

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

เทเบิลเทนนิสเป็นกีฬาที่สนุกสันทนาการง่ายสถานที่ในการเล่นใช้เนื้อที่ไม่มากอุปกรณ์การเล่นมีราคาถูก ผู้เล่นจะได้รับประโยชน์จากการเล่นเทเบิลเทนนิสทั้งในด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ สติปัญญาและได้รู้จัก กฎ กติกาการแข่งขันเทเบิลเทนนิสการจับไม้เทเบิลเทนนิสที่ถูกต้อง

มาตรฐานการเรียนรู้

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

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๑) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และเข้าใจประวัติกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
2. เข้าใจประโยชน์ของกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
3. บอกประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนรู้หรือไม่ว่ากีฬาเทเบิลเทนนิสมีความเป็นมาอย่างไร
2. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนรู้หรือไม่ว่าการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมีประโยชน์บ้าง

ขั้นการพัฒนาการเรียนรู้

1. ครูอธิบายประวัติความเป็นมากีฬาเทเบิลเทนนิสให้นักเรียนฟัง
2. ครูอธิบายประโยชน์ของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสให้นักเรียนฟัง
3. ครูให้นักเรียนแต่ละคนศึกษาประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิสจากใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิสที่แจกให้
4. นักเรียนคนร่วมกันศึกษาตามประเด็นที่กำหนดแล้วบันทึกลงในแบบบันทึกการอ่าน
5. ครูสุ่มนักเรียนออกมาเพื่อตอบคำถามเกี่ยวกับประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิส

ขั้นสรุปและวัดผล

1. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนสอบถามข้อสงสัย เพื่อให้มีความเข้าใจที่ถูกต้อง
2. จากนั้นครูสรุปความรู้เกี่ยวกับ ประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิส

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิส

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. รู้และเข้าใจประวัติ กีฬาเทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. เข้าใจประโยชน์ของ กีฬาเทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. บอกประโยชน์เทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน้อยย่อยที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใด	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนียง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริวิมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาทร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธรพีไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน้อยย่อที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์เทเบิลเทนนิส

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

ภาคผนวก

ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ประวัติและประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิส

ประวัติกีฬาปิงปอง หรือ เทเบิลเทนนิส

กีฬาปิงปองได้เริ่มขึ้นครั้งแรก ในปี ค.ศ. 1890 (พ.ศ. 2433) ที่ประเทศอังกฤษ โดยในอดีตอุปกรณ์ที่ใช้เล่นปิงปองเป็นไม้หุ้มหนังสัตว์ ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับไม้ปิงปองในปัจจุบัน ส่วนลูกที่ใช้ดีเป็นลูกเซลลูลอยด์ ซึ่งทำจากพลาสติกกึ่งสังเคราะห์ โดยเวลาที่ลูกบอลกระทบกับพื้นโต๊ะ และไม้ตีจะเกิดเสียง "ปิก-ป็อก" ดังนั้น กีฬานี้จึงถูกเรียกชื่อตามเสียงที่ได้ยินว่า "ปิงปอง" (PINGPONG) และได้เริ่มแพร่หลายในกลุ่มประเทศยุโรปก่อน

ส่วนวิธีการจับไม้ จะมี 2 ลักษณะ คือ จับไม้แบบจับมือ (SHAKEHAND) ซึ่งเราเรียกกันว่า "จับแบบยุโรป" และการจับไม้แบบจับปากกา (PEN-HOLDER) ซึ่งเราเรียกกันว่า "จับไม้แบบจีน"

สำหรับประวัติกีฬาเทเบิลเทนนิสในประเทศไทยนั้น ทราบเพียงว่า คนไทยรู้จักคุ้นเคย และเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสมาเป็นเวลาช้านาน แต่รู้จักกันในชื่อว่า กีฬาปิงปอง โดยไม่ปรากฏหลักฐานแน่ชัดว่า มีการนำกีฬานี้เข้ามาเล่นในประเทศไทยตั้งแต่เมื่อใด และใครเป็นผู้นำเข้ามา แต่ปรากฏว่ามีการเรียนการสอนมานานกว่า 30 ปี โดยในปี พ.ศ. 2500 ประเทศไทยได้มีการจัดตั้งสมาคมเทเบิลเทนนิสสมัครเล่นแห่งประเทศไทย และมีการแข่งขันของสถาบันต่างๆ รวมทั้งมีการแข่งขันชิงแชมป์ถ้วยพระราชทานแห่งประเทศไทย ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

ประโยชน์กีฬาเทเบิลเทนนิส

1. ประโยชน์ต่อร่างกาย

กีฬาทุกชนิดผู้เล่นย่อมได้ประโยชน์ทางร่างกายจากการออกกำลังกาย เทเบิลเทนนิสก็เช่นเดียวกันกับกีฬานานาชนิด ที่ทำให้ผู้เล่นได้ออกกำลังกายจากการเล่น แต่การออกกำลังกายในการเล่นเทเบิลเทนนิสนั้นมีลักษณะพิเศษกว่าการเล่นกีฬานานาชนิด คือ ในขณะที่เล่นเทเบิลเทนนิสนั้น ผู้เล่นมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาการเล่น และเป็นการออกกำลังกายแบบเบาๆ แต่ทำจำนวนครั้งมากๆ ผู้เล่นเทเบิลเทนนิสจึงได้ออกกำลังกายในลักษณะค่อยๆ ไป ไม่เกิดช่วงเหนื่อยจนหายใจไม่ทันหรือเป็นลม หน้ามืดเหมือนอย่างในการเล่นกีฬานานาชนิด เช่น ยกน้ำหนัก ฟุตบอล เป็นต้น ซึ่งในขณะที่เล่นกีฬาเหล่านี้บางเวลาที่ต้องออกกำลังกายมาก บางเวลาที่ต้องออกกำลังน้อย ไม่สม่ำเสมอ เป็นต้น

การออกกำลังกายโดยเล่นเทเบิลเทนนิสจะทำให้ แขน ขา ลำตัว และส่วนอื่นๆ ของร่างกาย ต้องเคลื่อนไหวอยู่อย่างสม่ำเสมอตลอดเวลาที่เล่น ทำให้ร่างกายได้รับการออกกำลังกายทุกส่วนอย่างเพียงพอ อันเป็นผลให้มีสุขภาพแข็งแรง กระปรี้กระเปร่า ไม่เจ็บไข้ได้ป่วยง่าย ประโยชน์อีกอย่างหนึ่งที่ได้จากการออกกำลังกายโดยการเล่นเทเบิลเทนนิสก็คือ ฝึกให้สายตาและร่างกายมีความคล่องแคล่วว่องไว เพราะในการเล่นเทเบิลเทนนิสนั้นจำเป็นที่ส่วนต่างๆ ของร่างกายต้องเคลื่อนไหวอย่างว่องไว

โดยประสานกับสายตาที่ว่องไวด้วย การที่มีสายตาและร่างกายที่คล่องแคล่วว่องไวนี้ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันให้เป็นประโยชน์ได้ เช่น การหลบหลีกอันตราย ความคล่องแคล่วในการทำงาน สำหรับอันตรายที่จะได้รับจากการเล่นเทเบิลเทนนิสนั้น นับว่ามีน้อยมากหรือแทบไม่มีเลยเพราะเป็นกีฬาที่ไม่มีการใช้ร่างกายปะทะกันระหว่างคู่ต่อสู้ และแม้ว่าจะเป็นการเล่นประเภทคู่ก็ตามถ้าหากคู่เล่นมีการฝึกซ้อมกันอย่างดีแล้ว โอกาสที่จะชนกันในคู่ซึ่งเป็นฝ่ายเดียวกันก็จะเกิดขึ้นได้ยาก

2. ประโยชน์ทางด้านจิตใจและอารมณ์

การจะเล่นเทเบิลเทนนิสให้ดีขึ้น ส่วนหนึ่งต้องอาศัยความมีสติดี มีความเชื่อมั่นในตัวเองและมีสมาธิดี และในการฝึกซ้อมนั้นก็ต้องอาศัยความอดทนและความตั้งใจ ดังนั้น สำหรับผู้เล่นหรือผู้ฝึกซ้อมกีฬานี้บ่อยๆ จึงเป็นการฝึกซ้อมให้ตนเองมีสติ มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีสมาธิดีและเป็นคนมีความอดทนและตั้งใจ ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้ล้วนแต่มีประโยชน์ต่อตัวเราทั้งสิ้น ในการใช้ชีวิตประจำวัน นอกจากนั้นผู้เล่นกีฬานี้ยังต้องฝึกตัวเองให้อดทนต่อสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นหรือจากการที่ถูกยั่วโทสะ กล่าวคือ ในบางครั้งผู้เล่นเกิดการตีลูกพลาดไปโดยไม่น่าพลาดก็ดี หรือ จากการถูกยั่วโทสะของคู่ต่อสู้ หรือผู้ดูก็ดี หากผู้เล่นแสดงกิริยามารยาทที่ไม่ดีไม่งาม เช่น เอาไม้เทเบิลเทนนิสขว้างทิ้ง เอาไม้ทุบโต๊ะ กระทุ้งลูกปิงปอง เป็นต้น เขาจะได้รับการตำหนิจากเพื่อนฝูง ซึ่งก็เท่ากับเป็นการตบตีจิตใจให้ผู้นั้น รู้จักรับอารมณ์โทสะ ซึ่งในครั้งต่อไป เมื่อผู้เล่นนั้นได้มีอารมณ์เช่นนี้อีก เขาก็จะได้ออดทน ไม่แสดงกิริยามารยาทที่ไม่ดีออกมา เมื่อฝึกเช่นนี้บ่อยเข้า ก็จะกลายเป็นความเคยชินในการอดกลั้นความมีโทสะ แม้ในเหตุการณ์อื่นๆ ในชีวิตประจำวันเขาก็สามารถอดกลั้นโทสะได้เป็นอย่างดีและง่ายดาย

3. ประโยชน์ในด้านสังคม

การเล่นเทเบิลเทนนิสนี้ แม้ว่าจะมีผู้เล่นเพียง 2 คน ก็เป็นการเพียงพอแล้วก็ตาม แต่โดยทั่วไปแล้วในขณะที่คู่ใดคู่หนึ่งกำลังเล่นเทเบิลเทนนิสอยู่ จะมีคนอื่นๆ อีกหลายคนรอที่จะเข้าเล่นต่อ เช่น การเล่นในกรณีที่ให้ผู้ที่ตีแพ้ออก แล้วให้คนใหม่ที่เป็นคนต่อไปเข้าไปตีแทน เป็นต้น หรือผู้เล่นที่มีความตั้งใจเล่นอย่างจริงจัง ก็ควรสมัครสมาชิกเข้าเป็นสมาชิกของชมรมหรือสมาคมต่างๆ ทำให้ผู้เล่นมีโอกาสรู้จักกับคนมาก และเกิดความสมัครสมานสามัคคีกันขึ้นในหมู่ผู้เล่น นอกจากนี้ ในการเล่นเทเบิลเทนนิสนั้นผู้เล่นแต่ละคนยังต้องปฏิบัติตามระเบียบ กฎ และกติกาที่วางไว้ และต้องเคารพสิทธิของผู้อื่นก่อนหรือภายหลัง ในการเข้าเล่นจึงเท่ากับเป็นการฝึกตนเองให้เป็นคนมีระเบียบวินัยเคารพสิทธิของผู้อื่น ก่อให้เกิดความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ซึ่งในชีวิตประจำวัน ถ้าทุกคนเป็นคนมีระเบียบวินัย เคารพสิทธิของผู้อื่น และเคารพกฎหมายบ้านเมือง สังคมก็จะมีระเบียบเรียบร้อย และประการสุดท้ายการเล่นเทเบิลเทนนิส นับว่าเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ไม่ปล่อยให้เวลาว่างไปโดยไม่ได้ทำอะไร หรือนำเวลาว่างไปใช้ในทางอบายมุขหรือสิ่งชั่วร้ายต่างๆ เช่น เที่ยวกลางคืน เมาสุรา เล่นการพนัน ฯลฯ ซึ่งล้วนแล้วแต่ก่อให้เกิดผลเสียแก่ตัวเอง ครอบครัว และประเทศชาติทั้งสิ้น

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 2

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตีลูกหน้ามืออยู่กับที่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมีทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๑) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

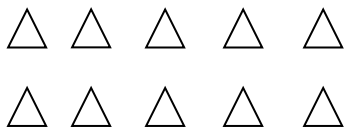
1. มีวินัย

2. ฝึกเรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (10 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (5 นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ
2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสอยู่กับที่

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

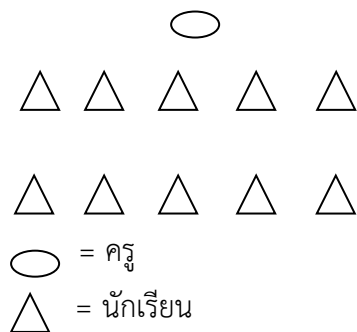
ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

ขั้นปฏิบัติ(10 นาที)

1. ให้นักเรียนฝึกซ้อมทักษะที่ครูจะให้ทำการทดสอบทักษะที่ครูได้สอนไป

ชั้นนำไปใช้ (20นาที)

1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จุฑมาร์ค

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสน้ำมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติตามทักษะการ ตีลูกเทเบิลเทนนิสน้ำ มือได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสน้ำมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

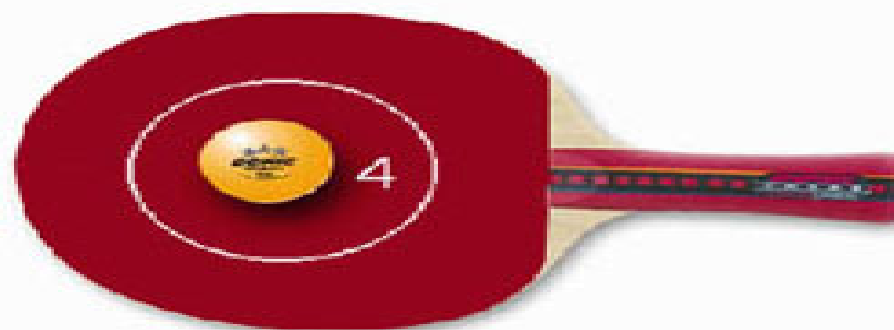
แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การดูแลสุขภาพมีอยู่ใกล้กับที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันทันใด	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนียง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาทร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธรพีไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหน้ามืออยู่กับที่

FORE HAND



เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตีลูกหม้อมืออยู่กับที่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักระยะก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตีลูกหน้ามืออยู่กับที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนียง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตีลูกหน้ามืออยู่กับที่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ข)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 3

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือเคลื่อนที่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมีทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๒) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัดความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือเคลื่อนที่ได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือเคลื่อนที่ได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือเคลื่อนที่ได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

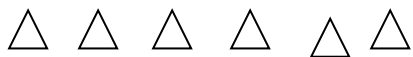
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (10 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียกกรมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (5 นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ
2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสแบบเคลื่อนที่

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

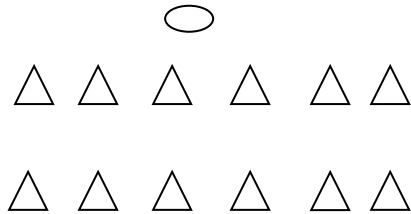
ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

- 1.ให้นักเรียนฝึกซ้อมทักษะที่ครูจะให้ทำการทดสอบทักษะที่ครูได้สอนไป

ขั้นนำไปใช้ (20นาที)

- 1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

- 3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-7 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 8-13 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 8-13 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-7 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสน้ำมือเคลื่อนที่ ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติตามทักษะการ ตีลูกเทเบิลเทนนิสน้ำ มือเคลื่อนที่ได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสน้ำมือ เคลื่อนที่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การดูแลสุขภาพมือเคลื่อนที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เจริญ						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาธร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑูมา						
10	เด็กหญิงณัฐฐดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทรวินัย อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือเคลื่อนที่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การดูแลสุขภาพมือเคลื่อนไหวที่

เลขที่	ชื่อ – สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง					
2	เด็กชายพุทธรชาด พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

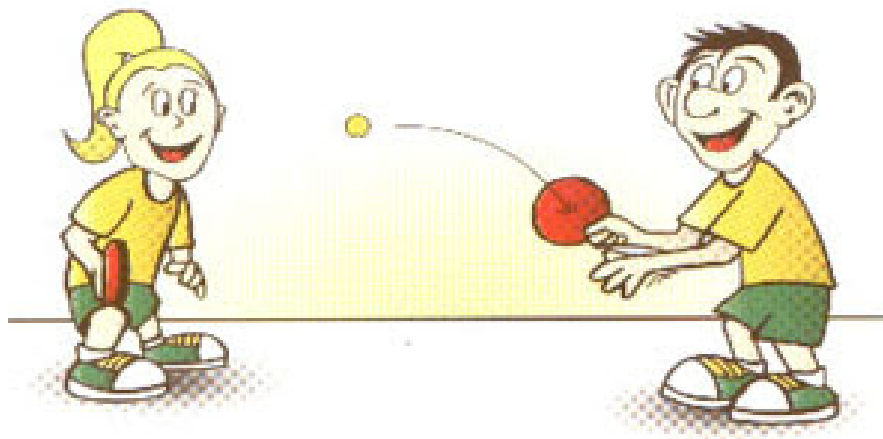
เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือเคลื่อนที่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหน้ามือเคลื่อนที่



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การตีลูกหม้อมือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหม้อมือกับฝ่าผนัง

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมีทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจําอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๔) วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือกับฝ่าผนังได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือกับฝ่าผนังได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือกับฝ่าผนังได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10 นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ
2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสกับฝาผนัง

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

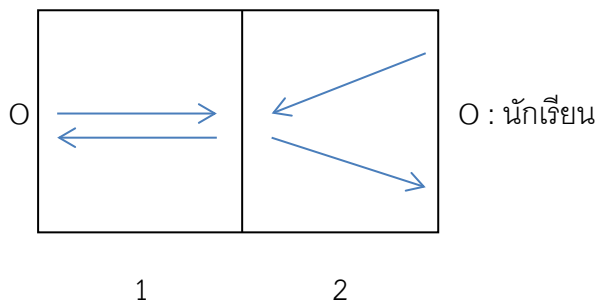
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

1. การตีลูกหน้ามือกระทบฝาผนังโต้แนวกลางโต๊ะ

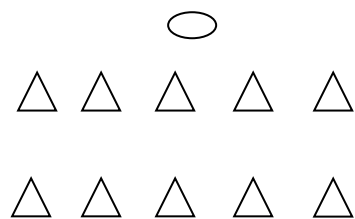
ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. การตีลูกหน้ามือกระทบฝาผนังแนวทแยงมุมโต๊ะ



ขั้นนำไปใช้ (20นาที)

- 1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวตั้งรูป

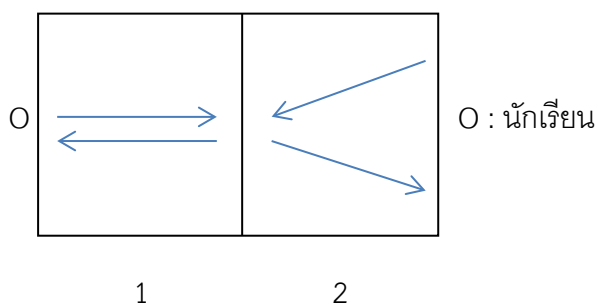


○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน



3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดมาร์ค

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสหน้ามือกับฝ่า ผืนได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูก เทเบิลเทนนิสหน้ามือกับ ฝ่าผืนได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสหน้ามือกับ ฝ่าผืนได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การดูแลสุขภาพมือกับฝ่ามือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใด	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เจริญ						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาธร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑูมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัชรพิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหม้อมือกับฝาผนัง

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การดูแลสุขภาพมือกับฝ่าเท้า

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		5
1	เด็กชายเดชอุดม เจริญ					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑุมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัชรพิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

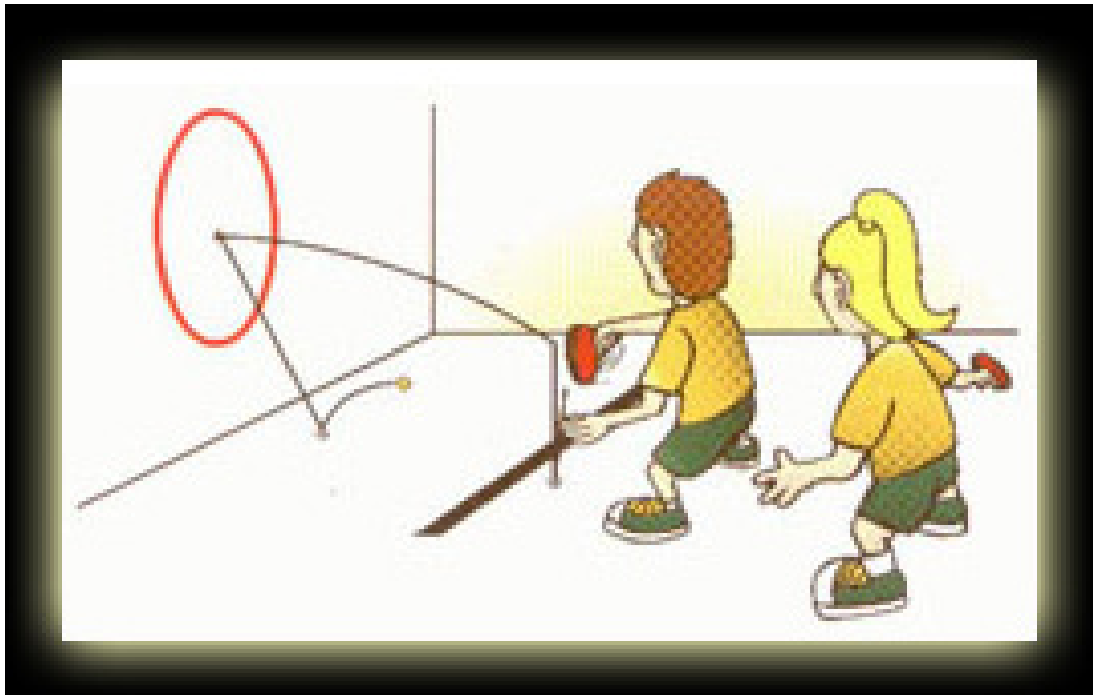
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือกับฝ่ามือ

เกณฑ์การให้ คะแนน(ซ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหน้ามือกับฝ่ามือ



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 5

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง การตีลูกหน้ามือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหน้ามือได้คู่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

การตีลูกเป็นหัวใจของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส การตีแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือการตีลูกด้วยหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ถือเป็นการตีลูกขั้นพื้นฐาน การตีลูกหน้ามือเป็นการตีลูกในลักษณะของการตีลูกที่ปล่อยอยู่ในตำแหน่งด้านหน้า ค่อนไปทางด้านข้างของมือด้านจับไม้เทเบิลเทนนิสของผู้ตี เพื่อต้องการให้ลูกข้ามตาข่ายไปตกยังจุดที่ต้องการในแดนของฝ่ายตรงข้าม

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจําอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๖) วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้คู่ได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้คู่ได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้คู่ได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวันนี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
- 3.เรียกรวมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10นาที)

- 1.ครูอธิบายหลักการและวิธีการตีโต้ลูก หน้ามือ
2. ขั้นตอนในการโต้ลูก หน้ามือ

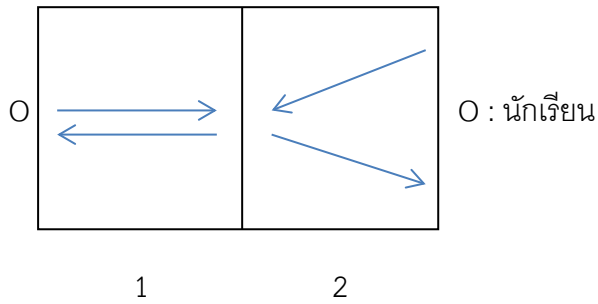
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

1. การตีโต้แนวกลางโต๊ะเป็นลูกหน้ามือ

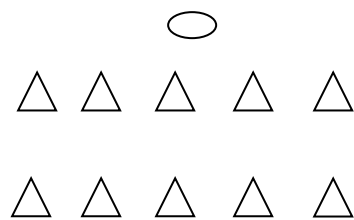
ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. การตีโต้ลูกหน้ามือ แนวทแยงมุมกำหนดไว้ คนละ 5 ลูก



ขั้นนำไปใช้ (20นาที)

1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



○ = ครู

△ = นักเรียน

2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่-คี่ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จุดมาร์ค

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสน้ำมือโต้คู่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูก เทเบิลเทนนิสน้ำมือ โต้คู่ได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสน้ำมือโต้ คู่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การดูแลสุขภาพมือได้คู่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหน้ามือได้คู่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหน้ามือได้คู่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เณียง					
2	เด็กชายพุทธรชาด พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวีไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

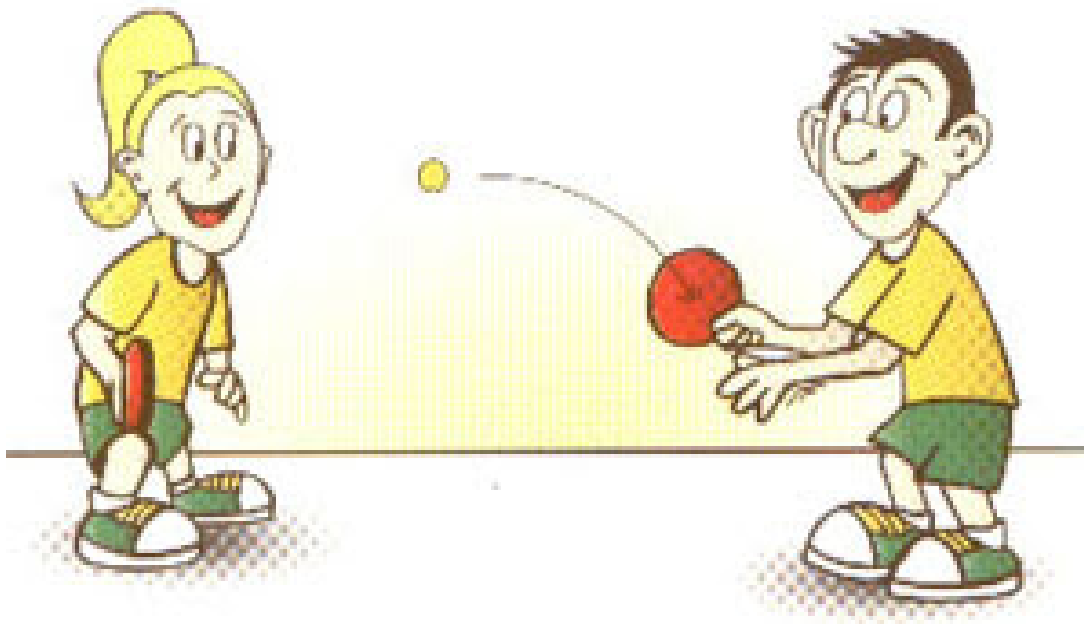
เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหน้ามือได้คู่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหน้ามือโต้คู่



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 6

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตีลูกหลังมืออยู่กับที่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมีทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจําอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๑) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

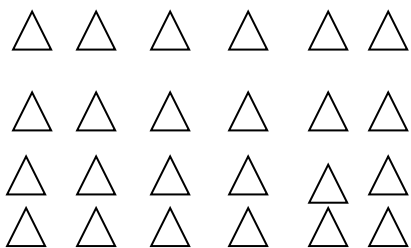
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (10 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียกกรมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (5นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ
2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสอยู่กับที่

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

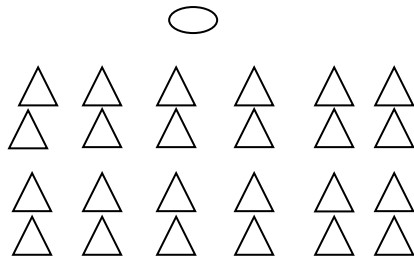
ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

1. ให้นักเรียนฝึกซ้อมทักษะที่ครูจะให้ทำการทดสอบทักษะที่ครูได้สอนไป

ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง

- เกณฑ์คะแนน

3. เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน

3. ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป

4. ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน

5. จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด

2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส

3. จดหมาย

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสหลังมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติตามทักษะการ ตีลูกเทเบิลเทนนิสหลัง มือได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การดูแลสุขภาพหลังมืออยู่กับที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวริศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมืออยู่กับที่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมืออยู่กับที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		5
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีียง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑูมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัชรพิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารยคุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

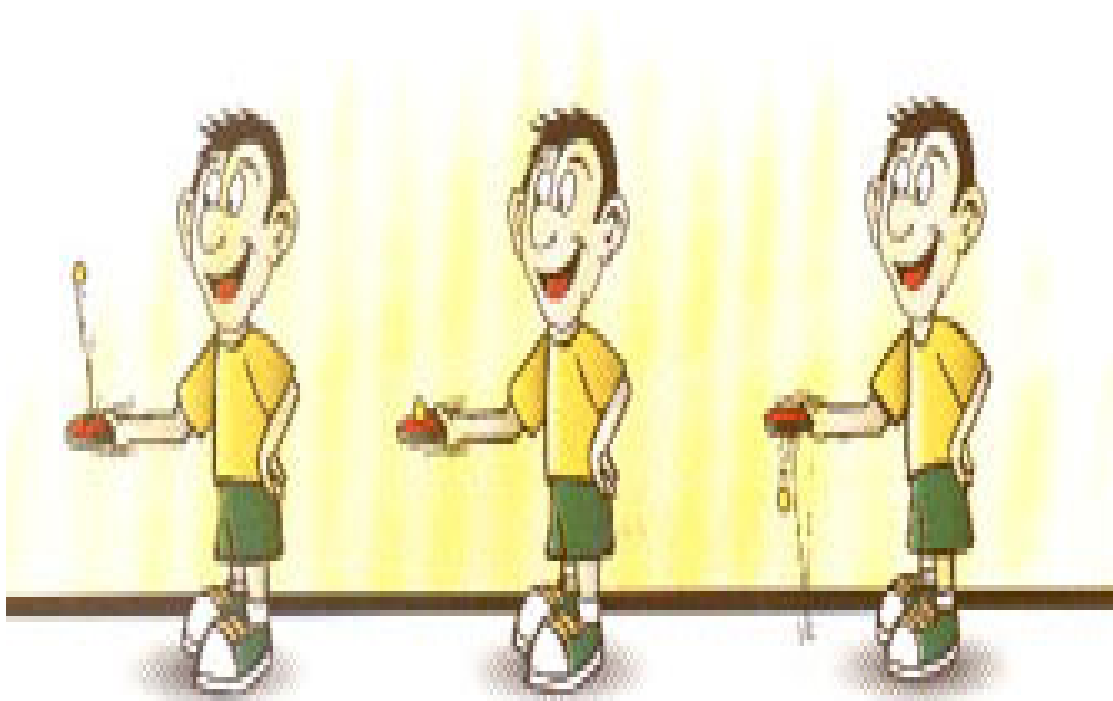
เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมืออยู่กับที่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ข)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหลังมืออยู่กับที่



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมีทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๒) ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด สนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมิการเล่นของตนและผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือเคลื่อนที่ได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือเคลื่อนที่ได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือเคลื่อนที่ได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

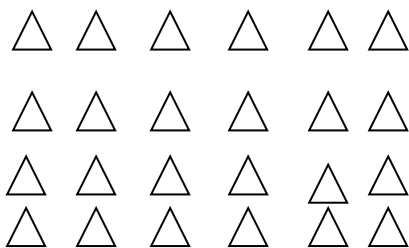
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (10 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียกกรมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (5นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ
2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสแบบเคลื่อนที่

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

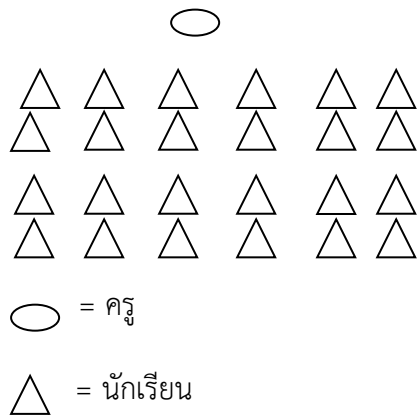
ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

1. ให้นักเรียนฝึกซ้อมทักษะที่ครูจะให้ทำการทดสอบทักษะที่ครูได้สอนไป

ชั้นนำไปใช้ (20นาที)

1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสหลังมือเคลื่อนที่ ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติตามทักษะการ ตีลูกเทเบิลเทนนิสหลัง มือเคลื่อนที่ได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือ เคลื่อนที่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง					
2	เด็กชายพุทธรชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวีไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

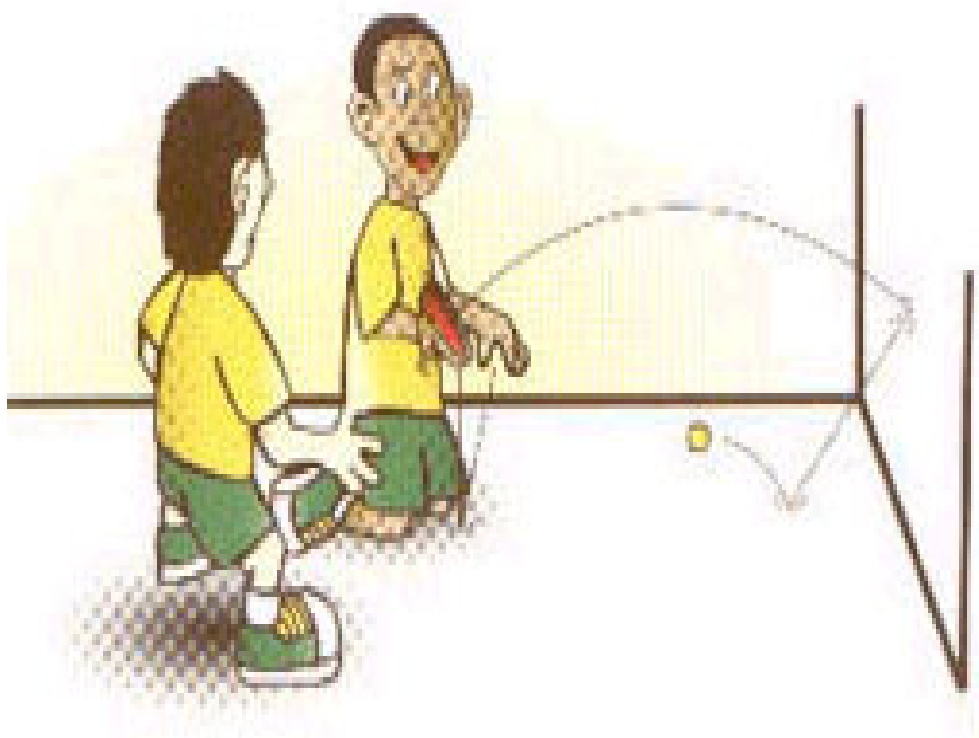
เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหลังมือเคลื่อนที่



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 8

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือกับฝ่าผนัง

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้
เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดง
ทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

ทักษะการเดาะลูกเทเบิลเทนนิสเป็นทักษะพื้นฐานในการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส จำเป็นต้องมี
ทักษะนี้ใช้ฝึกประสาทตาและประสาทสัมผัสให้ดีและชำนาญมากขึ้น

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง
สม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมใน
สุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๔) วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้
ในการเล่นอย่างเป็นระบบ

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือกับฝ่าผนังได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือกับฝ่าผนังได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือกับฝ่าผนังได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย

2. ฝึกเรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ

3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10 นาที)

1. อธิบายเกณฑ์และขั้นตอนการทดสอบ

2. แสดงวิธีตัวอย่างวิธีการทดสอบ

1 ขั้นที่ 1 อธิบายวิธีการทดสอบทักษะตีลูกเทเบิลเทนนิสกับฝ่าผนัง

- ให้นักเรียนจับคู่ตามเลขที่โดยครูเป็นกำหนดโดยใช้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามเป็นแถวหน้ากระดาน 2 แถว หันหน้าเข้าหากันให้แถวแรกเป็นฝ่ายทดสอบก่อนและนักเรียนแถวที่ 2 เป็นคนนับจำนวนครั้ง เกณฑ์คือ ให้นักเรียนเดาะลูกเทเบิลเทนนิสต่อเนื่องให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุด ถ้ามีการติดขัดให้เริ่มนับใหม่กำหนดเวลาคือ

ชาย 20 ครั้ง หญิง 10 ครั้ง เมื่อแถวที่ 1 ทดสอบจนครบเวลาสลับเปลี่ยนหน้ากัน เกณฑ์การให้คะแนน ชาย 4 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน หญิง 2 ครั้งได้ 1 คะแนนรวม 5 คะแนน

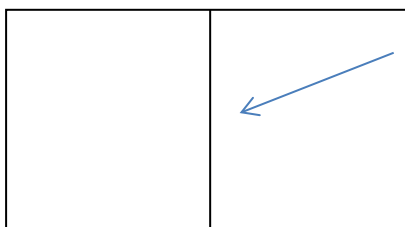
ขั้นปฏิบัติ(10 นาที)

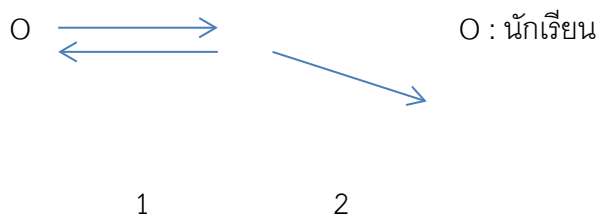
ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

1. การตีลูกหลังมือกระทบฝ่าผนังใต้แนวกลางโต๊ะ

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

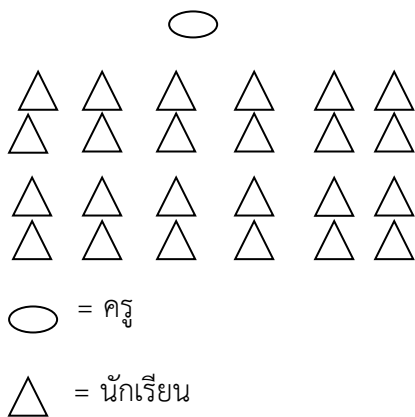
1. การตีลูกหลังมือกระทบฝ่าผนังแนวทแยงมุมโต๊ะ





ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

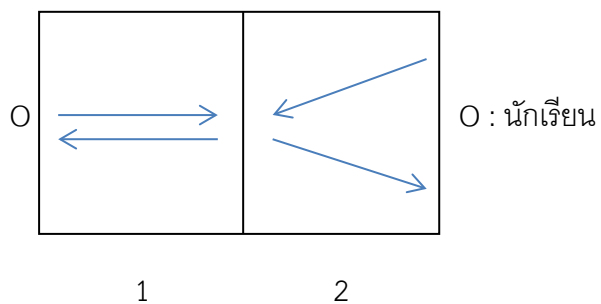
1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง

- เกณฑ์คะแนน



3. เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาทำการทดสอบโดยให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป (5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ

- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขั้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสหลังมือกับฝ่าผนัง ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือกับ ฝ่าผนังได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือกับ ฝ่าผนังได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การดูแลสุขภาพหลังมือกับฝ่ามือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือกับฝ่าผนัง

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การดูแลสุขภาพหลังมือกับฝ่ามือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนียง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

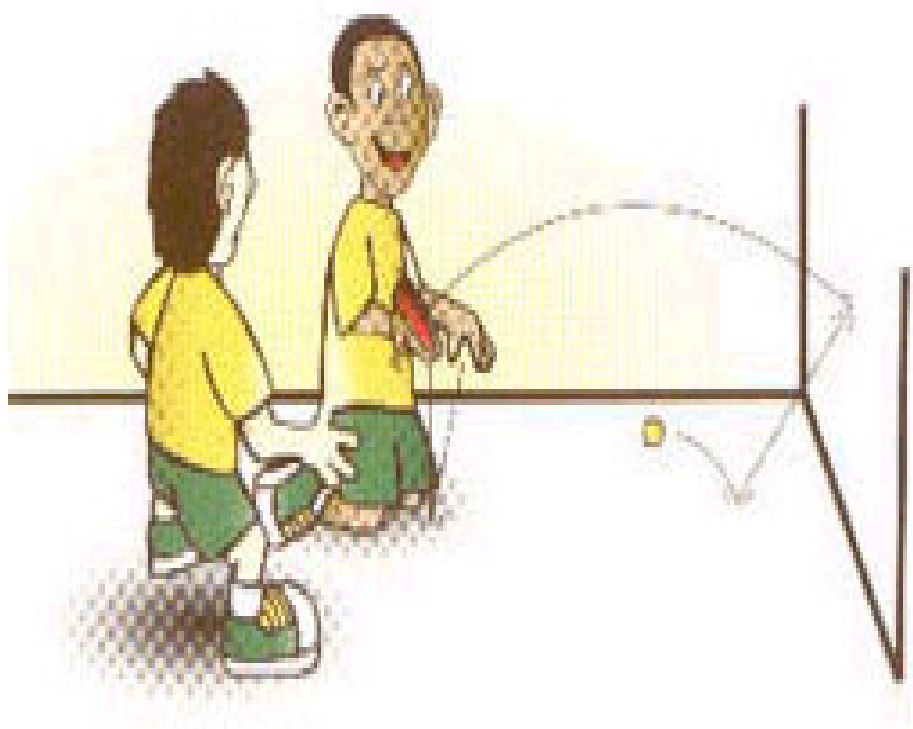
เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือกับฝ่าผนัง

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหลังมือกับฝ่ามือ



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือ

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือได้คู่

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้
เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดง
ทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

การตีลูกเป็นหัวใจของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส การตีแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือการตี
ลูกด้วยหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ถือเป็นการตีลูกขั้นพื้นฐาน การตีลูกหน้ามือเป็นการตีลูกใน
ลักษณะของการตีลูกที่ปล่อยอยู่ในตำแหน่งด้านหน้า ค่อนไปทางด้านข้างของมือด้านจับไม้เทเบิล
เทนนิสของผู้ตี เพื่อต้องการให้ลูกข้ามตาข่ายไปตกยังจุดที่ต้องการในแดนของฝ่ายตรงข้าม

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจําอย่าง
สม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมใน
สุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๖) วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่น
กีฬาของตนเองกับผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้คู่ได้
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้คู่ได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้คู่ได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวันนี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
- 3.เรียกรวมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10นาที)

- 1.ครูอธิบายหลักการและวิธีการตีโต้ลูก หลังมือ
2. ขั้นตอนในการโต้ลูก หลังมือ

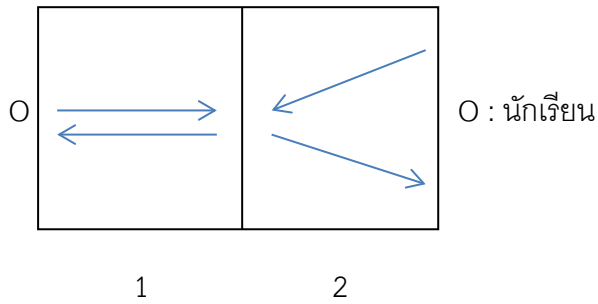
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

1. การตีโต้แนวกลางโต๊ะเป็นลูกหลังมือ

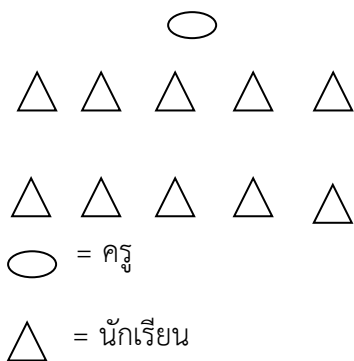
ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. การตีโต้ลูกหลังมือ แนวทแยงมุมกำหนดไว้ คนละ 5 ลูก



ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1.เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2.อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่-คี่ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5 นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จุดมาร์ค

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตีลูกเทเบิล เทนนิสหลังมือโต้คู่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือ โต้คู่ได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูก เทเบิลเทนนิสหลังมือโต้ คู่ได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือได้คู่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวริศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตีลูกหลังมือได้คู่

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือได้คู่

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เฉนีง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑุมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัชรพิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารยคุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

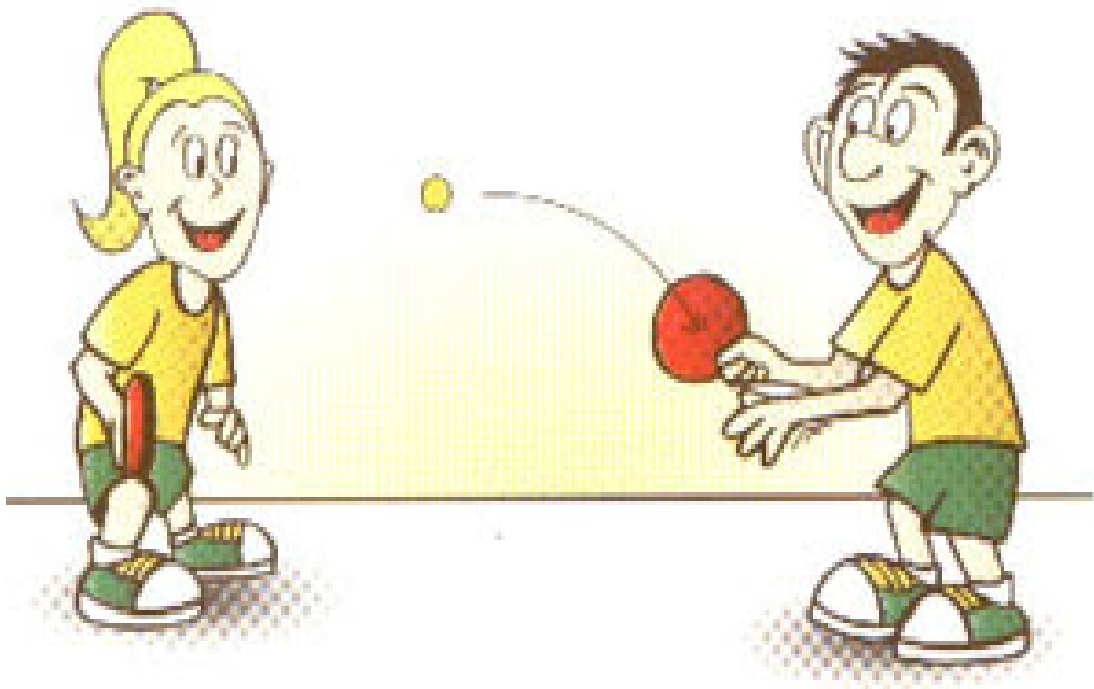
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตีลูกหลังมือได้คู่

เกณฑ์การให้ คะแนน(ซ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การตีลูกหลังมือโต้คู่



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 10

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

เวลา 3 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดงทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

การตีลูกเป็นหัวใจของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส การตีแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือการตีลูกด้วยหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ถือเป็นการตีลูกขั้นพื้นฐาน การตีลูกหน้ามือเป็นการตีลูกในลักษณะของการตีลูกที่ปล่อยอยู่ในตำแหน่งด้านหน้า ค่อนไปทางด้านข้างของมือด้านจับไม้เทเบิลเทนนิสของผู้ตี เพื่อต้องการให้ลูกข้ามตาข่ายไปตกยังจุดที่ต้องการในแดนของฝ่ายตรงข้าม

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๑) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้
2. ปฏิบัติทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหน้ามือได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

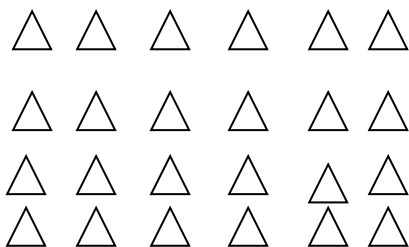
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวันนี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10นาที)

1. ครูอธิบายหลักการและวิธีการตบลูกหน้ามือ
2. ขั้นตอนในการตบลูกหน้ามือ

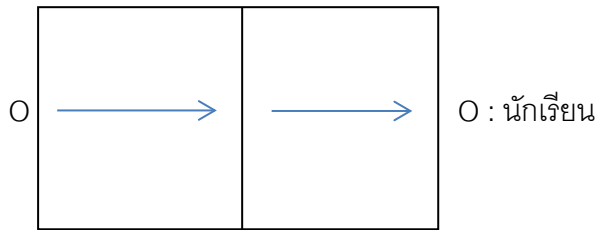
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

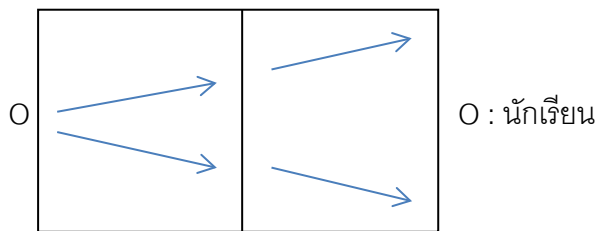
1. การตบลูกแนวกลางโต๊ะเป็นลูกหน้ามือ

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. การตบลูกลูกหน้ามือ แนวทแยงมุมกำหนดไว้ คนละ 5 ลูก



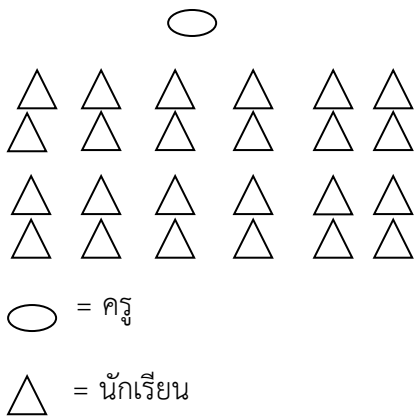
1



2

ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3. เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่คือ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดมารค์
4. เครื่องเปิดเสียงเพลง

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขั้นตอน ทักษะการตบลูกเทเบิล เทนนิสน้ำมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสน้ำมือได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสน้ำมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การทบทวนหน้ามือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตบลูกหมัดมือ

เลขที่	ชื่อ – สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง					
2	เด็กชายพุทธรชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอารร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทรวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

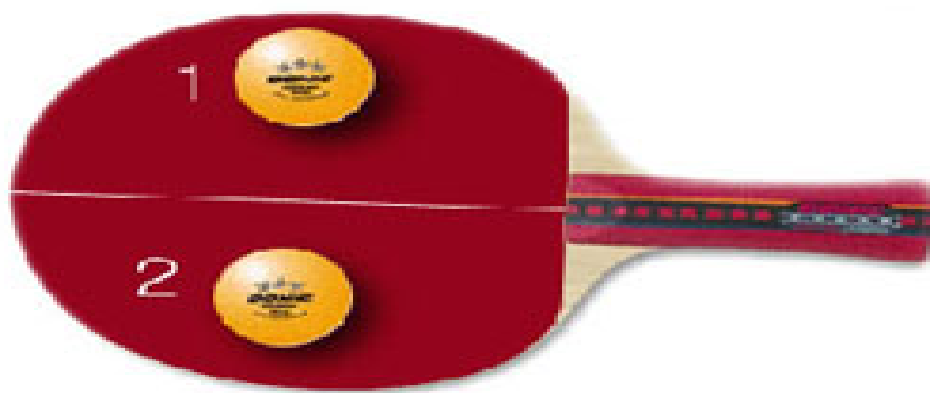
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การตลาดหน้ามือ

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

FORE HAND



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

เวลา 3 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตบลูกหลังมือ

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้
เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เห็นความสำคัญแสดง
ทักษะการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอย่างสร้างสรรค์ มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในด้านมีวินัย ใฝ่เรียนรู้

สาระสำคัญ

การตีลูกเป็นหัวใจของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส การตีแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือการตี
ลูกด้วยหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ถือเป็นการตีลูกขั้นพื้นฐาน การตีลูกหน้ามือเป็นการตีลูกใน
ลักษณะของการตีลูกที่ปล่อยอยู่ในตำแหน่งด้านหน้า ค่อนไปทางด้านข้างของมือด้านจับไม้เทเบิล
เทนนิสของผู้ตี เพื่อต้องการให้ลูกข้ามตาข่ายไปตกยังจุดที่ต้องการในแดนของฝ่ายตรงข้าม

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง
สม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมใน
สุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๑) อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถี
ชีวิตที่มีสุขภาพดี

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้
2. ปฏิบัติทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

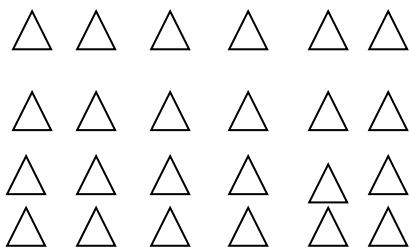
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวันนี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10นาที)

1. ครูอธิบายหลักการและวิธีการตบลูกหลังมือ
2. ขั้นตอนในการตบลูกหลังมือ

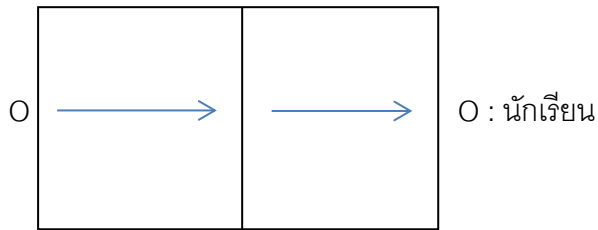
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

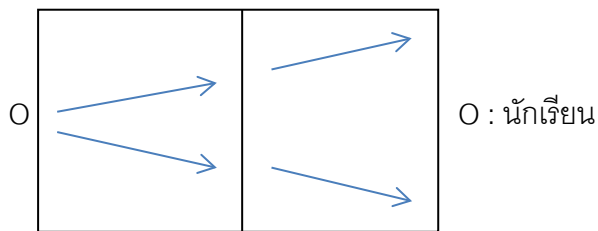
1. การตบลูกแนวกลางโต๊ะเป็นลูกหลังมือ

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. การตบลูกลูกหลังมือ แนวทแยงมุมกำหนดไว้ คนละ 5 ลูก



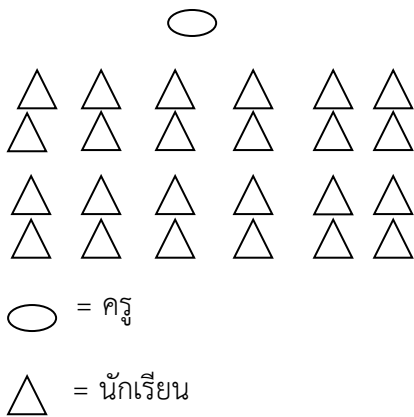
1



2

ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3. เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่คือ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขึ้นตอน ทักษะการตบลูกเทเบิล เทนนิสหลังมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการตบลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการตีลูกเทเบิลเทนนิสหลังมือได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตบลูกหลังมือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตบลูกหลังมือ

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตบลูกหลังมือ

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีียง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑุมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารยคุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การตบลูกหลังมือ

เกณฑ์การให้ คะแนน(ข)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง การตบลูกหลังมือ



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การตบลูกหน้ามือ

เวลา 3 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง ท่าทางการทรงตัว

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ก่อนรับลูกเสิร์ฟทุกครั้ง หรือก่อนจะตีลูกใดๆ ก็ตาม นักกีฬาจะต้องเตรียมท่าทางของตนเองให้พร้อมก่อนที่จะเล่นทุกครั้ง เพราะหากเรารักษาท่าทางก่อนเล่นได้ดีและถูกต้อง จะช่วยให้เราตีลูกต่างๆ ที่กำลังจะตีนั้น ได้ดีและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เมื่อตีลูกไปแล้ว นักกีฬาจะต้องกลับมายังท่าเตรียมพร้อมเพื่อจะตีลูกต่อไปทุกๆ ครั้ง

สาระสำคัญ

การตีลูกเป็นหัวใจของการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส การตีแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือการตีลูกด้วยหน้ามือ และการตีลูกด้วยหลังมือ ถือเป็นการตีลูกขั้นพื้นฐาน สำหรับนักกีฬาที่ถนัดมือขวา ตำแหน่งที่ยืน ควรจะยืนอยู่ที่มุมด้าน BACK HAND ของตนเอง และนักกีฬาที่ถนัดมือซ้าย ตำแหน่งที่ยืนควรจะยืนที่มุมด้าน BACK HAND ของตนเอง

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๔) วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้
2. ปฏิบัติทักษะการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้
3. รู้และเข้าใจการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

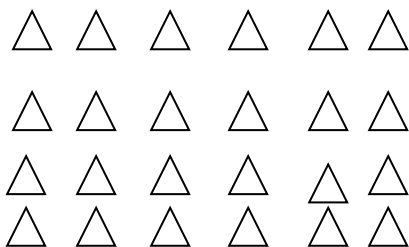
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวันนี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10 นาที)

1. ครูอธิบายหลักการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิส
2. ครูอธิบายหลักการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิส

ขั้นปฏิบัติ(10 นาที)

ครูให้นักเรียนทำท่าการเตรียมตามแบบฝึก

1. ถ้านัดมือขวา ตำแหน่งที่ยืน ควรจะยืนอยู่ที่มุมด้าน BACK HAND (หลังมือ) ของตนเอง
2. ถ้านัดมือซ้าย ตำแหน่งที่ยืนควรจะยืนที่อยู่มุมด้าน BACK HAND (หลังมือ) ของตนเอง



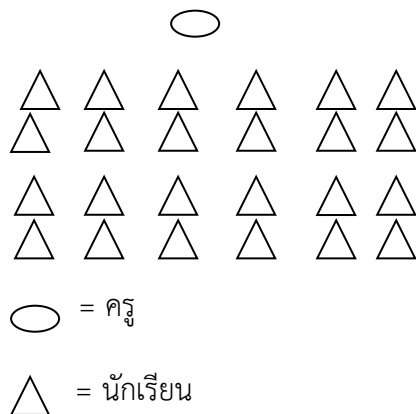
นักกีฬาถนัดมือขวา



นักกีฬาถนัดมือซ้าย

ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- แสดงทักษะทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิส หน้ามือ – หลังมือ
- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3. เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่-คี่ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5 นาที)

1. ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน

- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนรู้และกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก
4. เครื่องเปิดเสียงเพลง

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายวิธีขั้นตอนทักษะการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการทรงตัวในการตีลูกเทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง ทำทางทรงตัว

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใด	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เฉนียง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาธร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ						

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง ท่าทางการทรงตัว

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง ทำทางทรงตัว

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง ทำทางทรงตัว

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก

ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ทำการเตรียมพร้อม



ก่อนรับลูกเสิร์ฟทุกครั้ง หรือก่อนจะตีลูกใดๆ ก็ตาม นักกีฬาจะต้องเตรียมท่าทางของตนเองให้พร้อม ก่อนที่จะเล่นทุกครั้ง เพราะหากเรารักษาท่าทางก่อนเล่นได้ดีและถูกต้อง จะช่วยให้เราตีลูกต่างๆ ที่กำลังจะตีนั้น ได้ดีและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เมื่อตีลูกไปแล้ว นักกีฬาจะต้องกลับมายังท่าเตรียมพร้อม เพื่อจะตีลูกต่อไปทุกๆ ครั้ง



สำหรับนักกีฬาที่ถนัดมือขวา ตำแหน่งที่ยืน ควรจะยืนอยู่ที่มุมด้าน BACK HAND ของตนเอง และ นักกีฬาที่ถนัดมือซ้าย ตำแหน่งที่ยืนควรจะยืนที่มุมด้าน BACK HAND ของตนเอง



นักกีฬาถนัดมือขวา



นักกีฬาถนัดมือซ้าย

สำหรับการฝึกท่าการเตรียมพร้อมมีดังนี้

1. **ขา** ระยะห่างระหว่างขาทั้ง 2 ข้าง อย่างน้อยที่สุดควรจะห่างเท่ากับระยะห่างระหว่างไหล่ทั้ง 2 ข้างของเรา ไม่ควรที่จะแคบกว่าระยะห่างของไหล่เรา เพราะจะทำให้ทรงตัวได้ไม่ดี เมื่อเคลื่อนที่จะทำให้เสียหลักได้ง่าย
2. **ปลายเท้า** ปลายเท้าควรจะไปข้างหน้าตามธรรมชาติปกติของลักษณะเท้าของเรา ไม่ควรชี้ออกด้านข้างลำตัวหรือชี้เข้าหาลำตัว เพราะกีฬาป้องกันจะมีการเคลื่อนที่ในด้านข้างมากที่สุด และที่สำคัญน้ำหนักตัวของเราควรจะให้อยู่ที่บริเวณปลายเท้าตลอดเวลา ไม่ควรจะปล่อยให้น้ำหนักตกอยู่ที่ส้นเท้า เพราะจะทำให้เคลื่อนที่ได้ช้า
3. **เข่า** ส่วนเข่า ควรจะย่อลงเล็กน้อยพอสมควร ห้ามตึง เพราะจะทำให้การเคลื่อนที่ไม่สะดวก และไม่มีแรงส่งเมื่อต้องก้าวเท้าในระยะทางไกลๆ
4. **ลำตัว** ลำตัวควรเอียงไปด้านหน้า เพื่อให้สมดุลกับน้ำหนักที่ลงที่ปลายเท้าและหัวเข่า
5. **มือ** มือที่ถือไม้ป้องกันควรจะอยู่ที่กลางลำตัว ปลายไม้ชี้ไปข้างหน้า และพร้อมที่จะใช้ทั้ง 2 ด้านตีลูก หากคู่ต่อสู้ตีมาด้านใดก็ตาม และควรจะอยู่สูงกว่าโต๊ะเล็กน้อย
6. **ตา** สายตามองที่หน้าไม้ของผู้ต่อสู้ , ทิศทางการเคลื่อนที่ของผู้ต่อสู้ และมองลูกตั้งแต่ออกจากหน้าไม้ของคู่ต่อสู้จนมากระทบหน้าไม้ของเรา ตลอดเวลา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 13

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง การเล่นเดี่ยวและคู่

เวลา 2 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การเล่นเดี่ยว

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

สาระสำคัญ

การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว เป็นการเล่นที่มีผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเป็นการเล่นที่ต้องใช้ความสามารถและทักษะเฉพาะตัวที่ชำนาญ ความฉลาด มีไหวพริบของผู้เล่น นอกจากนั้น ผู้เล่นต้องมีกระบวนการและกลวิธีการเล่นหลายวิธีอีกด้วย โดยทั่วไปการเล่นประเภทเดี่ยวมี 2 ประเภท คือ ชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๔) วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายรูปแบบการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยวได้
2. ปฏิบัติทักษะการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยวได้
3. รู้และเข้าใจการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยวได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

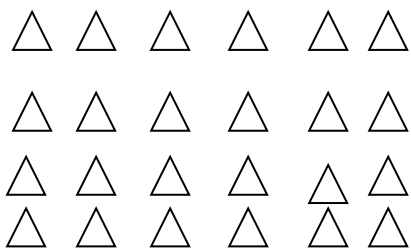
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ขั้นเตรียม (5 นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนเล็กเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
3. เรียงแถวเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (10นาที)

1. ครูอธิบายหลักการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดียว
2. ขั้นตอนในการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดียว

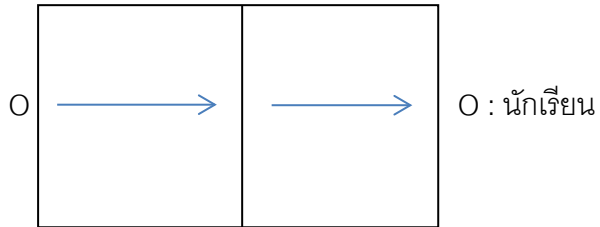
ขั้นปฏิบัติ(10นาที)

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 1

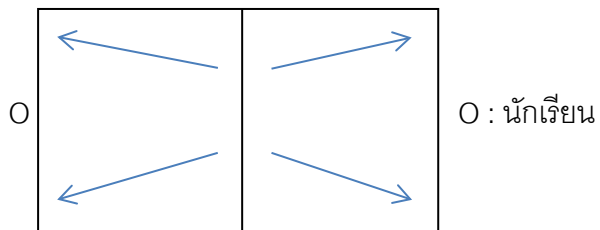
1. ลักษณะการยืนในการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดียว

ครูให้นักเรียนทำตามแบบฝึกที่ 2

1. ลักษณะการยื่นรับ-ส่งลูกเสิร์ฟ ในการเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว



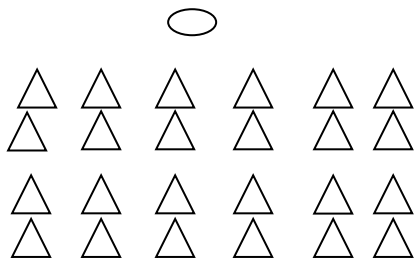
1



2

ขั้นนำไปใช้ (20 นาที)

1. เรียกนักเรียนรวมเข้าแถวดังรูป



○ = ครู

△ = นักเรียน

2. อธิบายเกณฑ์วัดและประเมินผล

- แสดงทักษะการตีโต้การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว
- จำนวนครั้ง
- เกณฑ์คะแนน

3.เรียกนักเรียนสอบตามลำดับที่

3.1 ขั้นที่ 1 เรียกนักเรียนตามเลขที่ 1-10 ออกมาจับคู่ตามหมายเลข คู่-คี่ เมื่อทดสอบให้ 11-20 เป็นคนนับจำนวนครั้งในการทดสอบและเมื่อทำการทดสอบเสร็จให้เลขที่ 11-20 เป็นคนทดสอบและให้นักเรียนเลขที่ 1-10 เป็นคนนับจำนวนครั้ง ลำดับเลขที่ต่อไปทำเหมือนกันจนครบจำนวนนักเรียน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. อธิบายรูปแบบการ เล่นเทเบิลเทนนิสประ เภทเดียวได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. ปฏิบัติทักษะการเล่น เทเบิลเทนนิสประ เภทเดียวได้	การทดสอบ	แบบทดสอบ	3 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. รู้และเข้าใจการเล่นเท เบิลเทนนิสประเภทย เดียวได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การเล่นเดี่ยว

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การเล่นเดี่ยว

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักระยะก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การเล่นเกม

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน			คะแนน	ผลการประเมิน
		จำนวนครั้ง				
		ครั้งที่ 1	ครั้งที่ 2	ครั้งที่ 3		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีียง					
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต					
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ					
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์					
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์					
6	เด็กชายอาธร งามทอง					
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ					
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์คำ					
9	เด็กหญิงแจ่มนภา บัณฑูมมา					
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน					
11	เด็กหญิงพัชรพิไล อุดมคำ					
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง					
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารยคุณ					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง การเล่นเดี่ยว

เกณฑ์การให้ คะแนน(ซ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-4					√
5-8				√	
9-12			√		
13-16		√			
17-20	√				

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
1-2					√
3-4				√	
5-6			√		
7-8		√			
9-10	√				

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การเล่นเดี่ยว



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 15

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง กติกาและการแข่งขัน

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

สาระสำคัญ

การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว เป็นการเล่นที่มีผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเป็นการเล่นที่ต้องใช้ความสามารถและทักษะเฉพาะตัวที่ชำนาญ ความฉลาด มีไหวพริบของผู้เล่น นอกจากนั้น ผู้เล่นต้องมีกระบวนการและกลวิธีการเล่นหลายวิธีอีกด้วย โดยทั่วไปการเล่นประเภทเดี่ยวยมี ๒ ประเภท คือ ชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๓) ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และเข้าใจกติกากีฬาเทเบิลเทนนิสได้
2. อธิบายกติกากีฬาเทเบิลเทนนิสได้
3. มีเจตคติที่ดีต่อกติกากีฬาเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

ชั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูถามนักเรียนว่า ทักษะที่นักเรียนได้เรียนรู้ทั้งหมดสามารถนำมาใช้ในการแข่งขันได้จริงหรือไม่
2. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนรู้หรือไม่ว่าการแข่งขันในแต่ละครั้งนอกจากทักษะการเล่นแล้วนักเรียนต้องรู้จักอะไรอีกบ้าง
3. ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนรู้หรือไม่ว่ากติกาการแข่งขันมีความสำคัญอย่างไรบ้าง

ขั้นการพัฒนาการเรียนรู้

1. นักเรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 4 คน คละกันตามความสามารถ คือ เก่ง ปานกลางค่อนข้างเก่ง ปานกลางค่อนข้างอ่อน และอ่อนและร่วมกันศึกษาความรู้เรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส จากหนังสือเรียน ตามประเด็นที่ครูกำหนด ดังนี้
 - โต๊ะแข่งขัน
 - ขนาดไม้
 - ตาข่าย (NET)
 - ลูกเทเบิลเทนนิส
2. ครูอธิบายกติกากีฬาเทเบิลเทนนิสเพิ่มเติม
3. ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมาอธิบายผลการศึกษาค้นคว้าหน้าชั้นเรียน
4. ครูให้นักเรียนที่รับฟังการอธิบายในแต่ละกลุ่มตั้งคำถามกลุ่มละ 1 คำถามและถามกลุ่มที่อธิบายหน้าชั้นเรียน
5. เปลี่ยนกลุ่มที่ออกมาอธิบายหน้าชั้นเรียนจนครบหมดทุกกลุ่ม

ขั้นสรุปและวัดผล

1. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบเรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส
2. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนสอบถามข้อสงสัย เพื่อให้มีความเข้าใจที่ถูกต้อง จากนั้นครูสรุปความรู้เกี่ยวกับ กติกากีฬาเทเบิลเทนนิสร่วมกับนักเรียน

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส
2. หนังสือกติกากีฬาเทเบิลเทนนิส (ห้องสมุด)

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. รู้และเข้าใจทศพิธกัมมา เทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. อธิบายทศพิธกัมมา เทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. มีเจตคติที่ดีต่อทศ กัมมาเทเบิลเทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 1 เรื่อง กติกา กีฬา เทเบิลเทนนิส

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 16

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง กติกาและการแข่งขัน

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

สาระสำคัญ

การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว เป็นการเล่นที่มีผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเป็นการเล่นที่ต้องใช้ความสามารถและทักษะเฉพาะตัวที่ชำนาญ ความฉลาด มีไหวพริบของผู้เล่น นอกจากนั้น ผู้เล่นต้องมีกระบวนการและกลวิธีการเล่นหลายวิธีอีกด้วย โดยทั่วไปการเล่นประเภทเดี่ยวยมี ๒ ประเภท คือ ชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๓) ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และเข้าใจรูปแบบการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
2. แข่งขันและใช้ทักษะต่างๆในกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
3. เห็นความสำคัญของการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

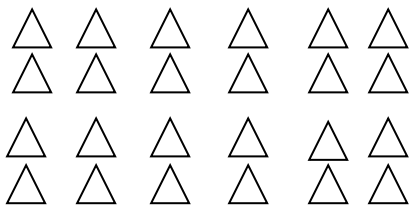
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

การนำเข้าสู่บทเรียน (5นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
- 3.เรียกรวมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

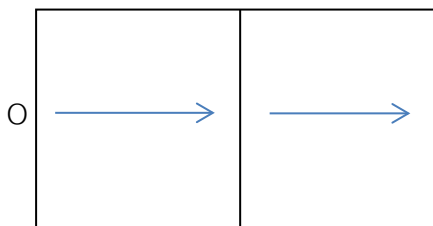
ขั้นสอน (5นาที)

1. ครูอธิบายถึงการจัดการแข่งขันประเภทเดี่ยว
 - เกณฑ์การแข่งขัน
 - คะแนนจากการแข่งขัน
 - รูปแบบการนับคะแนน
 - มารยาทในการแข่งขัน

ขั้นขั้นปฏิบัติ (10นาที)

1. ครูให้นักเรียนจัดการแข่งประเภทเดี่ยว
2. บันทึกคะแนนในแบบบันทึกคะแนนโดยผู้ตัดสิน

○ ผู้ตัดสิน



○

○ : นักเรียน

○ ผู้ตัดสิน

ชั้นนำไปใช้ (25นาที)

1. ให้นักเรียนแต่ละคนแข่งขันกับเพื่อนๆแบบพบกันหมด
2. แบ่งการแข่งขันประเภทชายและหญิง ทุกคน แข่งขันชนะ 2 ใน 3 เซตละ 11 คะแนน
3. ให้นักเรียนที่รอการแข่งขันให้เป็นผู้ตัดสินนับคะแนน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. รู้และเข้าใจรูปแบบ การแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. แข่งขันและใช้ทักษะ ต่างๆในกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสังเกต	แบบสังเกต	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. เห็นความสำคัญของ การแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการทดสอบ
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ทักษะการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน	การนับคะแนน	มารยาทในการแข่งขัน		
		5	5	3	2	15	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เณียง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารวงค์						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การให้คะแนนการสังเกต

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 2 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

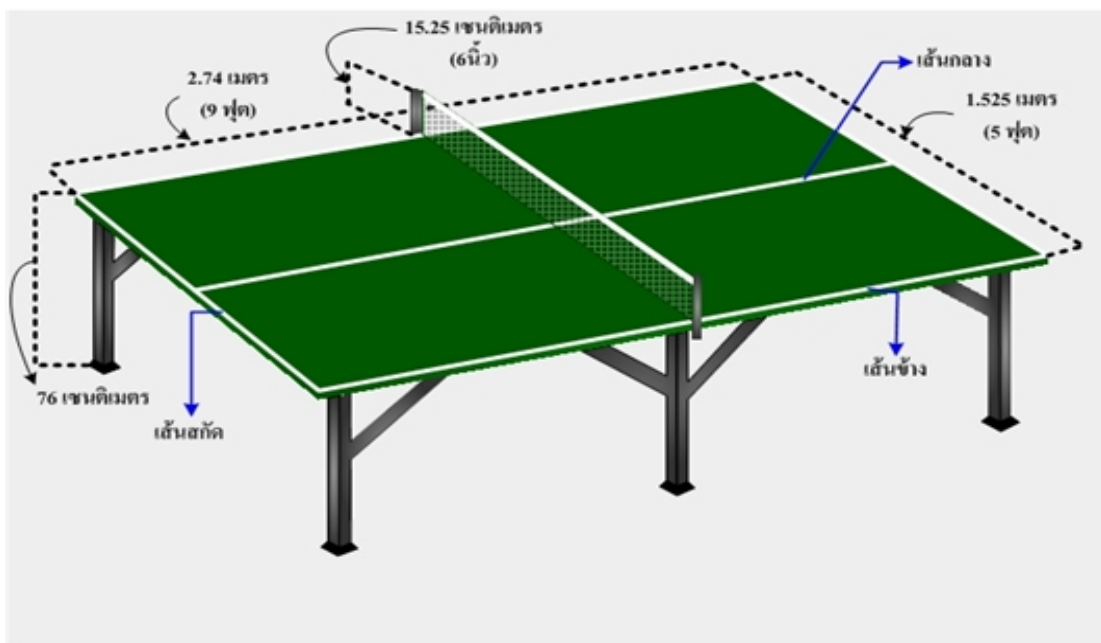
เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

1. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางขวามือ เมื่อผู้ส่งลูกทำแต้มไม่ได้หรือแต้มที่ได้เป็นเลขคู่
2. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางซ้ายมือ เมื่อผู้ส่งได้แต้มเป็นเลขคี่
3. ผู้ส่งลูกและรับลูกจะตีได้ลูกจนกว่าจะเกิด"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่น
4. ถ้าผู้รับทำ"เสีย"หรือลูกไม่อยู่ในการเล่นเพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้รับลูก ผู้ส่งลูกได้หนึ่งแต้ม และยังได้ส่งลูกต่อในสนามส่งลูกอีกข้างหนึ่ง ถ้าผู้ส่งลูกทำ"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่นเพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้ส่งลูก ผู้ส่งลูกหมดสิทธิ์ ส่งลูก กลับเป็นผู้รับลูกได้ส่งแทน โดยผู้เล่นทั้งสองฝ่ายไม่ได้แต้ม

ภาคผนวก
ใบความรู้ เรื่อง กติกากีฬาเทเบิลเทนนิส



แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 17

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง กติกาและการแข่งขัน

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

สาระสำคัญ

การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว เป็นการเล่นที่มีผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเป็นการเล่นที่ต้องใช้ความสามารถและทักษะเฉพาะตัวที่ชำนาญ ความฉลาด มีไหวพริบของผู้เล่น นอกจากนั้น ผู้เล่นต้องมีกระบวนการและกลวิธีการเล่นหลายวิธีอีกด้วย โดยทั่วไปการเล่นประเภทเดี่ยวยมี ๒ ประเภท คือ ชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๓) ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และเข้าใจรูปแบบการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
2. แข่งขันและใช้ทักษะต่างๆในกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
3. เห็นความสำคัญของการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

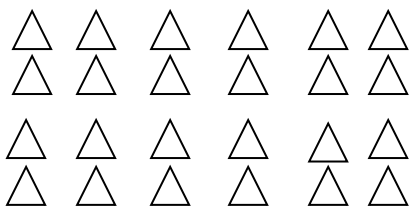
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

การนำเข้าสู่บทเรียน (5นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
- 3.เรียกรวมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

ขั้นสอน (5นาที)

1. ครูอธิบายถึงการจัดการแข่งขันประเภทเดี่ยว
 - เกณฑ์การแข่งขัน
 - คะแนนจากการแข่งขัน
 - รูปแบบการนับคะแนน
 - มารยาทในการแข่งขัน

ขั้นชั้นปฏิบัติ (10นาที)

1. ครูให้นักเรียนจัดการแข่งประเภทเดี่ยว
2. บันทึกคะแนนในแบบบันทึกคะแนนโดยผู้ตัดสิน

○ ผู้ตัดสิน

--	--

○ —————> —————> ○ : นักเรียน

○ ผู้ตัดสิน

ชั้นนำไปใช้ (25นาที)

1. ให้นักเรียนแต่ละคนแข่งขันกับเพื่อนๆแบบพบกันหมด
2. แบ่งการแข่งขันประเภทชายและหญิง ทุกคน แข่งขันชนะ 2 ใน 3 เซตละ 11 คะแนน
3. ให้นักเรียนที่รอการแข่งขันให้เป็นผู้ตัดสินนับคะแนน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมายรัก

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. รู้และเข้าใจรูปแบบ การแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. แข่งขันและใช้ทักษะ ต่างๆในกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสังเกต	แบบสังเกต	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. เห็นความสำคัญของการแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

.....

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

.....

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายวรดิศ พรมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการสังเกต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

		ประเด็นการประเมิน	วิ	ผล	ก
--	--	-------------------	----	----	---

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ทักษะการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน	การนับคะแนน	มารยาทในการแข่งขัน		
		5	5	3	2	15	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีียง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การให้คะแนนการสังเกต

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 3 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 18

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (พ21103)

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

หน่วยการจัดการเรียนรู้ที่ 5 เรื่อง กติกาและการแข่งขัน

เวลา 4 ชั่วโมง

หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เวลา 1 ชั่วโมง

สอนวันที่.....เดือน..... พ.ศ. เวลา.....น.

สาระการเรียนรู้ (เนื้อหา)

ความสำคัญของกีฬาสากล แสดงทักษะในการเล่นกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีม ประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น อธิบายและปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นและการแข่งขันกีฬา มีมารยาทในการเล่นกีฬา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้อง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

สาระสำคัญ

การเล่นเทเบิลเทนนิสประเภทเดี่ยว เป็นการเล่นที่มีผู้เล่นฝ่ายละหนึ่งคนเป็นการเล่นที่ต้องใช้ความสามารถและทักษะเฉพาะตัวที่ชำนาญ ความฉลาด มีไหวพริบของผู้เล่น นอกจากนั้น ผู้เล่นต้องมีกระบวนการและกลวิธีการเล่นหลายวิธีอีกด้วย โดยทั่วไปการเล่นประเภทเดี่ยวยมี ๒ ประเภท คือ ชายเดี่ยว และหญิงเดี่ยว

มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัยเคารพสิทธิ กฎกติกา มีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ตัวชี้วัดชั้นปี

ตัวชี้วัดชั้นปี (พ ๓.๒ ม.๑/๓) ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น

จุดประสงค์การเรียนรู้ หลังจากจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และเข้าใจรูปแบบการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
2. แข่งขันและใช้ทักษะต่างๆในกีฬาเทเบิลเทนนิสได้
3. เห็นความสำคัญของการแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิสได้

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

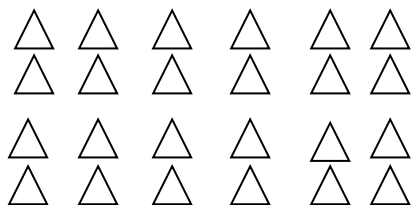
คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. มีวินัย
2. ใฝ่เรียนรู้

กระบวนการจัดการเรียนรู้ (ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ /วิธีสอน)

การนำเข้าสู่บทเรียน (5นาที)

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน พร้อมทั้งคัดเลือกหัวหน้ากลุ่ม แล้วจัดแถวตอนลึกเรียงกลุ่มทุกครั้งเมื่อเริ่มต้นชั่วโมงเรียน และก่อนเลิกเรียนวิชานี้



○ = ครู

△ = นักเรียน

- 2.ครูให้นักเรียนอบอุ่นร่างกายโดยครูเป็นคนสาธิตและให้นักเรียนปฏิบัติ
- 3.เรียกรวมเพื่อปฏิบัติในขั้นตอนต่อไป

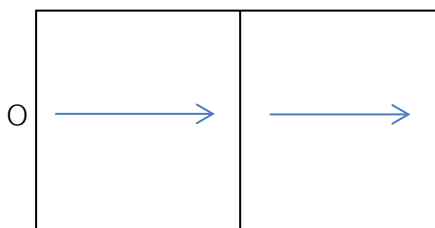
ขั้นสอน (5นาที)

1. ครูอธิบายถึงการจัดการแข่งขันประเภทเดี่ยว
 - เกณฑ์การแข่งขัน
 - คะแนนจากการแข่งขัน
 - รูปแบบการนับคะแนน
 - มารยาทในการแข่งขัน

ขั้นขั้นปฏิบัติ (10นาที)

1. ครูให้นักเรียนจัดการแข่งประเภทเดี่ยว
2. บันทึกคะแนนในแบบบันทึกคะแนนโดยผู้ตัดสิน

○ ผู้ตัดสิน



○ ผู้ตัดสิน

○ : นักเรียน

ชั้นนำไปใช้ (25นาที)

1. ให้นักเรียนแต่ละคนแข่งขันกับเพื่อนๆแบบพบกันหมด
2. แบ่งการแข่งขันประเภทชายและหญิง ทุกคน แข่งขันชนะ 2 ใน 3 เซตละ 11 คะแนน
3. ให้นักเรียนที่รอการแข่งขันให้เป็นผู้ตัดสินนับคะแนน

ขั้นสรุป(5นาที)

- 1.ครูให้นักเรียนคลายกล้ามเนื้อโดยครูเป็นคนสาธิตและนักเรียนปฏิบัติ
- 2.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่เรียนมาในคาบนี้คือข้อตกลงในการเรียน
- 3.ครูนัดหมายกำหนดการเรียนและกิจกรรมในครั้งต่อไป
- 4.ตรวจสอบความเรียบร้อย เครื่องแบบการแต่งกายของนักเรียน
- 5.จัดระเบียบแถวพร้อมปล่อยแถว

สื่อและแหล่งการเรียนรู้

1. นกหวีด
2. ไม้เทเบิลเทนนิสและลูกเทเบิลเทนนิส
3. จดหมาย

กระบวนการวัดและประเมินผล

การวัดผล

จุดประสงค์การเรียนรู้ ข้อที่	วิธีการวัด	เครื่องมือที่ใช้วัด	เกณฑ์การให้คะแนน
1. รู้และเข้าใจรูปแบบ การแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
2. แข่งขันและใช้ทักษะ ต่างๆในกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสังเกต	แบบสังเกต	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์
3. เห็นความสำคัญของ การแข่งขันกีฬาเทเบิล เทนนิสได้	การสอบถาม	แบบสอบถาม	10 คะแนน ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

การประเมินผล

เกณฑ์การตัดสิน

เกณฑ์การกำหนดระดับคุณภาพ (ถ้ามี)

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติมของผู้ตรวจ

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายทิวานนท์ อุดคำ)

ตำแหน่ง:ครู

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

ความคิดเห็นของผู้บริหาร หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

(นายประภาส ศรีทอง)

ตำแหน่ง:รองผู้อำนวยการกลุ่มบริหารวิชาการ

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

บันทึกผลหลังการจัดการเรียนรู้

ผลการจัดการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

ปัญหา และอุปสรรค

.....

.....

.....

.....

แนวทางแก้ไขปัญหา

.....

.....

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

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

กิจกรรมเสนอแนะ

.....

.....

คะแนนที่ได้จากการวัดผล

.....

.....

ภาคผนวก (ใบงาน ใบความรู้)

.....

.....

แบบบันทึกการตอบคำถาม
 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
 ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามตรงตามเนื้อหาที่เรียน	ตอบคำถามได้ทันที่ทันใจ	ตอบคำถามด้วยความมั่นใจ		
		3	3	3	3	12	ผ/ มผ
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง						
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอารร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สารางคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธวิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
 (.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

10-12 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี

6-9 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้

1-5 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินได้ระดับพอใช้ขึ้นไปถือว่าผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การให้คะแนนการตอบคำถาม

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

ประเด็น การประเมิน	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามได้ชัดเจน	ตอบคำถามไม่ค่อยชัดเจน	ตอบคำถามไม่ชัดเจน
ตอบคำถามตรงตาม เนื้อหาที่เรียน	มีเนื้อหาตรงกับเรื่องที่ เรียนทั้งหมดและอาจ เพิ่มเติมได้	มีเนื้อหาบิดเบือนไป จากเรื่องที่เรียน เล็กน้อย	เนื้อหาไม่ตรงกับเรื่อง ที่ให้เรียนเลย
ตอบคำถามได้ ทันทีทันใด	ตอบคำถามได้ในทันที ทันใด	นึกคิดสักพักก่อนตอบ คำถาม	ต้องเปิดหนังสือหรือ ให้เพื่อนช่วยตอบ
ตอบคำถามด้วยความ มั่นใจ	มีความมั่นใจใน คำตอบของตนเองและ พูดด้วยน้ำเสียงที่ดังฟัง ชัด	ไม่ค่อยมั่นใจในคำตอบ ของตนเองและพูดด้วย น้ำเสียงที่เบาเล็กน้อย	ตอบคำถามด้วย น้ำเสียงที่เบา

แบบบันทึกการสังเกต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เลขที่	ชื่อ - สกุล	ประเด็นการประเมิน				รวมคะแนน	ผลการประเมิน
		ทักษะการแข่งขัน	ผลการแข่งขัน	การนับคะแนน	มารยาทในการแข่งขัน		
1	เด็กชายเดชอุดม เชนีเยง					15	ผ/ มผ
2	เด็กชายพุทธชาติ พนมเขต						
3	เด็กชายรติศ พรหมสุทธิ						
4	เด็กชายสนธยา ศิริรัมย์						
5	เด็กชายสัญญา นาโพธิ์						
6	เด็กชายอาทร งามทอง						
7	เด็กชายวัชรชัย บุรณ์เจริญ						
8	เด็กหญิงจิราภรณ์ สวารังคำ						
9	เด็กหญิงแจ่มนภา ปัทมมา						
10	เด็กหญิงณัฐวดี ไชยวัน						
11	เด็กหญิงพัทธรพิไล อุดมคำ						
12	เด็กหญิงวนิดา ประชากลาง						
13	เด็กหญิงสุพรรณษา จารย์คุณ						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

เกณฑ์การประเมิน/ระดับคุณภาพ

- 5 คะแนน หมายถึง ระดับ ดีเยี่ยม
- 4 คะแนน หมายถึง ระดับ ดี
- 3 คะแนน หมายถึง ระดับ ปานกลาง
- 2 คะแนน หมายถึง ระดับ พอใช้
- 1 คะแนน หมายถึง ระดับ ปรับปรุง

เกณฑ์การให้คะแนนการสังเกต

ประกอบแผนการจัดการเรียนรู้ หน่วยย่อยที่ 4 เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

เกณฑ์การให้ คะแนน(ช)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

เกณฑ์การให้ คะแนน(ญ)	ระดับคะแนน 5	ระดับคะแนน 4	ระดับคะแนน 3	ระดับคะแนน 2	ระดับคะแนน 1
ทักษะการแข่งขัน	√				
ผลการแข่งขัน	√				
การนับคะแนน			√		
มารยาทในการ แข่งขัน				√	

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

1. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางขวามือ เมื่อผู้ส่งลูกทำแต้มไม่ได้หรือแต้มที่ได้เป็นเลขคู่
2. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางซ้ายมือ เมื่อผู้ส่งได้แต้มเป็นเลขคี่
3. ผู้ส่งลูกและรับลูกจะตีได้ลูกจนกว่าจะเกิด"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่น
4. ถ้าผู้รับทำ"เสีย"หรือลูกไม่อยู่ในการเล่นเพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้รับลูก ผู้ส่งลูกได้หนึ่งแต้ม และยังสามารถส่งลูกต่อในสนามส่งลูกอีกข้างหนึ่ง ถ้าผู้ส่งลูกทำ"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่น เพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้ส่งลูก ผู้ส่งลูกหมดสิทธิ์ ส่งลูก กลับเป็นผู้รับลูกได้ส่งแทน โดยผู้เล่นทั้งสองฝ่ายไม่ได้แต้ม

ภาคผนวก

ใบความรู้ เรื่อง การแข่งขันกีฬาเทเบิลเทนนิส

1. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางขวามือ เมื่อผู้ส่งลูกทำแต้มไม่ได้หรือแต้มที่ได้เป็นเลขคู่
2. ผู้เล่นจะส่งลูกและรับลูกในนามทางซ้ายมือ เมื่อผู้ส่งได้แต้มเป็นเลขคี่
3. ผู้ส่งลูกและรับลูกจะตีได้ลูกจนกว่าจะเกิด"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่น
4. ถ้าผู้รับทำ"เสีย"หรือลูกไม่อยู่ในการเล่นเพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้รับลูก ผู้ส่งลูกได้หนึ่งแต้ม และยังสามารถส่งลูกต่อในสนามส่งลูกอีกข้างหนึ่ง ถ้าผู้ส่งลูกทำ"เสีย" หรือลูกไม่อยู่ในการเล่น เพราะตกลงบนพื้นภายใน สนามของผู้ส่งลูก ผู้ส่งลูกหมดสิทธิ์ ส่งลูก กลับเป็นผู้รับลูกได้ส่งแทน โดยผู้เล่นทั้งสองฝ่ายไม่ได้แต้ม

