและเข้าจังหวะ การละคร เกมเบ็ดเตล็ด เกมนำ การละเล่นพื้นเมือง นอกจากนี้ครูสามารถยกตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการที่ให้นักเรียนร่วมกันปฏิบัติได้ในชั้นเรียน

เช่น แก้อึดจนตรึง

๘. นักเรียนทำใบงาน เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันตรวจสอบและประเมินผล

ขั้นสรุป (๑๐ นาที)

๙. สรุปองค์ความรู้ร่วมกันโดยการถามตอบ

๑๐. ครูสรุปแผนผังเพื่อสรุปความรู้ให้นักเรียนได้ ดังนี้

วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป

- การออกกำลังกาย
- การพักผ่อน
- การกินอาหาร
- การนันทนาการ

๑๐. ตอบคำถามกระตุ้นความคิดที่ว่านักเรียนมีการออกกำลังกาย การพักผ่อน การกินอาหาร การนันทนาการอย่างเหมาะสมหรือไม่ บันทึกลงในสมุดของตนเอง เพื่อใช้ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)

๘. ชิ้นงาน/ภาระงาน

๑) ใบงาน เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

๙. สื่อ/อุปกรณ์ / แหล่งเรียนรู้

๙.๑ สื่อการเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๘ เรื่อง วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพโดยทั่วไป
๓. ใบงาน เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย

๔. การใช้เทคโนโลยี Augmented Reality (AR) ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่สามารถเข้าถึงวิดีโอและข้อมูลต่างๆ ทำให้ผู้สอนสามารถนำสื่อจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ไปยังผู้เรียนจากแอปพลิเคชัน Aimphan Education

๙.๒ แหล่งเรียนรู้

๑. หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ๑ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ของบริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด
๒. โปรแกรม PowerPoint ชั่วโมงที่ ๑๘ เรื่อง วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพโดยทั่วไป

๑๐. การวัดและการประเมิน

เป้าหมายการเรียนรู้	การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment)	เครื่องมือ	วิธีวัดผล	เกณฑ์การประเมิน
ความรู้ ความเข้าใจ (K)	๑.อธิบายวิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป การทดสอบได้ (ใบงาน เรื่อง การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย)	๑. แบบประเมินใบงาน/ชิ้นงาน	๑. สังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
เจตคติ (A)	๑. เห็นความสำคัญของวิธีการ	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
ทักษะ/กระบวนการ (P)	๑. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไป	แบบประเมินการตอบคำถามในชั้นเรียน	สังเกตจากการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	ผ่านเกณฑ์ การประเมินที่ ระดับคุณภาพปานกลางขึ้นไป
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (A)	๑.พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑. เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
สมรรถนะที่สำคัญ	๑. พฤติกรรมในชั้นเรียน	๑.แบบประเมินสมรรถนะสำคัญของผู้เรียน	๑.ตรวจด้วยการสังเกตการร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน	๑.เกณฑ์การประเมิน ผ่านเกณฑ์ ต้องได้ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

๑๑.บันทึกหลังการสอน

๑๑.๑ ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

๑๑.๒ ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

.....

๑๑.๓ แนวทางแก้ไข/ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ..... (ผู้สอน)

(นางกัลยา บุญดี)

ตำแหน่ง ครู ชำนาญการพิเศษ

...../...../.....

ความเห็นของหัวหน้าสถานศึกษา/ผู้ที่ได้รับมอบหมาย

๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายประภาส ศรีทอง) ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ	๑. ระดับคุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้ ☐ ดีมาก ☐ ดี ☐ พอใช้ ☐ ควรปรับปรุง ๒. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ☐ เหมาะสม ☐ ควรปรับปรุงพัฒนาต่อไป ๓. การนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปใช้ ☐ นำไปใช้ได้จริง ☐ ควรปรับปรุงก่อนนำไปใช้ ๔. ข้อเสนอแนะ ลงชื่อ..... (นายจักรวาล เจริญทอง) ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
---	--

