



เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - มัธยมศึกษาปีที่ ๓

โรงเรียนเคียงศิริ

(ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗)

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครศรีธรรมราช เขต ๔

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

กระทรวงศึกษาธิการ



ประกาศโรงเรียนเคียงศิริ

เรื่อง ให้ใช้หลักสูตรโรงเรียนเคียงศิริ (ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗)

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศให้ใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ให้เป็นหลักสูตรแกนกลางของประเทศ ต่อมาวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ได้จำแนกเป็น ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด ตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้ จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และผู้เรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑

ดังนั้น เพื่อให้การจัดการศึกษาของสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสอดคล้องกับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคมและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ และเพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก โรงเรียนจึงได้ดำเนินการปรับปรุงเอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา (กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา) ให้สอดคล้องกับสภาพการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว

ทั้งนี้ เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗) ได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เมื่อวันที่ ๑ เดือนพฤษภาคมพ.ศ. ๒๕๖๗ จึงประกาศให้ใช้หลักสูตรสถานศึกษาตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๑ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

(นายสุรชัย โชคสวัสดิ์)

ประธานคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน

โรงเรียนเคียงศิริ

(นางปานิสรา ศิริวัฒน์)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเคียงศิริ

คำนำ

เอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนเคียงศิริ(ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๓) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานมีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ลงวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ จึงปรับปรุงขึ้นเพื่อให้โรงเรียนได้นำไปใช้เป็นกรอบและทิศทางในการจัดการเรียนการสอน การวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ

จัดทำขึ้นเพื่อให้โรงเรียนได้นำไปใช้เป็นกรอบ และทิศทางในการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพด้านความรู้ คุณธรรม และทักษะ ที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ นอกจากนี้ยังใช้เป็นเครื่องมือในการดำรงชีวิตในท้องถิ่นหรือสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง และแสวงหาความรู้เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต อีกทั้งเพื่อใช้ในการบริหารการจัดการศึกษาและพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้ตามธรรมชาติ และเต็มศักยภาพตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๕๓ ในการจัดทำเอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ครั้งนี้ โรงเรียนได้ศึกษาสภาพปัญหา บริบท ของการจัดการศึกษาที่ผ่านมาและดำเนินการแต่งตั้งคณะทำงาน วางแผนการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา รวบรวมสาระการเรียนรู้ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๖ และระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

โรงเรียนเคียงศิริ ขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนร่วมและส่วนเกี่ยวข้อง ที่ช่วยในการจัดทำเอกสารดังกล่าวให้มีความสมบูรณ์และเหมาะสมสำหรับการจัดการเรียนการสอนในแต่ละระดับชั้น สามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดที่กำหนด

.....
นางเกศรินทร์ กาญจนะ
หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
โรงเรียนเคียงศิริ

สารบัญ

	หน้า
ความนำ	๑
ทำไมต้องเรียนสุศึกษาและพลศึกษา	๔
วิสัยทัศน์ (โรงเรียน) สมรรถนะของผู้เรียน	๕
คุณลักษณะอันพึงประสงค์ มาตรฐานการเรียนรู้	๖
คุณภาพผู้เรียน	๗
โครงสร้างเวลาเรียน	๑๐
สาระมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปี	๒๒
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑	๔๔
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒	๕๐
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓	๕๖
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔	๖๓
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕	๖๙
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖	๗๗
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑	๘๕
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒	๙๔
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓	๑๐๔
แนวการจัดการเรียนรู้กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๑๕
การวัดและประเมินผลการเรียนรู้	๑๒๒
ภาคผนวก	
คำอธิษฐานศัพท์	๑๔๐
คำสั่งอนุกรรมการกลุ่มสาระการเรียนรู้	๑๔๘



ส่วนที่ ๑

ส่วนนำ

ความนำ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน และในวันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ได้ประชุมสื่อสารสร้างความเข้าใจ ผ่าน OBEC Channel เพื่อให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้สอน ศึกษานิเทศก์ ผู้เกี่ยวข้องและผู้สนใจได้รับทราบพร้อมกัน

ทั้งนี้กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานซึ่งเป็นหลักสูตรแกนกลางของประเทศ เมื่อวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ เริ่มใช้ในโรงเรียนต้นแบบการใช้หลักสูตรและโรงเรียนที่มีความพร้อมในปีการศึกษา ๒๕๕๒ และเริ่มใช้ในโรงเรียนทั่วไปในปีการศึกษา ๒๕๕๓ ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานโดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษาได้ลงพื้นที่ติดตามผลการใช้หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ และจากการประชุมร่วมกับหน่วยงานภายนอกที่จัดการศึกษา พบว่า จำนวนตัวชี้วัดมีจำนวนมาก ซ้ำซ้อน ทำให้ครูผู้สอนต้องใช้เวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และการวัดและประเมินผลที่มากจึงจะบรรลุ คุณภาพตามที่กำหนด คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และคณะกรรมการด้านคุณภาพและเทคโนโลยี เพื่อการเรียนรู้ในคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้กำหนดเป้าหมายหลักเพื่อยกระดับคุณภาพการศึกษา เพื่อส่งเสริมการนำหลักสูตรที่ใช้อยู่ไปสู่การปฏิบัติในชั้นเรียนอย่างยืดหยุ่นและคล่องตัว โดยกำหนดตัวชี้วัดระหว่างทางเป็นตัวชี้วัดระหว่างการจัดการเรียนรู้ ตัวชี้วัดปลายทางเป็นตัวชี้วัดผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน จากจำนวนตัวชี้วัด ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ ถึงมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ทั้งสิ้น ๒,๐๕๖ ตัวชี้วัด จำแนกเป็นตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด และตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และผู้เรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตร แกนกลางฯ ๒๕๕๑

นอกจากนี้การศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับทิศทางกรอบยุทธศาสตร์ แผนแม่บท และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาประเทศ พบว่าประเด็นสำคัญเพื่อแปลงไปสู่การปฏิบัติให้เกิดผลสัมฤทธิ์ได้อย่างแท้จริง คือการเตรียมพร้อมด้านกำลังคนและการเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัย มุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศโดยพัฒนาคนให้เหมาะสมตามช่วงวัยเพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ การพัฒนาทักษะที่สอดคล้องกับความต้องการในตลาดแรงงานและทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ ๒๑ ของคนในแต่ละช่วงวัยตามความเหมาะสม การเตรียมความพร้อมของกำลังคนด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่จะเปลี่ยนแปลงในอนาคตตลอดจนการยกระดับคุณภาพการศึกษาสู่ความเป็นเลิศ

ดังนั้นการปรับปรุงหลักสูตรครั้งนี้ยังคงหลักการและโครงสร้างเดิมของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ประกอบด้วย ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ได้แก่ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สุขศึกษาและพลศึกษา ศิลปะ การงานอาชีพและเทคโนโลยี และภาษาต่างประเทศ มุ่งเน้นการปรับปรุงเนื้อหาให้มีความทันสมัยทันต่อการเปลี่ยนแปลงและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ เตรียมผู้เรียนให้มีความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ตามแผนงานวิชาการ ทักษะอาชีพ และคุณธรรม จริยธรรม พร้อมทั้งจะประกอบอาชีพเมื่อจบการศึกษาหรือสามารถศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นสามารถแข่งขันและอยู่ร่วมกับประชาคมโลกได้

กรอบในการปรับปรุงคือเพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลง

ของสังคมโลก สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานจึงกำหนดแนวทางการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ดังนี้

๑. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตัวชี้วัดระหว่างทาง และตัวชี้วัดปลายทางที่สถานศึกษานำไปใช้ในการกำหนดโครงสร้างรายวิชา การออกแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ ให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนา ให้บรรลุคุณภาพตามตัวชี้วัดที่กำหนด สถานศึกษาสามารถดำเนินการได้ดังนี้

๑.๑ ตัวชี้วัดระหว่างทาง เป็นตัวชี้วัดที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และเน้นการประเมินในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เป็นการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนเป็นหลัก (Formative Assessment) ผ่านมิติทัศน์ของการประเมินเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ (Assessment for learning) และ การประเมินขณะเรียนรู้ (Assessment as learning) ด้วยวิธีการประเมินที่หลากหลายโดยเน้นการวัดและ ประเมินผลแบบไม่เป็นทางการ (Informal Assessment) เช่น การสังเกตพฤติกรรม การสอบปากเปล่า การพูดคุย การใช้คำถาม การเขียนสะท้อนการเรียนรู้ การประเมินตนเอง เพื่อนประเมินเพื่อน เป็นต้น การวัดและประเมินผลแบบไม่เป็นทางการ (Informal Assessment) เป็นการได้มาซึ่งข้อมูลผลการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นรายบุคคล จากแหล่งข้อมูลหลากหลายที่ผู้สอนเก็บรวบรวมตลอดเวลา วิเคราะห์ข้อมูล ศึกษา ความพร้อมและพัฒนาการของผู้เรียน ปรับการเรียนการสอนให้เหมาะสม และแก้ไขปัญหาการเรียนรู้ ของผู้เรียน ลักษณะของข้อมูลที่ได้ นอกเหนือจากตัวเลขหรือข้อมูลเชิงปริมาณแล้ว อาจเป็นข้อมูลบรรยาย ลักษณะพฤติกรรมที่ผู้สอนเฝ้าสังเกต หรือผลการเรียนรู้ในลักษณะคำอธิบายระดับพัฒนาการ จุดแข็ง จุดอ่อน หรือปัญหาของผู้เรียนที่พบจากการสังเกต สัมภาษณ์ หรือวิธีการอื่น ๆ ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ ในการพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นรายบุคคล ช่วยให้ผู้สอนเข้าใจพฤติกรรมของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี และเป็นวิธีการที่ยึดหยุ่นตามสถานการณ์ และบริบทของครูผู้สอน

๑.๒ ตัวชี้วัดปลายทาง เป็นตัวชี้วัดที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยเน้นที่การประเมินผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน (Summative Assessment) ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เน้นการวัดและประเมินผลแบบเป็นทางการ (formal Assessment) เช่น การประเมินการปฏิบัติ การประเมิน แฟ้มสะสมงาน การประเมินด้วยแบบทดสอบ การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน เป็นต้น การเก็บข้อมูลดังกล่าว ใช้ในการวัดและประเมินที่ได้ผลเป็นคะแนนและนำไปใช้ในการเปรียบเทียบ เช่น เปรียบเทียบระหว่างก่อนเรียน และหลังเรียน เพื่อดูพัฒนาการหรือใช้เพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์ เมื่อสิ้นสุดการสอนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ หรือรายวิชา วิธีการและเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลผลการเรียนรู้แบบเป็นทางการ (formal Assessment) เป็นตัวแทนของระดับความสามารถของผู้เรียน เป็นข้อมูลที่ต้องได้มาจากวิธีการวัดที่เหมาะสมกับลักษณะ ข้อมูล เครื่องมือวัดและประเมินผลมีความเที่ยงตรง (Validity) และมีความเชื่อมั่น (Reliability) มีความโปร่งใส สามารถตรวจสอบและเชื่อถือได้(Acceptable)

๒. เกณฑ์การตัดสินผลการเรียน

๒.๑ ระดับประถมศึกษา

- ๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียน
- ๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- ๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา
- ๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

๒.๒ ระดับมัธยมศึกษา

๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้น ๆ

๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

ด้วยเหตุข้างต้นโรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้พัฒนาหลักสูตรสถานศึกษา โดยการนำแนวทางการวัดและประเมินผล การเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และเพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติ (คณะกรรมการ ป.ป.ช.) และกระทรวงศึกษาธิการโดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้มีคำสั่งให้โรงเรียนได้ใช้หลักสูตรด้านทุจริตศึกษาเพื่อจัดการเรียนการสอนในทุกระดับชั้นตั้งแต่ปีการศึกษา ๒๕๖๒ เป็นต้นไป โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้เลือกใช้แนวทางที่ ๒ บูรณาการการเรียนการสอนกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม และกำหนดให้จัดการเรียนการสอนในทุกระดับชั้นเรียน โดยอ้างอิงตามคู่มือหลักสูตรด้านทุจริตศึกษา (Anti – Corruption Education) หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน ชุดหลักสูตรด้านทุจริตศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๖๑ ทุกประการ รวมทั้งเนื่องจากโรงเรียนได้มีการเปลี่ยนแปลงผู้อำนวยการโรงเรียน บุคลากร รวมทั้งได้ประกาศใช้ตราสัญลักษณ์โรงเรียนใหม่ไปสู่การปฏิบัติในสถานศึกษาต่อไป

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

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

เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆ ของร่างกาย รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย

ชีวิตและครอบครัว ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต

การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและ วิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อ สุขภาพ และการป้องกันโรคทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ

ความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

วิสัยทัศน์ (โรงเรียน)

“โรงเรียนเคียงศิริ จัดการศึกษาให้นักเรียนมีคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน ก้าวทันโลก ทันเทคโนโลยี มีคุณธรรม จริยธรรม น้อมนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงสู่การปฏิบัติ รักความเป็นไทย ใส่ใจสิ่งแวดล้อม”

สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะสำคัญ ๕ ประการ ดังนี้

๑. ความสามารถในการสื่อสาร เป็นความสามารถในการรับและส่งสาร มีวัฒนธรรมในการใช้ภาษา ถ่ายทอดความคิด ความรู้ความเข้าใจ ความรู้สึก และทัศนะของตนเองเพื่อแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารและประสบการณ์อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและสังคม รวมทั้งการเจรจาต่อรองเพื่อขจัดและลดปัญหาความขัดแย้งต่างๆ การเลือกรับหรือไม่รับข้อมูลข่าวสารด้วยหลักเหตุผลและความถูกต้อง ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสาร ที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่มีต่อตนเองและสังคม

๒. ความสามารถในการคิด เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การคิดสังเคราะห์ การคิดอย่างสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการคิดเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้างองค์ความรู้หรือสารสนเทศเพื่อการตัดสินใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสม

๓. ความสามารถในการแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่เผชิญได้ อย่างถูกต้องเหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรมและข้อมูลสารสนเทศ เข้าใจความสัมพันธ์และการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ในสังคม แสวงหาความรู้ ประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไขปัญหา และมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพโดยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

๔. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคม

ด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม และการรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

๕. ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เป็นความสามารถในการเลือก และใช้เทคโนโลยีด้านต่างๆ และมีทักษะกระบวนการทางเทคโนโลยี เพื่อการพัฒนาตนเองและสังคม ในด้านการเรียนรู้ การสื่อสารการทำงาน การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ถูกต้อง เหมาะสม และมีคุณธรรม

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ในฐานะเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ดังนี้

๑. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์สุจริต
๓. มีวินัย
๔. ใฝ่เรียนรู้
๕. อยู่อย่างพอเพียง
๖. มุ่งมั่นในการทำงาน
๗. รักความเป็นไทย
๘. มีจิตสาธารณะ

มาตรฐานการเรียนรู้

การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดความสมดุล ต้องคำนึงถึงหลักพัฒนาการทางสมองและพหุปัญญา หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงกำหนดให้ผู้เรียนเรียนรู้ ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ ดังนี้

๑. ภาษาไทย
๒. คณิตศาสตร์
๓. วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
๔. สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
๕. สุขศึกษาและพลศึกษา
๖. ศิลปะ
๗. การงานอาชีพ
๘. ภาษาต่างประเทศ

คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

- ๑.มีความรู้ และเข้าใจในเรื่องการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการ วิธีการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
- ๒.มีสุขนิสัยที่ดีในเรื่องการกิน การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย การเล่นและการออกกำลังกาย
- ๓.ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด การล่วงละเมิดทางเพศและรู้จักปฏิเสธในเรื่องที่ไม่เหมาะสม
- ๔.ควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ตามพัฒนาการในแต่ละช่วงอายุ มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานและมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ และเกมได้อย่างสนุกสนานและปลอดภัย
- ๕.มีทักษะในการเลือกบริโภคอาหาร ของเล่น ของใช้ ที่มีผลดีต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุได้
- ๖.ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเมื่อมีปัญหาทางอารมณ์และปัญหาสุขภาพ
- ๗.ปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อตกลง คำแนะนำ และขั้นตอนต่างๆ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจจนงานประสบความสำเร็จ
- ๘.ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่นในการเล่นเป็นกลุ่ม

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

- ๑.เข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่างๆของร่างกาย และรู้จักดูแลอวัยวะที่สำคัญของระบบนั้นๆ
- ๒.เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม แรงขับทางเพศของชายหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยแรกรุ่นและวัยรุ่น สามารถปรับตัวและจัดการได้อย่างเหมาะสม
- ๓.เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตและครอบครัวที่อบอุ่น และเป็นสุข
- ๔.ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ปฏิบัติสุขอนามัยทางเพศได้ถูกต้องเหมาะสม
- ๕.ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติดและการล่วงละเมิดทางเพศ
- ๖.มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานและการควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน
- ๗.รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เกม การละเล่นพื้นเมือง กีฬาไทย กีฬาสากลได้อย่างปลอดภัยและสนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา โดยปฏิบัติตาม กฎ กติกา สิทธิ และหน้าที่ของตนเอง จนงานสำเร็จลุล่วง
- ๘.วางแผนและปฏิบัติกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ตามความเหมาะสมและความต้องการเป็นประจำ
- ๙.จัดการกับอารมณ์ ความเครียด และปัญหาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม
- ๑๐.มีทักษะในการแสวงหาความรู้ ข้อมูลข่าวสาร เพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

๑. เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่างๆ

๒. เข้าใจ ยอมรับ และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจอารมณ์ความรู้สึกทางเพศ ความเสมอภาคทางเพศ สร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วย

๒.๑ วิธีการที่เหมาะสม

๓. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมได้สัดส่วน ส่งผลดีต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการตามวัย

๔. มีทักษะในการประเมินอิทธิพลของเพศ เพื่อน ครอบครัว ชุมชนและวัฒนธรรมที่มีต่อเจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพและชีวิต และสามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม

๕. ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง รู้จักสร้างเสริมความปลอดภัยให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน

๖. เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กิจกรรมกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน และปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอตามความถนัดและความสนใจ

๗. แสดงความตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียดการออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

๘. สำนึกในคุณค่า ศักยภาพ และความเป็นตัวของตัวเอง

๙. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา หน้าที่ความรับผิดชอบ เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่นให้มีส่วนร่วมในการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ด้วยความมุ่งมั่นและมั่นใจในกีฬา จนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชม และสนุกสนาน



ส่วนที่ ๒

โครงสร้างเวลาเรียน

โครงสร้างเวลาเรียน

กำหนดภายหลังจากประกาศใช้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ เมื่อวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ ได้มีคำสั่ง ประกาศและหนังสือราชการ เกี่ยวกับโครงสร้างเวลาเรียนอยู่หลายฉบับ ซึ่งบางฉบับยังมีผลบังคับใช้ และบางฉบับยกเลิกไปแล้ว รายละเอียดในภาคผนวก โดยสรุปดังนี้

กลุ่มสาระการเรียนรู้/ กิจกรรม	เวลาเรียน								
	ระดับประถมศึกษา						ระดับมัธยมศึกษา ตอนต้น		
	ป.๑	ป.๒	ป.๓	ป.๔	ป.๕	ป.๖	ม.๑	ม.๒	ม.๓
● กลุ่มสาระการเรียนรู้									
ภาษาไทย	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)
คณิตศาสตร์	๒๐๐	๒๐๐	๒๐๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๖๐	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)
สังคมศึกษา ศาสนาและ วัฒนธรรม	๑๒๐ ๔๐	๑๒๐ ๔๐	๑๒๐ ๔๐	๑๒๐ ๔๐	๑๒๐ ๔๐	๑๒๐ ๔๐	๑๖๐ ๔๐ (๑ น.ก.)	๑๖๐ ๔๐ (๑ น.ก.)	๑๖๐ ๔๐ (๑ น.ก.)
- ประวัติศาสตร์	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)	๑๒๐ (๓ น.ก.)
- หน้าที่พลเมือง									
วัฒนธรรม									
และการดำเนิน									
ชีวิตในสังคม									
- ศาสนา ศีลธรรม									
จริยธรรม									
- เศรษฐศาสตร์									
- ภูมิศาสตร์									
สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)
ศิลปะ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)
การทำงานอาชีพ	๔๐	๔๐	๔๐	๘๐	๘๐	๘๐	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)	๘๐ (๒ น.ก.)

							นก.)	นก.)	ก.)
ภาษาต่างประเทศ	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๘๐	๘๐	๘๐	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)	๑๒๐ (๓ นก.)
รวมเวลาเรียน (พื้นฐาน)	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๔๐	๘๘๐ (๒๒ นก.)	๘๘๐ (๒๒ นก.)	๘๘๐ (๒๒ นก.)
● กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน									
- กิจกรรมแนะแนว	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐	๓๐
- กิจกรรมนักเรียน									
- ลูกเสือ-เนตรนารี	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
- ชุมนุม	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐	๔๐
- กิจกรรมเพื่อสังคม และสาธารณประโยชน์	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐	๑๐
รวมเวลากิจกรรมพัฒนา ผู้เรียน	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐	๑๒๐
● รายวิชาเพิ่มเติม	๔๐ ชั่วโมง						๒๐๐ ชั่วโมง		
● กิจกรรมเสริมหลักสูตร (กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่ม เวลารู้)	๒๐๐ ชั่วโมง						๒๐๐ ชั่วโมง		
รวมเวลาทั้งหมด	ไม่น้อยกว่า ๑,๐๐๐ ชั่วโมง/ปี						ไม่น้อยกว่า ๑,๒๐๐ ชั่วโมง/ปี		

หมายเหตุ : - ชั่วโมงภาษาต่างประเทศ (ภาษาอังกฤษ) เรียนในชั่วโมงกิจกรรมชุมนุม ๑ ชั่วโมง และ
กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ ๑ ชั่วโมง

- กิจกรรมตามโครงการโรงเรียนคุณภาพประจำตำบล (๑ ตำบล ๑ โรงเรียนคุณภาพ) ดำเนิน
กิจกรรมควบคู่กับแผนปฏิบัติการประจำปี

- หลักสูตรด้านทุจริต ดำเนินการโดยบูรณาการจัดการเรียนการสอนในกลุ่มสาระสังคมศึกษาฯ

โครงสร้างหลักสูตรชั้นปี

เป็นโครงสร้างที่แสดงรายละเอียดเวลาเรียนของรายวิชาพื้นฐาน รายวิชา/กิจกรรมเพิ่มเติม และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจำแนกแต่ละชั้นปี

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๑๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๑๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๑๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๑๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๑๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๑๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๑๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๑๑๐๑	การทำงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๑๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๒๐๐	๕
รายวิชาเพิ่มเติม		(๔๐)	๑
ท ๑๑๒๐๑	ภาษาไทย ๑	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมภาษาอังกฤษ	๔๐	
	๑ กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรมแนะแนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๒๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๒๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๒๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๒๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๒๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๒๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๒๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๒๑๐๑	การงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๒๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๒๐๐	๕
รายวิชาเพิ่มเติม		(๔๐)	๑
ท ๑๒๒๐๑	ภาษาไทย ๒	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมภาษาอังกฤษ	๔๐	
	๑ กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรม แนะแนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน (ชม./ปี)	(ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๓๑๐๑	ภาษาไทย	๒๐๐	๕
ค ๑๓๑๐๑	คณิตศาสตร์	๒๐๐	๕
ว ๑๓๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๓๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๓๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๓๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๔๐	๑
ศ ๑๓๑๐๑	ศิลปะ	๔๐	๑
ง ๑๓๑๐๑	การงานอาชีพ	๔๐	๑
อ ๑๓๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๒๐๐	๕
รายวิชาเพิ่มเติม		(๔๐)	๑
ท ๑๓๒๐๑	ภาษาไทย ๓	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ-เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมภาษาอังกฤษ	๔๐	
	๑ กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกในกิจกรรมแนะแนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน(ชม./ปี)	ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๔๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๔๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๔๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๔๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๔๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๔๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๔๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๔๑๐๑	การงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๔๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		๔๐	๑
ว ๑๔๒๐๑	วิทยาการคำนวณ	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ/เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมส่งเสริมทักษะอาชีพ	๔๐	
	๑กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกใน กิจกรรมแนะ แนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน(ชม./ปี)	ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๕๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๕๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๕๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๕๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๕๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๕๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๕๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๕๑๐๑	การงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๕๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		๔๐	๑
ว ๑๕๒๐๑	วิทยาการคำนวณ	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ/เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมส่งเสริมทักษะอาชีพ	๔๐	
	๑กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกใน กิจกรรมแนะ แนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖			
รายวิชา/กิจกรรม		เวลาเรียน(ชม./ปี)	ชม./สัปดาห์)
รายวิชาพื้นฐาน		(๘๔๐)	๒๑
ท ๑๖๑๐๑	ภาษาไทย	๑๖๐	๔
ค ๑๖๑๐๑	คณิตศาสตร์	๑๖๐	๔
ว ๑๖๑๐๑	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	๘๐	๒
ส ๑๖๑๐๑	สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม	๘๐	๒
ส ๑๖๑๐๒	ประวัติศาสตร์	๔๐	๑
พ ๑๖๑๐๑	สุขศึกษาและพลศึกษา	๘๐	๒
ศ ๑๖๑๐๑	ศิลปะ	๘๐	๒
ง ๑๖๑๐๑	การทำงานอาชีพ	๘๐	๒
อ ๑๖๑๐๑	ภาษาต่างประเทศ	๘๐	๒
รายวิชาเพิ่มเติม		(๔๐)	๑
ว ๑๖๒๐๑	วิทยาการคำนวณ	๔๐	๑
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน		(๑๒๐)	
	๑ กิจกรรมแนะแนว	๓๐	
	๑ กิจกรรมนักเรียน		
	- ลูกเสือ/เนตรนารี	๔๐	
	- ชุมนุมส่งเสริมทักษะอาชีพ	๔๐	
	๑กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์	๑๐	ผนวกใน กิจกรรมแนะ แนว
กิจกรรมเสริมหลักสูตร	กิจกรรมเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้	๒๐๐	๕
รวมเวลาเรียนทั้งสิ้นตามโครงสร้างหลักสูตร		๑,๒๐๐	๓๐

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)	รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑.๕	รายวิชาพื้นฐาน	
ท๒๑๑๐๑ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)	ท๒๑๑๐๒ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)
ค๒๑๑๐๑ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ค๒๑๑๐๒ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๑๑๐๑ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ว๒๑๑๐๒ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๑๑๐๓ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)	ว๒๑๑๐๔ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)
ส๒๑๑๐๑ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)	ส๒๑๑๐๓ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)
ส๒๑๑๐๒ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)	ส๒๑๑๐๓ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)
พ๒๑๑๐๑ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)	พ๒๑๑๐๓ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)
พ๒๑๑๐๓ วอลเลย์บอล ๑	๐.๕ (๒๐)	พ๒๑๑๐๔ วอลเลย์บอล ๒	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๑๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๑	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๑๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๒	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๑๑๐๓ ดนตรี นาฏศิลป์ ๑	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๑๑๐๔ ดนตรี นาฏศิลป์ ๒	๐.๕ (๒๐)
ง๒๑๑๐๑ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)	ง๒๑๑๐๒ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)
อ๒๑๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๑	๑.๕ (๖๐)	อ๒๑๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๒	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕	รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕
ท๒๑๒๐๑ เสริมทักษะภาษา ๑	๐.๕ (๒๐)	ท๒๑๒๐๒ เสริมทักษะภาษา ๒	๐.๕ (๒๐)
อ๒๑๒๐๑ ภาษาอังกฤษฟัง-พูด ๑	๐.๕ (๒๐)	อ๒๑๒๐๒ ภาษาอังกฤษฟัง-พูด ๒	๐.๕ (๒๐)
ง๒๑๒๐๑ คอมพิวเตอร์เบื้องต้น ๑	๐.๕ (๒๐)	ง๒๑๒๐๒ คอมพิวเตอร์เบื้องต้น ๒	๐.๕ (๒๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐
แนะแนว ๑	๔๐	แนะแนว ๒	๔๐
ลูกเสือ เนตรนารี ๑	๔๐	ลูกเสือ เนตรนารี ๒	๔๐
ชุมนุม กิจกรรม เพื่อสังคม และ สาธารณประโยชน์ ๑	๔๐	ชุมนุม กิจกรรม เพื่อสังคม และ สาธารณประโยชน์ ๒	๔๐
รวมเวลาเรียนภาค ๑	๕๘๐	รวมเวลาเรียนภาค ๒	๕๘๐
รวมชั่วโมงเรียน เท่ากับ ๑,๑๖๐ ชั่วโมง ต่อปีการศึกษา			

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒			
ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)	รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑.๕	รายวิชาพื้นฐาน	
ท๒๒๑๐๑ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)	ท๒๒๑๐๒ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)
ค๒๒๑๐๑ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ค๒๒๑๐๒ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๒๑๐๑ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ว๒๒๑๐๒ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๒๑๐๓ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)	ว๒๒๑๐๔ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)
ส๒๒๑๐๑ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)	ส๒๒๑๐๓ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)
ส๒๒๑๐๒ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)	ส๒๒๑๐๓ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)
พ๒๒๑๐๑ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)	พ๒๒๑๐๓ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)
พ๒๒๑๐๓ แคมป์มินตัน ๑	๐.๕ (๒๐)	พ๒๒๑๐๔ แคมป์มินตัน ๒	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๒๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๓	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๒๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๔	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๒๑๐๓ ดนตรี นาฏศิลป์ ๓	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๒๑๐๔ ดนตรี นาฏศิลป์ ๔	๐.๕ (๒๐)
ง๒๒๑๐๑ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)	ง๒๒๑๐๒ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)
อ๒๒๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๓	๑.๕ (๖๐)	อ๒๒๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๔	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕	รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕
ส๒๒๒๐๑ เกษตรเพื่อชีวิต ๑	๐.๕ (๒๐)	ส๒๒๒๐๒ เกษตรเพื่อชีวิต ๒	๐.๕ (๒๐)
ง๒๒๒๐๑ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	๑.๐ (๔๐)	ง๒๒๒๐๒ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร	๑.๐ (๔๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐
แนะแนว ๓	๔๐	แนะแนว ๔	๔๐
ลูกเสือ เนตรนารี ๓	๔๐	ลูกเสือ เนตรนารี ๔	๔๐
ชุมนุม กิจกรรม เพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์ ๓	๔๐	ชุมนุม กิจกรรม เพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์ ๔	๔๐
รวมเวลาเรียนภาค ๑	๖๖๐	รวมเวลาเรียนภาค ๒	๖๖๐
รวมชั่วโมงเรียน เท่ากับ ๑,๓๒๐ ชั่วโมง ต่อปีการศึกษา			

โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา ระดับมัธยมศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ภาคเรียนที่ ๑		ภาคเรียนที่ ๒	
รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)	รายวิชา/ กิจกรรม	เวลาเรียน (หน่วยกิต/ ชม.)
รายวิชาพื้นฐาน	๑๑.๕	รายวิชาพื้นฐาน	
ท๒๓๑๐๑ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)	ท๒๓๑๐๒ ภาษาไทย	๑.๕ (๖๐)
ค๒๓๑๐๑ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ค๒๓๑๐๒ คณิตศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๓๑๐๑ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)	ว๒๓๑๐๒ วิทยาศาสตร์	๑.๕ (๖๐)
ว๒๓๑๐๓ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)	ว๒๓๑๐๔ เทคโนโลยีและวิทยาการคำนวณ	๐.๕ (๒๐)
ส๒๓๑๐๑ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)	ส๒๓๑๐๓ สังคมศึกษา	๑.๕ (๖๐)
ส๒๓๑๐๒ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)	ส๒๓๑๐๓ ประวัติศาสตร์	๐.๕ (๒๐)
พ๒๓๑๐๑ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)	พ๒๓๑๐๓ สุขศึกษา	๐.๕ (๒๐)
พ๒๓๑๐๓ เปตอง ๑	๐.๕ (๒๐)	พ๒๓๑๐๔ เปตอง ๒	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๓๑๐๑ ทักษะศิลป์ ๕	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๓๑๐๒ ทักษะศิลป์ ๖	๐.๕ (๒๐)
ศ๒๓๑๐๓ ดนตรี นาฏศิลป์ ๕	๐.๕ (๒๐)	ศ๒๓๑๐๔ ดนตรี นาฏศิลป์ ๖	๐.๕ (๒๐)
ง๒๓๑๐๑ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)	ง๒๓๑๐๒ การงานอาชีพ	๑.๐ (๔๐)
อ๒๓๑๐๑ ภาษาอังกฤษ ๕	๑.๕ (๖๐)	อ๒๓๑๐๒ ภาษาอังกฤษ ๖	๑.๕ (๖๐)
รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕	รายวิชาเพิ่มเติม	๑.๕
อ๒๓๒๐๑ ภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน ๑	๐.๕ (๒๐)	อ๒๓๒๐๒ ภาษาอังกฤษในชีวิตประจำวัน ๒	๐.๕ (๒๐)
ง๒๓๒๐๑ เทคโนโลยีสารสนเทศ	๑.๐ (๔๐)	ง๒๓๒๐๒ เทคโนโลยีสารสนเทศ	๑.๐ (๔๐)
กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐	กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน	๑๒๐
แนะแนว ๕	๔๐	แนะแนว ๖	๔๐
ลูกเสือ เนตรนารี ๕	๔๐	ลูกเสือ เนตรนารี ๖	๔๐
ชุมนุม กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์ ๕	๔๐	ชุมนุม กิจกรรมเพื่อสังคมและ สาธารณประโยชน์ ๖	๔๐
รวมเวลาเรียนภาค ๑	๕๖๐	รวมเวลาเรียนภาค ๒	๕๖๐
รวมชั่วโมงเรียน เท่ากับ ๑,๑๒๐ ชั่วโมง ต่อปีการศึกษา			

สาระและมาตรฐานการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

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

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรคและการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรง

สาระและมาตรฐาน/ตัวชี้วัดสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	• ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและการพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ผม - มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	• การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - ตา หู คอ จมูก ปาก ลิ้น ฟัน ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
ป. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน	• ลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและการพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ)
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	• การดูแลรักษาอวัยวะภายใน - การระมัดระวังการกระแทก - การออกกำลังกาย - การกินอาหาร
	๓.อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	• ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย
ป.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	• ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง
	๒.เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	• เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	• ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน
ป. ๔	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย	• การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (ในช่วงอายุ ๙ – ๑๒ ปี)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๒.อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ	• ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ
	๓.อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูก และข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	• วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
ป. ๕	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ
	๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ
ป.๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ
	๒.อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ
ม.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการของวัยรุ่น	• ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และการพัฒนาการของวัยรุ่น
	๒.อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	• การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
	๔.แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	• แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
ม. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคมและสติปัญญาในวัยรุ่น	• การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์	• ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	เจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู
ม. ๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ สติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต	• การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของ สังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	• อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการ เปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการ เจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	• สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและ พัฒนาการของวัยรุ่น - โทรศัพท์ - วิทยุ - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๒.อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ	- พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) - วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ)
ป. ๔	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว	• คุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย	• พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย
	๓.ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	• วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ
ป. ๕	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม	- การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง - การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย
	๒.อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	• ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยายการนับถือญาติ)
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว
ป. ๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น	- ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น - ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็น และความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	• พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
ม. ๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	• การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๑.อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	พัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การเบี่ยงเบนทางเพศ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	• ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
ม. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศ	• ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ
	๒.วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	• ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	• โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ • โรคเอดส์ • การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม	• ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ • การวางตัวต่อเพศตรงข้าม • ปัญหาทางเพศ • แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ
ม.๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติที่เหมาะสม	• องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว
	๒.วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์	• ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกันแก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	• สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว • แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง	• ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๑.เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	- แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียง ซ้าย ขวา เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า แขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กลิ้งตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จับ โยนเตะ เคาะ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	• กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าว ชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่น อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ
ป. ๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	• การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยืด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอยหลัง กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบโดยมีการบังคับทิศทาง เช่น ตี ขว้าง โยน และรับ • วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ อย่างมีทิศทาง
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด	• กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด
ป. ๔	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดด-เหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควมม้า และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น บอล เชือก
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ	• กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ
	๓.เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบพลัด	• เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบพลัด

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๔.เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย ๑ ชนิด	กีฬาพื้นฐาน เช่น แร้บบอล แอนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย
ป. ๕	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.จัดรูปแบบการเคลื่อนไหว แบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด	การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติกิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบตามแบบที่กำหนด เช่นการฝึกกายบริหารยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานเป็นต้น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด	เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัดที่มีการตี เชื้อ รับ – ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล	การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๔.แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคล และประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อวง วึ่งชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑาประเภทลู่ แด่ดินตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส ว่ายน้ำ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖.อธิบายหลักการ และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม	หลักการและกิจกรรมนันทนาการ
ป. ๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่น ในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานได้ ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง	การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่าง่าย ๆ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เล่น กีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติ	การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นเกมและกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ของตนและผู้อื่น	
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลาน เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.ใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่นๆ	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาหาความรู้
ม. ๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.เพิ่มพูนความสามารถของตน ตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส ว่ายน้ำ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น
ม. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตะกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล ว่ายน้ำ เทควันโด
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๔.ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรม นันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
ม. ๓	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ ๑ ชนิดโดยใช้เทคนิค ที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตะกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ	การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ออกกกำลังกาย และเล่นเกม ตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน	การออกกกำลังกาย และการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
	๒.ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่น เกมตามคำแนะนำ	กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป.๒	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ออกกกำลังกาย และเล่นเกม ได้ด้วยตนเอง อย่างสนุกสนาน	- การออกกกำลังกาย และเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - ประโยชน์ของการออกกกำลังกายและการเล่นเกม
	๒.ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่น เกมเป็นกลุ่ม	กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมเป็นกลุ่ม
ป. ๓	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.เลือกออกกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกม ที่เหมาะสมกับจุดเด่น	แนวทางการเลือกออกกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมืองและเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของแต่ละบุคคล

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง	
	๒.ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	- การออกกำลังกาย เกม และการละเล่นพื้นเมือง - กฎ กติกาและข้อตกลงในการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง
ป. ๕	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น	- การออกกำลังกาย เล่นเกม ตามความชอบของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับผู้อื่น - การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองในการออกกำลังกาย เล่นเกมและเล่นกีฬา ตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น - คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกม และเล่นกีฬา ที่มีต่อสุขภาพ
	๒.ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น	- การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น
ป. ๕	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ	- หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย - การออกกำลังกาย และการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง
	๒.เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ - การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา
	๓.ปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เล่น	- กฎ กติกาในการเล่นเกม กีฬาไทยและกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น - วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น
	๔.ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิดสิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นเกม และกีฬาไทย กีฬาสากล	- สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่นเกมและกีฬา - ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นเกม และกีฬา
ป. ๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	- การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน - การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ
	๓.เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ	- การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ - การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๔.ปฏิบัติตามกฎ กติกา ตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๕.จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๖.เล่นเกมและกีฬา ด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา	การสร้างสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา
ม. ๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมิณการเล่นของตนและผู้อื่น	- การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน - การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม - การประเมิณการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น
	๔.วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก
	๕.ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๖.วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา
ม. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	- สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นวิถีชีวิต - การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เลือกเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจพร้อมทั้ง วิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็น แนวทางในการพัฒนาตนเอง	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	๓.มีวินัย ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกา และข้อตกลง
	๔.วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	- รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์ของการเล่นและการทำงาน เป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	- การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ - การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา
ม. ๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีม - การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการ ออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
	๓.ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม	- กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตาม กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม
	๔.จำแนกวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ	การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๕.สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	- วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ
ป. ๔	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	• ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ • การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ	• สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เปื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย • ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เปื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	• การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๔.ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	• การทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ป. ๕	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	• ความสำคัญของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	• แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ • การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริมสุขภาพ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล	• การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพในช่องปาก ฯลฯ)
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน	• การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ป. ๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	- ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ - ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ - การป้องกันและแก้ไขปัญหาล้างแวล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	- โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน - ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค - การป้องกันการระบาดของโรค
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม	พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ม. ๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	- ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	- เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย - วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	- วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ
ม. ๒	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ
	๒.วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	ผลกระทบของเทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ
	๓.วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๔.วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	๕.อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหาสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	๖.เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๗.พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	• เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย • การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
ม. ๓	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่างๆ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ	• การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ • วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	• โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย โรคติดต่อ เช่น - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง ฯลฯ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทาง แก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	• ปัญหาสุขภาพในชุมชน • แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	• การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	• การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ
การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. ๑	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน	• สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน • การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	• อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน	• การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ
ป. ๒	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก	• อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ	• ยาสามัญประจำบ้าน - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัว และวิธีการป้องกัน	• สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - โทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔.ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย	• สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕.อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัย และแสดงการหนีไฟ	• อัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ
ป. ๓	ตัวชี้วัดปลายทาง ๑.ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ	• การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	แหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ	
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓.แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	- การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ)
ป. ๔	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.อธิบายความสำคัญของการใช้ยาและใช้อย่างถูกวิธี	- ความสำคัญของการใช้ยา - หลักการใช้ยา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา	- วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แมลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา ที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน	ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน
ป. ๕	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๒.วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติด ที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๓.ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา และหลีกเลี่ยงสารเสพติด	- การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา - การหลีกเลี่ยงสารเสพติด
	๔.วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรม สุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	๕.ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา
ป. ๖	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑.วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม	- ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒.ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	• ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง • วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	• อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	• ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ
	ตัวชี้วัดปลายทาง ๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	• วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ



ส่วนที่ ๓

โครงสร้างเวลาเรียน คำอธิบายรายวิชา

โครงสร้างเวลาเรียน

ระดับชั้น	รหัสวิชา	ชั่วโมงรายปี/ภาค
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑	พ ๑๑๑๐๑	๔๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒	พ ๑๒๑๐๑	๔๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓	พ ๑๓๑๐๑	๔๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔	พ ๑๔๑๐๑	๘๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕	พ ๑๕๑๐๑	๘๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖	พ ๑๖๑๐๑	๘๐ ชั่วโมง/ปี
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๑๑๐๑(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๑๑๐๒(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๑๑๐๓(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๑๑๐๔(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๒๑๐๑(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๒๑๐๒(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๒๑๐๓(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๒๑๐๔(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๓๑๐๑(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๓๑๐๒(สุขศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑	พ ๒๓๑๐๓(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒	พ ๒๓๑๐๔(พลศึกษา)	๒๐ ชั่วโมง/ภาคเรียน

สาระมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปี
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑
 ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	- ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มี การเจริญเติบโตและการพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
	๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	- การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - ตา หู คอ จมูก ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน	- สมาชิกในครอบครัว - ความรักความผูกพันของสมาชิก ในครอบครัว
	๒. บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง	สิ่งที่ชื่นชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง)
	๓. บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง	- ลักษณะความแตกต่างของเพศชาย เพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน - แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียงซ้าย เอียงขวา เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า แขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กลิ้งตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จับ โยน เตะ เคาะ
	๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	• กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่าง

สม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการ

แข่งขัน และชื่นชมในสุนทริยภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน	• การออกกำลังกาย และการเล่น เกม เบ็ดเตล็ด
	๒. ปฏิบัติตนตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นตามคำแนะนำ	• กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเบ็ดเตล็ด

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. ปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ	• การปฏิบัติตนตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ
	๒. บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง	• ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน - มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวน้ำ) - ฟกช้ำ ฯลฯ
	๓. ปฏิบัติตนตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	• วิธีปฏิบัติตนเมื่อมีอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๑	๑. ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน	• สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน • การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน
	๒. บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	• อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น
	๓. แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน	• การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ศึกษา วิเคราะห์ ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก การรักษาอวัยวะภายนอกตลอดจนสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน สิ่งที่ชื่นชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง ลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง หลักสุขบัญญัติแห่งชาติ การเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเองและ การปฏิบัติตนเมื่อมีอาการเจ็บป่วย สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน สาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่นการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและที่โรงเรียน

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มีสุขนิสัยที่ดี รู้จักป้องกันตนเอง มีทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัวและการตัดสินใจ

ศึกษาการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ กิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ ตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน ปลอดภัย

โดยปฏิบัติกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบการเล่นเกมที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ เน้นกระบวนการทางพลศึกษา เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา คำแนะนำ มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รวมทั้งหมด ๑๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๑/๑ , พ.๒.๑ ป.๑/๑ , พ.๒.๑ ป.๑/๓

พ.๓.๑ ป.๑/๑ , พ.๓.๒ ป.๑/๑ , พ.๓.๒ ป.๑/๒

พ.๔.๑ ป.๑/๒ , พ.๔.๑ ป.๑/๓ , พ.๕.๑ ป.๑/๑ , พ.๕.๑ ป.๑/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๑/๒ , พ.๒.๑ ป.๑/๒ , พ.๓.๑ ป.๑/๒ ,

พ.๔.๑ ป.๑/๑ , พ.๕.๑ ป.๑/๓

โครงสร้างรายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ ๑๑๑๐๑
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
เวลารวม ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	พ.๑.๑ ป.๑/๑	พ.๑.๑ ป.๑/๒	- ลักษณะหน้าที่ของอวัยวะภายนอก - วิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - การดูแลอวัยวะช่องปาก	๔	๘
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ.๒.๑ ป.๑/๑ พ.๒.๑ ป.๑/๓	พ.๒.๑ ป. ๑/๒	- สมาชิกในครอบครัว - สิ่งที่ชื่นชมและภูมิใจในตนเอง - ความแตกต่างระหว่างเพศชายและเพศหญิง - ลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคล	๔	๘
๓	การเคลื่อนไหวแบบผสม	พ.๓.๑ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๒	พ.๓.๑ ป.๑/๒	๔. การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ ๕. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ ๖. การเคลื่อนไหวแบบใช้อุปกรณ์	๕	๘
๔	กายบริหาร	พ.๓.๑ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๒	พ.๓.๑ ป.๑/๒	- อาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการป่วย - ปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	๙	๑๕
๕	การออกกำลังกาย	พ.๓.๑ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๑ พ.๓.๒ ป.๑/๒	พ.๓.๑ ป.๑/๒	- สิ่งที่ทำให้เกิดอันตราย - ป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น - แสดงคำพูด หรือท่าทางขอความช่วยเหลือ จากผู้อื่น	๓	๗

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๖	กฎ กติกา ในการปฏิบัติ	พ.๓.๒ ป.๑/๒	พ.๓.๑ ป.๑/๒	- การเล่นตามคำแนะนำ - การมีน้ำใจในการเล่นกีฬา	๔	๖
๗	การสร้างเสริมสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๑/๒ พ.๔.๑ ป.๑/๓	พ.๔.๑ ป.๑/๑	- อาหารที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์ - หลักสุขบัญญัติแห่งชาติ	๔	๖
๘	ลักษณะและวิธีการป้องกันการเจ็บป่วย	พ.๔.๑ ป.๑/๒ พ.๔.๑ ป.๑/๓	พ.๔.๑ ป.๑/๑	- ปวดศีรษะ ตัวร้อน มี น้ำมูก ปวดท้อง ผื่น คัน ผกซ้ำ - การปฏิบัติตามคำแนะนำ	๔	๖
๙	ความปลอดภัยในชีวิต	พ.๕.๑ ป.๑/๑ พ.๕.๑ ป.๑/๒	พ.๕.๑ ป.๑/๓	- พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ - การป้องกันอันตราย	๔	๖
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. อธิบายลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายใน	• ลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ)
	๒. อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	• การดูแลรักษาอวัยวะภายใน - การระมัดระวังการกระแทก - การออกกำลังกาย - การกินอาหาร
	๓. อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	• ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว	• บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว - ตนเอง - พ่อ แม่ - พี่น้อง - ญาติ
	๒. บอกความสำคัญของเพื่อน	• ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พุดคุยปรึกษา เล่น ฯลฯ)
	๓. ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ	• พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - ความเป็นสุภาพบุรุษ - ความเป็นสุภาพสตรี
	๔. อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิง หรือเพศชาย	• ความภาคภูมิใจในเพศหญิง หรือเพศชาย

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี
	๒. เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่น อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. ออกกำลังกาย และเล่นเกมได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน	- การออกกำลังกาย และเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นเกม
	๒. ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม	กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
 มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	- ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส มีความสุข - มีความปลอดภัย
	๒. เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์
	๓. ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ	ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ
	๔. อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่	- อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	อาจเกิดขึ้น	• อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ
	๕. ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	• อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ • อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย หกล้ม ฯลฯ
	๖. บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	• ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส มีความสุข - มีความปลอดภัย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติดและความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๒	๑. ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก	• อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก
	๒. บอกชื่อยาสามัญประจำบ้านและใช้ยาตามคำแนะนำ	• ยาสามัญประจำบ้าน - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ
	๓. ระบุนิโทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน	• สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - นิโทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน
	๔. ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย	• สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน
	๕. อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกัน อัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ	• อัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ศึกษา วิเคราะห์ ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน และวิธีการดูแลรักษาอวัยวะภายใน ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ตลอดจนบทบาทหน้าที่ของตนเองและสมาชิกในครอบครัวความสำคัญของเพื่อน พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ ความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิงหรือเพศชาย ลักษณะของการมีสุขภาพที่ดีและการเลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วยการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นและการปฏิบัติตนเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ การปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำและทางบก ยาสามัญประจำบ้านและการใช้ยาตามคำแนะนำ โทษของสารเสพติด สารอันตรายใกล้ตัวและวิธีการป้องกัน การปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย สาเหตุ อันตราย วิธีป้องกันอัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติการทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มีสุขนิสัยที่ดี รู้จักป้องกันตนเอง มีทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัวและการตัดสินใจ

ศึกษาการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดที่อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน บอกประโยชน์การออกกำลังกายและการเล่นเกม โดยปฏิบัติการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ เล่นเกมเบ็ดเตล็ดที่อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้น แบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ เน้นกระบวนการทางพลศึกษา เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเป็นกลุ่ม มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๑ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๒/๑ , พ.๑.๑ ป.๒/๓ , พ.๒.๑ ป.๒/๑ พ.๒.๑ ป.๒/๒ ,
พ.๓.๑ ป.๒/๑ , พ.๓.๑ ป.๒/๒ , พ.๓.๒ ป.๒/๒ , พ.๔.๑ ป.๒/๑ ,
พ.๔.๑ ป.๒/๒ , พ.๔.๑ ป.๒/๓ , พ.๔.๑ ป.๒/๔ , พ.๕.๑ ป.๒/๒ ,
พ.๕.๑ ป.๒/๓ , พ.๕.๑ ป.๒/๔ ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๖ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๒/๒ , พ.๒.๑ ป.๑/๔ , พ.๓.๒ ป.๒/๑ ,
พ.๔.๑ ป.๒/๕ , พ.๕.๑ ป.๒/๑ , พ.๕.๑ ป.๒/๕

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๑๒๑๐๑
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
เวลารวม ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	พ.๑.๑ ป.๒/๑ พ.๑.๑ ป.๒/๓	พ. ๑ . ๑ ป.๒/๒	- ลักษณะหน้าที่ของอวัยวะภายใน - วิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	๔	๕
๒	ชี วิ ต แ ล ะ ครอบครั	พ.๒.๑ ป.๒/๑ พ.๒.๑ ป.๒/๒ พ.๒.๑ ป.๒/๓	พ . ๒ . ๑ ป.๒/๔	- สมาชิกในครอบครัว - หน้าที่ของตนเอง - พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - ความภาคภูมิใจในเพศหญิง เพศชาย	๔	๕
๓	คว บ คุ ม ก า ร เคลื่อนไหวของร่างกาย	พ.๓.๑ ป.๒/๑ พ.๓.๒ ป.๒/๒	พ . ๓ . ๒ ป.๒/๑	- การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ - การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ - การเคลื่อนไหวแบบใช้อุปกรณ์	๔	๑๐
๔	การออกกำลังกาย	พ.๓.๒ ป.๒/๑ พ.๓.๒ ป.๒/๒	พ . ๓ . ๒ ป.๒/๑	- การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - การเล่นเกมพื้นบ้าน - ก า ร เ ล ่ น กิ จ ก ร ร ม นันทนาการ - การเล่นเกมวิ่งเปรี๊ยะ	๑๐	๒๐
๕	กฎ กติกาในการปฏิบัติ	พ.๓.๒ ป.๒/๒	พ . ๓ . ๒ ป.๒/๑	- การเล่นตามคำแนะนำ - กฎ กติกา - การมีน้ำใจในการเล่นกีฬา	๓	๕
๖	การสร้างเสริมสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๒/๑ พ.๔.๑ ป.๒/๒ พ.๔.๑ ป.๒/๓ พ.๔.๑ ป.๒/๔	พ . ๔ . ๑ ป.๒/๕	- การมีสุขภาพที่ดี - การเลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ - การออกกำลังกาย - อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย	๔	๘

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๗	อุบัติเหตุและการป้องกัน	พ.๕.๑ ป.๒/๓ พ.๕.๑ ป.๒/๔	พ.๕.๑ ป.๒/๑ พ.๕.๑ ป.๒/๕	- อุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุ - การป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - ป้ายเตือนอันตราย - สถานที่อันตราย - สัญลักษณ์ของสิ่งของ - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัยและการหนีไฟ - อันตรายซึ่งได้รับการเกิดอัคคีภัย	๕	๘
๘	ยาสามัญประจำบ้าน	พ.๕.๑ ป.๒/๒	พ.๕.๑ ป.๒/๕	- บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความเหมาะสม	๒	๔
๙	โทษของสารเสพติด	พ.๕.๑ ป.๒/๓	พ.๕.๑ ป.๒/๑ พ.๕.๑ ป.๒/๕	- สารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกันยาเสพติด - โทษของสารเสพติด	๒	๕
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	• ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง
	๒. เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	• เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต ของเด็กไทย
	๓. ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	• ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. อธิบายความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง	• ความสำคัญของครอบครัว ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม - การศึกษา
	๒. อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
	๓. บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ	• พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) • วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ)

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้ อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	- การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยืด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว - การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอยหลัง กระโจน - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบโดยมีการบังคับ ทิศทาง เช่น ดึง ขว้าง โยน และรับ - วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบ ต่างๆ อย่างมีทิศทาง
	๒. เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหว แบบบังคับทิศทางในการเล่นเบ็ดเตล็ด

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
 อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ
 ในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. เลือกออกกำลังกาย การละเล่น พื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสม กับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของ ตนเอง	แนวทางการเลือกออกกำลังกาย การละเล่น พื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อยและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล
	๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาและข้อตกลง ของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	- การออกกำลังกาย เกม และการละเล่น พื้นเมือง - กฎ กติกาและข้อตกลงในการ ออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกัน การแพร่กระจายของโรค	การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค
	๒. จำแนกอาหารหลัก ๕ หมู่	อาหารหลัก ๕ หมู่
	๓. เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม	- การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ)
	๔. แสดงการแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี	การแปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคลุมบริเวณขอบเหงือกและคอฟัน)
	๕. สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	- การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อนและกิจกรรมนันทนาการ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๓	๑. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง	วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
	๒. แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้าย หรืออุบัติเหตุ	การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ
	๓. แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	- การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ)

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง

ศึกษาธรรมชาติและลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสำคัญและความแตกต่างของครอบครัว การสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ วิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค การเลือกรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ในสัดส่วนที่เหมาะสม แปรงฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ การป้องกันอุบัติเหตุในบ้าน ในโรงเรียนและในการเดินทาง ตลอดจนการขอความช่วยเหลือ การปฐมพยาบาลเมื่อเกิดเหตุร้ายหรือได้รับอุบัติเหตุ โดยใช้ทักษะกระบวนการคิด กระบวนการกลุ่ม กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติการทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ สามารถสื่อสารสิ่งที่เรียนรู้ นำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ และค่านิยมที่เหมาะสม

ศึกษาการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมส์เบ็ดเตล็ด เลือกรับออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง การเล่นเกมได้ด้วยตนเองและเหมาะสมกับตนเอง

โดยปฏิบัติการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง การเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทางในการเล่นเกมส์เบ็ดเตล็ด เน้นกระบวนการทางพลศึกษา

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมส์และการละเล่นพื้นเมือง มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๑๘ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๑ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๓/๑ , พ.๑.๑ ป.๓/๓ , พ.๒.๑ ป.๓/๑ พ.๒.๑ ป.๓/๓ ,
พ.๓.๑ ป.๓/๑ , พ.๓.๑ ป.๓/๒ , พ.๓.๒ ป.๓/๒ , พ.๔.๑ ป.๓/๒ ,
พ.๔.๑ ป.๓/๔ , พ.๕.๑ ป.๓/๒ , พ.๕.๑ ป.๓/๓

ตัวชี้วัดปลายทาง ๗ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๓/๒ , พ.๒.๑ ป.๓/๒ , พ.๓.๒ ป.๓/๑ ,
พ.๔.๑ ป.๓/๑ , พ.๔.๑ ป.๓/๓ , พ.๔.๑ ป.๓/๕ , พ.๕.๑ ป.๓/๑

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๑๓๑๐๑
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
 เวลารวม ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	พ.๑.๑ ป.๓/๑ พ.๑.๑ ป.๓/๓	พ.๑.๑ ป.๓/๒	- ลักษณะการเจริญเติบโตของมนุษย์ - ความแตกต่างของแต่ละบุคคล - ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย	๕	๗
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ.๒.๑ ป.๓/๑ พ.๒.๑ ป.๓/๓	พ.๒.๑ ป.๓/๒	- ความสำคัญของครอบครัว - ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - วิธีการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน - พฤติกรรมที่นำไปสู่การถูกล่วงละเมิดทางเพศ - วิธีป้องกันการล่วงละเมิดทางเพศ	๖	๘
๓	ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกาย	พ.๓.๑ ป.๓/๑	พ.๓.๒ ป.๓/๑	- การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ - การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ - การเคลื่อนไหวแบบใช้อุปกรณ์ - การเคลื่อนไหวมีทิศทาง	๖	๑๕

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๔	การออกกำลังกาย	พ.๓.๑ ป.๓/๒ พ.๓.๒ ป.๓/๒	พ.๓.๒ ป.๓/๑	- การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด - การเล่นเกมพื้นบ้าน - การเล่นเกมวิ่งเปี้ยว - การออกกำลังกายและประโยชน์ - ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา ข้อตกลง - การเล่นเกมเป็นกลุ่ม - วิธีการสร้างสมรรถภาพ - การพักผ่อนและกิจกรรมนันทนาการ	๑๓	๒๐
๕	โรคติดต่อ	พ.๔.๑ ป.๓/๔	พ.๔.๑ ป.๓/๑	- การแพร่กระจายของโรค - วิธีป้องกันโรคติดต่อ	๒	๕
๖	การสร้างเสริมสุขภาพ	พ. ๔.๑ ป.๓/๒ พ. ๔.๑ ป.๓/๔	พ.๔.๑ ป.๓/๓ พ.๔.๑ ป.๓/๕	- อาหารหลัก ๕ หมู่ - การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - การแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี	๔	๘
๗	ความปลอดภัย	พ.๕.๑ ป.๓/๒ พ.๕.๑ ป.๓/๓	พ.๕.๑ ป.๓/๑	- ความปลอดภัยจากอุบัติเหตุ - อุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและ - การเดินทาง - วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย - การบาดเจ็บจากการเล่น - ขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่างๆเมื่อเกิดเหตุร้ายหรือเกิดอุบัติเหตุ	๒	๗

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย	• การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (ในช่วงอายุ ๙-๑๒ ปี)
	๒. อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	• ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ
	๓. อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	• วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว	• คุณลักษณะของความเป็นเพื่อน และสมาชิกที่ดีของครอบครัว
	๒. แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย	• พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย
	๓. ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	• วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะ การเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสาน ได้ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	• การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดดเหี่ยยดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควมม้าและแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น ลูกบอล เชือก
	๒. ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่า ประกอบจังหวะ	• กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ
	๓. เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรม	• เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	แบบผลัด	
	๔. เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย ๑ ชนิด	กีฬาพื้นฐาน เช่น แชร์บอล แอนด์บอล ห่วงข้าม ตาข่าย

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ ในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. ออกกำลังกาย เล่นเกมและกีฬา ที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการ วิเคราะห์ผลพัฒนาการของ ตนเองตามตัวอย่างและแบบ ปฏิบัติของผู้อื่น	- การออกกำลังกาย เล่นเกม ตามความชอบของ ตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับผู้อื่น - การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองในการออก กกำลังกาย เล่นเกม และเล่นกีฬาตามตัวอย่าง และแบบปฏิบัติของผู้อื่น - คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกม และเล่น กีฬาที่มีต่อสุขภาพ
	๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกาการเล่น กีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น	การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. อธิบายความสัมพันธ์ระหว่าง สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	- ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ - การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อ สุขภาพ
	๒. อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึก ที่มีผลต่อสุขภาพ	- สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย - ผลที่มีต่อสุขภาพ - ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ - ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	๓. วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
	๔. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย - การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๔	๑. อธิบายความสำคัญของการใช้ยา และใช้อย่างถูกวิธี	- ความสำคัญของการใช้ยา - หลักการใช้ยา
	๒. แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แผลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา	- วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แผลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา
	๓. วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา ที่มีต่อสุขภาพ และการป้องกัน	ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๔๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ศึกษา วิเคราะห์ เกี่ยวกับการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจ ตามวัย (ในช่วงอายุ ๙ – ๑๒ ปี) ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ คุณลักษณะของความ เป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย วิธีการ ปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่นโกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ ความสำคัญของการใช้ยาหลักการใช้ยา วิธีปฐมพยาบาล การใช้ยาผิด สารเคมี แมลงสัตว์กัดต่อย การ บาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติ เพื่อให้เกิด ความรู้ความเข้าใจ มีสุขนิสัยที่ดี รู้จักป้องกันตนเอง มีทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัวและการ ตัดสินใจ

ศึกษาการควบคุมตนเอง เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน กายบริหารท่ามือเปล่า ประกอบจังหวะ การเล่นเกมเลียนแบบ กิจกรรมแบบผลัด การเล่นเกมแฮนด์บอล การพัฒนาตนเอง โดยปฏิบัติการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบผสมผสาน ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ ประกอบ กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ การเล่นเกม การเล่นเกมแบบผลัด การเล่นเกม แฮนด์บอล การพัฒนาตนเองโดยใช้กระบวนการเรียนตามหลักการของพลศึกษา เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลง เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๑๙ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๓ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๔/๑ , พ.๑.๑ ป.๔/๒ , พ.๒.๑ ป.๔/๑ พ.๒.๑ ป.๔/๓ ,
พ.๓.๑ ป.๔/๑ , พ.๓.๑ ป.๔/๒ , พ.๓.๑ ป.๔/๓ , พ.๓.๑ ป.๔/๔ ,
พ.๓.๒ ป.๔/๒ , พ.๕.๑ ป.๔/๑ , พ.๕.๑ ป.๔/๓ , พ.๕.๑ ป.๔/๑, พ.
๕.๑ ป.๔/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๖ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๔/๓ , พ.๑.๑ ป.๔/๒ , พ.๓.๒ ป.๔/๑ ,
พ.๕.๑ ป.๔/๔ , พ.๕.๑ ป.๔/๒ , พ.๕.๑ ป.๔/ ,

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๑๔๑๐๑
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
 เวลารวม ๘๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาของร่างกาย	พ.๑.๑ ป.๔/๑ พ.๑.๑ ป.๔/๒	พ.๑.๑ ป.๔/๓	- พัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย - ความสำคัญของกระดูก, กล้ามเนื้อ - วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อและกระดูก	๘	๖
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ.๒.๑ ป.๔/๑ พ.๒.๑ ป.๔/๓	พ.๒.๑ ป.๔/๒	- สมาชิกที่ดีของครอบครัว - พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ ตนเอง - วิธีการปฏิเสธ	๔	๔
๓	การเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน	พ.๓.๑ ป.๔/๑	พ.๓.๒ ป.๔/๑	- การเคลื่อนไหวแบบอยู่กับที่ - การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ - การเคลื่อนไหวใช้อุปกรณ์	๑๐	๘
๔	กายบริหาร	พ.๓.๑ ป.๔/๒	พ.๓.๒ ป.๔/๑	- การฝึกทำกายบริหาร - การอบอุ่นร่างกาย	๑๐	๗
๕	การออกกำลังกาย	พ.๓.๑ ป.๔/๓	พ.๓.๒ ป.๔/๑	- การเล่นเกม - กิจกรรมแบบผลัด - กิจกรรมนันทนาการ - กีฬาพื้นฐาน แฮนด์บอล - แฮนด์บอล กรีฑา - ปฏิบัติตามกฎหมายกติกาในการเล่นกีฬา	๑๖	๑๔
๖	สิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๔/๑	พ.๔.๑ ป.๔/๒	- ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ - การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ	๕	๕

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๗	ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๔/๑ พ.๔.๑ ป.๔/๒	พ.๔.๑ ป. ๔/๒	- สภาวะอารมณ์และความรู้สึก - ผลที่มีต่อสุขภาพทางบวกและทางลบ	๕	๕
๘	การสร้างเสริมสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๔/๓	พ.๔.๑ ป.๔/๔	- การเลือกบริโภค - การวิเคราะห์ฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์ต่อสุขภาพ	๕	๔
๙	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ป.๔/๔	พ.๔.๑ ป.๔/๔	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๒	๖
๑๐	ความสำคัญของการใช้ยา	พ.๕.๑ ป. ๔/๑	พ.๕.๑ ป. ๔/๒	- การใช้ยาอย่างถูกวิธี - วิธีป้องกันการใช้ยาผิด - อันตรายจากการใช้ยาสารเคมี	๔	๔
๑๑	การปฐมพยาบาล	พ.๕.๑ ป.๔/๒	พ.๕.๑ ป.๔/๒	- การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา - แผลงสัตว์กัดต่อย - การใช้ยาผิด	๔	๓
๑๒	การป้องกันยาเสพติด	พ.๕.๑ ป.๔/๓	พ.๕.๑ ป.๔/๓	- การไม่สูบบุหรี่ - การไม่ดื่มสุราและการออกกำลังกาย	๕	๔
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๗๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๘๐	๑๐๐

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ
	๒. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม	• การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง • การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย
	๒. อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	• ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ)
	๓. ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	• พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด	การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ ตามแบบที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นต้น
	๓. เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและกิจกรรม การเคลื่อนไหวแบบผลัด	เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัดที่มีการตี เชื้อ รับ – ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง
	๔. ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่อง การรับแรง การใช้แรงและความสมดุล	การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล
	๕. แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติ กิจกรรม ทางกายและเล่นกีฬา	ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	๖. เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อว่ง ชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑาประเภทลู่แบบ มินตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล
	๗. อธิบายหลักการและเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการ อย่างน้อย ๑ กิจกรรม	หลักการและกิจกรรมนันทนาการ

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
 อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ
 ในการแข่งขัน และชื่นชม ในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ	- หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย - การออกกำลังกาย และการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง
	๒. เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของ ตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจ นักกีฬา	- การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ - การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา
	๓. ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นเกม	กฎ กติกาในการเล่นกีฬาไทยและกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	กีฬาไทย และกีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น	สากลตามชนิดกีฬาที่เล่น • วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลที่เล่น
	๔. ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเอง ไม่ละเมิด สิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่าง ระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล	• สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่นกีฬา • ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	• ความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
	๒. ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	• แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ • การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริมสุขภาพ
	๓. วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจ เลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล	• การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพในช่องปาก ฯลฯ)
	๔. ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน	• การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน เช่น - ใช้หวัด - ใช้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์ ฯลฯ
	๕. ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	• การทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ
การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๕	๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ
	๒. วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม	ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
	๓. ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด	- การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา - การหลีกเลี่ยงสารเสพติด
	๔. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรม สุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	๕. ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๕๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ศึกษา วิเคราะห์ เกี่ยวกับความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการ ดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ การเปลี่ยนแปลงทางเพศและปฏิบัติตนได้เหมาะสม ความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน ความสำคัญของการปฏิบัติตามสุขบัญญัติแห่งชาติ หาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพในช่องปาก ฯลฯ) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) ครอบครัว สังคม เพื่อน ค่านิยม ความเชื่อ ปัญหาสุขภาพ สื่อ ฯลฯ ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การใช้ยา อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรม สุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)

ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน ทดสอบสมรรถภาพทางกาย การหลีกเลี่ยงสารเสพติด การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มีสุขนิสัยที่ดี รู้จักป้องกันตนเอง มีทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัวและการตัดสินใจ

ศึกษาการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด เกมนำไปสู่ กีฬา กิจกรรมแบบผลัด การใช้แรง การรับแรง ความสมดุล ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและ กิจกรรมทางกาย กรีฑา กีฬา และกิจกรรมนันทนาการ

โดยปฏิบัติการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน เมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด การเล่นเกมนำไปสู่กีฬา การเล่นเกมแบบผลัด การรับแรง การใช้แรง ความสมดุล ทักษะกลไก ที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมทางกาย กรีฑา กีฬา กิจกรรมนันทนาการ โดยใช้กระบวนการเรียน ตามหลักการของพลศึกษา เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลง เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา เคารพสิทธิของผู้อื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๕/๑ , พ.๒.๑ ป.๕/๒ , พ.๒.๑ ป.๕/๓ , พ.๓.๑ ป.๕/๑ ,
พ.๓.๑ ป.๕/๒ , พ.๓.๑ ป.๕/๓ , พ.๓.๑ ป.๕/๔ , พ.๓.๑ ป.๕/๖ ,
พ.๓.๒ ป.๕/๑ , พ.๓.๒ ป.๕/๓ , พ.๓.๒ ป.๕/๔ , พ.๔.๑ ป.๕/๔ , พ.
๔.๑ ป.๕/๒ , พ.๕.๑ ป.๕/๑ , พ.๕.๑ ป.๕/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๑๐ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๕/๒ , พ.๒.๑ ป.๕/๑ , พ.๓.๑ ป.๕/๕ , พ.๓.๒ ป.๕/๒
พ.๔.๑ ป.๕/๑ , พ.๔.๑ ป.๕/๓ , พ.๔.๑ ป.๕/๕ , พ.๕.๑ ป.๕/๓
พ.๕.๑ ป.๕/๔ , พ.๕.๑ ป.๕/๕

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๑๕๑๐๑
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา
 เวลารวม ๘๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	พ.๑.๑ ป.๕/๑	พ.๑.๑ ป.๕/๒	- การเจริญเติบโตและพัฒนาการ - ความสำคัญของระบบย่อย - อาหารและระบบขับถ่าย - วิถีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่าย	๑๐	๘
๒	คุณค่าของตนเองและครอบครัว	พ.๒.๑ ป.๕/๒ พ.๒.๑ ป.๕/๓	พ.๒.๑ ป.๕/๑	- การเปลี่ยนแปลงทางเพศ - การวางตัวที่เหมาะสมกับวัฒนธรรม - ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่น - พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์	๑๐	๘
๓	การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหว	พ.๓.๑ ป.๕/๑ พ.๓.๒ ป.๕/๒	พ.๓.๑ ป.๕/๕	- การเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน - การเคลื่อนไหวแบบควบคุมตนเอง - ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด	๑๐	๗
๔	ทักษะกลไก	พ.๓.๑	พ.๓.๑	- ทักษะกลไกที่ส่งผล	๔	๔

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
		ป.๕/๒ พ.๓.๑ ป.๕/๓ พ.๓.๑ ป.๕/๔	ป.๕/๕	ต่อการปฏิบัติ กิจกรรมทางกาย และการเล่นกีฬา		
๕	การเล่นกีฬาไทยและ สากล	พ.๓.๑ ป.๕/๔	พ.๓.๑ ป.๕/๕	- กีฬาตะกร้อ กีฬา ฟุตบอล วอลเลย์บอล และกรีฑา - การเล่นกีฬา ประเภทบุคคล และประเภททีม - การปฏิบัติเพื่อ ป้องกันอันตราย จากการเล่นกีฬา	๑๔	๑๖
๖	การออกกำลังกาย	พ.๓.๑ ป.๕/๔	พ.๓.๑ ป.๕/๕	- การเล่นเกม เบ็ดเตล็ด - การละเล่นพื้นบ้าน - การฝึกทักษะพื้น ตามชนิดกีฬา - การฝึกกายบริหาร	๑๐	๘
๗	การสร้างสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๕/๔	พ.๔.๑ ป.๕/๑	- ความสำคัญของ การปฏิบัติตนตาม สุขบัญญัติแห่งชาติ - ข้อมูลข่าวสาร - การตัดสินใจซื้อ อาหาร - การเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์	๖	๖
๘	การป้องกันโรค	พ.๔.๑ ป.๕/๔	พ.๔.๑ ป.๕/๑	- การป้องกันโรคที่ พบบ่อยในชีวิต ประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง	๔	๓

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
				- ฟันผุและโรค ปริทันต์		
๙	สมรรถภาพทางกาย	พ.๕.๑ ป.๕/๕	พ.๕.๑ ป.๕/๕	- การทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	๒	๓
๑๐	สารเสพติด	พ.๕.๑ ป.๕/๑ พ.๕.๑ ป.๕/๒	พ.๕.๑ ป.๕/๓ พ.๕.๑ ป.๕/๔ พ.๕.๑ ป.๕/๕	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ การใช้สารเสพติด ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ ปัญหาสุขภาพ - ผลกระทบต่อการใช้จ่าย - อารมณ์ สังคม สติปัญญา - การปฏิบัติตนเพื่อ ความปลอดภัยจาก การใช้จ่าย - การหลีกเลี่ยงสารเสพติด - อิทธิพลของสื่อที่มีต่อ พฤติกรรมสุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)	๘	๗
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๗๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๘๐	๑๐๐

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑. อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	• ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ
	๒. อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	• วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑. อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น	• ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น • ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็นและความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ
	๒. วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	• พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื่อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑.แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง	การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่องและการต่อตัวต่างๆ
	๒. จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่อง การรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่น เกม เล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น	การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหว ในการเล่นและกีฬา
	๓. เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคล และประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน เปตอง วាយน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง
	๔. ใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬา
	๕. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นฐานการศึกษาค้นคว้าหาความรู้เรื่องอื่นๆ	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นฐานการศึกษาค้นคว้าหาความรู้

มาตรฐาน พ ๓.๒ รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำ
อย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณ
ในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑. อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกาย และการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ
	๒. เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผนและสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	- การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน - การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๓. เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเองเป็นประจำ	- การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ - การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตนเอง
	๔. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา ตามชนิดกีฬาที่เล่นโดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	กฎหมายในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เล่น
	๕. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกันและนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา
	๖. เล่นเกมและกีฬาด้วยความสามัคคีและมีน้ำใจนักกีฬา	การสร้างสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่นเกมและกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑. แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไข ปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	• ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
	๒. วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการ ระบาดของ ของโรคและเสนอแนวทางการป้องกัน โรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	• โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน • ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค • การป้องกันการระบาดของโรค
	๓. แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความ รับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม	• พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม
	๔. สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทาง กาย เพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	• วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา
สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.๖	๑. วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกายจิตใจ และสังคม	• ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม
	๒. ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	• การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ
	๓. วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	• สาเหตุของการติดสารเสพติด • ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

คำอธิบายรายวิชา

พ ๑๖๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๘๐ ชั่วโมง

ศึกษา วิเคราะห์ ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน ระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ การดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ตลอดจนสมาชิกในครอบครัวและความรักความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอดส์ และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร การป้องกันและแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย พฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่องผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกายจิตใจ และสังคม สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด

ปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า ฝึกทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มีสุขนิสัยที่ดี รู้จักป้องกันตนเอง มีทักษะปฏิบัติ การทดสอบ การปรับตัว และการตัดสินใจ ความรับผิดชอบต่อสุขภาพของตนและส่วนรวม

ศึกษาการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัด แบบผสมผสาน การเคลื่อนไหวประกอบเพลง การรับแรง การใช้แรง ความสมดุล กีฬาไทย กีฬาสากล การเพิ่มพูนความสามารถของตนเองและผู้อื่น กิจกรรมนันทนาการ วิธีการรัก การป้องกัน ประโยชน์และหลักการออกกำลังกาย

โดยปฏิบัติตามการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัด แบบผสมผสาน การเคลื่อนไหวประกอบเพลง การรับแรง การใช้แรง ความสมดุล กีฬาไทย กีฬาสากล เพิ่มพูนความสามารถของตนเอง ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา นันทนาการ เน้นกระบวนการทางพลศึกษา

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลง ในการเล่นเกม กิจกรรมและกีฬา เห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา มีความสามัคคี เคารพสิทธิของผู้อื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๒ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๓ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๖/๑ , พ.๒.๑ ป.๖/๑ , พ.๓.๑ ป.๖/๑ , พ.๓.๑ ป.๖/๒ ,
พ.๓.๑ ป.๖/๔ , พ.๓.๒ ป.๖/๑ , พ.๓.๒ ป.๖/๒ , พ.๓.๒ ป.๖/๓ ,
พ.๓.๒ ป.๖/๔ , พ.๓.๒ ป.๖/๕ , พ.๔.๑ ป.๖/๑ , พ.๔.๑ ป.๖/๔ , พ.
๕.๑ ป.๖/๑,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๙ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ป.๖/๒ , พ.๒.๑ ป.๖/๒ , พ.๓.๑ ป.๖/๓ , พ.๓.๑ ป.๖/๕
พ.๓.๑ ป.๖/๖ , พ.๔.๑ ป.๖/๓ , พ.๔.๑ ป.๖/๒ , พ.๕.๑ ป.๖/๒
พ.๕.๑ ป.๖/๓

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๑๖๑๐๑
 ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

รายวิชาสู่ศึกษาและผลศึกษา
 เวลา รวม ๘๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและ พัฒนาการ	พ.๑.๑ ป.๖/๑	พ.๑.๑ ป.๖/๒	- การเจริญเติบโตและ พัฒนาการ - ความสำคัญของระบบ สืบพันธุ์ - ความสำคัญของระบบ ไหลเวียนโลหิต ระบบ หายใจ - วิธีดูแลรักษา ระบบ ต่างๆ	๑๒	๑๐
๒	ชีวิตและครอบครัว	พ.๒.๑ ป.๖/๑	พ.๒.๑ ป.๖/๒	- ความสำคัญของการ สร้างและ - รักษาสัมพันธภาพกับ ผู้อื่น - ปัจจัยที่ช่วยให้การ ทำงานกลุ่ม - ประสบความสำเร็จ - บทบาทหน้าที่ของ สมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็น และความแตกต่าง ระหว่างบุคคล	๑๐	๗
๓	พฤติกรรมเสี่ยงที่ นำไปสู่การมี เพศสัมพันธ์	พ.๒.๑ ป.๖/๑	พ.๒.๑ ป.๖/๒	- การติดเชื้อเอดส์ - การตั้งครรภ์ก่อนวัย	๖	๕
๔	ทักษะการเคลื่อนไหว	พ.๓.๑ ป.๖/๑ พ.๓.๑ ป.๖/๒ พ.๓.๑	พ.๓.๑ ป.๖/๓	- การเคลื่อนไหวอยู่กับที่ - การเคลื่อนไหวแบบ เคลื่อนที่ - การเคลื่อนไหวโดยใช้ อุปกรณ์ - การเคลื่อนไหวแบบ	๘	๘

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
		ป.๖/๔		การใช้แรงและการขับแรง		
๕	การเล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล	พ.๓.๑ ป.๖/๔ พ.๓.๒ ป.๖/๒	พ.๓.๑ ป.๖/๓	- การฝึกทักษะวอลเลย์บอล - การฝึกทักษะตะกร้อ - กีฬาประเภทคู่ประเภทลาน	๒๒	๑๔
๖	ทักษะกลไก	พ.๓.๑ ป.๖/๔	พ.๓.๑ ป.๖/๓	- ความสามารถในการเล่นกีฬา - การปฏิบัติกิจกรรมทางกาย - การสร้างเสริมสมรรถภาพ - การเล่นเกมกิจกรรมนันทนาการ	๔	๗
๗	การออกกำลังกาย	พ.๓.๒ ป.๖/๑ พ.๓.๒ ป.๖/๒ พ.๓.๒ ป.๖/๕	พ.๓.๒ ป.๖/๖	- บอกประโยชน์ของการออกกำลังกาย - การเคลื่อนไหว - การวางแผน - การมีน้ำใจเป็นนักกีฬา - การปฏิบัติตามกฎกติกา	๒	๓
๘	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ป.๖/๔	พ.๔.๑ ป.๖/๓	- การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	๒	๓
๙	สิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	พ.๔.๑ ป.๖/๑ พ.๔.๑ ป.๖/๒	พ.๔.๑ ป.๖/๓	- ความสำคัญและปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ - การป้องกันและการแก้ไขปัญหา - โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน - ผลกระทบที่เกิดจากการระบาดของโรค	๖	๗

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑๐	ภัยธรรมชาติ	พ.๕.๑ ป.๖/๑	พ.๕.๑ ป.๖/๒	- ลักษณะของภัยธรรมชาติ - ผลกระทบจากความรุนแรงต่อร่างกายจิตใจและสังคม - การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัย	๖	๗
๑๑	สารเสพติด	พ.๕.๑ ป.๖/๓	พ.๕.๑ ป.๖/๓	- สาเหตุของการติดสารเสพติด - การหลีกเลี่ยงสารเสพติด	๖	๖
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๗๘	๗๐
				สอบกลางปี	๑	๑๐
คะแนนปลายปี				สอบปลายปี	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๘๐	๑๐๐

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

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

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๑	๑. อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	• การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การป้องกันทางเพศ
	๒. แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	• ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

สาระที่ ๓ การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ ๓.๑ เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๑	๑. เพิ่มพูนความสามารถของตนเองตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐาน ที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
	๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน าสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วูตวู้
	๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๑	๑. อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี	ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี
	๒. ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนเองและผู้อื่น	- การออกกำลังกาย เช่น กายบริหาร แบบต่างๆ เต้นแอโรบิก โยคะ รำมวยจีน - การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีม - การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	๓. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น
	๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือก
	๕. ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	๖. วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๑	๑. เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	• หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย
	๒. วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	• ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน
	๓. ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	• เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย • วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	๔. การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	• วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๑	๑. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	• การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ
	๒. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	• ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด • อาการของผู้ติดสารเสพติด • การป้องกันการติดสารเสพติด
	๓. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	• ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรค และอุบัติเหตุ
	๔. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่างๆ	• ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๑๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วยกิต

ศึกษาความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น ดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน การพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย วิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม การป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัวการตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆให้กับตนเอง ครอบครัว

ศึกษาเพิ่มพูนความสามารถของตนเองตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนากิจกรรมการเล่นกีฬา กีฬาไทย กีฬาสากล กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ

โดยปฏิบัติการเพิ่มพูนความสามารถของตนเองตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐาน เพื่อพัฒนากิจกรรมการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ นำความรู้และหลักการที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน เน้นกระบวนการทางพลศึกษา ๕ ขั้นตอน

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬา การทำงานเป็นทีม การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๓ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๑/๑ , พ.๑.๑ ม.๑/๒ , พ.๑.๑ ม.๑/๓ , พ.๒.๑ ม.๑/๑ ,
พ.๓.๑ ม.๑/๑ , พ.๓.๒ ม.๑/๑ , พ.๓.๒ ม.๑/๒ , พ.๓.๒ ม.๑/๓ ,
พ.๓.๒ ม.๑/๔ , พ.๓.๒ ม.๑/๖ , พ.๔.๑ ม.๑/๑ , พ.๔.๑ ม.๑/๒ ,
พ.๔.๑ ม.๑/๔ , พ.๕.๑ ม.๑/๒ , พ.๕.๑ ม.๑/๓ ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๘ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๑/๔ , พ.๒.๑ ม.๑/๒ , พ.๓.๑ ม.๑/๒ , พ.๓.๑ ม.๑/๓
พ.๓.๒ ม.๑/๕ , พ.๔.๑ ม.๑/๓ , พ.๕.๑ ม.๑/๑ , พ.๕.๑ ม.๑/๔

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๑๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วยกิต

ศึกษาอาหารที่เหมาะสมกับวัย โภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ น้ำหนักเกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกาย ปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย อาการของผู้ติดเชื้อเสพติดและการป้องกันการติดเชื้อเสพติด การใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ การลด ละ เลิกสารเสพติดโดยใช้ทักษะต่างๆ

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัวการตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงร่างกาย อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆ ให้กับตนเอง ครอบครัว

ศึกษาเพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา กีฬาไทย กีฬาสากล กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ

โดยปฏิบัติการเพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐาน เพื่อพัฒนาทักษะการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบวิธีการรุกและป้องกันในการเล่นกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพทางกาย นำความรู้และหลักการที่ได้รับจากการเรียนไปใช้ในชีวิตประจำวัน เน้นกระบวนการทางพลศึกษา ๕ ขั้นตอน

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬา การทำงานเป็นทีม การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๓ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๑/๑ , พ.๑.๑ ม.๑/๒ , พ.๑.๑ ม.๑/๓ , พ.๒.๑ ม.๑/๑ ,
พ.๓.๑ ม.๑/๑ , พ.๓.๒ ม.๑/๑ , พ.๓.๒ ม.๑/๒ , พ.๓.๒ ม.๑/๓ ,
พ.๓.๒ ม.๑/๔ , พ.๓.๒ ม.๑/๖ , พ.๔.๑ ม.๑/๑ , พ.๔.๑ ม.๑/๒ ,
พ.๔.๑ ม.๑/๔ , พ.๕.๑ ม.๑/๒ , พ.๕.๑ ม.๑/๓ ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๘ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๑/๔ , พ.๒.๑ ม.๑/๒ , พ.๓.๑ ม.๑/๒ , พ.๓.๑ ม.๑/๓
พ.๓.๒ ม.๑/๕ , พ.๔.๑ ม.๑/๓ , พ.๕.๑ ม.๑/๑ , พ.๕.๑ ม.๑/๔

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๑

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	พ.๑.๑ ม.๑/๑ พ.๑.๑ ม.๑/๒ พ.๑.๑ ม.๑/๓	พ.๑.๑ ม.๑/๔	- การเจริญเติบโตของวัยรุ่น - ปัจจัยต่อการเจริญเติบโต - ระบบอวัยวะต่างๆในร่างกาย - วิธีดูแลรักษาระบบต่างๆ	๗	๑๓
๒	การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย	พ.๒.๑ ม.๑/๑	พ.๒.๑ ม.๑/๒	- ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ - การยอมรับทางสังคม - การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง - ทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตัว	๗	๑๓
๓	พฤติกรรมทางเพศ	พ.๒.๑ ม.๑/๑	พ.๒.๑ ม.๑/๒	- ค่านิยม - การเบี่ยงเบนทางเพศ - การล่วงละเมิดทางเพศ - พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อเพศ	๕	๙
๔	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑ ม.๑/๑ พ.๓.๒ ม.๑/๑ พ.๓.๒ ม.๑/๒	พ.๓.๑ ม.๑/๒ พ.๓.๑ ม.๑/๓	- การเคลื่อนไหว - ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ	๓	๗

หน่วย ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
๕	การออกกำลังกาย	พ.๓.๒ ม.๑/๑ พ.๓.๒ ม.๑/๒ พ.๓.๒ ม.๑/๓ พ.๓.๒ ม.๑/๖	พ.๓.๒ ม.๑/๕	- ความหมายและความสำคัญ - ประเภทการออกกำลังกาย - หลักการออกกำลังกาย - ขั้นตอนการออกกำลังกาย - การเลือกกิจกรรมในการออกกำลังกาย - โทษของการออกกำลังกาย	๓	๑๐
๖	การเล่นกีฬา	พ.๓.๒ ม.๑/๒	พ.๓.๒ ม.๑/๕	กีฬาเทเบิลเทนนิส - ประโยชน์ - ลักษณะการเล่น - ทักษะในการเล่น - กลวิธีในการเล่น - กฎ กติกาการเล่น - มารยาทในการเล่น	๑๓	๑๘
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ภาคเรียนที่ ๒

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	ปัญหาด้านสุขภาพ	พ.๔.๑ ม.๑/๑ พ.๔.๑ ม.๑/๒	พ.๔.๑ ม.๑/๓	- หลักการเลือกซื้ออาหารที่สมวัย - ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต - วิธีควบคุมน้ำหนักของตนเอง - วิธีป้องกันปัญหาสุขภาพ	๘	๑๐
๒	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ม.๑/๔	พ.๔.๑ ม.๑/๓	- เกณฑ์สมรรถภาพ - ทางกาย - การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย	๒	๗
๓	การปฐมพยาบาล	พ.๕.๑ ม.๑/๑	พ.๕.๑ ม.๑/๑	- การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้าย - ผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - วิธีการและปัจจัยต่างๆ	๓	๘
๔	การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	พ.๕.๑ ม.๑/๒ พ.๕.๑ ม.๑/๓	พ.๕.๑ ม.๑/๔	- ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด - อาการของผู้ติดสารเสพติด - การป้องกันการติดสารเสพติด - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การมั่วสุม - วิธีการหลีกเลี่ยงและสถานการณ์เสี่ยงต่างๆ	๖	๑๐
๕	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑	พ.๓.๑	- การเคลื่อนที่	๓	๑๐

		ม.๑/๑ พ.๓.๒ ม.๑/๑ พ.๓.๒ ม.๑/๒	ม.๑/๒ พ.๓.๑ ม.๑/๓	- ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ - การออกกำลังกาย		
๖	การเล่นกีฬา	พ.๓.๒ ม.๑/๒	พ.๓.๒ ม.๑/๕	ทักษะพื้นฐานแบดมินตัน - ทักษะการตีลูก - การเล่นลูกโพรแฮนด์ - การเล่นลูกแบ็คแฮนด์ - การเล่นเกมรับเกมรุก - การเล่นประเภทเดี่ยว - การเล่นประเภททีม - กติกาการแข่งขัน - การเป็นนักกีฬาที่ดี	๑๔	๑๖
๗	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ม.๑/๔	พ.๔.๑ ม.๑/๓	- ความหมายประโยชน์ - องค์ประกอบ สมรรถภาพ - การทดสอบสมรรถภาพ	๒	๙
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒
ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๒	๑. อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น
	๒. ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	- ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๒	๑. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติใน เรื่องเพศ	- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ
	๒. วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน
	๓. อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยง จากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	๔. อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม	- ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม - ปัญหาทางเพศ - แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๒	๑. นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่น กีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมา สรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก และทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจาก แหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่ เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
	๒. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากล ทั้งประเภท บุคคลและทีมได้อย่างละ ๑ ชนิด	การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่ เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตะกร้อลอด บ่วง ฟุตซอล วាយน้ำ เทควันโด
	๓. เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบ การเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมใน ชีวิตประจำวัน
	๔. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็น ระบบ	การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรม นันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
.๒	๑. อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่เกิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	- สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอจนเป็นวิถีชีวิต - การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเป็นประจำ - การออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	๒. เลือกเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจ พร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	- การออกกำลังกายและเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม - การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	๓. มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	วินัยในการฝึกและการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกาและข้อตกลง
	๔. วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	- รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม - ประโยชน์การเล่นและการทำงานเป็นทีม - หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีม
	๕. นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	- การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ - การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๒	๑. เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	• การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ
	๒. วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	• ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ
	๓. วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	• ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ
	๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	๕. อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	๖. เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด
	๗. พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	• เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย • การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๒	๑. ระบุวิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดยาเสพติด	• วิธีการ ปัจจัยและแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดยาเสพติด
	๒. อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	• การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ
	๓. ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	• ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๒๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑
กิต

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วย

ศึกษาการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น ผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ เจตคติในเรื่องเพศปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น การป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์ ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัวการตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงร่างกาย อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆให้กับตนเอง ครอบครัว
ศึกษานำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบ วิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬา เปรียบเทียบประสิทธิภาพของการเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ นำความรู้และหลักการที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน

โดยปฏิบัติทักษะกลไกที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบวิธีการรุก การป้องกัน การเคลื่อนไหวมีผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ เน้นกระบวนการของพลศึกษา ๕ ขั้นตอน

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬา การทำงานเป็นทีม การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคล เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬามีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๘ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๒/๑ , พ.๒.๑ ม.๒/๑ , พ.๒.๑ ม.๒/๒ , พ.๒.๑ ม.๒/๔ ,
พ.๓.๑ ม.๒/๑ , พ.๓.๑ ม.๒/๓ , พ.๓.๒ ม.๒/๑ , พ.๓.๒ ม.๒/๒ ,
พ.๓.๒ ม.๒/๓ , พ.๓.๒ ม.๒/๔ , พ.๓.๒ ม.๒/๕ , พ.๔.๑ ม.๒/๒ ,
พ.๔.๑ ม.๒/๓ , พ.๔.๑ ม.๒/๔ , พ.๔.๑ ม.๒/๕ , พ.๔.๑ ม.๒/๗ ,
พ.๕.๑ ม.๒/๑ , พ.๕.๑ ม.๒/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๗ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๒/๒ , พ.๒.๑ ม.๒/๓ , พ.๓.๑ ม.๒/๒ , พ.๓.๑ ม.๒/๔
พ.๔.๑ ม.๒/๑ , พ.๔.๑ ม.๒/๖ , พ.๕.๑ ม.๒/๓

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๒๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วยกิต

ศึกษาบริการทางสุขภาพ การใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต อาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหสุขภาพจิต วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด สมรรถภาพทางกาย แหล่งที่ช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ติดสารเสพติด พฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง การป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขัน

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ

เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงร่างกาย อารมณ์ และ พัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆให้กับตนเอง ครอบครัว

ศึกษานำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไก มาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทตามความสามารถของตนเองในการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบ วิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬา เปรียบเทียบประสิทธิภาพของการเคลื่อนไหว ที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ นำความรู้และหลักการที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน

โดยปฏิบัติทักษะกลไกที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง เล่นกีฬาไทย กีฬาสากล โดยมีรูปแบบวิธีการรุก การป้องกัน การเคลื่อนไหวมีผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสมรรถภาพ เน้นกระบวนการของพลศึกษา ๕ ขั้นตอน

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬา การทำงานเป็นทีม การยอมรับความสามารถ และความแตกต่างระหว่างบุคคลเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๕ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๘ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๒/๑ , พ.๒.๑ ม.๒/๑ , พ.๒.๑ ม.๒/๒ , พ.๒.๑ ม.๒/๔ ,
พ.๓.๑ ม.๒/๑ , พ.๓.๑ ม.๒/๓ , พ.๓.๒ ม.๒/๑ , พ.๓.๒ ม.๒/๒ ,
พ.๓.๒ ม.๒/๓ , พ.๓.๒ ม.๒/๔ , พ.๓.๒ ม.๒/๕ , พ.๔.๑ ม.๒/๒ ,
พ.๔.๑ ม.๒/๓ , พ.๔.๑ ม.๒/๔ , พ.๔.๑ ม.๒/๕ , พ.๔.๑ ม.๒/๗ ,
พ.๕.๑ ม.๒/๑ , พ.๕.๑ ม.๒/๒

ตัวชี้วัดปลายทาง ๗ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๒/๒ , พ.๒.๑ ม.๒/๓ , พ.๓.๑ ม.๒/๒ , พ.๓.๑ ม.๒/๔
พ.๔.๑ ม.๒/๑ , พ.๔.๑ ม.๒/๖ , พ.๕.๑ ม.๒/๓

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๑

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๑

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	พ.๑.๑ ม.๒/๑	พ.๑.๑ ม.๒/๒	- การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา - ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเจริญเติบโต - พัฒนาการด้านต่างๆ - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู	๙	๑๒
๒	เพศศึกษา	พ.๒.๑ ม.๒/๑ พ.๒.๑ ม.๒/๒ พ.๒.๑ ม.๒/๔	พ.๒.๑ ม.๒/๓	- อิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ - ครอบครัววัฒนธรรมเพื่อน สื่อ - การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน - ความเสมอภาคทางเพศ - การวางตัวต่อเพศตรงข้าม	๔	๘
๓	โรคติดต่อ	พ.๒.๑ ม.๒/๓ พ.๒.๑ ม.๒/๔	พ.๒.๑ ม.๒/๓	- โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	๓	๘
๔	การบริการทางสุขภาพ	พ.๔.๑ ม.๒/๑ พ.๔.๑ ม.๒/๒	พ.๔.๑ ม.๒/๑	- การเลือกใช้บริการโดยการวิเคราะห์การใช้เทคโนโลยี - ผลกระทบของเทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	๓	๗
๕	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑ ม.๒/๑ พ.๓.๑ ม.๒/๓	พ.๓.๑ ม.๒/๒	- การเคลื่อนไหว - ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ - การออกกำลังกาย	๓	๘

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๖	การออกกำลังกาย	พ.๓.๒ ม.๒/๑ พ.๓.๒ ม.๒/๒	พ.๓.๑ ม.๒/๒	- ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ - กีฬาเพื่อสุขภาพ	๓	๙
๗	การเล่นกีฬา	พ.๓.๑ ม.๒/๑ พ.๓.๑ ม.๒/๓ พ.๓.๒ ม.๒/๑ พ.๓.๒ ม.๒/๒ พ.๓.๒ ม.๒/๓ พ.๓.๒ ม.๒/๔ พ.๓.๒ ม.๒/๕	พ.๓.๑ ม.๒/๒ พ.๓.๑ ม.๒/๔	กรีฑา - ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกรีฑา - กรีฑาประเภทลู่ - กรีฑาประเภทลาน	๑๓	๑๘
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๒๑๐๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ภาคเรียนที่ ๒

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การสร้างเสริมสุขภาพ	พ.๔.๑ ม.๒/๓ พ.๔.๑ ม.๒/๔ พ.๔.๑ ม.๒/๕	พ.๔.๑ ม.๒/๑ พ.๔.๑ ม.๒/๖	- การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ - ความเจริญก้าวหน้า - ทางการแพทย์ที่มีผล ต่อสุขภาพ - ความสมดุลระหว่างสุขภาพ - กายและสุขภาพจิต - ลักษณะเบื้องต้นของผู้มีสุขภาพจิต - วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	๖	๑๐
๒	เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต	พ.๔.๑ ม.๒/๒ พ.๔.๑ ม.๒/๗	พ.๔.๑ ม.๒/๑	- การควบคุมน้ำหนัก - วิธีการทดสอบสมรรถภาพ - การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพ	๔	๘
๓	การปฐมพยาบาล	พ.๔.๑ ม.๒/๑ พ.๔.๑ ม.๒/๒	พ.๔.๑ ม.๒/๑	- วิธีปฐมพยาบาล - วิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย - อย่างปลอดภัย	๔	๘
๔	ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง	พ.๕.๑ ม.๒/๑ พ.๕.๑ ม.๒/๒	พ.๕.๑ ม.๒/๓	- ทักษะการคิดวิเคราะห์ - การปฏิเสธ การตัดสินใจ - การแก้ปัญหาที่อาจนำไปสู่อันตราย - การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์	๕	๙

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่างทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๕	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑ ม.๒/๑ พ.๓.๑ ม.๒/๓ พ.๓.๒ ม.๒/๑ พ.๓.๒ ม.๒/๒ พ.๓.๒ ม.๒/๕	พ.๓.๑ ม.๒/๒	- การเคลื่อนไหว - ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ - การออกกำลังกาย	๓	๗
๖	การเล่นกีฬา	พ.๓.๑ ม.๒/๑ พ.๓.๑ ม.๒/๓ พ.๓.๒ ม.๒/๑ พ.๓.๒ ม.๒/๒ พ.๓.๒ ม.๒/๓ พ.๓.๒ ม.๒/๔ พ.๓.๒ ม.๒/๕	พ.๓.๑ ม.๒/๒ พ.๓.๑ ม.๒/๔	- ทักษะพื้นฐาน วอลเลย์บอล - ทักษะการอันเดอร์ - ทักษะการตบลูก - ทักษะการเล่นทีม - กติกาการแข่งขัน	๑๔	๑๘
๗	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ม.๒/๒ พ.๔.๑ ม.๒/๗	พ.๔.๑ ม.๒/๑ พ.๔.๑ ม.๒/๖	- ความหมายประโยชน์ - องค์ประกอบของ สมรรถภาพ - การทดสอบสมรรถภาพ	๒	๑๐
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ ๑ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ ๑.๑ เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาแต่ละช่วงของชีวิต	- การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาในแต่ละวัย - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ
	๒. วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	๓. วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	- สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น - โทรทัศน์ - วิทยุ - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต

สาระที่ ๒ ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ ๒.๑ เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๓	๑. อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	- องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว
	๒. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์	- ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์
	๓. วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	- สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว - แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ ๑ ชนิด โดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่และลาน วอลเลย์บอล ฟุตบอล ดาบสองมือ เทนนิส ตะกร้อข้ามตาข่าย บาสเกตบอล
	๒. นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้ สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องเป็นระบบ	- การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว - กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
	๓. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย ๑ กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น

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

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา
	๒. ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ และนำแนวคิดหลักการจาก การเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนด้วยความภาคภูมิใจ	- การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม - การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกายและเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
	๓. ปฏิบัติตนตามกฎหมาย กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ตนในสังคม	- กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น - การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนในสังคม

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.๓	๔. จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตามสถานการณ์ของการเล่น	วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น
	๕. เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่น กีฬาเป็นประจำ	การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาเป็นประจำ

สาระที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ ๔.๑ เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัด และคุณค่าทางโภชนาการ	- การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ - วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึง ความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ
	๒. เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย	- โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย - โรคติดต่อ เช่น - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ - โรคไม่ติดต่อ เช่น - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง ฯลฯ
	๓. รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน	- ปัญหาสุขภาพในชุมชน - แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน
	๔. วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	การวางแผนและจัดเวลาในการ ออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	๕. ทดสอบสมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่างๆ และการพัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ ๕ ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ ๕.๑ ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา

สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. ๓	๑. วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	- ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ - แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ
	๒. หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	- ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง - วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	๓. วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	๔. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ
	๕. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๓๑๐๑ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วยกิต

ศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น สื่อโฆษณาที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น อนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และการปฏิบัติตนที่เหมาะสม ผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงร่างกาย อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆให้กับตนเอง ครอบครัว ศึกษาการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยให้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเอง นำหลักการความรู้ ทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย ไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง นำความรู้ด้านนั้นไปขยายผลกับผู้อื่น

โดยปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล นำทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพตนเอง ปฏิบัติการร่วมกิจกรรมด้านนันทนาการ เน้นกระบวนการทางพลศึกษา ๕ ขั้นตอน

เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ปฏิบัติกลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬา มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๔ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๓/๑ , พ.๑.๑ ม.๓/๒ , พ.๒.๑ ม.๓/๑ , พ.๓.๑ ม.๓/๒ ,
พ.๓.๒ ม.๓/๑ , พ.๓.๒ ม.๓/๒ , พ.๓.๒ ม.๓/๓ , พ.๓.๒ ม.๓/๔ ,
พ.๓.๒ ม.๓/๕ , พ.๔.๑ ม.๓/๑ , พ.๔.๑ ม.๓/๓ , พ.๔.๑ ม.๓/๔ ,
พ.๕.๑ ม.๓/๑ , พ.๕.๑ ม.๓/๓ , พ.๕.๑ ม.๓/๔ ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๙ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๓/๓ , พ.๒.๑ ม.๓/๒ , พ.๓.๑ ม.๓/๓ , พ.๓.๑ ม.๓/๑
พ.๓.๑ ม.๓/๓ , พ.๔.๑ ม.๓/๒ , พ.๔.๑ ม.๓/๕ , พ.๕.๑ ม.๓/๒
พ..๑ ม.๓/๕

คำอธิบายรายวิชา

พ ๒๓๑๐๒ สุขศึกษาและพลศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
เวลา ๔๐ ชั่วโมง จำนวน ๑ หน่วยกิต

ศึกษาอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและคุณค่าทางโภชนาการ แนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย แนวทาง แก้ไขปัญหา สุขภาพในชุมชน การออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางกายและพัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและ แนวทางป้องกัน การหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพ และความรุนแรง ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ การช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ อภิปราย อธิบาย การศึกษาค้นคว้า การทดสอบ การปรับตัว การตัดสินใจ เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจพัฒนาการของมนุษย์ การปรับตัวการเปลี่ยนแปลงร่างกาย อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ สามารถปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากโรคต่างๆให้กับตนเอง ครอบครัว ศึกษาการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล อย่างละ ๑ ชนิด โดยให้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเอง นำหลักการ ความรู้ ทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย ไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง นำความรู้ด้าน นันทนาการไปขยายผลกับผู้อื่น

โดยปฏิบัติทักษะการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล นำทักษะการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การ เล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพตนเอง ปฏิบัติการร่วมกิจกรรมนันทนาการ เน้นกระบวนการทางพลศึกษา ๕ ขั้นตอน เพื่อให้ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลง มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬา ปฏิบัติกลวิธีการ รุก การป้องกันในการเล่นกีฬา มีระเบียบวินัย มีน้ำใจนักกีฬา

รหัสตัวชี้วัด

รวมทั้งหมด ๒๔ ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑๕ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๓/๑ , พ.๑.๑ ม.๓/๒ , พ.๒.๑ ม.๓/๑ , พ.๓.๑ ม.๓/๒ ,
พ.๓.๒ ม.๓/๑ , พ.๓.๒ ม.๓/๒ , พ.๓.๒ ม.๓/๓ , พ.๓.๒ ม.๓/๔ ,
พ.๓.๒ ม.๓/๕ , พ.๔.๑ ม.๓/๑ , พ.๔.๑ ม.๓/๓ , พ.๔.๑ ม.๓/๔ ,
พ.๕.๑ ม.๓/๑ , พ.๕.๑ ม.๓/๓ , พ.๕.๑ ม.๓/๔ ,

ตัวชี้วัดปลายทาง ๙ ตัวชี้วัด

พ.๑.๑ ม.๓/๓ , พ.๒.๑ ม.๓/๒ , พ.๓.๑ ม.๓/๓ , พ.๓.๑ ม.๓/๑
พ.๓.๑ ม.๓/๓ , พ.๔.๑ ม.๓/๒ , พ.๔.๑ ม.๓/๕ , พ.๕.๑ ม.๓/๒
พ.๖.๑ ม.๓/๕

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๑

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๑

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วย ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๑	การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์	พ.๑.๑ ม.๓/๑ พ.๑.๑ ม.๓/๒	พ.๑.๑ ม.๓/๓	- การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายในแต่ละวัย วัยทารก วัยก่อนเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยทอง วัยสูงอายุ	๔	๘
๒	การเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	พ.๑.๑ ม.๓/๑ พ.๑.๑ ม.๓/๒	พ.๑.๑ ม.๓/๓	- อิทธิพลการเปลี่ยนแปลง - ความคาดหวัง - สังคม - สื่อ โฆษณา	๔	๘
๓	องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์	พ.๒.๑ ม.๓/๑	พ.๒.๑ ม.๓/๒	- อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว	๓	๕
๔	ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การตั้งครรภ์	พ.๒.๑ ม.๓/๑	พ.๒.๑ ม.๓/๒	- การตั้งครรภ์ แอลกอฮอล์ - สารเสพติด บุหรี่ สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อโรคที่เกิดจาก - ภาวะการตั้งครรภ์	๓	๖
๕	ปัญหาในครอบครัว	พ.๒.๑ ม.๓/๓	พ.๒.๑ ม.๓/๓	- ความขัดแย้งในครอบครัว - ปัญหาทางสังคม - ปัญหาทางเศรษฐกิจ - ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม - แนวทางป้องกันความขัดแย้งในครอบครัว	๕	๘
๖	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑ ม.๓/๒ พ.๓.๒ ม.๓/๑ พ.๓.๒ ม.๓/๒	พ.๓.๑ ม.๓/๑ พ.๓.๑ ม.๓/๓	- การเคลื่อนไหว - ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ - การออกกำลังกาย	๕	๑๒
				-		

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
		ตัวชี้วัด ระหว่าง ทาง	ตัวชี้วัด ปลายทาง			
๗	การเล่นกีฬา	พ . ๓ . ๑ ม.๓/๒ พ . ๓ . ๒ ม.๓/๑ พ . ๓ . ๒ ม.๓/๒ พ . ๓ . ๒ ม.๓/๓ พ . ๓ . ๒ ม.๓/๔ พ . ๓ . ๒ ม.๓/๕	พ.๓.๑ ม.๓/๑ พ.๓.๑ ม.๓/๓	ทักษะพื้นฐานบาสเกตบอล - การโยนลูก - การรับลูก - การวิ่งอ้อมหลัง - การเล่นเป็นทีม - กติกาการแข่งขัน - การเป็นนักกีฬาที่ดี	๑๔	๒๐
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐

โครงสร้างรายวิชา

รหัสวิชา พ ๒๓๑๐๒

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ภาคเรียนที่ ๒

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา

เวลา ๔๐ ชั่วโมง

หน่วยที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วนคะแนน
		ตัวชี้วัดระหว่างทาง	ตัวชี้วัดปลายทาง			
๑	โภชนาการ	พ.๔.๑ ม.๓/๑	พ.๔.๑ ม.๓/๒	- รายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่างๆ - ประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ	๓	๗
๒	โรคติดต่อ	พ.๔.๑ ม.๓/๒	พ.๔.๑ ม.๓/๒	- โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์โรคไข้วัดนก	๔	๗
๓	โรคไม่ติดต่อ	พ.๔.๑ ม.๓/๒ พ.๔.๑ ม.๓/๓	พ.๔.๑ ม.๓/๒	- โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน มะเร็ง - ปัญหาสุขภาพในชุมชน - แนวทางแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพในชุมชน	๔	๗
๔	วิธีป้องกันโรค	พ.๔.๑ ม.๓/๔ พ.๔.๑ ม.๓/๕	พ.๔.๑ ม.๓/๒	- การออกกำลังกาย - การพักผ่อน - การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย	๓	๖
๕	ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสถานการณ์	พ.๕.๑ ม.๓/๑ พ.๕.๑ ม.๓/๓ พ.๕.๑ ม.๓/๔	พ.๕.๑ ม.๓/๒ พ.๕.๑ ม.๓/๕	- ปัจจัยเสี่ยงและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสถานการณ์ - แนวทางป้องกันปัญหาการใช้ความรุนแรง - การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ - การใช้สารเสพติด - สื่อและอินเทอร์เน็ต - การเกิดอุบัติเหตุ - วิธีป้องกันสถานการณ์ต่างๆ	๕	๘

หน่วย ที่	ชื่อหน่วยการเรียนรู้	มาตรฐาน การ เรียนรู้/ ตัวชี้วัด		สาระสำคัญ	เวลา (ชั่วโมง)	สัดส่วน คะแนน
๖	ทักษะพื้นฐาน	พ.๓.๑ ม.๓/๒ พ.๓.๒ ม.๓/๑ พ.๓.๒ ม.๓/๒	พ.๓.๑ ม.๓/๑ พ.๓.๑ ม.๓/๓	- การเคลื่อนไหว - ทักษะกีฬาพื้นฐาน - กิจกรรมนันทนาการ - การออกกำลังกาย	๓	๗
๗	การเล่นกีฬา	พ.๓.๑ ม.๓/๒ พ.๓.๒ ม.๓/๑ พ.๓.๒ ม.๓/๒ พ.๓.๒ ม.๓/๓ พ.๓.๒ ม.๓/๔ พ.๓.๒ ม.๓/๕	พ.๓.๑ ม.๓/๑ พ.๓.๑ ม.๓/๓	ทักษะพื้นฐานกีฬาตะกร้อ ข้ามตาข่าย - การเตะข้างเท้าด้านใน - (ลูกแป) - การเตะหลังเท้า - การเล่นลูกเข้า - การโหม่ง - การเสิร์ฟลูก - กติกาการแข่งขัน - การเล่นเกม - การเป็นนักกีฬาที่ดี	๑๔	๒๐
๘	สมรรถภาพทางกาย	พ.๔.๑ ม.๓/๔	พ.๔.๑ ม.๓/๕	- ความหมายและประโยชน์ - องค์ประกอบของ สมรรถภาพ - การทดสอบสมรรถภาพ	๒	๘
คะแนนระหว่างเรียน				หน่วยการเรียนรู้	๓๘	๗๐
				สอบกลางภาค	๑	๑๐
คะแนนปลายภาค				สอบปลายภาค	๑	๒๐
				รวมทั้งหมด	๔๐	๑๐๐



กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้าน เพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม มีระเบียบวินัย ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้จัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่เสริมความรู้ ทักษะ (ทักษะวิชาการ ทักษะชีวิต/ทักษะที่ถ่ายโอนได้ และทักษะอาชีพ/ทักษะการทำงาน) และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เพื่อให้ผู้เรียนเป็นคนดี คนเก่ง มีความสุข และมีงานทำ โดยแบ่งออกเป็น ๓ ลักษณะ ดังนี้

๑.กิจกรรมแนะแนว

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน

โดยนักเรียนทุกคนต้องเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ๓๐ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา

แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว

๑. ศึกษาวิเคราะห์ สภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียน

๒. วิเคราะห์ สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะที่พึงประสงค์ วิสัยทัศน์ของโรงเรียน และวิเคราะห์ข้อมูลของผู้เรียนเป็นรายบุคคล

๓. กำหนดสัดส่วน ของกิจกรรมแนะแนวครอบคลุมด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัว สังคม โดยยึดสภาพปัญหา ความต้องการ ความใจ ตลอดจนธรรมชาติของผู้เรียนและเป้าหมายของโรงเรียน โดยครู ผู้ปกครอง และผู้เรียนมีส่วนร่วม

๔. กำหนดวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นระดับการศึกษาและชั้นปี ดังนี้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จัก เข้าใจ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
๒. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวางแผนการศึกษา อาชีพ รวมทั้งส่วนตัวและสังคม
๓. เพื่อให้ผู้เรียนปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

๕. ออกแบบการจัดกิจกรรมแนะแนว ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ พฤติกรรมผู้เรียน หลักฐานการทำกิจกรรม วิธีการจัดกิจกรรม วิธีการประเมินผล ภาคเรียน และจำนวนเวลาการจัดกิจกรรม

๖. จัดทำแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวรายชั่วโมง ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม เวลา วัตถุประสงค์สาระสำคัญ ชิ้นงาน/ภาระงาน วิธีการจัดกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

๗. จัดกิจกรรมแนะแนว ตามแผนการจัดกิจกรรมแนะแนวและประเมินผลการจัดกิจกรรม ใน ๒ ลักษณะ คือ

ลักษณะที่ ๑ การประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียน อาจประเมินจากครู นักเรียน และผู้ปกครอง โดย

- ครูผู้จัดกิจกรรม รับผิดชอบในการวางแผนการประเมิน ดำเนินการประเมิน นำผลการประเมินไปพัฒนาผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง และรายงานผลการดำเนินงานให้ผู้เกี่ยวข้องทราบ
- ผู้เรียน อาจมีส่วนร่วมในการวางแผนการประเมิน ประเมินตนเอง และเพื่อน

- **ผู้ปกครอง** อาจมีส่วนร่วมในการเสนอความคิดเห็นในการประเมิน ประเมินผลการพัฒนาผู้เรียน โดยประสานความร่วมมือกับครูผู้จัดกิจกรรม

ลักษณะที่ ๒ การประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียน ครูผู้จัดกิจกรรมตรวจสอบเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม และประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรม ด้วยวิธีการที่หลากหลาย ตัดสินผลการประเมินเป็น "ผ่าน" และ "ไม่ผ่าน" ดังนี้

"ผ่าน" หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรม และมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะตามเกณฑ์ที่กำหนด

"ไม่ผ่าน" หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามเกณฑ์ ไม่ผ่านการปฏิบัติกิจกรรมมี หรือมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

๘. ประเมินเพื่อตัดสินผล และสรุปรายงาน

๒. กิจกรรมนักเรียน

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ โดยเน้นเรื่องคุณธรรม จริยธรรม ความมีระเบียบวินัย การไม่เห็นแก่ตัว ความเป็นผู้นำ ผู้ตามที่ดี ความรับผิดชอบ การทำงานร่วมกัน การรู้จักแก้ปัญหา การตัดสินใจ ความมีเหตุผล การช่วยเหลือแบ่งปัน และความเอื้ออาทรสมานฉันท์

โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมนักเรียนให้สอดคล้องกับความสามารถและความสนใจของผู้เรียน เน้นให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติด้วยตนเองทุกขั้นตอน และเน้นการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับวุฒิภาวะของผู้เรียน ตลอดจนบริบทของสถานศึกษาและท้องถิ่น โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ (๑) เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีระเบียบวินัย ความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี และมีความรับผิดชอบ (๒) เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะการทำงานร่วมกัน รู้จักการแก้ปัญหา มีเหตุผล มีการตัดสินใจที่เหมาะสม ช่วยเหลือแบ่งปัน เอื้ออาทร และสมานฉันท์ (๓) ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้เรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ (๔) ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติกิจกรรมตามความถนัดและสนใจ ทั้งนี้ โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้แบ่งกิจกรรมนักเรียนออกเป็น ๒ ขอบข่ายประกอบด้วย

๒.๑ กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี

แนวการจัดกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี

โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ จัดกิจกรรมลูกเสือ-เนตรนารี สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมของลูกเสือแห่งชาติ ดังที่กำหนดในพระราชบัญญัติลูกเสือ พ.ศ. ๒๕๕๑ มาตรา ๘ คือ "การฝึกอบรมลูกเสือเพื่อพัฒนาทั้งทางกาย สติปัญญา จิตใจ และศีลธรรม ให้เป็นพลเมืองดี มีความรับผิดชอบ และช่วยสร้างสรรค์สังคมให้เกิดความสามัคคี และมีความเจริญก้าวหน้า ทั้งนี้เพื่อความสงบสุขและความมั่นคงของประเทศชาติ" ตามแนวทาง ดังต่อไปนี้

๑. ให้มีนิสัยในการสังเกต จดจำ เชื่อฟัง และพึ่งตนเอง
๒. ให้มีความซื่อสัตย์สุจริต มีระเบียบวินัย และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
๓. ให้รู้จักบำเพ็ญตนเพื่อสาธารณประโยชน์
๔. ให้รู้จักทำการฝีมือและฝึกฝนการทำกิจกรรมต่างๆ ตามความเหมาะสม
๕. ให้รู้จักรักษา และส่งเสริมจารีตประเพณี วัฒนธรรม และความมั่นคงของประเทศชาติ

ทั้งนี้ โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ยังได้จัดกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ตามวิธีการลูกเสือ (Scout Method) ซึ่งมี ๗ องค์ประกอบ คือ (๑) คำปฏิญาณและกฎ (๒) เรียนรู้จากการกระทำ (๓) ระบบหมู่ (๔) การใช้สัญลักษณ์ร่วมกัน (๕) การศึกษาธรรมชาติ (๖) ความก้าวหน้าในการเข้าร่วมกิจกรรม และ (๗) การสนับสนุนโดยผู้ใหญ่ ซึ่งมีเงื่อนไข ดังนี้

๑. เวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนทุกคนต้องเข้าร่วมกิจกรรม ๔๐ ชั่วโมงต่อปีการศึกษา

๒. การจัดกิจกรรม

๒.๑ การจัดกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้จัดให้มีการเปิดประชุมกองทุกครั้ง เพื่อเป็นการฝึกความมีระเบียบวินัยในตนเอง โดยปฏิบัติตามขั้นตอนพิธีเปิดประชุมกองของลูกเสือสำรอง (ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓) ลูกเสือสามัญ (ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖) และลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่ (ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓)

ส่วนการจัดกิจกรรมเพื่อรับเครื่องหมายวิชาพิเศษของลูกเสือ เนตรนารี แต่ละประเภท จะดำเนินการในเวลาเรียนปกติหรือนอกเวลาเรียนตามความเหมาะสม

๒.๒ กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม การเดินทางไกลและการอยู่ค่ายพักแรม มีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกให้ลูกเสือ เนตรนารี มีความอดทน อยู่ในระเบียบวินัย รู้จักช่วยเหลือตัวเอง รู้จักอยู่และทำงานร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนเรียนวิชาลูกเสือเพิ่มเติม โดยผู้บังคับบัญชาลูกเสือโรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ต้องนำลูกเสือ เนตรนารี ไปฝึกเดินทางไกลและอยู่ค่ายพักแรม ดังนี้

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ มีการทบทวนกิจกรรมตามหลักสูตรเป็นเวลา ๑ วัน

และไม่มีการประกอบอาหาร

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ มีการทบทวนกิจกรรมตามหลักสูตรเป็นเวลา ๑ วัน

และประกอบอาหาร ๑ มื้อ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ มีการทบทวนกิจกรรมตามหลักสูตรเป็นเวลา ๑ วัน

มีการประกอบอาหาร ๑ มื้อ และ อยู่ค่ายพักแรม ๒ วัน ๑ คืน

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ มีการทบทวนกิจกรรมตามหลักสูตรเป็นเวลา ๑ วัน

มีการประกอบอาหาร ๒ มื้อ และ อยู่ค่ายพักแรม ๒ วัน ๑ คืน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ มีการทบทวนกิจกรรมตามหลักสูตรเป็นเวลา ๑ วัน

มีการประกอบอาหาร ๒ มื้อ และ อยู่ค่ายพักแรม ๒ วัน ๑ คืน

๒.๓ กิจกรรมพิธีการ จัดกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี เช่น พิธีเข้าประจำกอง พิธีทบทวนคำปฏิญาณและสวนสนาม พิธีถวายราชสดุดี พิธีประดับเครื่องหมายต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้ลูกเสือมีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในการเป็นลูกเสือ

๒.๔ กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ส่งเสริมให้ลูกเสือ เนตรนารี ได้บำเพ็ญประโยชน์ตามอุดมการณ์ของลูกเสือ

๓. ผู้บังคับบัญชาลูกเสือ โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้ส่งเสริมให้ผู้บังคับบัญชาลูกเสือได้ผ่าน การฝึกอบรมวิชาผู้กำกับลูกเสือขั้นความรู้เบื้องต้นในแต่ละประเภท

๔. มีการจัดตั้งกลุ่มหรือกองลูกเสือ ตามข้อบังคับคณะลูกเสือแห่งชาติ

๕. การประเมินกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี เป็นกระบวนการทดสอบความสามารถและพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของผู้เรียนลูกเสือ เนตรนารี ทั้งด้านความรู้และพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมที่เน้นทักษะและการปฏิบัติต่าง ๆ ด้วยวิธีการประเมินที่หลากหลาย ประกอบกับการประเมินตามสภาพจริง ซึ่งโรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้แบ่งการประเมินออกเป็น ๒ ส่วน คือ

๕.๑ กิจกรรมบังคับ เป็นการประเมินผลตามหลักสูตร เพื่อให้ผู้เรียนผ่านเกณฑ์ตัดสินเลื่อนชั้น หรือจบหลักสูตรโดยการเข้าร่วมกิจกรรมและผ่านการประเมินตามเกณฑ์ที่กำหนด มีการประเมินผลตลอดภาคเรียน/ปี โดยวิธีการสังเกตการเข้าร่วมกิจกรรม การซักถาม การทดสอบภาคทฤษฎีและปฏิบัติ โดยกำหนดผลการประเมินเป็น "ผ่าน" และ "ไม่ผ่าน"

"ผ่าน" หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมครบตามเกณฑ์ปฏิบัติกิจกรรม และมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะตามเกณฑ์ที่กำหนด

"ไม่ผ่าน" หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามเกณฑ์ ไม่ผ่านการปฏิบัติกิจกรรม หรือมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

๕.๒ วิชาพิเศษ ให้ใช้วิธีการทดสอบทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติตามเกณฑ์ใน

ข้อบังคับคณะลูกเสือแห่งชาติ

๒.๒ กิจกรรมชมรม/ชุมนุม

แนวการจัดกิจกรรมชมรม/ชุมนุม

โรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้จัดกิจกรรมชมรมโดยมุ่งเน้นการเติมเต็มความรู้ความชำนาญและประสบการณ์ของผู้เรียนให้กว้างขวางยิ่งขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสนใจของตนเองอย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งมีหลักการในการจัดกิจกรรมชมรม ดังนี้

๑. เป็นกิจกรรมที่เกิดจากความสนใจของผู้เรียน โดยมีครูเป็นที่ปรึกษา
๒. เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนช่วยกันคิด ช่วยกันทำ และช่วยกันแก้ปัญหา
๓. เป็นกิจกรรมที่พัฒนาผู้เรียนตามสาระที่กำหนดนอกเหนือจากการเรียนการสอน
๔. เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพของผู้เรียน
๕. เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับสภาพของโรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ หรือท้องถิ่น

ทั้งนี้ นักเรียนโรงเรียนบ้านโคกมือบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ต้องเข้าร่วมกิจกรรม ๔๐ ชั่วโมง ต่อปี การศึกษา โดยผ่านการประเมินตามพฤติกรรมบ่งชี้ หรือตัวชี้วัดและเป้าหมายการจัดกิจกรรมตาม วัตถุประสงค์ ๕ ข้อ ดังนี้

วัตถุประสงค์	พฤติกรรมบ่งชี้	เป้าหมายการจัดกิจกรรม
๑. เพื่อพัฒนาความรู้ ความสามารถด้านการคิด วิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อให้เกิดทักษะ ประสบการณ์ ทั้งวิชาการและวิชาชีพตาม ศักยภาพ	● มีการจัดทำโครงการ/ผลงาน/ชิ้นงาน ● มีทักษะการคิด การตัดสินใจและการแก้ปัญหา ● มีทักษะการวางแผนและการจัดการ ● ประยุกต์เทคโนโลยีกับภูมิปัญญาไทย ● ใช้ภาษาและการสื่อสารได้ถูกต้อง	ผู้เรียนได้พัฒนาความรู้และทักษะจนเกิดเป็นโครงการ/ผลงาน/ชิ้นงาน ตาม ศักยภาพของแต่ละบุคคล

วัตถุประสงค์	พฤติกรรมบ่งชี้	เป้าหมายการจัดกิจกรรม
๒. เสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์	● รักวัฒนธรรมไทย ใช้ของไทย ● มีกิริยามารยาทที่ดี ● แต่งกายถูกระเบียบ ● มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ● มีความซื่อสัตย์สุจริต ● มีสัมมาคารวะ อ่อนน้อม ถ่อมตน ● มีน้ำใจต่อครู เพื่อน และผู้อื่น ● รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย ● ตรงต่อเวลา ● รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย มีน้ำใจนักกีฬา ● เข้าแถว เข้าคิว ขึ้นลงอาคารอย่างมีระเบียบ ● รักษาความสะอาดบริเวณโรงเรียน ● เปิดปิดไฟตามความจำเป็น ● เข้าชั้นเรียนตามเวลา	ผู้เรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นได้
๓. ส่งเสริมให้มีสุขภาพและบุคลิกภาพทางด้านร่างกายและจิตใจที่ดี	● มีน้ำหนัก ส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน ● ร่าเริง แจ่มใส มีความมั่นคงทางอารมณ์ ● อดทน อดกลั้น ต่อสิ่งยั่วยุ	ผู้เรียนเป็นผู้มีสุขภาพกาย และ สุขภาพจิตดี และดำรงชีวิตอย่างมีความสุข
๔. ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ชุมชน สังคม และประเทศชาติ	● บำเพ็ญประโยชน์ต่อส่วนรวม ● ใช้เวลาที่มีให้เกิดประโยชน์	ผู้เรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม
๕. มีมนุษยสัมพันธ์ในการทำงานร่วมกับผู้อื่นในระบอบประชาธิปไตย	● มีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ● สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ● เคารพในกฎ กติกา ของกลุ่มและสังคม ● รับฟังและเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น	ผู้เรียนสามารถทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

๓. กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์

เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ชุมชน และท้องถิ่นตามความสนใจในลักษณะอาสาสมัคร เพื่อแสดงถึงความรับผิดชอบ ความดีงาม ความเสียสละต่อสังคม มีจิตสาธารณะ เช่น กิจกรรมอาสาพัฒนาต่าง ๆ กิจกรรมสร้างสรรค์สังคม

แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์

โรงเรียนบ้านโคกมีอบา มิตรภาพที่ ๒๒๓ ได้จัดกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ให้แก่ผู้เรียน โดยให้สามารถเลือกทำกิจกรรมหรือเข้าร่วมกิจกรรม ได้ดังนี้

๑. จัดกิจกรรมภายในโรงเรียน (กิจกรรมในวิถีชีวิตโรงเรียนเพื่อปลูกฝังจิตอาสา) เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนและครูที่ปรึกษากิจกรรมร่วมกันวางแผนปฏิบัติกิจกรรมจิตอาสาในวิถีชีวิตของชั้นเรียนและโรงเรียน จนเกิดเป็นนิสัยในการสมัครใจทำงานต่างๆ เพื่อประโยชน์ของส่วนรวม ซึ่งงานเหล่านี้จะขยายจากใกล้ตัวไปสู่สังคมที่อยู่ภายนอกได้ เช่น การทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน และห้องน้ำตามเวรประจำวัน การรดน้ำต้นไม้ การบำเพ็ญประโยชน์ในกิจกรรมลูกเสือ ฯลฯ

๒. จัดกิจกรรมภายนอกโรงเรียน (กิจกรรมอาสาสมัครเพื่อสังคม) เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้รับการสนับสนุนตามแผนการจัดกิจกรรมโดยให้ทำกิจกรรมด้วยความสมัครใจที่เป็นประโยชน์แก่ชุมชนและสังคมโดยรวม เช่น การพัฒนาความสะอาดในมัสยิด ถนนสาธารณะหน้าโรงเรียน การปลูกต้นไม้ในที่สาธารณะ บริเวณข้างถนนสาธารณะในหมู่บ้าน ฯลฯ

นอกจากนั้น การจัดกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์สามารถจัดได้หลากหลายแนวทาง ดังนี้

๑. จัดกิจกรรมในลักษณะบูรณาการใน ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ โดยผู้เรียนสามารถจัดกิจกรรมตามองค์ความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้ของแต่ละกลุ่มสาระการเรียนรู้ตามความเหมาะสม

๒. จัดกิจกรรมลักษณะโครงการ/โครงการ/กิจกรรม หมายถึง กิจกรรมที่ผู้เรียนนำเสนอการจัดกิจกรรมต่อโรงเรียนเพื่อขอความเห็นชอบในการจัดทำโครงการ หรือ โครงการ หรือกิจกรรม ซึ่งมีระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดที่ชัดเจน

๓. จัดกิจกรรมร่วมกับองค์กรอื่น หมายถึง กิจกรรมที่ผู้เรียนอาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมกับหน่วยงานหรือองค์กรอื่นๆ ที่จัดกิจกรรมในลักษณะเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์โดยผู้เรียนสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมได้ ดังนี้

(๑) ร่วมกับหน่วยงานอื่นที่เข้ามาจัดกิจกรรมในโรงเรียน

(๒) ร่วมกับหน่วยงานอื่นที่จัดกิจกรรมนอกโรงเรียน



ส่วนที่ ๔

เกณฑ์การจบหลักสูตร

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนต้องอยู่บนหลักการพื้นฐานสองประการคือการประเมินเพื่อพัฒนาผู้เรียนและเพื่อตัดสินผลการเรียน ในการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนให้ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้เรียนจะต้องได้รับการพัฒนาและประเมินตามมาตรฐานและตัวชี้วัดเพื่อให้บรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้ สะท้อนสมรรถนะสำคัญ และคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนซึ่งเป็นเป้าหมายหลักในการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ในทุกระดับไม่ว่าจะเป็นระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษาและระดับชาติ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้เป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงพัฒนาความก้าวหน้า และความสำเร็จทางการเรียนของผู้เรียน ตลอดจนข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาและเรียนรู้อย่างเต็มตามศักยภาพ

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น ๔ ระดับ ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ระดับสถานศึกษา ระดับเขตพื้นที่การศึกษา และระดับชาติ มีรายละเอียด ดังนี้

๑. การประเมินระดับชั้นเรียน เป็นการวัดและประเมินผลที่อยู่ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ ผู้สอนดำเนินการเป็นปกติและสม่ำเสมอ ในการจัดการเรียนการสอน ใช้เทคนิคการประเมินอย่างหลากหลาย เช่น การซักถาม การสังเกต การตรวจการบ้าน การประเมินโครงงาน การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน แฟ้มสะสมงาน การใช้แบบทดสอบ ฯลฯ โดยผู้สอนเป็นผู้ประเมินเองหรือเปิดโอกาสให้ผู้เรียนประเมินตนเอง เพื่อนประเมินเพื่อน ผู้ปกครองร่วมประเมิน ในกรณีที่ไม่ผ่านตัวชี้วัด ให้มีการสอนซ่อมเสริม

การประเมินระดับชั้นเรียนเป็นการตรวจสอบว่า ผู้เรียนมีพัฒนาการความก้าวหน้าในการเรียนรู้ อันเป็นผลมาจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้หรือไม่ และมากน้อยเพียงใด มีสิ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนาปรับปรุงและส่งเสริมในด้านใด นอกจากนี้ยังเป็นข้อมูลให้ผู้สอนใช้ปรับปรุงการเรียนการสอนของตนด้วย ทั้งนี้โดยสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด

๒. การประเมินระดับสถานศึกษา เป็นการประเมินที่สถานศึกษาดำเนินการเพื่อตัดสินผลการเรียนของผู้เรียนเป็นรายปี/รายภาค ผลการประเมินการอ่าน คณิตวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน นอกจากนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการศึกษาของสถานศึกษาว่าส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนตามเป้าหมายหรือไม่ ผู้เรียนมีจุดพัฒนาในด้านใด รวมทั้งสามารถนำผลการเรียนของผู้เรียนในสถานศึกษาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ระดับชาติ ผลการประเมินระดับสถานศึกษาจะเป็นข้อมูลและสารสนเทศเพื่อการปรับปรุงนโยบาย หลักสูตร โครงการ หรือวิธีการจัดการเรียนรู้ ตลอดจนเพื่อการจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา ตามแนวทางการประกันคุณภาพการศึกษาและการรายงานผลการจัดการศึกษา ต่อคณะกรรมการสถานศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้ปกครอง และชุมชน

๓. การประเมินระดับเขตพื้นที่การศึกษา เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับเขตพื้นที่การศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของเขตพื้นที่การศึกษาตามภาวะความรับผิดชอบ สามารถดำเนินการโดยประเมินคุณภาพผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนด้วยข้อสอบมาตรฐานที่จัดทำและดำเนินการโดยเขตพื้นที่การศึกษา หรือด้วยความร่วมมือกับหน่วยงานต้นสังกัดในการดำเนินการจัดสอบ นอกจากนี้ยังได้จากการตรวจสอบทบทวนข้อมูลจากการประเมินระดับสถานศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษา

๔. การประเมินระดับชาติ เป็นการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับชาติตามมาตรฐานการเรียนรู้ และตัวชี้วัดตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานสถานศึกษาจัดให้ผู้เรียนทุกคนที่เรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ เข้ารับการประเมิน ผลจากการประเมินใช้เป็นข้อมูลในการเทียบเคียงคุณภาพการศึกษาในระดับต่างๆ เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนยกระดับคุณภาพการจัดการศึกษา ตลอดจนเป็นข้อมูลสนับสนุนการตัดสินใจในระดับนโยบายของประเทศ

ข้อมูลการประเมินในระดับต่าง ๆ ข้างต้น เป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาในการตรวจสอบทบทวน พัฒนาคุณภาพผู้เรียน ถือเป็นภาระความรับผิดชอบของสถานศึกษาที่จะต้องจัดระบบดูแลช่วยเหลือ ปรับปรุงแก้ไข ส่งเสริมสนับสนุนเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาเต็มตามศักยภาพบนพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคลที่จำแนกตามสภาพปัญหาและความต้องการ ได้แก่ กลุ่มผู้เรียนทั่วไป กลุ่มผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ กลุ่มผู้เรียนที่มีปัญหาด้านวินัยและพฤติกรรม กลุ่มผู้เรียนที่ปฏิเสธโรงเรียน กลุ่มผู้เรียนที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคม กลุ่มพิการทางร่างกายและสติปัญญา เป็นต้น ข้อมูลจากการประเมินจึงเป็นหัวใจของสถานศึกษาในการดำเนินการช่วยเหลือผู้เรียนได้ทันทั่วถึง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาและประสบความสำเร็จในการเรียน

สถานศึกษาในฐานะผู้รับผิดชอบจัดการศึกษา จะต้องจัดทำระเบียบว่าด้วยการวัดและประเมินผล การเรียนของสถานศึกษาให้สอดคล้องและเป็นไปตามหลักเกณฑ์และแนวปฏิบัติที่เป็นข้อกำหนดของ หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อให้บุคลากรที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายถือปฏิบัติร่วมกัน

๑. ระดับประถมศึกษา

๑.๑ การตัดสินผลการเรียน

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดหลักเกณฑ์การวัด และประเมินผลการเรียนรู้ เพื่อตัดสินผลการเรียนของผู้เรียน ดังนี้

- ๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด
- ๒) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัดและผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- ๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา
- ๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดใน

การอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

เพื่อให้การจัดการเรียนรู้บังเกิดผล ผู้เรียนต้องได้รับการพัฒนาอย่างเพียงพอในความรู้ทักษะ คุณลักษณะที่กำหนดในตัวชี้วัด โดยมีเวลาเรียนที่เพียงพอต่อการพัฒนาด้วย โดยปกติในระดับประถมศึกษา ผู้สอนจะมีเวลาอยู่กับผู้เรียนตลอดปีการศึกษา ประมาณ ๒๐๐ วัน สถานศึกษาจึงควรบริหารจัดการ เวลาที่ได้รับนี้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน และตระหนักว่าเวลาเรียนเป็น ทรัพยากรที่ใช้หมดไปในแต่ละวัน มากกว่าเป็นเพียงองค์ประกอบหนึ่งของการบริหารหลักสูตร

การกำหนดให้ผู้เรียนมีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนตลอดปีการศึกษา จึงเป็นการ มุ่งหวัง ให้ผู้สอนมีเวลาในการพัฒนาผู้เรียน และเติมเต็มศักยภาพของผู้เรียน และเพื่อให้การจัดการเรียนรู้มี ประสิทธิภาพ ผู้สอนต้องตรวจสอบความรู้ความสามารถที่แสดงพัฒนาการของผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง อีกทั้งต้องสร้างให้ผู้เรียนรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนด้วยการตรวจสอบความก้าวหน้า ในการเรียนของตนเอง อย่างสม่ำเสมอเช่นกัน

ตัวชี้วัดซึ่งมีความสำคัญในการนำมาใช้ออกแบบหน่วยการเรียนรู้ยังเป็นแนวทางสำหรับผู้สอน และผู้เรียนใช้ในการตรวจสอบย้อนกลับว่าผู้เรียนเกิดการเรียนรู้หรือยัง การประเมินในชั้นเรียนซึ่งต้องอาศัย ทั้งการประเมินเพื่อการพัฒนาและการประเมิน เพื่อสรุปการเรียนรู้จะเป็นเครื่องมือสำคัญในการตรวจสอบ ความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของผู้เรียน สถานศึกษา โดยผู้สอนกำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ในการผ่านตัวชี้วัด

ทุกตัวให้เหมาะสมกับบริบทของสถานศึกษา กล่าวคือ ให้ท้าทายการเรียนรู้ไม่ยากหรือง่ายเกินไป เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินว่าสิ่งที่ผู้เรียนรู้ เข้าใจ ทำได้นั้น เป็นที่น่าพอใจ บรรลุตามเกณฑ์ที่ยอมรับได้ หากยังไม่บรรลุจะต้องหาวิธีการช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาสูงสุด การกำหนดเกณฑ์นี้ผู้สอนสามารถให้ผู้เรียนร่วมกำหนดด้วยได้ เพื่อให้เกิดความรับผิดชอบร่วมกันและสร้างแรงจูงใจในการเรียน การประเมินเพื่อการพัฒนา ส่วนมากเป็นการประเมินอย่างไม่เป็นทางการ เช่น สังเกต หรือซักถาม หรือการทดสอบย่อยในการประเมินเพื่อการพัฒนา ควรให้ผู้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาจนผ่านเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ผู้เรียนแต่ละคนอาจใช้เวลาเรียนและวิธีการเรียนที่แตกต่างกัน ฉะนั้น ผู้สอนควรนำข้อมูลที่ได้นำมาใช้ปรับวิธีการสอนเพื่อให้ผู้เรียนรู้ได้รับการพัฒนาเต็มศักยภาพ อันจะนำไปสู่การบรรลุมาตรฐานการเรียนรู้ในท้ายที่สุดอย่างมีประสิทธิภาพ การประเมินเพื่อการพัฒนา จึงไม่จำเป็นต้องตัดสินให้คะแนนเสมอไป การตัดสินให้คะแนนหรือให้เป็นระดับคุณภาพควรดำเนินการโดยใช้การประเมินสรุปผลรวมเมื่อจบหน่วยการเรียนรู้และจบรายวิชา

การตัดสินผลการเรียน ตัดสินเป็นรายวิชา โดยใช้ผลการประเมินระหว่างปีและปลายปี ตามสัดส่วนที่สถานศึกษากำหนด ทุกรายวิชาต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนตามแนวทางการให้ระดับผลการเรียนตามที่สถานศึกษากำหนด และผู้เรียนต้องผ่านทุกรายวิชาพื้นฐาน

เกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียน

ระดับประถมศึกษา

(๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด (เวลาเรียนทั้งหมด ระดับ ป.๑-ป.๓ ๒๐๐ ชั่วโมง/ปี เวลาเรียนทั้งหมดระดับ ป.๔-ป.๖ ๑๖๐ ชั่วโมง/ปี ระดับ ม.๑-ม.๓ เวลาเรียนทั้งหมด ๑๒๐ ชั่วโมง/ปี)

(๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของจำนวนตัวชี้วัดปลายทางของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

(๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาไม่น้อยกว่าระดับ “ ๑ ” จึงจะถือว่าผ่านเกณฑ์

(๔) นักเรียนต้องได้รับการประเมิน และมีผลการประเมิน การอ่าน คิดวิเคราะห์และเขียนตามรูปแบบของแต่ละชั้นเรียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในระดับ “ ผ่าน ” ขึ้นไป

(๕) นักเรียนผ่านเกณฑ์การประเมินให้ระดับผลการเรียน ๘ ระดับคือ

๑.๒ การให้ระดับผลการเรียน

การตัดสินเพื่อให้ระดับผลการเรียนรายวิชา สถานศึกษาสามารถให้ระดับผลการเรียน หรือระดับคุณภาพการปฏิบัติของผู้เรียนเป็นระบบตัวเลข ระบบตัวอักษร ระบบร้อยละ และระบบที่ใช้คำสำคัญ สะท้อนมาตรฐานการตัดสินผลการเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานใช้ระบบผ่านและไม่ผ่าน โดยกำหนดเกณฑ์การตัดสินผ่านแต่ละรายวิชาที่ร้อยละ ๕๐ จากนั้นจึงให้ระดับผลการเรียนที่ผ่านเป็นระบบต่าง ๆ ตามที่สถานศึกษากำหนด ได้แก่ ระบบตัวเลข ระบบตัวอักษร ระบบร้อยละ ระบบที่ใช้คำสำคัญสะท้อนมาตรฐาน ตารางข้างใต้แสดงการให้ระดับผลการเรียนด้วยระบบต่าง ๆ และการเทียบกันได้ระหว่างระบบกรณีที่สถานศึกษาให้ระดับผลการเรียนด้วยระบบต่าง ๆ สามารถเทียบกันได้ ดังนี้

ระบบตัวเลข	ระบบตัวอักษร	ระบบร้อยละ	ระบบที่ใช้คำสำคัญสะท้อนมาตรฐาน		
			๕ ระดับ	๔ ระดับ	๒ ระดับ
๔	A	๘๐-๑๐๐	ดีเยี่ยม	ดีเยี่ยม	ผ่าน
๓.๕	B+	๗๕-๗๙	ดี	ดี	
๓	B	๗๐-๗๔			
๒.๕	C+	๖๕-๖๙	พอใช้	ผ่าน	
๒	C	๖๐-๖๔			
๑.๕	D+	๕๕-๕๙			
๑	D	๕๐-๕๔	ผ่าน		
๐	F	๐-๔๙	ไม่ผ่าน	ไม่ผ่าน	ไม่ผ่าน

การประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน และคุณลักษณะอันพึงประสงค์นั้น ให้ผลการประเมินเป็นผ่านและไม่ผ่าน กรณีที่ผ่านให้ระดับผลการประเมินเป็นระดับดีเยี่ยม ระดับดี และผ่าน

๑) ในการสรุปผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน เพื่อการเลื่อนชั้น และจบการศึกษา กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็น ๔ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

ดีเยี่ยม หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพดีเลิศอยู่เสมอ

ดี หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ

ผ่าน หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ แต่ยังมีข้อบกพร่องบางประการ

ไม่ผ่าน หมายถึง ไม่มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน หรือถ้ามีผลงาน ผลงานนั้นยังมีข้อบกพร่องที่ต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไขหลายประการ

๒) ในการสรุปผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์รวมทุกคุณลักษณะเพื่อการเลื่อนชั้น และจบการศึกษา กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็น ๔ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

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

ดี หมายถึง ผู้เรียนมีคุณลักษณะในการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เพื่อให้เป็นการยอมรับของสังคม โดยพิจารณาจาก

๑. ได้ผลการประเมินระดับดีเยี่ยม จำนวน ๑ - ๔ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี หรือ

๒. ได้ผลการประเมินระดับดีทั้ง ๘ คุณลักษณะ หรือ

๓. ได้ผลการประเมินตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป จำนวน ๕ - ๗ คุณลักษณะ และมีบางคุณลักษณะได้ผลการประเมินระดับผ่าน

ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนดโดยพิจารณาจาก

๑. ได้ผลการประเมินระดับผ่านทั้ง ๘ คุณลักษณะ หรือ
๒. ได้ผลการประเมินตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป จำนวน ๑ - ๔ คุณลักษณะ และคุณลักษณะที่เหลือได้ผลการประเมินระดับผ่าน

ไม่ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติได้ไม่ครบตามเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนด โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับไม่ผ่าน ตั้งแต่ ๑ คุณลักษณะ

การประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จะต้องพิจารณาทั้งเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม การปฏิบัติกิจกรรม และผลงานของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด และให้ผลการประเมินเป็นผ่านและไม่ผ่าน กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มี ๓ ลักษณะ คือ

- ๑) กิจกรรมแนะแนว
 - ๒) กิจกรรมนักเรียน ซึ่งประกอบด้วย
 - (๑) กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาด และผู้บำเพ็ญประโยชน์ โดยผู้เรียนเลือก อย่างใดอย่างหนึ่ง ๑ กิจกรรม
 - (๒) กิจกรรมชุมนุมหรือชมรมอีก ๑ กิจกรรม
 - ๓) กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์
- ให้ใช้ตัวอักษรแสดงผลการประเมิน ดังนี้

“ผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

“มผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

ในกรณีที่ผู้เรียนได้ผลของกิจกรรมเป็น**“มผ”** สถานศึกษาต้องจัดซ่อมเสริมให้ผู้เรียนทำกิจกรรม ในส่วนที่ผู้เรียนไม่ได้เข้าร่วมหรือไม่ได้ทำจนครบถ้วน แล้วจึงเปลี่ยนผลจาก **“มผ”** เป็น **“ผ”** ได้

ทั้งนี้ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา

๑.๓ การเลื่อนชั้น

เมื่อสิ้นปีการศึกษา ผู้เรียนจะได้รับการเลื่อนชั้น เมื่อมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- ๑) ผู้เรียนมีเวลาเรียนตลอดปีการศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด
- ๒) ผู้เรียนมีผลการประเมินผ่านทุกรายวิชาพื้นฐาน
- ๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

ทั้งนี้ ถ้าผู้เรียนมีข้อบกพร่องเพียงเล็กน้อย และสถานศึกษาพิจารณาเห็นว่าสามารถพัฒนาและสอนซ่อมเสริมได้ ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะผ่อนผันให้เลื่อนชั้นได้ อนึ่ง ในกรณีที่ผู้เรียนมีหลักฐานการเรียนรู้ที่แสดงว่ามีความสามารถดีเลิศ สถานศึกษาอาจให้โอกาสผู้เรียนเลื่อนชั้นกลางปีการศึกษา โดยสถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการ ประกอบด้วย ฝ่ายวิชาการของสถานศึกษาและผู้แทนของเขตพื้นที่การศึกษาหรือต้นสังกัด ประเมินผู้เรียนและตรวจสอบคุณสมบัติให้ครบถ้วนตามเงื่อนไขทั้ง ๓ ประการ ต่อไปนี้

๑) มีผลการเรียนในปีการศึกษาที่ผ่านมาและมีผลการเรียนระหว่างปีที่กำลังศึกษาอยู่ในเกณฑ์ดีเยี่ยม

๒) มีวุฒิภาวะเหมาะสมที่จะเรียนในชั้นที่สูงขึ้น

๓) ผ่านการประเมินผลความรู้ความสามารถทุกรายวิชาของชั้นปีที่เรียนปัจจุบัน และความรู้ความสามารถทุกรายวิชาในภาคเรียนแรกของชั้นปีที่จะเลื่อนชั้น การอนุมัติให้เลื่อนชั้นกลางปีการศึกษาไปเรียนชั้นสูงขึ้นได้ ๑ ระดับชั้นนี้ ต้องได้รับการยินยอมจากผู้เรียนและผู้ปกครอง และต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นก่อนเปิดภาคเรียนที่ ๒ ของปีการศึกษานั้น

สำหรับในกรณีที่พบว่าผู้เรียนกลุ่มพิเศษประเภทต่าง ๆ มีปัญหาในการเรียนรู้ให้สถานศึกษาดำเนินงานร่วมกับสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา/ศูนย์การศึกษาพิเศษจังหวัด/ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตพื้นที่การศึกษา/หน่วยงานต้นสังกัด โรงเรียนเฉพาะความพิการ หาแนวทางการแก้ไขและพัฒนา

๑.๔ การเรียนซ้ำชั้น

ผู้เรียนที่ไม่ผ่านรายวิชาจำนวนมากและมีแนวโน้มว่าจะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้น สถานศึกษาอาจตั้งคณะกรรมการพิจารณาให้เรียนซ้ำชั้นได้ ทั้งนี้ ให้คำนึงถึงวุฒิภาวะและความรู้ความสามารถของผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้เรียนที่ไม่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้น สถานศึกษาควรให้เรียนซ้ำชั้น ทั้งนี้สถานศึกษาอาจใช้ดุลยพินิจให้เลื่อนชั้นได้ หากพิจารณาว่าผู้เรียนมีคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่งดังต่อไปนี้

๑) มีเวลาเรียนไม่ถึงร้อยละ ๘๐ อันเนื่องจากสาเหตุจำเป็นหรือเหตุสุดวิสัย แต่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้นในข้ออื่น ๆ ครบถ้วน

๒) ผู้เรียนมีผลการประเมินผ่านมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดไม่ถึงเกณฑ์ตามที่สถานศึกษากำหนดในแต่ละรายวิชา แต่เห็นว่าสามารถซ่อมเสริมได้ในปีการศึกษานั้น และมีคุณสมบัติตามเกณฑ์การเลื่อนชั้นในข้ออื่น ๆ ครบถ้วน

๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินรายวิชาในกลุ่มสาระภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมอยู่ในระดับผ่าน ก่อนที่จะให้ผู้เรียนเรียนซ้ำชั้น สถานศึกษาควรแจ้งให้ผู้ปกครองและผู้เรียนทราบเหตุผลของการเรียนซ้ำชั้น

๑.๕ การสอนซ่อมเสริม

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กำหนดให้สถานศึกษาจัดสอนซ่อมเสริมเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนเต็มตามศักยภาพ การสอนซ่อมเสริม เป็นการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง กรณีที่ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะกระบวนการ หรือเจตคติ/คุณลักษณะไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด สถานศึกษาต้องจัดสอนซ่อมเสริมเป็นกรณีพิเศษนอกเหนือไปจากการสอนตามปกติ เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนสามารถบรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่กำหนดไว้ เป็นการให้โอกาสแก่ผู้เรียนได้เรียนรู้และพัฒนา โดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลายและตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล

๑.๖ เกณฑ์การจบระดับประถมศึกษา

๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐานและรายวิชา/กิจกรรมเพิ่มเติม โดยเป็นรายวิชาพื้นฐานตามโครงสร้างเวลาเรียนที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนด และรายวิชา/กิจกรรมเพิ่มเติมตามที่สถานศึกษากำหนด

๒) ผู้เรียนต้องมียุทธศาสตร์ประเมินรายวิชาพื้นฐานผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

- ๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียนในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด
- ๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด
- ๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมินผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

๒. ระดับมัธยมศึกษา

๒.๑ การตัดสินผลการเรียนหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑
กำหนดหลักเกณฑ์การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ เพื่อตัดสินผลการเรียนของผู้เรียน ดังนี้

- ๑) ตัดสินผลการเรียนเป็นรายวิชา ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้น ๆ
- ๒) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินทุกตัวชี้วัดและผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- ๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา
- ๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพ ผู้สอนต้องตรวจสอบความรู้ความสามารถที่แสดงพัฒนาการของผู้เรียนอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง อีกทั้งต้องสร้างให้ผู้เรียนรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ด้วยการตรวจสอบความก้าวหน้าในการเรียนของตนเองอย่างสม่ำเสมอเช่นกัน ตัวชี้วัดซึ่งมีความสำคัญ ในการนำมาใช้ออกแบบหน่วยการเรียนรู้ยังเป็นแนวทางสำหรับผู้สอนและผู้เรียนใช้ในการตรวจสอบย้อนกลับว่า ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้หรือยัง การประเมินในชั้นเรียนซึ่งต้องอาศัยทั้งการประเมินเพื่อการพัฒนาและการประเมินเพื่อสรุปการเรียนรู้จะเป็นเครื่องมือสำคัญในการตรวจสอบความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของผู้เรียน สถานศึกษาโดยผู้สอนกำหนดเกณฑ์ที่ยอมรับได้ในการผ่านตัวชี้วัดทุกตัวให้เหมาะสมกับบริบทของ สถานศึกษา กล่าวคือ ให้ทำทนายการเรียนรู้ ไม่ยากหรือง่ายเกินไป เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินว่าสิ่งที่ผู้ เรียนรู้ เข้าใจ ทำได้นั้น เป็นที่น่าพอใจ บรรลุตามเกณฑ์ที่ยอมรับได้ หากยังไม่บรรลุจะต้องหาวิธีการ ช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาสูงสุด การกำหนดเกณฑ์นี้ผู้สอนสามารถให้ผู้เรียนร่วมกำหนดด้วย ได้ เพื่อให้เกิดความรับผิดชอบร่วมกันและสร้างแรงจูงใจในการเรียน การประเมินเพื่อการพัฒนาส่วนมาก เป็นการประเมินอย่างไม่เป็นทางการเช่น สังเกต หรือซักถาม หรือการทดสอบย่อย ในการประเมินเพื่อการพัฒนา ควรให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาจนผ่านเกณฑ์ที่ยอมรับได้ ผู้เรียนแต่ละคนอาจใช้เวลาเรียนและวิธีการ เรียนที่แตกต่างกัน ฉะนั้น ผู้สอนควรนำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงวิธีการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาเต็ม ศักยภาพ อันจะนำไปสู่การบรรลุมาตรฐานการเรียนรู้ในท้ายที่สุดอย่างมีคุณภาพ การประเมินเพื่อการพัฒนา จึงไม่จำเป็นต้องตัดสินให้คะแนนเสมอไป การตัดสินให้คะแนนหรือให้เป็นระดับคุณภาพควรดำเนินการโดย ใช้การประเมินสรุปผลรวมเมื่อจบหน่วยการเรียนรู้และจบรายวิชาการตัดสินผลการเรียน ตัดสินเป็นรายวิชา โดยใช้ผลการประเมินระหว่างภาคและปลายภาค ตามสัดส่วนที่สถานศึกษากำหนด ทุกรายวิชาต้องได้รับ การตัดสินและให้ระดับผลการเรียน ทั้งนี้ ผู้เรียนต้องผ่านทุกรายวิชาพื้นฐาน

๒.๒ การให้ระดับผลการเรียน การตัดสินเพื่อให้ระดับผลการเรียนรายวิชาของกลุ่มสาระการเรียนรู้ ให้ใช้ ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับ การตัดสินผลการเรียนในระดับการศึกษา ขั้นพื้นฐานใช้ระบบ ผ่านและไม่ผ่าน โดยกำหนดเกณฑ์การตัดสินผ่านแต่ละรายวิชาที่ร้อยละ ๕๐ จากนั้นจึงให้ระดับผลการเรียน ที่ผ่าน สำหรับระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย ใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับ

ระดับมัธยมศึกษา

๑) ผู้เรียนต้องมีเวลาเรียนตลอดภาคเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนทั้งหมดในรายวิชานั้น ๆ

๒) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินตัวชี้วัดปลายทางผ่านตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ ของจำนวนตัวชี้วัดปลายทางของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

๓) ผู้เรียนต้องได้รับการตัดสินผลการเรียนทุกรายวิชา

๔) ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดในการอ่าน คติวิเคราะห์และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

สำหรับระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ใช้ตัวเลขแสดงระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับ
แนวการให้ระดับผลการเรียน ๘ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับดังแสดงในตาราง ดังนี้

แนวการให้ระดับผลการเรียน ๘ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับดังแสดงในตาราง ดังนี้

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

ในกรณีที่ไม่สามารถให้ระดับผลการเรียนเป็น ๘ ระดับได้ ให้ใช้ตัวอักษรระบุเงื่อนไขของผลการเรียน ดังนี้

“มส” หมายถึง ผู้เรียนไม่มีสิทธิเข้ารับการวัดผลปลายภาคเรียน เนื่องจากผู้เรียนมีเวลาเรียนไม่ถึงร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนในแต่ละรายวิชา และไม่ได้รับการผ่อนผันให้เข้ารับการวัดผลปลายภาคเรียน

“ร” หมายถึง รอการตัดสินและยังตัดสินผลการเรียนไม่ได้ เนื่องจากผู้เรียนไม่มีข้อมูลผลการเรียนรายวิชานั้นครบถ้วน ได้แก่ ไม่ได้วัดผลระหว่างภาคเรียน/ปลายภาคเรียน ไม่ได้ส่งงานที่มอบหมายให้ทำ ซึ่งงานนั้นเป็นส่วนหนึ่งของการตัดสินผลการเรียน หรือมีเหตุสุดวิสัยที่ทำให้ประเมิน ผลการเรียนไม่ได้ การประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน และคุณลักษณะอันพึงประสงค์นั้น ให้ผลการประเมินเป็นผ่านและไม่ผ่าน กรณีที่ผ่านให้ระดับผลการประเมินเป็นดีเยี่ยม ดี และผ่าน

๑) ในการสรุปผลการประเมินการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน เพื่อการเลื่อนชั้นและจบการศึกษา กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็น ๔ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

ดีเยี่ยม หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพดีเลิศอยู่เสมอ

ดี หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ

ผ่าน หมายถึง มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียนที่มีคุณภาพเป็นที่ยอมรับ แต่ยังมีข้อบกพร่องบางประการ

ไม่ผ่าน หมายถึง ไม่มีผลงานที่แสดงถึงความสามารถในการอ่าน คติวิเคราะห์ และเขียน หรือถ้ามีผลงาน ผลงานนั้นยังมีข้อบกพร่องที่ต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไขหลายประการ

๒) ในการสรุปผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์รวมทุกคุณลักษณะเพื่อการเลื่อนชั้น และจบการศึกษา กำหนดเกณฑ์การตัดสินเป็น ๔ ระดับ และความหมายของแต่ละระดับ ดังนี้

ดีเยี่ยม หมายถึง ผู้เรียนปฏิบัติตามคุณลักษณะจนเป็นนิสัยและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อประโยชน์สุขของตนเองและสังคม โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับดีเยี่ยม จำนวน ๕ - ๘ คุณลักษณะ และไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี

ดี หมายถึง ผู้เรียนมีคุณลักษณะในการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เพื่อให้เป็นการยอมรับของสังคม โดยพิจารณาจาก

๑. ได้ผลการประเมินระดับดีเยี่ยม จำนวน ๑ - ๔ คุณลักษณะและไม่มีคุณลักษณะใดได้ผลการประเมินต่ำกว่าระดับดี หรือ

๒. ได้ผลการประเมินระดับดีทั้ง ๘ คุณลักษณะ หรือ

๓. ได้ผลการประเมินตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป จำนวน ๕ - ๗ คุณลักษณะ และมีบางคุณลักษณะได้ผลการ ประเมินระดับผ่าน

ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนด โดยพิจารณาจาก

๑. ได้ผลการประเมินระดับผ่านทั้ง ๘ คุณลักษณะ หรือ

๒. ได้ผลการประเมินตั้งแต่ระดับดีขึ้นไป จำนวน ๑ - ๔ คุณลักษณะและคุณลักษณะ ที่เหลือได้ผลการประเมิน ระดับผ่าน

ไม่ผ่าน หมายถึง ผู้เรียนรับรู้และปฏิบัติได้ไม่ครบตามกฎเกณฑ์และเงื่อนไขที่สถานศึกษากำหนด โดยพิจารณาจากผลการประเมินระดับไม่ผ่าน ตั้งแต่ ๑ คุณลักษณะการประเมิน กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จะต้องพิจารณาทั้งเวลา การเข้าร่วมกิจกรรม การปฏิบัติกิจกรรม และผลงานของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด และให้ผลการประเมินเป็นผ่านและไม่ผ่าน กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน มี ๓ ลักษณะ คือ

๑) กิจกรรมแนะแนว

๒) กิจกรรมนักเรียน ซึ่งประกอบด้วย

(๑) กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาด ผู้บำเพ็ญประโยชน์ และนักศึกษาวิชาทหาร โดยผู้เรียนเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

(๒) กิจกรรมชุมนุมหรือชมรม

ทั้งนี้ ผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมทั้งข้อ (๑) และ (๒) สำหรับผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งในข้อ (๑) หรือ (๒)

๓) กิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์
ให้ใช้ตัวอักษรแสดงผลการประเมิน ดังนี้

“ผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

“มผ” หมายถึง ผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ปฏิบัติกิจกรรมและมีผลงานไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

๒.๓ การเปลี่ยนผลการเรียน

๒.๓.๑ การเปลี่ยนผลการเรียน “๐”

สถานศึกษาจัดให้มีการสอนซ่อมเสริมในมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่ผู้เรียนสอบไม่ผ่านก่อน แล้วจึงสอบแก้ตัวได้ไม่เกิน ๒ ครั้ง ถ้าผู้เรียนไม่ดำเนินการสอบแก้ตัวตามระยะเวลาที่สถานศึกษากำหนด ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะพิจารณาขยายเวลาออกไปอีก ๑ ภาคเรียน สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น

การสอบแก้ตัวให้ได้ระดับผลการเรียนไม่เกิน “๑”

ถ้าสอบแก้ตัว ๒ ครั้งแล้ว ยังได้ระดับผลการเรียน “๐” อีก ให้สถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการเกี่ยวกับการเปลี่ยนผลการเรียนของผู้เรียน โดยปฏิบัติดังนี้

- ๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐาน ให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น
- ๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติม ให้เรียนซ้ำหรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ทั้งนี้ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา

ในกรณีที่เปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ให้หมายเหตุในระเบียบแสดงผลการเรียนว่าเรียนแทนรายวิชาใด

๒.๓.๒ การเปลี่ยนผลการเรียน “ร”

การเปลี่ยนผลการเรียน “ร” ให้ดำเนินการดังนี้

ให้ผู้เรียนดำเนินการแก้ไข “ร” ตามสาเหตุ เมื่อผู้เรียนแก้ไขปัญหาเสร็จแล้ว ให้ได้ระดับผลการเรียนตามปกติ (ตั้งแต่ ๐ - ๔)

ถ้าผู้เรียนไม่ดำเนินการแก้ไข “ร” กรณีที่ส่งงานไม่ครบ แต่มีผลการประเมินระหว่างภาคเรียนและปลายภาค ให้ผู้สอนนำข้อมูลที่มีอยู่ตัดสินผลการเรียน ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัย ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะขยายเวลาการแก้ “ร” ออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียน สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น เมื่อพ้นกำหนดนี้แล้วให้เรียนซ้ำ หากผลการเรียนเป็น “๐” ให้ดำเนินการแก้ไขตามหลักเกณฑ์

๒.๓.๓ การเปลี่ยนผลการเรียน “มส”

การเปลี่ยนผลการเรียน “มส” มี ๒ กรณี ดังนี้

๑) กรณีผู้เรียนได้ผลการเรียน “มส” เพราะมีเวลาเรียนไม่ถึงร้อยละ ๘๐ แต่มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ของเวลาเรียนในรายวิชานั้น ให้สถานศึกษาจัดให้เรียนเพิ่มเติมโดยใช้ชั่วโมงสอนซ่อมเสริม หรือใช้เวลาว่าง หรือใช้วันหยุด หรือมอบหมายงานให้ทำ จนมีเวลาเรียนครบตามที่กำหนดไว้สำหรับรายวิชานั้น แล้วจึงให้วัดผลปลายภาคเป็นกรณีพิเศษ ผลการแก้ “มส” ให้ได้ระดับผลการเรียนไม่เกิน “๑” การแก้ “มส” กรณีนี้ให้กระทำให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น ถ้าผู้เรียนไม่มาดำเนินการแก้ “มส” ตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ให้เรียนซ้ำ ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัย ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะขยายเวลาการแก้ “มส” ออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียน แต่เมื่อพ้นกำหนดนี้แล้ว ให้ปฏิบัติดังนี้

- (๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐานให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น
- (๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติมให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา ให้เรียนซ้ำ

หรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่

๒) กรณีผู้เรียนได้ผลการเรียน “มส” เพราะมีเวลาเรียนน้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ของเวลาเรียนทั้งหมด ให้สถานศึกษาดำเนินการดังนี้

(๑) ถ้าเป็นรายวิชาพื้นฐาน ให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น

(๒) ถ้าเป็นรายวิชาเพิ่มเติม ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา ให้เรียนซ้ำ หรือเปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่

ในกรณีที่เปลี่ยนรายวิชาเรียนใหม่ ให้หมายเหตุในระเบียนแสดงผลการเรียนว่าเรียนแทนรายวิชาใด

การเรียนซ้ำรายวิชา ผู้เรียนที่ได้รับการสอนซ่อมเสริมและสอบแก้ตัว ๒ ครั้งแล้วไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ให้เรียนซ้ำรายวิชานั้น ทั้งนี้ ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาในการจัดให้เรียนซ้ำในช่วงใดช่วงหนึ่งที่สถานศึกษาเห็นว่าเหมาะสม เช่น พักกลางวัน วันหยุด ชั่วโมงว่างหลังเลิกเรียนภาคฤดูร้อน เป็นต้น

ในกรณีภาคเรียนที่ ๒ หากผู้เรียนยังมีผลการเรียน “อ” “ร” “มส” ให้ดำเนินการให้เสร็จสิ้นก่อนเปิดเรียนปีการศึกษาถัดไป สถานศึกษาอาจเปิดการเรียนการสอนในภาคฤดูร้อนเพื่อแก้ไขผลการเรียนของผู้เรียนได้ ทั้งนี้ หากสถานศึกษาใดไม่สามารถดำเนินการเปิดสอนภาคฤดูร้อนได้ให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา/ต้นสังกัดเป็นผู้พิจารณาประสานงานให้มีการดำเนินการเรียนการสอนในภาคฤดูร้อนเพื่อแก้ไขผลการเรียนของผู้เรียน

๒.๓.๔ การเปลี่ยนผล “มผ”

กรณีที่ผู้เรียนได้ผล “มผ” สถานศึกษาต้องจัดซ่อมเสริมให้ผู้เรียนทำกิจกรรมในส่วนที่ผู้เรียนไม่ได้เข้าร่วมหรือไม่ได้ทำจนครบถ้วน แล้วจึงเปลี่ยนผลจาก “มผ” เป็น “ผ” ได้ ทั้งนี้ ดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในภาคเรียนนั้น ๆ ยกเว้นมีเหตุสุดวิสัยให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาที่จะพิจารณาขยายเวลาออกไปอีกไม่เกิน ๑ ภาคเรียน สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น

๒.๔ การเลื่อนชั้น

เมื่อสิ้นปีการศึกษา ผู้เรียนจะได้รับการเลื่อนชั้น เมื่อมีคุณสมบัติตามเกณฑ์ ดังต่อไปนี้

๒.๔.๑ รายวิชาพื้นฐานและรายวิชาเพิ่มเติมได้รับการตัดสินผลการเรียนผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

๒.๔.๒ ผู้เรียนต้องได้รับการประเมินและมีผลการประเมินผ่านตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด ในการอ่าน คิทธิเคราะห์ และเขียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ และกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

๒.๔.๓ ระดับผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษานั้นควรได้ไม่ต่ำกว่า ๑.๐๐

ทั้งนี้ รายวิชาใดที่ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน สถานศึกษาสามารถซ่อมเสริมผู้เรียนให้ได้รับการแก้ไขในภาคเรียนถัดไป ทั้งนี้สำหรับภาคเรียนที่ ๒ ต้องดำเนินการให้เสร็จสิ้นภายในปีการศึกษานั้น

๒.๕ การสอนซ่อมเสริม

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.๒๕๖๐) กำหนดให้สถานศึกษาจัดสอนซ่อมเสริมเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนเต็มตามศักยภาพ การสอนซ่อมเสริม เป็นการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่อง กรณีที่ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ กระบวนการ หรือเจตคติ/คุณลักษณะ ไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด สถานศึกษาต้องจัดสอนซ่อมเสริมเป็นกรณีพิเศษ นอกเหนือไปจากการสอนตามปกติ เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนสามารถบรรลุตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดที่

กำหนดไว้ เป็นการให้โอกาสแก่ผู้เรียนได้เรียนรู้และพัฒนา โดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลายและตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล การสอนซ่อมเสริมสามารถดำเนินการได้ในกรณี ดังต่อไปนี้

๑) ผู้เรียนมีความรู้/ทักษะพื้นฐานไม่เพียงพอที่จะศึกษาในแต่ละรายวิชานั้น ควรจัดการสอนซ่อมเสริม ปรับความรู้/ทักษะพื้นฐาน

๒) ผู้เรียนไม่สามารถแสดงความรู้ ทักษะ กระบวนการ หรือเจตคติ/คุณลักษณะที่กำหนดไว้ตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดในการประเมินผลระหว่างเรียน

๓) ผู้เรียนที่ได้ระดับผลการเรียน “๐” ให้จัดการสอนซ่อมเสริมก่อนสอบแก้ตัว

๔) กรณีผู้เรียนมีผลการเรียนไม่ผ่าน สามารถจัดสอนซ่อมเสริมในภาคฤดูร้อน เพื่อแก้ไขผลการเรียน ทั้งนี้ ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษา

๒.๖ การเรียนซ้ำชั้น

ผู้เรียนที่ไม่ผ่านรายวิชาจำนวนมากและมีแนวโน้มว่าจะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้น สถานศึกษาอาจตั้งคณะกรรมการพิจารณาให้เรียนซ้ำชั้นได้ ทั้งนี้ ให้คำนึงถึงวุฒิภาวะ และความสามารถของผู้เรียนเป็นสำคัญ

การเรียนซ้ำชั้น มี ๒ ลักษณะ คือ

๑) ผู้เรียนมีระดับผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษานั้นต่ำกว่า ๑.๐๐ และมีแนวโน้มว่าจะเป็นปัญหาต่อการเรียนในระดับชั้นที่สูงขึ้น

๒) ผู้เรียนมีผลการเรียน ๐, ร,มส เกินครึ่งหนึ่งของรายวิชาที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษานั้น

ทั้งนี้ หากเกิดลักษณะใดลักษณะหนึ่ง หรือทั้ง ๒ ลักษณะ ให้สถานศึกษาแต่งตั้งคณะกรรมการพิจารณา หากเห็นว่าไม่มีเหตุผลอันสมควรก็ให้ซ้ำชั้น โดยยกเลิกผลการเรียนเดิมและให้ใช้ผลการเรียนใหม่แทน หากพิจารณาแล้วไม่ต้องเรียนซ้ำชั้น ให้อยู่ในดุลยพินิจของสถานศึกษาในการแก้ไขผลการเรียน

๒.๗ เกณฑ์การจบระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

๑) ผู้เรียนเรียนรายวิชาพื้นฐานและเพิ่มเติม โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๖๖ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติมตามที่สถานศึกษากำหนด

๒) ผู้เรียนต้องได้หน่วยกิตตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่า ๘๑ หน่วยกิต โดยเป็นรายวิชาพื้นฐาน ๖๖ หน่วยกิต และรายวิชาเพิ่มเติมไม่น้อยกว่า ๑๕ หน่วยกิต

๓) ผู้เรียนมีผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียนในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

๔) ผู้เรียนมีผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในระดับผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

๕) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนและมีผลการประเมินผ่านเกณฑ์การประเมินตามที่สถานศึกษากำหนด

การเทียบโอนผลการเรียน

สถานศึกษาสามารถเทียบโอนผลการเรียนของผู้เรียนจากสถานศึกษาได้ในกรณีต่าง ๆ ได้แก่ การย้ายสถานศึกษา การเปลี่ยนรูปแบบการศึกษา การย้ายหลักสูตร การออกกลางคัน และการขอกลับเข้ารับการศึกษาต่อการศึกษาจากต่างประเทศและขอเข้าศึกษาต่อในประเทศ นอกจากนี้ ยังสามารถเทียบโอนความรู้ ทักษะประสบการณ์จากแหล่งการเรียนรู้อื่นๆ เช่น สถานประกอบการ สถาบันทางศาสนา สถาบันการฝึกอบรมอาชีพการจัดการศึกษาโดยครอบครัว เป็นต้น

การเทียบโอนผลการเรียนควรดำเนินการในช่วงก่อนเปิดภาคเรียน หรือต้นภาคเรียนที่สถานศึกษา
 รับผู้ขอเทียบโอนเป็นผู้เรียน ทั้งนี้ ผู้เรียนที่ได้รับการเทียบโอนผลการเรียนต้องศึกษาต่อเนื่องในสถานศึกษา
 ที่รับเทียบโอนอย่างน้อย ๑ ภาคเรียน โดยสถานศึกษาที่รับการเทียบโอนควรกำหนดรายวิชา จำนวนหน่วย
 กิต ที่จะรับเทียบโอนตามความเหมาะสม

การพิจารณาการเทียบโอน สามารถดำเนินการได้ดังนี้

๑. พิจารณาจากหลักฐานการศึกษาและเอกสารอื่น ๆ ที่ให้ข้อมูลแสดงความรู้ความสามารถ
 ของผู้เรียน
 ๒. พิจารณาจากความรู้ความสามารถของผู้เรียน โดยการทดสอบด้วยวิธีการต่าง ๆ ทั้งภาค
 ความรู้และภาคปฏิบัติ
 ๓. พิจารณาจากความสามารถและการปฏิบัติในสภาพจริง
- การเทียบโอนผลการเรียนให้ดำเนินการในรูปของคณะกรรมการการเทียบโอนจำนวนไม่น้อยกว่า
 ๓ คน แต่ไม่ควรเกิน ๕ คน โดยมีแนวทางในการเทียบโอน ดังนี้
- ๑) กรณีผู้ขอเทียบโอนมีผลการเรียนมาจากหลักสูตรอื่นให้นำรายวิชาหรือหน่วยกิตที่มี
 มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้/จุดประสงค์/เนื้อหาที่สอดคล้องกันไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ มา
 เทียบโอนผลการเรียน และพิจารณาให้ระดับผลการเรียนให้สอดคล้องกับหลักสูตรที่รับเทียบโอน
 - ๒) กรณีการเทียบโอนความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ ให้พิจารณาจากเอกสารหลักฐาน (ถ้า
 มี)โดยให้มีการประเมินด้วยเครื่องมือที่หลากหลาย และให้ระดับผลการเรียนให้สอดคล้องกับหลักสูตรที่รับ
 เทียบโอน
 - ๓) กรณีการเทียบโอนนักเรียนที่เข้าโครงการแลกเปลี่ยนต่างประเทศ ให้ดำเนินการตามประกาศ
 กระทรวงศึกษาธิการเรื่องหลักการและแนวปฏิบัติการเทียบชั้นการศึกษาสำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการ
 แลกเปลี่ยน

การรายงานผลการเรียน

การรายงานผลการเรียนเป็นการสื่อสารให้ผู้ปกครองและผู้เรียนทราบความก้าวหน้าในการเรียนรู้
 ของผู้เรียน ซึ่งสถานศึกษาต้องสรุปผลการประเมิน และจัดทำเอกสารรายงานให้ผู้ปกครองทราบเป็นระยะ ๆ
 หรืออย่างน้อยภาคเรียนละ ๑ ครั้ง

การรายงานผลการเรียนสามารถรายงานเป็นระดับคุณภาพการปฏิบัติของผู้เรียนที่สะท้อน
 มาตรฐานการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้

๑. จุดมุ่งหมายการรายงานผลการเรียน

- ๑.๑ เพื่อแจ้งให้ผู้เรียน ผู้เกี่ยวข้องทราบความก้าวหน้าของผู้เรียน
- ๑.๒ เพื่อให้ผู้เรียน ผู้เกี่ยวข้องใช้เป็นข้อมูลในการปรับปรุงแก้ไข ส่งเสริม และพัฒนาการเรียน
 ของผู้เรียน
- ๑.๓ เพื่อให้ผู้เรียน ผู้เกี่ยวข้องใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการเรียน กำหนดแนวทางการศึกษา
 และการเลือกอาชีพ
- ๑.๔ เพื่อเป็นข้อมูลให้ผู้เกี่ยวข้องใช้ในการออกเอกสารหลักฐานการศึกษา ตรวจสอบ และ
 รับรองผลการเรียนหรือวุฒิทางการศึกษาของผู้เรียน
- ๑.๕ เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับสถานศึกษา เขตพื้นที่การศึกษา และหน่วยงานต้นสังกัดใช้ประกอบ
 ในการกำหนดนโยบายวางแผนในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา

๒. ข้อมูลในการรายงานผลการเรียน

๒.๑ ข้อมูลระดับชั้นเรียน ประกอบด้วย เวลาเรียน ผลการประเมินความรู้ความสามารถ พฤติกรรมการเรียน ความประพฤติ และผลงานในการเรียนของผู้เรียน เป็นข้อมูลสำหรับรายงานให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้เรียน ผู้สอน และผู้ปกครอง ได้รับทราบความก้าวหน้าความสำเร็จในการเรียนของผู้เรียน เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนกำหนดเป้าหมายและวิธีการในการพัฒนาผู้เรียน

๒.๒ ข้อมูลระดับสถานศึกษา ประกอบด้วย ผลการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ๘ กลุ่มสาระการเรียนรู้ ผลการประเมินการอ่าน คิดวิเคราะห์ และเขียน ผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ผลการประเมินกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนรายปี/รายภาค ผลการประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้รายปี/รายภาคโดยรวมของสถานศึกษา เพื่อใช้เป็นข้อมูลและสารสนเทศในการพัฒนาการเรียนการสอนและคุณภาพของผู้เรียน ให้เป็นไปตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด การตัดสินการเลื่อนชั้น และการซ่อมเสริมผู้เรียนที่มีข้อบกพร่องให้ผ่านระดับชั้น และเป็นข้อมูลในการออกเอกสารหลักฐานการศึกษา

๒.๓ ข้อมูลระดับเขตพื้นที่การศึกษา ได้แก่ ผลการประเมินคุณภาพของผู้เรียนด้วยแบบประเมินที่สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจัดทำขึ้นในกลุ่มสาระการเรียนรู้สำคัญในระดับชั้นที่นอกเหนือจากการประเมินคุณภาพระดับชาติ เป็นข้อมูลที่ผู้เกี่ยวข้องใช้วางแผนและดำเนินการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อให้เกิดการยกระดับคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาของผู้เรียน และสถานศึกษา

๒.๔ ข้อมูลระดับชาติ ได้แก่ ผลการประเมินคุณภาพของผู้เรียนด้วยแบบประเมินที่เป็นมาตรฐานระดับชาติในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่สำคัญในชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ซึ่งดำเนินการโดยหน่วยงานระดับชาติ เป็นข้อมูลที่ ผู้เกี่ยวข้องใช้วางแผนและดำเนินการพัฒนาคุณภาพการศึกษาในส่วนที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดการยกระดับคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาของผู้เรียน สถานศึกษา ท้องถิ่น เขตพื้นที่การศึกษา และประเทศชาติ รวมทั้งนำไปรายงานในเอกสารหลักฐานการศึกษาของผู้เรียน

๒.๕ ข้อมูลพัฒนาการของผู้เรียนด้านอื่น ๆ ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้าน ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นข้อมูลส่วนหนึ่งของการแนะแนวและจัดระบบการดูแลช่วยเหลือ เพื่อแจ้งให้ผู้เรียน ผู้สอน ผู้ปกครอง และผู้เกี่ยวข้องได้รับทราบข้อมูล โดยผู้มีหน้าที่รับผิดชอบแต่ละฝ่ายนำไปใช้ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาผู้เรียนให้เกิดพัฒนาการอย่างถูกต้อง เหมาะสม รวมทั้งนำไปจัดทำเอกสารหลักฐานแสดงพัฒนาการของผู้เรียน

๓. ลักษณะข้อมูลสำหรับการรายงาน

การรายงานผลการเรียน สถานศึกษาสามารถเลือกลักษณะข้อมูลสำหรับการรายงานได้หลายรูปแบบ ให้เหมาะสมกับวิธีการรายงาน และสอดคล้องกับการให้ระดับผลการเรียนในแต่ละระดับการศึกษา โดยคำนึงถึงประสิทธิภาพของการรายงานและการนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์ของผู้รับรายงานแต่ละฝ่าย ลักษณะข้อมูลมีรูปแบบ ดังนี้

๓.๑ รายงานเป็นตัวเลข ตัวอักษร คำ หรือข้อความที่เป็นตัวแทนระดับความรู้ ความสามารถของผู้เรียนที่เกิดจากการประมวลผล สรุปตัดสินข้อมูลผลการเรียนรู้ของผู้เรียน ได้แก่

๑) คะแนนที่ได้กับคะแนนเต็ม

๒) คะแนนร้อยละ

๓) ระดับผลการเรียน “๐ - ๔” (๘ ระดับ) หรือตามที่สถานศึกษากำหนดและเงื่อนไขของผลการเรียน ได้แก่ “ผ” “มผ” “ร” “มส”

๔) ผลการประเมินคุณภาพ “ดีเยี่ยม” “ดี” “ผ่าน”

๕) ผลการตัดสินผ่านระดับชั้น “ผ่าน” “ไม่ผ่าน”

๓.๒ รายงานโดยใช้สถิติ เป็นการรายงานจากข้อมูลที่เป็นตัวเลข ตัวอักษร หรือข้อความให้เป็นภาพแผนภูมิหรือเส้นพัฒนาการ ซึ่งจะแสดงให้เห็นพัฒนาการความก้าวหน้าของผู้เรียนว่าดีขึ้น หรือควรได้รับการพัฒนาอย่างไร เมื่อเวลาเปลี่ยนแปลงไป

๓.๓ รายงานเป็นข้อความ เป็นการบรรยายพฤติกรรมหรือคุณภาพที่ผู้ประเมินสังเกตพบ เพื่อรายงานให้ทราบว่าผู้เรียนมีความสามารถ มีพฤติกรรม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตามมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดและบุคลิกภาพอย่างไร เช่น

๓.๓.๑ ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ชอบแสดงความคิดเห็นและมีเหตุผล

๓.๓.๒ ผู้เรียนสนใจอ่านเรื่องต่าง ๆ หลากหลายประเภท สามารถสรุปใจความของเรื่องได้ถูกต้องสมบูรณ์

๓.๓.๓ ผู้เรียนมีผลการเรียนในกลุ่มสาระการเรียนรู้เป็นที่น่าพอใจ แต่ควรมีการพัฒนาด้านการเขียน โดยได้รับความร่วมมือจากผู้ปกครองในการฝึกหรือส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะในการเขียนสูงขึ้น

๔. เป้าหมายการรายงาน

การดำเนินการจัดการศึกษา ประกอบด้วย บุคลากรหลายฝ่ายมาร่วมมือประสานงานกัน พัฒนาผู้เรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม ให้มีความรู้ความสามารถ คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมและคุณลักษณะอันพึงประสงค์โดยผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรได้รับการรายงานผลการประเมินของผู้เรียนเพื่อใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินงาน ดังนี้

กลุ่มเป้าหมาย	การใช้ข้อมูล
ผู้เรียน	- ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการเรียน รวมทั้งพัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และพฤติกรรมต่าง ๆ ของตน - วางแผนการเรียน การเลือกแนวทางการศึกษาและอาชีพในอนาคต - แสดงผลการเรียน ความรู้ความสามารถ และวุฒิการศึกษาของตน
ผู้สอน	- วางแผนและดำเนินการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาผู้เรียน - ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการจัดการเรียนการสอน
ครูวัดผล	- ตรวจสอบความถูกต้องในการประเมินผลของผู้สอน/ผู้เรียน - พัฒนาระบบ ระเบียบ และแนวทางการประเมินผลการเรียน
นายทะเบียน	- จัดทำเอกสารหลักฐานการศึกษาครู
ครูแนะแนว	- ให้คำแนะนำผู้เรียนในด้านต่าง ๆ
คณะกรรมการบริหารหลักสูตรและงานวิชาการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานและคณะกรรมการอื่นๆ	- พิจารณาให้ความเห็นชอบผลการเรียนของผู้เรียน - พัฒนาแนวทางการจัดการศึกษาของ สถานศึกษา
ผู้บริหารสถานศึกษา	- พิจารณาตัดสินและอนุมัติผลการเรียนของผู้เรียน - พัฒนาระบบการจัดการเรียนของสถานศึกษา - วางแผนการบริหารจัดการศึกษาด้านต่าง ๆ
ผู้ปกครอง	- รับทราบผลการเรียนและพัฒนาการของผู้เรียน - ปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาการเรียนของผู้เรียน รวมทั้งการดูแล สุขภาพ

กลุ่มเป้าหมาย	การใช้ข้อมูล
	อนามัย ร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และพฤติกรรมต่าง ๆ ของผู้เรียน - พิจารณาวางแผนและส่งเสริมการเรียนรู้ การเลือกแนวทางการศึกษาและอาชีพในอนาคตของผู้เรียน
ฝ่าย/หน่วยงานที่มีหน้าที่ตรวจสอบรับรองความรู้และวุฒิการศึกษา/สถานศึกษา	- ตรวจสอบและรับรองผลการเรียนและวุฒิการศึกษาของผู้เรียน - เทียบระดับ/วุฒิการศึกษาของผู้เรียน - เทียบโอนผลการเรียน
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา/หน่วยงานต้นสังกัด	- ยกระดับและพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษาในเขตพื้นที่การศึกษา นิเทศ ติดตามและให้ความช่วยเหลือการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษาที่มีผลการประเมินต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของระดับเขตพื้นที่การศึกษา/ระดับชาติ

๕. วิธีการรายงาน

การรายงานผลการเรียนให้ผู้เกี่ยวข้องรับทราบ สามารถดำเนินการได้ดังนี้

๕.๑ การรายงานผลการเรียนในเอกสารหลักฐานการศึกษา ได้แก่

- ๕.๑.๑ ระเบียบแสดงผลการเรียน (ปพ.๑)
- ๕.๑.๒ ประกาศนียบัตร (ปพ.๒)
- ๕.๑.๓ แบบรายงานผู้สำเร็จการศึกษา (ปพ.๓)
- ๕.๑.๔ แบบบันทึกผลการเรียนประจำรายวิชา
- ๕.๑.๕ แบบรายงานประจำตัวนักเรียน
- ๕.๑.๖ ใบรับรองผลการเรียน
- ๕.๑.๗ ระเบียบสะสม

ฯลฯ

ข้อมูลจากแบบรายงาน สามารถใช้อ้างอิง ตรวจสอบ และรับรองผลการเรียนของผู้เรียนได้

๕.๒ การรายงานคุณภาพการศึกษาให้ผู้เกี่ยวข้องรับทราบ สามารถรายงานได้หลายวิธี เช่น

- ๕.๒.๑ รายงานคุณภาพการศึกษาประจำปี
- ๕.๒.๒ วารสาร/จุลสารของสถานศึกษา
- ๕.๒.๓ จดหมายส่วนตัว
- ๕.๒.๔ การให้คำปรึกษาหารือเป็นรายบุคคล
- ๕.๒.๕ การให้พบครูที่ปรึกษาหรือการประชุมเครือข่ายผู้ปกครอง
- ๕.๒.๖ การให้ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตผ่านเว็บไซต์ของสถานศึกษา

๖. การกำหนดระยะเวลาในการรายงาน

การกำหนดระยะเวลาในการรายงานผลการเรียนแต่ละประเภทที่ได้มีการดำเนินการในโอกาสต่าง ๆ ทั้งการประเมินระดับชั้นเรียน การประเมินระดับสถานศึกษา การประเมินระดับเขตพื้นที่การศึกษา และการประเมินระดับชาติ สถานศึกษาควรกำหนดช่วงเวลาในการรายงานให้สอดคล้องกับช่วงระยะเวลาที่ผู้เรียนและผู้เกี่ยวข้องจะนำข้อมูลการรายงานไปใช้ในการดำเนินการปรับปรุงแก้ไขและส่งเสริมการเรียนรู้ของ

ผู้เรียนตามบทบาทหน้าที่ของแต่ละฝ่าย โดยยึดหลักการรายงานให้เร็วที่สุดภายหลังการประเมินผลแต่ละครั้ง เพื่อให้การรายงานเกิดประโยชน์และมีประสิทธิภาพในการนำไปใช้สูงสุด



ส่วนที่๕

ภาคผนวก

อภิธานศัพท์

กลไกของร่างกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหว (Body Mechanism)

กระบวนการตามธรรมชาติในการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายตามลักษณะโครงสร้าง หน้าที่ และการทำงานร่วมกันของข้อต่อ กล้ามเนื้อ กระดูกและระบบประสาทที่เกี่ยวข้อง ภายใต้ข้อบ่งชี้ เจาะลึก หลักการ และปัจจัยด้านชีวกลศาสตร์ที่มีผลต่อการเคลื่อนไหว เช่น ความมั่นคง (Stability) ระบบคาน (Leverage) การเคลื่อน (Motion) และแรง (Force)

การเคลื่อนไหวเฉพาะอย่าง (Specialized Movement)

การผสมผสานกันระหว่างทักษะย่อยของทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานต่าง ๆ การออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาต่าง ๆ ซึ่งมีความจำเป็นสำหรับกิจกรรมทางกาย เช่น การขว้างลูกซอฟต์บอล ต้องอาศัยการผสมผสานของทักษะการสไลด์ (การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่) การขว้าง (การเคลื่อนไหวแบบประกอบอุปกรณ์) การบิดตัว (การเคลื่อนไหวแบบไม่เคลื่อนที่) ทักษะที่ทำบางอย่างยังมีความซับซ้อนและต้องใช้การผสมผสานของทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานหลาย ๆ ทักษะรวมกัน

การเคลื่อนไหวในชีวิตประจำวัน (Daily Movement)

รูปแบบหรือทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ที่บุคคลทั่วไปใช้ในการ ดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการประกอบกิจวัตรประจำวัน การทำงาน การเดินทางหรือกิจกรรมอื่น ๆ เช่น การยืน ก้ม นั่ง เดิน วิ่ง โหนรถเมล์ ยกของหนัก ปีนป่าย กระโดดลงจากที่สูง ฯลฯ

การเคลื่อนไหวพื้นฐาน (Fundamental Movements)

ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นทักษะที่มีการพัฒนาในช่วงวัยเด็ก และจะเป็นพื้นฐานสำหรับการประกอบกิจกรรมต่างๆ เมื่อเจริญวัยสูงขึ้น ตลอดจนเป็นพื้นฐานของการ มีความสามารถในการเคลื่อนไหว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเล่นกีฬา การออกกำลังกาย และการประกอบกิจกรรมนั้น ทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐาน สามารถแบ่งออกได้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑. การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ (Locomotor Movement) หมายถึง ทักษะการเคลื่อนไหวที่ใช้ในการเคลื่อนร่างกายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด สลับเท้า การกระโจน การสไลด์ และการวิ่งควมบ้า ฯลฯ หรือการเคลื่อนที่ในแนวดิ่ง เช่น การกระโดด ทักษะการเคลื่อนไหวเหล่านี้เป็นพื้นฐานของการทำงานประสานสัมพันธ์ทางกลไกแบบไม่ซับซ้อน และเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่

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

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

การจัดการกับอารมณ์และความเครียด (Emotion and Stress Management)

วิธีควบคุมอารมณ์ความเครียดและความคับข้องใจ ที่ไม่เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่นแล้วลงมือปฏิบัติอย่างเหมาะสม เช่น ทำสมาธิ เล่นกีฬา การร่วมกิจกรรม นันทนาการ การคลายกล้ามเนื้อ (muscle relaxation)

การช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation = CPR)

การช่วยชีวิตเบื้องต้นก่อนส่งต่อให้แพทย์ในกรณีผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น โดยการนวดหัวใจและผายปอดไปพร้อมๆ กัน

การดูแลเบื้องต้น (First Care)

การให้การดูแลสุขภาพผู้ป่วยในระยะพักฟื้นและ / หรือการปฐมพยาบาล

การพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development)

การพัฒนาที่เป็นองค์รวมของความเป็นมนุษย์ตามแนวทางของพระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) เป็นการพัฒนาที่เป็นบูรณาการ คือ ทำให้เกิดเป็นองค์รวมหมายความว่า องค์ประกอบทั้งหลายที่เกี่ยวข้อง จะต้องประสานกันครบทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ และมีดุลยภาพ สอดคล้องกับกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

การละเล่นพื้นเมือง (Folk Plays)

กิจกรรมเล่นดั้งเดิมของคนในชุมชนแต่ละท้องถิ่น ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตหรือวิถีชีวิต เพื่อเป็นการผ่อนคลายอารมณ์ ความเครียด และสร้างเสริมให้มีกำลังใจแข็งแรง สติปัญญาดี จิตใจเบิกบานสนุกสนาน อันก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม เช่น กิจกรรมการเล่นของชุมชนท้องถิ่น วิ่งเปี้ยว ชักเย่อ ซี่ม้าส่งเมือง ตีจับ มอญซ่อนผ้า รีๆข้าวสาร วิ่งกระสอบ สะบ้า กระบี่กระบอง มวยไทย ตะกร้อวง ตะกร้อลอดบ่วง

กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic Activities)

การแสดงออกของร่างกาย โดยการเคลื่อนไหวส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เข้ากับอัตราความช้า – เร็วของตัวโน้ต

กิจกรรมนันทนาการ (Recreation Activities)

กิจกรรมที่บุคคลได้เลือกทำหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจในเวลาว่าง และผลที่ได้รับเป็นความพึงพอใจ ไม่เป็นภัยต่อสังคม

กิจกรรมรับน้ำหนักตนเอง (Weight Bearing Activities)

กิจกรรมการออกกำลังกายที่มีการเคลื่อนไหวบนพื้น เช่น การเดิน การวิ่ง การกระโดดเชือก ยิมนาสติก การเต้นรำหรือการเต้นแอโรบิก โดยกล้ามเนื้อส่วนที่รับน้ำหนักต้องออกแรงกระทำกับน้ำหนักของตนเองในขณะปฏิบัติกิจกรรม

กีฬาไทย (Thai Sports)

กีฬาที่มีพื้นฐานเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของท้องถิ่นและสังคมไทย เช่น กระบี่ กระบอง มวยไทย ตะกร้อ

กีฬาสากล (International Sports)

กีฬาที่เป็นที่ยอมรับจากมวลสมาชิกขององค์กรกีฬาระดับนานาชาติให้เป็นชนิดกีฬาที่บรรจุอยู่ในเกมการแข่งขัน เช่น ฟุตบอล วอลเลย์บอล เทนนิส แบดมินตัน

เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness Reference)

ค่ามาตรฐานที่ได้กำหนดขึ้น (จากการศึกษาวิจัยและกระบวนการสถิติ) เพื่อเป็นดัชนีสำหรับประเมินเปรียบเทียบว่าบุคคลที่ได้รับคะแนน หรือค่าตัวเลข (เวล จำนวน ครั้ง น้ำหนัก ฯลฯ) จากการทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละรายการทดสอบนั้น มีสมรรถภาพทางกายตามองค์ประกอบดังกล่าวอยู่ในระดับคุณภาพใด โดยทั่วไปแล้วนิยมจัดทำเกณฑ์ใน ๒ ลักษณะ คือ

๑. เกณฑ์ปกติ (Norm Reference) เป็นเกณฑ์ที่จัดทำจากการศึกษากลุ่มประชากร ที่จำแนกตามกลุ่มเพศและวัย เป็นหลัก ส่วนใหญ่แล้วจะจัดทำในลักษณะของเปอร์เซ็นต์ไทล์

๒. เกณฑ์มาตรฐาน (Criterion Reference) เป็นระดับคะแนนหรือค่ามาตรฐานที่กำหนดไว้ล่วงหน้า สำหรับแต่ละรายการ การทดสอบเพื่อเป็นเกณฑ์การตัดสินว่าบุคคลที่รับการทดสอบ มีสมรรถภาพหรือความสามารถผ่านตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้หรือไม่ มิได้เป็นการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ๆ

ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหว (Movement Concepts)

ความสัมพันธ์ระหว่างขนาด จังหวะ เวลา พื้นที่ และทิศทางในการเคลื่อนไหวร่างกาย ความเข้าใจถึงความเกี่ยวข้องเชื่อมโยง และความพอเหมาะพอดีระหว่างขนาดของแรงที่ใช้ ในการเคลื่อนไหวร่างกายหรือวัตถุ ด้วยห้วงเวลา จังหวะและทิศทางที่เหมาะสมภายใต้ข้อจำกัดของพื้นที่ที่มีอยู่ และสามารถแปลความเข้าใจดังกล่าวทั้งหมดไปสู่การปฏิบัติการเคลื่อนไหวในการเล่นหรือแข่งขันกีฬา

ความเสี่ยงต่อสุขภาพ (Health Risk)

การประพฤติปฏิบัติที่อาจนำไปสู่การเกิดอันตรายต่อชีวิตและสุขภาพของตนเองและผู้อื่น เช่น การขับรถเร็ว การกินอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ความสับสนทางเพศ การมีน้ำหนักตัวเกิน การขาด การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การใช้ยาและสารเสพติด

ค่านิยมทางสังคม (Health Value)

คุณสมบัติของสิ่งใดก็ตาม ซึ่งทำให้สิ่งนั้นเป็นประโยชน์น่าสนใจ สิ่งที่คุณคล้อยตามในการตัดสินใจ และกำหนดการกระทำของตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ

คุณภาพชีวิต (Quality of Life)

ความรู้หรือเข้าใจของปัจเจกบุคคลที่มีต่อสถานภาพชีวิตของตนเองภายใต้บริบทของระบบวัฒนธรรมและค่านิยมที่เขาใช้ชีวิตอยู่ และมีความเชื่อมโยงกับจุดมุ่งหมาย ความ

คาดหวัง มาตรฐาน รวมทั้งความกังวลสนใจที่เขามีต่อสิ่งต่าง ๆ คุณภาพชีวิตเป็นมโนคติที่มีขอบเขตกว้างขวาง ครอบคลุมเรื่องต่าง ๆ ที่สัมผัสซับซ้อน ได้แก่ สุขภาพทางกาย สภาวะทางจิต ระดับความเป็นตัวของตัวเอง ความสัมพันธ์ต่าง ๆ ทางสังคม ความเชื่อส่วนบุคคล และสัมพันธภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

จิตวิญญาณในการแข่งขัน (Competitive Spiritual)

ความมุ่งมั่น การทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ ความรู้ ความสามารถในการแข่งขัน และร่วมมืออย่างสันติเต็มความสามารถ เพื่อให้ได้มาซึ่งผลที่ตนเองต้องการ

ทักษะชีวิต (Life Skills)

เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) และเป็นความสามารถทางสติปัญญา ที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึกและกระทำซ้ำ ๆ ให้เกิดความคล่องแคล่ว เคยชิน จนเป็นลักษณะนิสัย ประกอบด้วยทักษะต่าง ๆ ดังนี้ คือ การรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและเห็นคุณค่าของตนเอง การรู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณและคิดสร้างสรรค์ การรู้จักคิดตัดสินใจ และแก้ปัญหา การรู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลความรู้ การสื่อสารและการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การปรับตัวท่ามกลางการเปลี่ยนแปลง การตั้งเป้าหมาย การวางแผน และดำเนินการตามแผน ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบต่อสังคมและชาวซึ่งในสิ่งที่ได้มารอบตัว

ธงโภชนาการ (Nutrition Flag)

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

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

น้ำใจนักกีฬา (Spirit)

เป็นคุณธรรมประจำใจของการเล่นร่วมกัน อยู่ร่วมกัน และมีชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม ได้อย่างปกติสุขและมีประสิทธิภาพ พฤติกรรมที่แสดงถึงความมีน้ำใจนักกีฬา เช่น การมีวินัย เคารพกฎกติกา รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ถ้อย

บริการสุขภาพ (Health Service)

บริการทางการแพทย์และสาธารณสุขทั้งของรัฐและเอกชน

ประชาสังคม (Civil Society)

เครือข่าย กลุ่ม ชมรม สมาคม มูลนิธิ สถาบัน องค์กร หรือชุมชนที่มีกิจกรรม การเคลื่อนไหวทางสังคม เพื่อประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม

ผลิตภัณฑ์สุขภาพ (Health Products)

ยา เครื่องสำอาง อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุงรสอาหาร อาหารเสริม วิตามิน

พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ (Sex Abuse)

การประพฤติปฏิบัติใด ๆ ที่ไม่เป็นไปตามธรรมชาติทางเพศตนเอง เช่น มีจิตใจรักชอบในเพศเดียวกัน การแต่งตัวหรือแสดงกิริยาเป็นเพศตรงข้าม

พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behaviour)

การปฏิบัติหรือกิจกรรมใด ๆ ในด้านการป้องกัน การสร้างเสริม การรักษาและการฟื้นฟูสุขภาพ อันมีผลต่อสภาวะทางสุขภาพของบุคคล

พฤติกรรมเสี่ยง (Risk Behaviour)

รูปแบบจำเพาะของพฤติกรรม ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่า มีความสัมพันธ์กับการเพิ่มโอกาส ที่จะป่วยจากโรคบางชนิดหรือการเสื่อมสุขภาพมากขึ้น

พลังปัญญา (Empowerment)

กระบวนการสร้างเสริมศักยภาพแก่บุคคลและชุมชนให้เป็นผู้สนใจใฝ่รู้ และมีอำนาจ ในการคิด การตัดสินใจ การแก้ปัญหาด้วยชุมชนเองได้เป็นส่วนใหญ่ นอกจากนั้นบุคคลและชุมชน ยังสามารถควบคุมสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพให้อยู่ในสภาพที่เอื้อต่อการสร้างเสริมและพัฒนาสุขภาพ

ภาวะทุพโภชนาการ (Malnutrition)

การขาดสารอาหารที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของเด็ก ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพ

ภาวะผู้นำ (Leadership)

การมีคุณลักษณะในการเป็นหัวหน้า สามารถชักชวนและชี้นำสมาชิกในกลุ่มร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติงานให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ภูมิปัญญาไทย (Thai Wisdom)

สติปัญญา องค์ความรู้และค่านิยมที่นำมาใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม เป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ ความรู้แขนงต่าง ๆ ของบรรพชนไทยนับแต่อดีต สอดคล้อง

กับวิถีชีวิต ภูมิปัญญาไทย จึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย ทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม

ลักษณะของภูมิปัญญาไทย มีองค์ประกอบต่อไปนี้

๑. คติ ความเชื่อ ความคิด หลักการที่เป็นพื้นฐานขององค์ความรู้ที่เกิดจากสิ่งสมถายทอดกันมา
๒. ศิลปะ วัฒนธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณี
๓. การประกอบอาชีพในแต่ละท้องถิ่นที่ได้รับการพัฒนาให้เหมาะสมกับสมัย
๔. แนวคิด หลักปฏิบัติ และเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่น่าสนใจในชุมชน ซึ่งเป็นอิทธิพลของความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

ตัวอย่างภูมิปัญญาไทยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เช่น การแพทย์แผนไทย สมุนไพร อาหารไทย ยาไทย ฯลฯ

แรงขับทางเพศ (Sex Drive)

แรงขับที่เกิดจากสัญชาตญาณทางเพศ

ล่วงละเมิดทางเพศ (Sexual Abuse)

การใช้คำพูด การจับ จูบ ลูบ คลำ และ / หรือร่วมเพศ โดยไม่ได้รับการยินยอมจาก ฝ่ายตรงข้าม โดยเฉพาะกับผู้เยาว์

สติ (Conscious)

ความรู้สึกตัวอยู่เสมอในการรับรู้สิ่งต่าง ๆ การให้หลักการและเหตุผลในการป้องกัน ยับยั้งจิตใจ และควบคุมตนเองเพื่อไม่ให้คิดผิดทาง ไม่หลงลืม ไม่เครียด ไม่ผิดพลาด ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ถูกต้องดีงาม

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

ความสามารถของร่างกายที่ช่วยให้บุคคลสามารถประกอบกิจกรรมทางกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเล่นกีฬาได้ดี มีองค์ประกอบ ๖ ด้าน ดังนี้

๑. ความคล่อง (Agility) หมายถึง ความสามารถในการเปลี่ยนทิศทางการเคลื่อนที่ได้อย่างรวดเร็วและสามารถควบคุมได้
๒. การทรงตัว (Balance) หมายถึง ความสามารถในการรักษาดุลของร่างกายเอาไว้ได้ ทั้งในขณะที่อยู่กับที่และเคลื่อนที่
๓. การประสานสัมพันธ์ (Co - ordination) หมายถึง ความสามารถในการเคลื่อนไหวได้อย่างราบรื่น กลมกลืน และมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการทำงานประสานสอดคล้องกันระหว่างตา-มือ-เท้า
๔. พลังกล้ามเนื้อ (Power) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อส่วนหนึ่งส่วนใดหรือ หลาย ๆ ส่วนของร่างกายในการหดตัวเพื่อทำงานด้วยความเร็วสูง แรงหรืองานที่ได้เป็นผลรวมของความแข็งแรงและความเร็วที่ใช้ในช่วงระยะเวลานั้น ๆ เช่น การยืนอยู่กับที่ กระโดด การทุ่มน้ำหนัก เป็นต้น
๕. เวลาปฏิกิริยาตอบสนอง (Reaction time) หมายถึง ระยะเวลาที่ร่างกายใช้ในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ เช่น แสง เสียง สัมผัส
๖. ความเร็ว (Speed) หมายถึง ความสามารถในการเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกหนึ่งได้อย่างรวดเร็ว

สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness)

ความสามารถของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล บุคคลที่มีสมรรถภาพทางกายดีนั้นจะสามารถประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้อย่างกระฉับกระเฉง โดยไม่เหนื่อยล้าจนเกินไปและยังมีพลังงานสำรองมากพอ สำหรับกิจกรรมนันทนาการหรือการออกกำลังกาย ในปัจจุบันนักวิชาชีพด้านสุขศึกษาและพลศึกษาได้เห็นพ้องต้องกันว่า สมรรถภาพทางกายสามารถจัดกลุ่มได้เป็นสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (Health – Related Physical Fitness) และหรือสมรรถภาพกลไก (Motor Fitness) สมรรถภาพเชิงทักษะปฏิบัติ (Skill – Related Physical Fitness)

สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ (Health – Related Physical Fitness)

ความสามารถของระบบต่าง ๆ ในร่างกายประกอบด้วย ความสามารถเชิงสรีรวิทยาด้านต่าง ๆ ที่ช่วยป้องกันบุคคลจากโรคที่มีสาเหตุจากภาวะการขาดการออกกำลังกาย นับเป็นปัจจุบันหรือตัวบ่งชี้สำคัญของการมีสุขภาพดี ความสามารถหรือสมรรถนะเหล่านี้ สามารถปรับปรุงพัฒนาและคงสภาพได้ โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ สมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพมีองค์ประกอบดังนี้

๑. องค์ประกอบของร่างกาย (Body Composition) ตามปกติแล้วในร่างกายมนุษย์ประกอบด้วย กล้ามเนื้อ กระดูก ไขมัน และส่วนอื่น ๆ แต่ในส่วนของสมรรถภาพทางกายนั้น หมายถึง สัดส่วนปริมาณไขมันในร่างกายกับมวลร่างกายที่ปราศจากไขมัน โดยการวัดออกมาเป็นเปอร์เซ็นต์ไขมัน (% fat) ด้วยเครื่อง

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

๓. ความอ่อนตัวหรือความยืดหยุ่น (Flexibility) หมายถึง พิสัยของการเคลื่อนไหวสูงสุดเท่าที่จะทำได้ของข้อต่อหรือกลุ่มข้อต่อ

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

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

สุขบัญญัติแห่งชาติ (National Health Disciplines)

ข้อกำหนดที่เด็กและเยาวชน ตลอดจนประชาชนทั่วไปพึงปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นสุขนิสัย เพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งกำหนดไว้ ๑๐ ประการ ดังนี้

๑. ดูแลรักษาร่างกายและของใช้ให้สะอาด
๒. รักษาฟันให้แข็งแรงและแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
๓. ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่าย

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

สุขภาพ (Health)

สุขภาพะ (Well – Being หรือ Wellness) ที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุลทั้ง มิติทางจิตวิญญาณ (มโนธรรม) ทางสังคม ทางกาย และทางจิต ซึ่งมีได้หมายถึงเฉพาะความ ไม่พิการ และความไม่มีโรคเท่านั้น

สุนทรียภาพของการเคลื่อนไหว (Movement Aesthetic)

ศิลปะและความงดงามของท่วงท่าในการเคลื่อนไหวร่างกายในอิริยาบถต่าง ๆ ซึ่งเป็นผลมาจาก ความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบท่าทางการเคลื่อนไหวและการฝึกฝนจนเกิดความชำนาญ สามารถแสดงออกมาเป็นความกลมกลืนและต่อเนื่อง

แอโรบิก (Aerobic)

กระบวนการสร้างพลังงานแบบต้องใช้ออกซิเจน ซึ่งในที่นี้ หมายถึง ออกซิเจน (Aerobic - energe delivery) ในการสร้างพลังงานของกล้ามเนื้อ เพื่อทำงานหรือเคลื่อนไหว นั้น กล้ามเนื้อจะมีวิธีการ ๓ แบบที่จะได้พลังงานมา

แบบที่ ๑ เป็นการใช้พลังงานที่มีสำรองอยู่ในกล้ามเนื้อซึ่งจะใช้ได้ในเวลาไม่เกิน ๓ วินาที

แบบที่ ๒ การสังเคราะห์พลังงานโดยไม่ใช้ออกซิเจน (Anaerobic energy delivery) ซึ่งใช้ได้ไม่เกิน ๑๐ วินาที

แบบที่ ๓ การสังเคราะห์สารพลังงาน โดยใช้ออกซิเจน ซึ่งจะใช้เวลาได้ระยะเวลานาน



คำสั่งโรงเรียนเคียงศิริ

๑๑ / ๒๕๖๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรโรงเรียนเคียงศิริ

(ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๗) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

ตามที่โรงเรียนเคียงศิริ ได้ดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรโรงเรียนเคียงศิริ (ฉบับปรับปรุงพุทธศักราช ๒๕๖๕) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ สู่การปฏิบัติในโรงเรียนและห้องเรียนนั้น ต่อมาสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีหนังสือ ชักข้อความเข้าใจเกี่ยวกับตัวชี้วัดระหว่างทางและตัวชี้วัดปลายทาง ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ และแนวทางการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ตัวชี้วัดระหว่างทาง ตัวชี้วัดปลายทาง และเกณฑ์การตัดสินผลการเรียน ลงวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ ได้จำแนกเป็น ตัวชี้วัดระหว่างทาง ๑,๒๘๕ ตัวชี้วัด ตัวชี้วัดปลายทาง ๗๗๑ ตัวชี้วัด ทั้งนี้ จำนวนตัวชี้วัดยังคงครบถ้วน และผู้เรียนมีคุณภาพตามที่หลักสูตรแกนกลางฯ ๒๕๕๑ ให้การจัดการศึกษาของสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสอดคล้องกับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคมและความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่าง ๆ คำนึงถึงการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นสำคัญ และเพื่อให้การจัดการเรียนการสอนและการวัดและประเมินผลของครูเกิดความยืดหยุ่น คล่องตัว และผู้เรียนได้เข้าถึงองค์ความรู้ใหม่ ๆ เพื่อการพัฒนาตนเองที่ตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษา และเอกสารประกอบหลักสูตรสถานศึกษาเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล จึงอาศัยอำนาจตามพระราชบัญญัติระเบียบบริหารกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ.๒๕๔๖ มาตรา ๓๙(๑)-(๖) และพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา พ.ศ.๒๕๔๗ มาตรา ๒๗ (๑)-(๖) แต่งตั้งคณะกรรมการปรับปรุงหลักสูตรสถานศึกษาดังต่อไปนี้

๑. นางปานิสรา ศิริวัฒน์	ผู้อำนวยการโรงเรียน	ประธานกรรมการ
๒. นางสุกัญญา สุวรรณรัตน์	กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย	กรรมการ
๓. นางอรุณรัตน์ มัจฉาชาญ	กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย	กรรมการ
๔. นางสาวไหมแก้ว สุวรรณฤทธิ์	กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ฯ	กรรมการ
๕. นางสาวจิรภัทร์ วงศ์น้อย	กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาอังกฤษ	กรรมการ
๖. นางคณินิจ แก้วรจนา	กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษาฯ	กรรมการ
๗. นางสาวปัทมรา ศิริพันธุ์	กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษาฯ	กรรมการ
๘. น.ส.เสาวภาคย์ รักสนิท	กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษาฯ	กรรมการ
๙. นางเกศรินทร์ กาญจนะ	กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาฯ	กรรมการ
๑๐. นายฤทธิกร กาญจนะ	กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาฯ	กรรมการ
๑๑. นางสาวภา ช้วยเล็ก	กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพ	กรรมการ

๑๒. นางศิริวรรณ บุญรัตน์	กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	กรรมการ
๑๓. นายนิพนธ์ บุญรัตน์	กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	กรรมการ
๑๔. นางสาวสิริพร ดอกบัว	กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	กรรมการ
๑๕. นางลดารัตน์ ชำนาญคำ	กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์	กรรมการ
๑๖. นางกานต์วี พรประเสริฐวงศา	ปฐมวัย	กรรมการ
๑๗. น.ส.สุพิมพ์ญาพัชร บวยหอย	ปฐมวัย	กรรมการ
๑๘. นางกิตติมา คงเพชร	ปฐมวัย	กรรมการและเลขานุการ

มีหน้าที่

๑. วางแผนดำเนินการปรับปรุง ควบคุม กำกับ ติดตาม ดูแลให้คำปรึกษา แนะนำช่วยเหลือแก่ผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย

๒. ชี้แจงคณะครูประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้ ๘ กลุ่มสาระ เกี่ยวกับการปรับปรุงหลักสูตรให้สอดคล้องและเป็นไปตามมาตรฐานหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

๓. ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรเกี่ยวกับการปรับปรุง และพัฒนาหลักสูตร การจัดการกระบวนการเรียนรู้การวัดผลและประเมินผลและการแนะแนวให้เป็นไปตามจุดหมายและแนวทางการดำเนินการของหลักสูตร

๔. ประสานความร่วมมือจากบุคคล หน่วยงาน องค์กรต่าง ๆ ชุมชน เพื่อให้การใช้หลักสูตรเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพ

๕. ประชาสัมพันธ์หลักสูตรและการใช้หลักสูตรให้แก่นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน และผู้ที่เกี่ยวข้องและนำข้อมูลป้อนกลับจากฝ่ายต่าง ๆ มาพิจารณาเพื่อการปรับปรุงและพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษา

๖. รายงานผลการปฏิบัติงานและผลการนำหลักสูตรสถานศึกษาไปใช้ โดยเน้นผลการพัฒนาคุณภาพนักเรียน

ทั้งนี้ ให้คณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ ด้วยความตั้งใจ เอาใจใส่เพื่อให้เกิดผลดีต่อทางราชการต่อไป

สั่ง ณ วันที่ ๑ เมษายน พ.ศ.๒๕๖๗

ลงชื่อ



(นางปานิสรา ศิริวัฒน์)

ผู้อำนวยการโรงเรียนเคียงศิริ

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | |
|---------------------------|-------------------------------|
| 1. นางปณิสรา ศิริวัฒน์ | ผู้อำนวยการโรงเรียนเคียงศิริ |
| 2. นางสุกัญญา สุวรรณรัตน์ | หัวหน้ากลุ่มงานบริหารวิชาการ |
| 3. นายนิพนธ์ บุญรัตน์ | หัวหน้ากลุ่มงานบริหารบุคคล |
| 4. นางลดารัตน์ ชำนาญคำ | หัวหน้ากลุ่มงานบริหารงบประมาณ |
| 5. นางคณินิจ แก้วรจนา | หัวหน้ากลุ่มงานบริหารทั่วไป |

คณะผู้จัดทำ

- | | |
|-------------------------------|---------------------|
| ๑. นางสาวสุกัญญา สุวรรณรัตน์ | ประธานกรรมการ |
| ๒. นางอรุณรัตน์ มัจฉาชาญ | กรรมการ |
| ๓. นางสาวไหมแก้ว สุวรรณฤทธิ์ | กรรมการ |
| ๔. นางกิตติมา คงเพชร | กรรมการ |
| ๕. นางคณินิจ แก้วรจนา | กรรมการ |
| ๖. นางสาวปัทมรา ศิริพันธุ์ | กรรมการ |
| ๗. น.ส.เสาวภาคย์ รักสนิท | กรรมการ |
| ๘. นางเกศรินทร์ กาญจนะ | กรรมการ |
| ๙. นายเกษกร กาญจนะ | กรรมการ |
| ๑๐. นางสาวภา ช่วยเล็ก | กรรมการ |
| ๑๑. นางศิริวรรณ บุญรัตน์ | กรรมการ |
| ๑๒. นายนิพนธ์ บุญรัตน์ | กรรมการ |
| ๑๓. นางสาวสิริพร ดอกบัว | กรรมการ |
| ๑๔. นางลดารัตน์ ชำนาญคำ | กรรมการ |
| ๑๕. นางกานต์วี พรประเสริฐวงศา | กรรมการ |
| ๑๖. น.ส.สุพิมพ์ญาพัชร บวยหอย | กรรมการ |
| ๑๗. นางสาวจิรภัทร์ วงศ์น้อย | กรรมการและเลขานุการ |